

## VI 環境及び衛生管理

### 1. 環境・衛生管理

保育に当たっては、子どもの心身の健康と情緒の安定を図るために、室内の温度や湿度を調節し、換気を行い、さらに、部屋の明るさ、音や声の大きさなどにも配慮して、心地よく過ごすことができるよう環境を整えることが大切である。

#### (1) 保育士による日々の健康観察

	チェックポイント
健康観察	<ul style="list-style-type: none"><li>・朝の視診にあたっては、病気やけがの有無およびその状態について把握する。</li><li>・随時、機嫌、食欲、顔色、活動性などについて観察し、病気の初期症状に注意する。</li><li>・必要に応じて、在所時間中の健康状態について保護者に伝える。</li></ul>
疲労と休息	<ul style="list-style-type: none"><li>・疲労の状態をよく見て、適宜、休息に誘う。</li><li>・年齢に合わせた昼寝の時間を設ける。</li></ul>
給食	<ul style="list-style-type: none"><li>・離乳食については、家庭との連携を取りながらすすめる。</li><li>・給食の献立や食べぐあいを家庭に連絡する。</li><li>・アレルギー食への提供には注意を払う。</li></ul>
排泄	<ul style="list-style-type: none"><li>・排泄の有無、尿の色、排便の回数、便の色や硬さなど観察し、必要に応じて保護者に伝える。</li><li>・適宜、おむつ交換、排泄に誘う。</li></ul>
衣類などの調節	<ul style="list-style-type: none"><li>・室外や室内の温度、あるいは運動の状態に応じて、衣服を調節する。</li></ul>
水分補給	<ul style="list-style-type: none"><li>・季節を問わず、適宜、こまめな水分補給を心がける。</li></ul>

#### (2) 園内外の衛生管理に関する主なもの

保育室	<p>日々の清掃で清潔に保つ。とくにドアノブ、手すり、照明のスイッチ（押しボタン）等は、水拭きし、その後アルコール等による消毒を行うと良い。</p> <p>【環境のめやす】夏 26～28℃・冬 20～23℃、湿度 60%程度</p> <p>暖房を使用する冬は、特に加湿器を使用するなど、室内の湿度管理を行う。</p> <p>室内の換気にたえず注意する。嘔吐した保育室は、必ず換気を行う。</p> <p>季節や時間に合わせて、室内の明るさを調節する。</p> <p>子どもたちが心地よく過ごすことができるように音や声の大きさなどに配慮する。</p>
手洗い	<p>食事の前、調乳室、配膳前、トイレの後、おむつ交換後、嘔吐物処理後等には、石けんを用いて流水でしっかりと手洗いを行う。手を拭く際には、個人持参のタオルかペーパータオルを用い、タオルの共用は避ける。個人持参のタオルをタオル掛けに掛ける際には、タオル同士が密着しないよう間隔を空ける。</p> <p>固形石けんは、1回ずつ個別に使用できる液体石けんと比較して、保管時に不潔になりやすいことに注意する。また、液体石けんの中身を詰め替える際は、残った石けんを使い切り、容器をよく洗い乾燥させてから、新しい石けん液を詰める。</p>

おもちゃ	<p>直接口に触れる乳児の遊具については、遊具を用いた都度、湯等で洗い流し、干す。午前、午後とて遊具の交換を行う。</p> <p>適宜、水（湯）洗いや水（湯）拭きを行う。</p>
食事・おやつ	<p>テーブルは、清潔な台布巾で水（湯）拭きをして、衛生的な配膳・下膳を心掛ける。スプーン、コップ等の食器は共用しない。</p> <p>食後には、テーブル、椅子、床等の食べこぼしを清掃する。</p>
調乳・冷凍母乳	<p>調乳室は清潔に保ち、清潔なエプロンを着用して調乳に当たる。調乳器具や哺乳瓶等は適切な消毒を行い、衛生的に管理する。</p> <p>乳児用調製粉乳（ミルク）は使用開始日を記録する。サルモネラ属菌等による食中毒対策として、70℃以上のお湯で調乳し、調乳後2時間以内に使用しなかったミルクは廃棄する等、調乳マニュアルを作成し、実行する。</p> <p>冷凍母乳を取り扱う場合は、手洗いや備品の消毒を行う等、衛生管理を十分徹底する。取り違えのないよう厳重に注意する。</p>
歯ブラシ	<p>歯ブラシは個人専用とし、他の子どもの歯ブラシを誤って使用させたり、保管時に他の子どもの歯ブラシと接触させたりしないようにする。</p> <p>使用後は、個別に水で十分にすすぎ、ブラシを上にして清潔な場所で乾燥させ、個別に保管する。</p>
寝具	<p>衛生的な寝具を使用する。</p> <p>個別の寝具にはふとんカバーをかけて使用し、ふとんカバーは定期的に洗濯する。定期的にふとんを乾燥させる。</p> <p>尿、糞便、嘔吐物等で汚れた場合には、消毒（熱消毒等）を行う。</p>
おむつ交換	<p>糞便処理の手順を職員間で徹底する。おむつ交換は、手洗い場があり、食事をする場所等と交差しない一定の場所で実施する。</p> <p>おむつの排便処理の際には、使い捨て手袋を着用する。</p> <p>下痢便時には、周囲への汚染を避けるため、使い捨てのおむつ交換シート等を敷いておむつ交換をする。</p> <p>おむつ交換後、とくに便処理後は、石けんを用いて流水でしっかりと手洗いを行う。交換後のおむつは、ビニール袋に密閉した後に蓋つき容器等に保管する。</p> <p>交換後のおむつの保管場所についても消毒を行う。</p>
トイレ	<p>日々の清掃および消毒で清潔に保つ（便器、汚物槽、ドア、ドアノブ、蛇口や水まわり、床、窓、棚、トイレ用サンダル等）。</p> <p>ドアノブ、手すり、照明のスイッチ（押しボタン）等は、水拭きした後、消毒用エタノール、塩素系消毒等による消毒を行うと良い。ただし、ノロウイルス感染症が流行している場合には塩素系消毒薬を使用する等、流行している感染症に応じた消毒および清掃を行う必要がある。</p>
砂場	<p>砂場は猫の糞便等が由来の寄生虫や大腸菌等で汚染されていることがあり、衛生管理は重要である。</p> <p>砂場で遊んだ後は、石けんを用いて流水で手洗い等をしっかり行う。</p> <p>猫等が入らないよう、構造上またはシートを覆う等の対策を考慮する。</p> <p>消毒の例：掘り起こして砂全体を日光消毒する。</p>
園庭	<p>安全点検表を活用し、安全および衛生管理を徹底する。</p> <p>樹木、雑草は適切に管理し、消毒等で害虫の駆除を行う。水やり等で水たまり（蚊の発生）を残さぬよう配慮する。</p> <p>小動物の飼育に際しては、衛生管理および噛まれたり、引っかかれたりしないよう安全管理も慎重に行い、飼育後の手洗いを徹底する。</p>
プール	<p>「遊泳用プールの衛生基準」に従って遊離残留塩素濃度が0.4～1.0mg/Lに保たれるよう毎時間水質検査を行い、適切に消毒管理する。</p> <p>簡易（ビニール）プール等でも塩素消毒は必要である。</p> <p>排泄が自立していない乳幼児には、個別のタライ等を使用し、他者と水を共有しないよう配慮する。</p> <p>プール使用前後にはシャワーで汗や汚れを落とし、感染予防に努める。</p>

