

必ず!

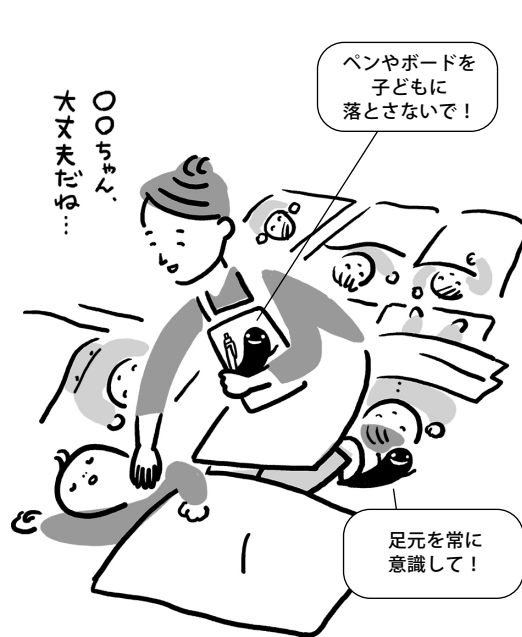
子どもは基本、
常にあおむけ寝。
(特に0歳、1歳クラス)



医師からうつぶせを勧められている子ども以外は、あおむけ寝(内閣府のガイドライン、2016)。うつぶせになった、なりそうと気づいたらあおむけに。息をしづらい時や吐きそうな時、吐いた後などは、保育者の近くに寝かせ、いつもの睡眠チェックよりもこまめに様子を見ましよう。

必ず!

睡眠(午睡)チェックを
定期的に。
子どもの健康の確認



睡眠チェックは、「いつもの〇〇ちゃんの様子(体温、汗、呼吸の様子など)」と比べて「あれ?今日はちょっと違うね」に気づくための大切な行動です。呼吸をしているか、だけのチェックではありません。「違う」に気づいたら、熱を測る、こまめに様子を見るなどしてください。

必ず!

窒息を防ぎましょう。



眠っている子どもの頭や顔のまわり、口の中に、口や鼻をふさぐもの、誤嚥につながるものはありませんか? ベビーベッドの中にタオルやぬいぐるみ、ガーゼ、ヒモ(状のもの)などはありませんか? 睡眠時のセンサー類のコードで窒息死した子どももいますので、コード類も要注意です。