

## 保育施設向けお子様が寝られた時の注意事項（掲示用）

2011年3月更新

**お昼寝の部屋は暖め過ぎないように、こまめに温度計をチェックして下さい。**  
**また室内が暑過ぎたり寒過ぎたりした時は、エアコンの微調整をして下さい。**

**お子様のお顔の表情が見えなくなるので、退出時はカーテンを（閉めていたら）開けて下さい。カーテンを開けても部屋が暗い場合は電気もつけて下さい。**（明るくてもお子様は寝られます。お昼寝の部屋は、普段から保育士がいる部屋と同室か、すぐ近くの方が動線も短くなり、お子様の突然の変化、異常の場合にも気付きやすいです）

**お顔が布団と布団、布団と壁の間にお子様のお顔が入らないようにするため隙間を開けないで下さい。**（これは部屋が狭い場合ですが、部屋が広い場合は布団や壁との隙間にお子様のお顔がはまらないよう充分、布団や壁からの間を開けて下さい）

**乳児の場合は5分（目標）に1回、1歳～2歳の場合は10分の1回の定期的な呼吸確認と直後のSIDS予防の為に体に触れて刺激して下さい。**

（2歳以上のお子様の定期的確認（15分毎）も、万が一の事故や体調の急変にいち早く気付くためにも必要です。確認はタイマーを使いますが、「保育者向けのSIDS注意点」にその方法を詳しく書いておりますので、どうかご参考にして下さい）

**お子様は仰向け寝にして下さい。途中で、お子様がうつ伏せ、横向きになられた時も、すぐ仰向けにして下さい。**

**キルト、シーツの下には、ナイロンのオネショシーツは、敷かないで下さい。**  
（途中でお子様が寝返りをされることも考慮して、万が一の窒息事故を予防するためです）

**お昼寝時のエプロン着用は危険です。寝られる時は必ず外して下さい。**

（誤ってエプロンがお顔にかかり、呼吸がこもってSIDSを誘発しないようにするため。更に裏地がナイロンの場合はお顔にかかると密着して、窒息の可能性も出て来ます。

又、ベッドの場合はお子様が紐をベッドの柱に引っかけて、宙ぶり状態になる危険性があります。普段から事故予防のためにエプロンの紐の結び方にも配慮して下さい）

**布団、毛布等は、首から下に掛けてさしあげて下さい。**

（寝られている途中で顔にかかった場合は、すぐ除けてさしあげて下さい）

\* 上記の実践は、SIDSだけではなく体調の急変、窒息等の事故の予防及び早期発見にもつながります。

（注）この資料は保育関係者用です。そのため書かれている内容については、ご家庭にはそのままあてはまりませんので、ご配慮下さいますようお願い申し上げます。

\*