## 2. 職員の衛生知識の向上と対応手順の周知徹底

職員は、感染症及び衛生管理に関する知識と適切な対応方法を日頃から身に付けておくことが必要である。嘔吐物や糞便等の処理に当たっては、使い捨てのマスクやエプロン、手袋等の使用や手洗いの徹底など、感染防止のための処理方法とその実施を徹底しておく。また、状況に応じて、処理の際に身に付けていた衣服は着替えることが望ましい。調乳や冷凍母乳を取り扱う場合や、子どもの食事の介助を行う場合には、手洗いや備品の消毒を行う等、衛生管理を十分徹底することが重要である。全職員は自己の健康管理に留意し、特に感染症が疑われる場合には速やかに施設長に報告し、自らが感染源にならないよう、適切に対処することが必要である。

### (1) 食中毒の予防

食中毒の予防に向けて、日常的に、子どもが清潔を保つための生活習慣を身に付けられるよう取り組むことが大切である。特に、手洗いについては、正しい手の洗い方を指導することが重要である。また、動物の飼育をしている場合は、その世話の後、必ず手洗い等を徹底させる。調理体験の際は、服装、爪切り、手洗いなど、衛生面の指導を徹底することが必要である。

#### 食中毒予防 3 原則

食中毒菌を

1. つけない (清潔の調理)
2. 増やさない  
(冷却して保存・迅速に調理)
3. 加熱する  
(加熱して、菌を死滅させる)

#### ノロウイルス食中毒予防 4 原則

1. 持ち込まない(調理施設に持ち込まない)
2. 拡げない(調理施設を汚染させない)
3. 加熱する(加熱して、死滅させる)
4. つけない(食品を汚染させない)

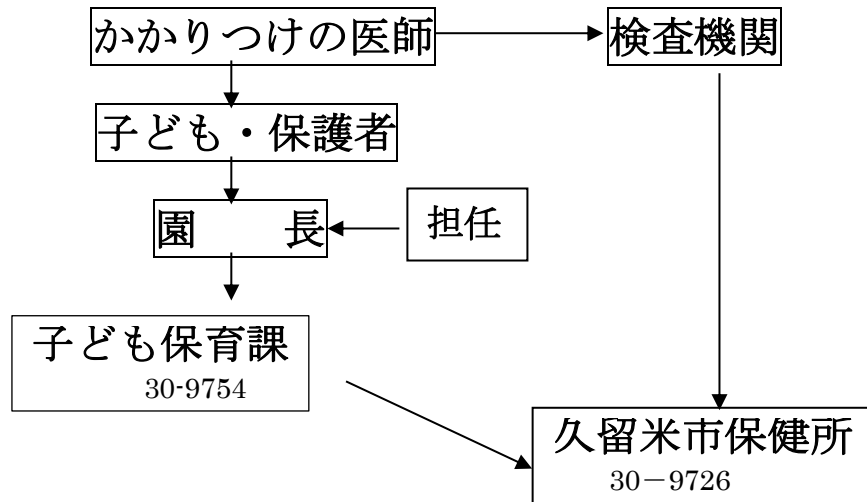
### (2) 食中毒発生時の対応

食中毒が発生した場合に備えて、食中毒発生に関する対応マニュアルの作成と全職員への周知も重要である。食中毒が疑われる場合には、対象となる症状が認められる子どもを別室に隔離するとともに、嘱託医や保健所などの関係機関と連携し、迅速に対応する。施設長は、子どもや保護者、全職員の健康状態を確認し、症状が疑われる場合には、医療機関への受診を勧めることが望ましい。

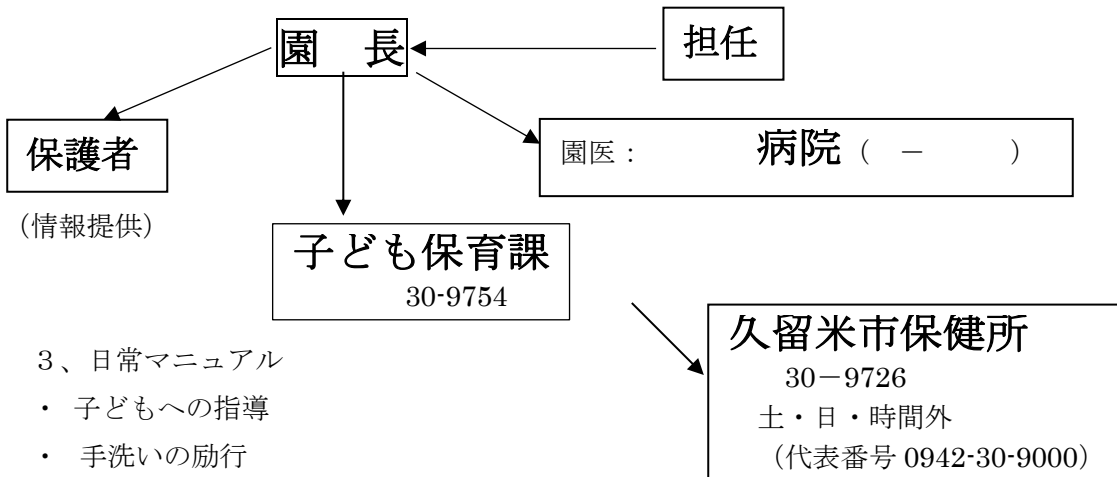
# 食中毒発生時の対応マニュアル

(伝染病についても準ずる)

## 1、医師が食中毒・伝染病の疑いがあると判断した場合



## 2、保育所（園）で集団的に下痢症状や腹痛などが発生した場合



## 3、日常マニュアル

- ・ 子どもへの指導
  - ・ 手洗いの励行
  - ・ 生水は飲まない
  - ・ 調理後はできるだけ早く食べる
  - ・ 消毒の徹底
- (保護者へ知らせる)
- ・ 園医より感染予防等の情報提供
  - ・ 送迎時の消毒の徹底

## Ⅶ 安全管理

### 1. 事故防止及び安全対策

事故の発生を防止するためには、子どもの発達の特性と事故との関わりに留意した上で、事故防止のためのマニュアルを作成するなど、施設長のリーダーシップの下、組織的に取り組む。事故発生防止に向けた環境づくりには、職員間のコミュニケーション、情報の共有、事故防止のための実践的な研修の実施等が不可欠である。日常的に点検項目を明確にして、定期的に点検を行い、文書として記録し、その結果に基づいて問題のある箇所を改善し、全職員と情報を共有しておく。保育中の安全管理には、保育所の環境整備が不可欠であり、随時確認し、環境の維持及び改善に取り組む。また、日常的に利用する散歩の経路や公園等についても、異常や危険性の有無、工事箇所や交通量等を含めて点検し記録を付けるなど、情報を全職員で共有する。また、保育中、常に全員の子どもの動きを把握し、職員間の連携を密にして子どもたちの観察の空白時間が生じないようにする。子どもの安全の観察に当たっては、午睡の時間を含め、一人一人の子どもの確実に観察することが重要である。重大事故の発生防止のため、あと一步で事故になるところであったという、ヒヤリ・ハット事例の収集及び要因の分析を行い、必要な対策を講じるなど、組織的に取り組みを行う。

なお、重大事故を防ぐためには危険を取り除く必要があるが、子どもの遊びの過度な制約については、一定の配慮を要する。乳幼児期の子どもの遊びを通して自ら危険を回避する力を身に付けていくことの重要性にも留意する必要がある。こうした保育所における事故防止のための一連の取組や配慮について保護者に十分周知を図り、理解を深めておくことが重要である。

安全な保育環境を確保するため、子どもの年齢、場所、活動内容に留意し、事故の発生防止に取り組む。特に、睡眠、プール活動及び水遊び、食事等の場面については、重大事故が発生しやすいことを踏まえて、場面に応じた適切な対応をすることが重要である。

