

監修

萩原佑亮 東京都立小児総合医療センター救命救急科 医長



答え①：浴室のドア：【誤】チャイルドロック機能がない 【正】チャイルドロック機能がある

浴室のチャイルドロックは、お子さんのシャンプーなどの誤使用、溺水といった事故の防止につながります。入浴後は、残り湯はなるべく捨てて、チャイルドロックをかけたうえで浴室のドアを閉めておくようにしましょう。なお、チャイルドロックは後付けも可能です。ご自宅の浴室のドアにチャイルドロック機能がない場合は、後付けで設置することをぜひご検討ください。

答え②：お風呂の温度：【誤】42℃ 【正】40℃

お風呂の温度は熱すぎるとお子さんの身体に負担がかかるため注意が必要です。特に赤ちゃんの場合は38～40℃に設定して入るようにしましょう。

答え③：タカちゃんの体調：【誤】体調が悪い 【正】元気にお風呂に入っている

お子さんが熱を出してしまったり、具合が悪かったりする日もあるかと思います。入浴は体力を消耗します。熱が高く、つらそうであれば入浴を控えるようにしましょう。多少熱があっても元気で本人が入りたがるようであれば、短時間で入るようにすると良いですね。入浴できないときでも、温めたタオルで優しく拭いてあげるだけでもさっぱりして気持ちが良いでしょう。お子さんの様子を見て決めるようにしてください。

答え④：保護者の目：【誤】タカちゃんから目を離している 【正】タカちゃんを見守っている

お風呂には必ず保護者の方が一緒に入り、目を離さずにいるようにしましょう。わずか数センチの水深でも溺れることがあります。保護者の方が頭を洗うときなどは会話をするようにし、目を離していても安全が確認できるように心がけましょう。忙しい毎日の中で、お風呂は家の他の場所よりも気を取られるものが少ないのではないのでしょうか。お風呂用のおもちゃで遊んだり、会話をしたりしながら親子のコミュニケーションの時間にできると良いですね。

答え⑤：入浴時間：【誤】30分 【正】5分

子どもは年齢が低いほど皮膚が薄く、大人に比べて深部体温が上がりやすいため、お風呂に長く浸かりすぎると深部体温が必要以上に上がり、熱中症と同じような状態になってしまうおそれがあります。お風呂に浸かる時間は、赤ちゃんであれば5分程度、幼児の場合でも5～10分くらいを目安にしましょう。