#### 【プール活動・水遊びの安全チェック】

子どもたちの大好きなプール活動・水遊びだが、「子どもの安全が最優先」ということを忘れずに安全対策を全職員の協力のもと対応する。

##### 監視体制の確立

- \* 監視者は監視に専念できる体制作りをしましょう。
- \* めだつ色の帽子やビブスを着用し子どもたちからもわかるようにしてください。
- \* 子どもたちにも「みんなを守ることが仕事なので一緒に遊べないこと」を伝えておきましょう。
- \* 監視の人はできるだけ定期的に交代しましょう。
- \* プール全体、子どもたち全員を監視します。

##### 子どもの安全が最優先

十分な監視体制が確保できない場合は、プール活動中止も選択肢としましょう。

##### 職員で確認

- \* 監視のポイントや事故防止に関する視点を確認しましょう。
- \* 応急手当や緊急時の対応の仕方を研修で学び日常的に訓練しましょう。(心肺蘇生法、AED操作、消防署からの研修の実施)
- \* 園内の緊急連絡の方法を確認しましょう。

##### 乳幼児の特性とリスク

10cmの深さでも溺れることがあります。

##### プール活動・水遊び安全チェックポイント

- \* 活動前の確認(プールについて、子どもの健康状態、)
- \* 設備・環境の整備、熱中症対策(日よけ等)
- \* 残留塩素濃度0.4~1.0mg/lになることを確認。記録(プール日誌)しましょう。
- \* 水温+気温>50℃

\* 睡眠時の注意は乳児保育(24ページ)を参照

## 2. 安全チェックのポイント

### 園舎内外で安全点検・整備すべき箇所、及び配慮事項、安全チェックのポイント

場所	予想される状態と配慮
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 玄関</li> <li>・ 廊下</li> <li>・ テラス</li> <li>・ ベランダ</li> <li>・ 足洗い場</li> <li>・ プール</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 玄関では段差によるつまずきの恐れがあるので、また繰り返さないように配慮する。</li> <li>・ 玄関は広く、常に整理整頓し、廊下には物を置かないよう心がける。戸で手を挟まないよう開閉には十分注意し、挟み防止などの工夫をする。</li> <li>・ 雨や冬の日には床が濡れやすいので、湿気をとる工夫をし、滑らないよう注意する。</li> <li>・ コンクリート床の濡れ、凍結などで滑る恐れのある所は、人工芝、マットなどで滑り止めをする。</li> <li>・ 常設のプールの管理、プールサイドで走らないよう指導する。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ホール</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 広さによる開放感からむやみに走り廻らないように（ぶつかり防止）、ピアノの蓋の開閉で手を挟まないように、地震などの際には、転倒したり床を滑って動いたりすることが無いように注意しておく。</li> <li>・ 非常口や窓のそばには物を置かない（避難経路の確保・転倒防止）、ベランダの塀の上に物を置かない（落下物防止）ようにする。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 保育室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 椅子、机は常に整理整頓をし、机を折りたたむ場合は、落ちたり倒れたり手足をはさんだりしないよう注意する。</li> <li>・ 手洗い場の下が濡れないようマットを敷いたり濡れたらこまめに拭いたりして滑るのを防ぎ、棚やロッカーの上には物を重ねて置かないで落下を防ぐようにする。</li> <li>・ 危険な用具は子どもの手の届かない所定の場所に整理し、カバン掛けやタオル掛けなどのフックで目や体を傷つけることのないよう取り付けや使用時には十分注意する。</li> <li>・ テレビ、ピアノは置き場所を考え、転倒や落下を防ぐ。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ トイレ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ トイレはタイルが滑りやすいので、ゴムサンダルにするなど履物を工夫したり常に水気をふき取っておいたりして注意する。</li> <li>・ 常に清潔を保つように心がける。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 階段</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ つまずきによる転倒が予測されるので、手すりにつかまって安全に昇り降りするよう指導する。</li> <li>・ 昇り降りの際に前の子との間隔に気をつけ、押さないよう指導する。</li> <li>・ 手すりの上に乗って下を覗かないように指導する。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 倉庫</li> <li>・ 配膳室</li> <li>・ 調理室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 原則として、子どもは入室禁止して、入り口に「入ってはいけない」といった表示をしたり、安全のために鍵をかけたりする。</li> <li>・ 子どもには、火災報知器、コンセントなどに絶対触れないよう指導する。</li> <li>・ 職員は、電気関係の一般的知識を心得ておくこと（危険度、回線路、アンペア、配電盤の知識など）</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 園庭</li> <li>・ 非常階段</li> <li>・ 非常すべり台</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 固定遊具等の点検を定期的に受け、破損箇所があれば修理、修繕の対処を行う。</li> <li>・ 落下が予想される箇所には砂、芝、土、マット、タイヤなどで衝撃を少なくするために配慮する。</li> <li>・ 庭木は剪定を行い、毛虫や蜂の巣に気をつけ、その駆除を行う。</li> <li>・ 門扉は必ず閉めておくことを徹底する。</li> <li>・ 非常階段、非常すべり台の安全性について、常日頃から確認しておく。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 医薬品</li> <li>・ ガス類</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 危険物の保管には十分気をつけ、一目でわかるようにし、鍵を掛けて置く。給湯器やガスコンロなどの火気器具の取り扱いには十分注意し、器具の固定や安全柵の取り付けなどを行う。日常、子どもたちに危険物や危険箇所を知らせておき、絶対触れないことや事故の怖さを知らせておく。</li> </ul>

# 事故と急病の対応と手順



周囲の子どもを  
 落ちつかせる。  
 説明する。  
 他の職員等の応援を  
 呼ぶ

**周囲の状況確認**  
 ・けが人がいるか けがの状況・状況の確認

施設内で処置可能

施設内で処置は不可能

**負傷部位・全身状態を  
観察する。**  
 ※右の「詳しい観察」  
 参照

**直ちに手当すべき傷病**  
 心停止・呼吸困難・意識障害・  
 大出血・ひどい火傷・中毒など

救急車を呼ぶ

**時間の余裕のあるもの  
(詳しい観察)**  
 ① 聞く—傷病の原因、痛みの  
 場所、程度  
 ② 見る—顔色・唇・皮膚の色  
 外傷・出血・意識の状態  
 胸の動き・呼吸、腫れ・  
 変形、嘔吐、手足を動か  
 せるか  
 ③ 触れる—熱、脈  
 ④ 聞く—呼吸音

医療機関へ  
 受診券、保険証持参

**応急手当をする**  
 ・気道の確保—呼吸をしやすくなる  
 ・人口呼吸で反応がない場合は心肺蘇生  
 ・適切な体位・保温で救急車到着を待つ

**応急手当をする**  
 適切な体位・保温を  
 する

医療機関へ搬送

医療機関へ  
 受診券、保険証持参

傷病の子どもへの  
 配慮  
 周囲の子どもへの  
 説明

・園長に報告  
 ・職員会議において全職員に報告  
 ・保護者に連絡  
 ・事故防止策の再検討

### 3. 救急の対応

#### (1) 応急処置

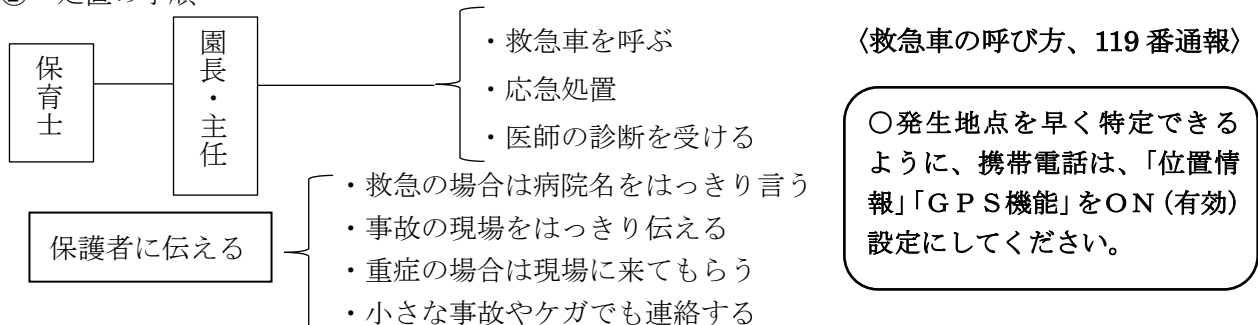
##### ① 応急手当と救命処置

私たちは、いつ、どこで、突然のけがや病気におそわれるかわかりません。そんなときに、家庭や職場でできる手当のことを「**応急処置**」といいます。病院に行くまでに応急手当をすることで、けがや病気の悪化を防ぐことができます。

けがや病気の中でも最も重篤で緊急を要するものは、心臓や呼吸が止まってしまった場合です。脳や心臓の病気などは、何の前触れもなく起こることがあり、心臓と呼吸が突然止まってしまう原因となります。プールで溺れたり、喉に何かを詰まらせたり、けがで出血したときも、何もしなければやがては心臓と呼吸が止まってしまうかもしれません。ついさっきまで元気になっていたのに、突然、心臓や呼吸が止まってしまった……。こんな人の命を救うために、そばに居合わせた人ができる応急処置のことを「**救命処置**」といいます。

「改訂5版 応急手当講習テキスト 救急車がくるまでに」から一部抜粋

##### ② 処置の手順



#### 救急の通報の流れ

指令センター	通報者
はい、119番消防です。 火事ですか。救急ですか。	救急です。 (「火事」か「救急」か、はっきり伝える)
場所はどこですか？	〇〇市××町の△△保育園です。 ※場所が確定次第、消防署に出動の指令をかけています。 (住所は「市町村名」から伝える)
誰がどうしましたか？	〇〇歳の男児が階段から転落しました。 (何が「誰が」どうしたのか伝える)
※必要に応じて、意識の有無や呼吸の状態等を詳しく聴く場合があります。	けが人(病人)の側で電話をかける。 (状態を詳しく伝えるため)
あなたのお名前を教えてください。	私は、〇〇です。(自分の名前を伝える)



③ 保育士の心構え

- ・乳幼児の事故や病気について知識を持つ。
- ・応急手当の講習を定期的に通って知識を身に付ける。
- ・事故が起きたときの手順について明確にしておき、職員が理解しておく。
- ・職員間の連携を緊密にして、園長・主任・担任が共通認識を持ち同じ態度で接する。

④ 緊急時の相談窓口

ア 小児救急医療電話相談【#8000】

休日夜間に、子どもの急な病気、ケガに関する相談を経験豊かな看護師、又は必要に応じて小児科医がアドバイスします。

相談内容：子どもの急な病気（発熱、下痢、嘔吐、けいれん等）、ケガに関すること

受付時間：（平日） 19時～翌朝7時

（土曜） 12時～翌朝7時

（日祝） 7時～翌朝7時

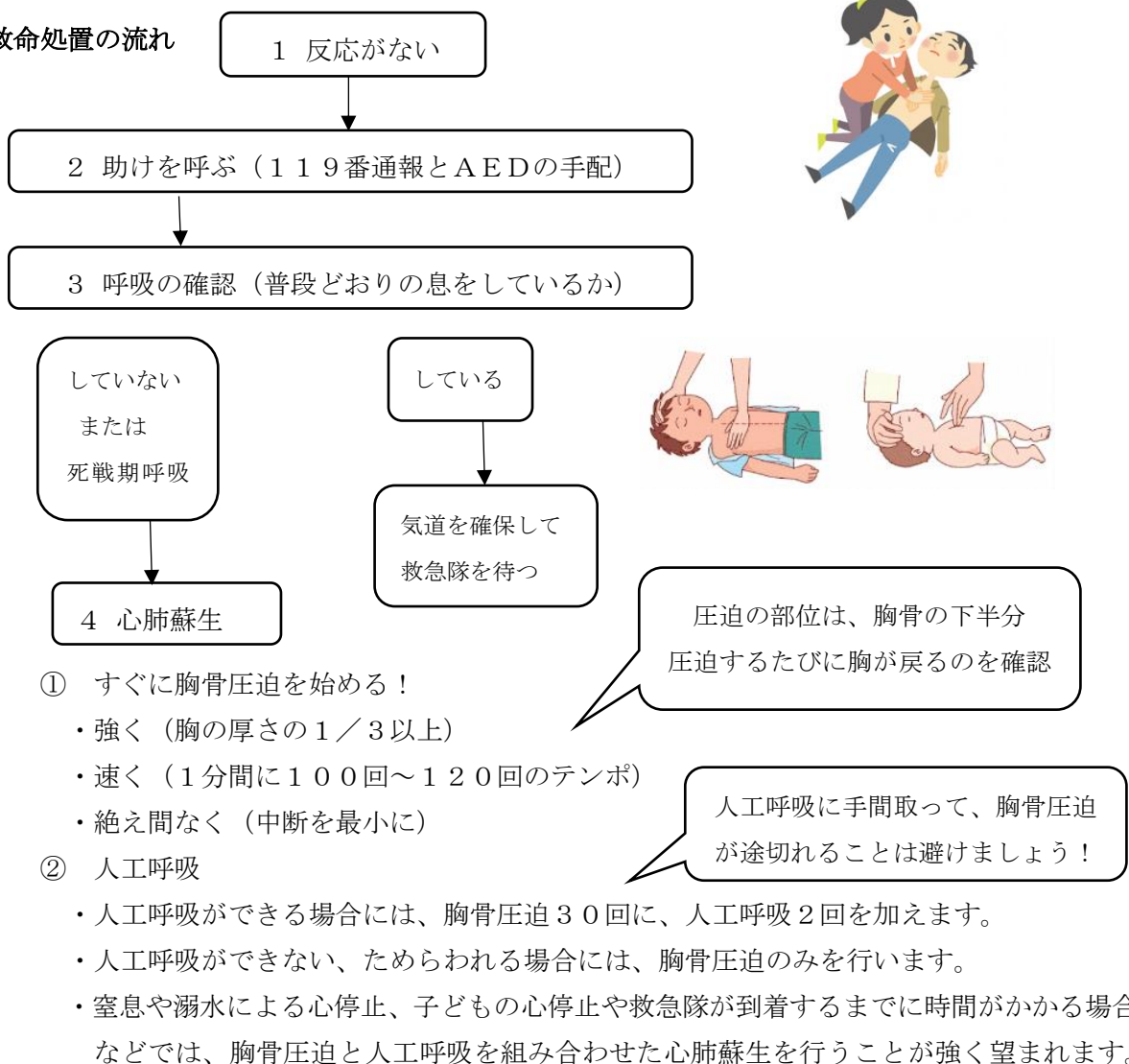
イ 福岡県救急電話相談・医療機関案内【#7119】

救急車？病院？迷ったら #7119

24時間受付、年中無休

救急車の利用や最寄りの医療機関についてアドバイスします。

(2) 救命処置の流れ



5 AEDが到着

- ① 「小児用パッドや小児用モード切り替え型のAED」を使う
- ② ①がなければ「標準のAED（成人用の電極パッド）」を使う。



6 AEDを使う（電源を入れる）

7 心電図の解析（電気ショックは必要か）



必要あり

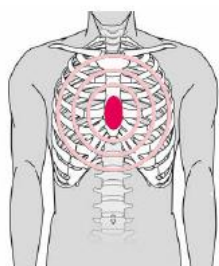
- ①電気ショック1回
- ②その後すぐに、胸骨圧迫から心肺蘇生を再開（2分間）

必要なし

- ・すぐに、胸骨圧迫から心肺蘇生を再開（2分間）

☆いつまで続けるか☆

- 救急隊が到着するまで続ける
- 正常な呼吸や目的のある動作が認められるまで続ける



胸骨圧迫をする場所

圧迫の場所

胸の左右の真ん中に「胸骨」と呼ばれる縦長の平らな骨があります。圧迫するのはこの骨の下半分です。この場所を探すには、胸の真ん中（左右の真ん中で、かつ、上下の真ん中）を目安にします。



小児に対する胸骨圧迫

圧迫の深さとテンポ

小児では胸の厚さの約1/3沈み込む程度に圧迫します。強く、速く圧迫しつづけるように心がけましょう。ただし、体が小さいため両手では強すぎる場合は片手で行います。

圧迫のテンポは1分間に100～120回です。胸骨圧迫は可能な限り中断せずに、絶え間なく行います。



頭部後屈あご先挙上法による気道確保



息を吹き込む



息が自然に出るのを待つ

- 口对口人工呼吸の要点
- 胸が上がるの見えるまで
  - 約1秒間かけて吹き込む
  - 吹き込みは2回まで



2回目の息を吹き込む

口对口人工呼吸



### 乳児の胸骨圧迫の方法

乳児の場合は、両乳頭を結ぶ線の少し足側を目安とする胸骨の下半分を、2本指で押しします。

### 乳児の人工呼吸の方法

乳児の頭を少し後屈させて（頭部後屈）、あご先を持ち上げるという点は成人の場合と同様です。ただし、極端に頭を後屈させるとかえって空気の通り道を塞ふさぐことになるので気をつけましょう。頭部後屈の後、救助者は大きく開いた口で乳児の口と鼻を一緒に覆い密着させて、胸が軽く上がる程度まで息を吹き込みます。このようにして行う人工呼吸を「口対口鼻人工呼吸」と呼びます。

### (3) 応急手当

#### ●のどに物を詰ませた時

#### ① 反応がある場合

- ・119番通報を周りの人に依頼するとともに、直ちに次の方法で異物の除去を試みる。
- ・咳をすることが可能であれば、咳をできるだけ続けさせる。咳は、異物の除去に最も効果的である。

#### ア 腹部突き上げ法

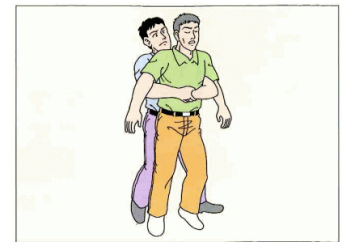
- ・一方の手でへそとみぞおちの間で握り拳を作り、もう一方の手を重ねて、素早く手前上方に向かって圧迫するように突き上げる。

#### イ 背部叩打法

- ・手の付け根で肩甲骨の間を力強く何度も連続して叩く。

#### ② 反応がない場合

- ・直ちに通常の心肺蘇生の手順を開始する。その途中で口の中に異物が見えた場合は異物を取り除く。



### ※乳児

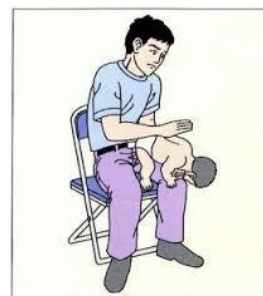
反応がある場合、背部叩打法と胸部突き上げ法を繰り返す。

#### ア 背部叩打法

- ・手のひらで乳児の顔を支えながら、頭側が低くなるよう片腕にうつぶせに乗せ、もう一方の手の付け根で、背中の中を力強く数回連続して叩く。

#### イ 胸部突き上げ法

- ・手のひらで乳児の後頭部を支えながら、頭側が低くなるよう片腕にあおむけに乗せ、もう一方の手の指2本で胸骨の下半分を力強く数回連続して圧迫する。反応がなくなったら直ちに心肺蘇生を開始する。



## ●アナフィラキシー

特定の物質に対する重篤なアレルギー反応をアナフィラキシーという。アナフィラキシーでは気道（肺への空気の通り道）が狭くなって息ができなくなったり、血圧がひどく下がったりして命にかかわることがある。このような症状が起きた場合は、ただちに119番通報すること。

このような場合には、アドレナリンという薬の一刻も早い使用が望まれる。このため、過去にアナフィラキシーで重い症状がでた人のなかには、医師から処方されたアドレナリンの自己注射器（エピペン®）を持っている人がいる。たとえば、ハチに刺さされる危険性の高い林業関係者や、食べ物にアレルギーのある子どもなど。

エピペン®が処方されている児童・生徒などが学校現場などでアナフィラキシーに陥り生命が危険な状態である場合には、教職員や保育士が本人に代わって使用することが認められているため、いつでも対応できるように、十分に体制を整えておく。

エピペン®の使用によって症状が改善しても必ず医師の診察を受けさせる。



エピペン®を皮膚に押し当てる  
エピペン®

## ●けいれん

- ・机や椅子など周りのものでけがをしないように守る。
- ・けいれんする体を無理に押さえつけると骨折などを起こすことがあるので行わない。
- ・口にタオルなどをかませたり、指を入れたりしない。
- ・けいれんが5分以上持続する場合は直ちに119番通報する。

## ●熱中症

- ・風通しのよい日陰や、冷房が効いている室内などに移動させる。
- ・衣服を脱がせて、体から熱の放散を助ける。
- ・露出させた皮膚に水をかけて、うちわや扇風機などで風を当てることにより体を冷やす。
- ・経口補水液やスポーツドリンクなどで水分を補給する。
- ・呼び掛けや刺激に対する反応がおかしい場合には、水分の経口摂取は避け、速やかに119番通報する

## ●切り傷・すり傷

- ・傷口が汚れているときは、手でつまめる大きなものはつまんで取り除く。それより細かなものは水道の流水で十分に洗い流す。
- ・出血に対しては圧迫止血を行う。
- ・傷口から骨が飛び出している場合は、水で洗い流さない。
- ・救助者は手袋などをして、血液に直接触れないよう留意する。



## ●出血

- ・止血法は、出血部位を直接圧迫する直接圧迫止血法が基本となる。
- ・出血部位を見付け、ガーゼ、ハンカチ、タオルなどを当てて、その上から出血部位を指先や手のひらで強く圧迫する。
- ・当てたガーゼに血液がにじんでくるなど出血が止まらない場合は、圧迫位置がずれていたり、圧迫する力が弱いことなどが考えられる。
- ・大量に出血している場合や出血が止まらない場合は直ちに119番通報する。



### ●鼻出血

- ・両鼻翼をやや強く持続的につまんで圧迫する。
- ・血液は口から流出させ、飲み込ませない。

### ●打撲、捻挫

- ・腫れや痛みが強い場合は固定・安静が必要。
- ・冷却パック・氷水などで冷やすことで内出血や腫れを軽減する。
- ・患部を心臓より高い位置に保つことで、内出血や腫れを軽減する。
- ・冷却パックなどでの直接冷却は20分を超えないようにする。

### ●骨折、脱臼

- ・変形、腫れ、出血がないか確認する。
- ・変形していても、基本的には元に戻さず、そのままの状態固定する。
- ・そえ木や段ボール等を当て、三角巾などで固定する。
- ・そえ木は、骨折部を挟んだ上下の関節を固定できるものがよい。

### ●やけど

- ・速やかに水道の流水で痛みが和らぐまで10分以上冷やす。靴下など衣類を着ている場合は、着衣ごと冷やす。
- ・やけどの範囲が広い場合は、冷却し続けると低体温に陥ることがあるため、過度の冷却は避ける。
- ・Ⅰ度：日焼けと同じで皮膚が赤くなりひりひりと痛むが、水ぶくれ（水疱）はできない。冷却だけで自然に治ることが多い。
- ・Ⅱ度：水ぶくれ（水疱）ができるのが特徴。痛みも強い。水ぶくれはやけどの傷口を保護する役割があるので破いてはいけない。冷却後に清潔なガーゼ等で覆って水ぶくれが破れないように気を付ける。指先などの小さいやけどを除いて、できるだけ早く病院を受診（救急車も考慮）する。
- ・Ⅲ度：水ぶくれにならずに皮膚が真っ白になったり、黒く焦げたりしている。痛みを感じなくなる。必ず119番通報する。
- ・高齢者や小児・乳児は比較的小さなやけどでも命に関わることもあるので注意する。

### ●異物の誤飲

- ・医薬品、化粧品、洗剤、漂白剤、乾燥剤、殺虫剤、灯油などは中毒を引き起こす原因となる。
- ・無理に吐かせたり、水や牛乳を飲ませたりせずにできるだけ早く119番通報する。
- ・残っている薬物や容器があるときは、必ず救急隊に見せる。

### ●嘔吐・下痢

- ・強い頭痛を伴ったり、強く頭を打った後に嘔吐した場合は119番通報する。
- ・便の色、状態、回数に注意する。
- ・脱水症状になりやすいので水分は十分に与える。
- ・感染予防のため、排泄物を始末した手はよく洗う。

(参考)

福岡県小児救急医療ガイドブック  
必携！子ども救急  
～子どもの急病・傷害（事故）対応マニュアル～



#### 4. 事故防止のための取組

日常的な事故予防：あと一歩で事故になるところだったという、ヒヤリ・ハッとした出来事（インシデント）を記録し分析して、事故予防対策に活用する。

#### 事故及びヒヤリハット報告書

報告年月日                      年    月    日

記入者		発生日時	年    月    日    時
事故の分類	事故 ・ ヒヤリハット	クラス名	組
年齢	歳	園児名	男・女
種類	発生場所	[発生時間及び状況]	
転倒・転落	保育室		
衝突	ホール		
溺水	廊下		
指はさみ	階段	[児童の身体状況・処置・経過]	
誤飲・異食	園庭		
与薬	遊具		
与薬	プール		
火傷・熱傷	公園	[発生原因]	
感染症	道路		
交通事故	その他		
アレルギー	(                      )		
その他	(                      )	[再発予防策]	

## 5. 不審者侵入に対する安全確保

日頃から	<ul style="list-style-type: none"> <li>・職員で話し合う。(危険回避方法、避難場所、連絡方法)</li> <li>・訓練をして職員間で共通理解として徹底する。</li> <li>・情報を共有できる体制をつくる。(交番、学校、幼稚園、保育園など)</li> </ul>
不審者情報が入った場合	<ul style="list-style-type: none"> <li>・警察(110番)にパトロールを要請する。</li> <li>・保護者や地域へ注意を呼びかける。</li> </ul>
不審者が侵入した場合	<ul style="list-style-type: none"> <li>・直ちに園長、職員に伝え園児を避難場所に誘導する。</li> <li>・警察に通報する。</li> <li>・久留米市子ども保育課、保護者、近隣施設に連絡する。</li> </ul>

重大事故や不審者の侵入等、子どもに大きな影響を及ぼすおそれのある事態に至った際の危機管理についても、緊急時の対応マニュアルを作成するとともに、実践的な訓練、園寧研修の充実等を通じて、全職員が把握しておくことが必要である。例えば、緊急時の役割分担を決め、見やすい場所に掲示しておくことが、全職員の共通理解を図る上で有効である。

重大事故発生時の対応における役割分担を決める際には、応急処置、救急蘇生、救急車の出動の要請、医療機関への同行、事故の記録と保護者及び嘱託医や関係機関等への連絡等といった具体的な行為に関する分担と、指示系統を明確にしておく。不審者の侵入など不測の事態に関しても、その防止措置を含め、対応の具体的内容や手順、指示の流れなどを職員間で確認しておくことが求められる。

保護者への説明は、緊急時には早急かつ簡潔に要点を伝え、事故原因等詳細については、事故の記録を参考にして改めて具体的に説明する。

日常の備えとして、各職員の緊急連絡網、医療機関及び関係機関のリスト、保護者の緊急連絡先を事前に整理しておくことが重要である。119番通報の際の要点を事務室に掲示したり、園外活動等の際に携帯したりすることも有効である。さらに、緊急時に備えた連絡体制や協力体制を保護者や、消防、警察、医療機関などの関係機関との間で整えておくとともに、地域とのコミュニケーションを積極的のとり、あらかじめ緊急時の協力や援助を依頼しておく。

また、施設内で緊急事態が発生した際には、保育士等は子どもの安全を確保し、子どもや保護者が不安にならないよう、冷静に対応することが求められる。子どもが緊急事態を目前に体験した場合には、強い恐怖感や不安感により、情緒的に不安定になる場合もある(心的外傷後ストレス障害—PTSD)このような場合には、小児精神科医や臨床心理士等による援助を受けて、子どもと保護者の心身の健康に配慮することも必要となる。

(参考)

○「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」

(平成28年3月内閣府・文部科学省・厚生労働省)

## 6. 災害への備え

### (1) 施設・設備等の安全確保

保育所は、消防計画の作成、消防設備の設置及び防火管理者の設置等を義務付けられ、また、消火器等の非常災害に必要な設備の設置等を定められている。施設の安全点検を定期的に行うとともに、消防設備や火気使用設備の整備及び点検を定期的に行うことは、安全性の確保の基本である。

### (2) 非常災害における対応

#### ① 災害発生時の対応体制及び避難への備え

保育施設においては、軽便消火器等の消火器具、非常口その他非常災害に必要な設備を設けるとともに、非常災害に対する具体的計画を立て、これに対する不断の注意と訓練をするように努めなければならない。

地震や火災などの災害が発生した時の対応等について各保育所でマニュアルを作成し、保育所の防災対策を確立しておく必要がある。

#### 【マニュアルとして準備するとよいもの】

- ・ 想定される災害について考える（立地から考える）（室内・室外の防災対策）
- ・ 防災関係一覧（市担当課、消防、警察、協力医療機関等）
- ・ 第二避難場所
- ・ 第二避難場所までの避難経路（2つ以上が望ましい）
- ・ 物品関係（園で何を準備するのか決めて、職員に周知）
- ・ 保護者への連絡方法

#### ② 地域の関係機関等との連携

災害発生時に連携や協力が必要となる関係機関等としては、消防、警察、医療機関、自治会等がある。また、地域によっては、近隣の商店街や企業、集合住宅管理者等との連携も考えられる。こうした機関及び関係者との連携については、市町村の支援の下、連絡体制の整備をはじめ地域の防災計画に関連した協力体制を構築することが重要である。各関係機関等とは、定期的に行う避難訓練への協力なども含め、地域の実態に応じて必要な連携や協力が得られるようにしておくことが必要である。また、限られた数の職員で子どもたち全員の安全を確保しなければならない保育所にとって、近隣の企業や住民の協力は大きな力となる。さらに、大規模な災害が発生した際には、保育所が被災したり、一時的に避難してきた地域住民を受け入れたりする可能性もあり、そのような場合には、市町村や地域の関係機関等による支援を得ながら、施設、職員、子ども、保護者、地域の状況等に関する情報の収集及び伝達や、保育の早期再開に向けた対応などに当たることになることが考えられる。いざという時に円滑に支援や協力を仰げるよう、日頃から地域の中で様々な機関や人々と関係を築いておくことも重要である。

### (3) 避難訓練

保育所の避難訓練の実施については、消防法で義務付けられ、設備運営基準第6条第2項において、少なくとも月1回は行わなくてはならないと規定されている。避難訓練は、災害発生時に子どもの安全を確保するために、職員同士の役割分担や子どもの年齢及び集団規模に応じた避難誘導等について、全職員が実践的な対応能力を養うとともに、子ども自身が発達過程に応じて、災害発生時取るべき行動や態度を身に付けていくことを目指して行われることが重要である。災害発生初期の安全確保に



については、職員自身が自由に動けない場合の想定も含め、様々な状況への対応について、訓練を通じて身に付けていくことが求められる。

災害発生の二次対応では、状況に応じてどの避難所に、どのような経路、タイミング、方法で避難を行うかを速やかに判断できるよう訓練を行うことが重要である。こうした避難訓練については、保護者への周知や協力を図り、災害発生時の行動を日頃から共有しておく。また、災害は予想を上回る規模で起こることもあり得るため、「想定」にとらわれず、その時の実際の状況を見ながら判断し、より適切な行動をとる必要についても、全職員が理解していることも重要である。

災害が発生した際、保育所で過ごしていた子どもを安全に保護者に引き渡すためには、保育所の努力だけでなく、保護者の協力が不可欠である。入所時の説明や毎年度当初の確認、保護者会での周知等、様々な場面を通じて、災害発生時の対応について、保護者の理解を得ておくことが必要である。災害時は電話等が繋がらないことを想定し、あらかじめ複数の連絡手段を決め、保護者に知らせておく。また、保護者自身の安否を円滑に保育所に伝えてもらえる仕組みをあらかじめ整え、それを周知することも大切である。こうした連絡手段について、避難訓練で使用したり、日常の連絡に用いたりするなど、保護者と共に平時より利用の仕方に慣れておくための工夫をすることが望ましい。避難場所を保護者と共有しておくことはもちろん、保護者が迎えに来ることが困難な場合の保護者以外への引渡しのルールについても、氏名や連絡先、本人確認のための方法などをあらかじめ決めておくことが求められる。

久留米市ホームページ

・防災情報ホームページ参照

(筑後川避難判断マップ      ・土砂災害ハザードマップ)

避難訓練については、その実施内容等を保護者に周知し災害発生時の対応について認識を共有したり、災害発生時の連絡方法を実際に試みたり、子どもの引渡しに関する訓練を行うなど、保護者との連携を図っていく。また、地域の関連機関の協力を得ながら、地域の実情に応じた訓練を行うことが望ましい。

具体的な状況を想定しての訓練を実施する際には、土曜日や延長保育など通常とは異なる状況の保育や、悪天候時や保育所外での保育等、多様な場면을想定するなどの工夫も効果的である。また、食物アレルギーのある子どもや障がいのある子どもなど、特に配慮を要する子どもへの対応についても検討し、施設内だけでなく、避難所にいるような状況等においても、全職員が対応できるようにすることが求められる。

#### 特性に応じた年齢別の防災教育

	特 性	防 災 安 全 教 育
0 歳児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大人に完全に依存した生活である。</li> <li>・防災に対して全く無力な時期である。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・平常時でもいつも災害に備えて少量の食糧、懐中電灯、救急薬品、命綱になる長い紐・帯・下着類等袋に入れて準備しておくことが必要である。</li> </ul>
1・2 歳児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分で危険を避けることが出来ない。</li> <li>・2歳になると、恐さを顔や声や態度に表す。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2歳頃になると絵本(特に乗物)など好んで見るので、救急車や消防車、ハシゴ車等の絵本で知識を深める。</li> <li>・救急車や消防車と災害を結びつける教育をする。</li> </ul>
3 歳児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・恐さは分かるが注意力や判断力が未熟なため安全な行動をことが困難である。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・防災訓練を始める上で一番大切な時期である。</li> <li>・災害の時はすぐに大声で知らせ、必ず大人の指示に従う事を教える。</li> <li>・危険な場所、危険な遊びには、はっきりとした態度でやめさせる。</li> </ul>

4・5 歳児	<ul style="list-style-type: none"> <li>・興味がわき、怖いもの見たさに無鉄砲な行動をとる。</li> <li>・指示に従い、行動は素早くなる。</li> <li>・理解が早い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・防災教育を進めていく時期であり、分かりやすい言葉や方法で行う。</li> <li>① 方法 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ベルによる報知</li> <li>・大声による連呼、園内放送などで知らせる。</li> </ul> </li> <li>② 内容 <ul style="list-style-type: none"> <li>火災、地震、洪水、山崩れ、台風、落雷、光化学スモッグ</li> <li>※ 避難場所 <ul style="list-style-type: none"> <li>火災： 風上、広場、庭園</li> <li>地震： 机など四つ足のある物の下</li> <li>洪水： 高い場所</li> <li>山崩れ： 離れた場所、広場</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
-----------	--	--

**避難訓練**  
非常災害に備え、月に一度以上避難訓練をし、いざという時のために備える。  
訓練は定期的、抜き打ち的に実施し、時間帯や場面も変化をつけて試み、常に冷静な行動がとれるよう訓練を行うことが大切である。

避難 計 画	<ul style="list-style-type: none"> <li>・避難の方法は、建物の構造、周囲の状況、保育士数、子どもの年齢などを考慮して最も良い方法をとる。</li> <li>・避難体制、職員一人一人の動き、救急薬品、非常持ち出し、電源、ガスの元栓、通報など細かい事までよく話し合い、いつも確認し合う。</li> <li>・園独自の消防計画を作り、全職員が常に熟知しておく。</li> <li>・避難場所は2,3ヶ所決めておき、状況に応じて避難できるようにしておく。</li> </ul>
避難 の 方 法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・火災の場合 <ul style="list-style-type: none"> <li>・横抱き(0,1歳児)：2人の子どもを両脇にかかえて出る方法</li> <li>・リレー式(0,1歳児)：職員が混雑しやすい場所に並び子どもをリレーして避難させる方法</li> <li>・避難すべり台：すべり台の種類勾配にも関係するが、上と下に職員が必ずついていること。 2歳以上はくつのまま、駆け足で避難場へ行く。(室内では、押さない、走らない、しゃべらない)</li> </ul> </li> <li>避難場所への移動は乳母車、避難車、おんぶひもなどがあると便利。(0,1歳児)</li> <li>・地震の場合 <ul style="list-style-type: none"> <li>机などの下に誘導したり、頭の上に座布団を載せたりする。0,1歳児ではベッドの下に集めるのも良い。ガラスや物が落ちてこないような場所に誘導する。</li> </ul> </li> <li>・水害の場合 <ul style="list-style-type: none"> <li>園舎内の高い所へ誘導する。年齢の低い子どもから避難させる。階段では子どもが転倒しないように注意しながら、列をつくって速やかに移動する。</li> </ul> </li> <li>・台風や光化学スモッグの場合、情報をよく聞き室内で待機させる。</li> </ul>
保 育 士 の 心 構 え	<ul style="list-style-type: none"> <li>・初期消火、避難誘導、通報連絡、応急救護を役割分担し、臨機応変に行動できるようにしておく</li> <li>・子どもに不安や恐怖を与えないように落ち着いて働きかける。</li> <li>・笛を常備しておき、ラジオや懐中電灯などを用意しておく。</li> <li>・出席簿、緊急連絡簿、救急用具は必ず持って避難し、避難前・避難後に子どもの人数を確認する。</li> <li>・素早く避難させることが大切であるが、あわてて戸を開けると子どもがとび出すので気をつける。</li> <li>・訓練で事故を起こさないよう無理のないようにする。</li> </ul>

～命を守る土台作りを～

防災教育の基本は、子どもが危険を回避し、自分の身を守る術を身につけることにある。保育者は、子どもの発達段階に合わせて、防災に関する知識と避難行動が身につく機会や環境を作っていくことが大切である。

**防災教育を通じて教えたいこと**

パニックにならないための知識とこころ

- ・災害時に何が起るのか、どうすればいいか子どもなりに理解する。
- ・大きな音が鳴ったり揺れたりしても、「保育者に従えば大丈夫」という安心感をもつ。

自分の命を守るという意識

- ・災害による危険を知り、それを回避しなければいけないことを理解する。
- ・「危ない場所、危ない物だから近づかない」と判断できる力をつける。

災害時の集団行動のルール

- ・騒いだりしてはいけないことを理解する。
- ・保育者の呼びかけや誘導の意味を理解し、行動できる力をはぐくむ。

～訓練時だけでなく日常的な取り組みを～

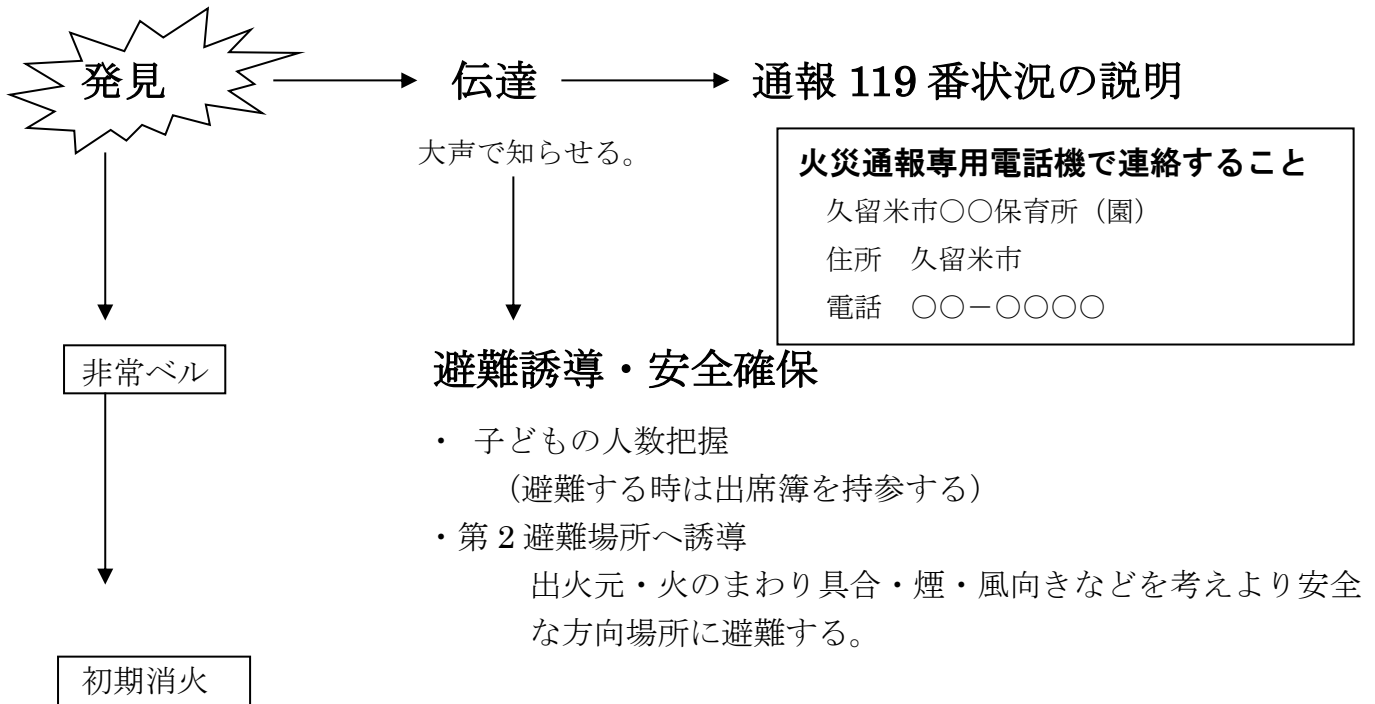
いざというとき、とっさに行動したり判断したりする力は、訓練したからといってすぐに身につくものではない。訓練での経験を基に、日ごろの生活や遊びを通じてフォローアップし、少しずつ身につけられる工夫をしたい。

**しっかり身につけるためのポイント**

- ・一度にたくさんのおぼえさせようとしない。
- ・一つのことを順序立てて説明し、必ず完結させる。
- ・子どもたちが理解しやすい、具体的な指示を出す。
- ・体や道具を使って、子どもの興味をひくように工夫する。
- ・楽しいだけではなく適度な緊張感をもたせて、集中させる。
- ・口で説明するだけではなく、体験・体感させる。
- ・保育者も子どもと一緒に動く。
- ・身を守るポーズなど、大切なことは繰り返し教える。
- ・訓練だけではなく、日ごろから防災に取り組む機会を作る。
- ・やりっ放しにせず、課題や反省点は次回に生かす。

# 火災、地震、風水害などの発生時の 対応マニュアル

## <火災>



## <地震>

### 地震発生

職員は戸を開け避難口の確保

### 避難誘導

・机、ロッカーなどの下に身を隠し、揺れがおさまるまで様子を見る。

・揺れがおさまり次第、一時園庭に避難する。

初動消火係・・・速やかに火の元を閉じ、揺れが収まってからガス等の点検

情報伝達係・・・施設の点検をし、園長(所長)へ報告

避難誘導・救護係・・・指示があるまで園庭で座って待機。施設内には安全が確認できるまで立ち入らない。

・安全と人数の確認。必要であれば2次避難する。 ※2次避難場所・・・〇〇体育館

## <風水害>

保育中に風水害及び台風が発生した場合

- ① 強風が予想される場合は、飛ばされるような植木鉢や玩具・その他飛ばされやすいものなどを点検し、固定又は撤去する。
- ② 強風や大雨の際は、保育室で園児たちが落ち着けるように配慮する。
- ③ 窓からできるだけ離れた場所で保育するようにする。
- ④ 停電の可能性も視野に入れ懐中電灯の準備と点検をする。
- ⑤ 風水害等により施設に被害が出た場合、園児の安全を最優先に被害のない箇所にて保育を行い、できるだけ早く保護者にお迎えの連絡をして引き渡すこと。
- ⑥ 翌日以降の保育所（園）の業務について、園長は子ども保育課と連絡をとり、保護者と職員に周知できるよう掲示及び連絡すること。

※緊急避難場所・・・〇〇体育館    〇〇小学校

## <落雷>

落雷は、発生する前に雷雲が発生し、天候の崩れから予測することができるので保育所（園）内にいる場合は建物へ速やかに避難する。

園外保育等の外出時に落雷を予測した場合は、以下のことを頭に入れて避難するのが望ましい。

- ① 落雷時前後は雨が降ることが予想されるが、雷（電流）は、物体の中を流れるとき、表面の方を多く流れ、中心部を流れる電流は少なくなるという表皮効果があり、このために雨宿り等で軒先や柱にいることは大変危険であるので待避場所は慎重に選択する。
  - \* 鉄筋コンクリート建築物、戸建て住宅などの本格的木造建築物に避難する。
  - \* 壁・天井・柱から1メートル以上離れて部屋の中央にしゃがんでいるのが良い。
- ② 周囲の木より高い木の幹に寄り添い雨宿りすることも避けたほうが良い。  
4メートル以上離れて姿勢を低くする。
- ③ 夏場プールに入っている時は、すぐ出ること。
- ④ 雷が遠いうちに避難することが大切。落雷が激しく逃げられないときは、その場でできるだけ姿勢を低くする。できれば寝そべる。
- ⑤ 雷ガードソケットをつけておく。