

子ども家庭チェックシート

(発熱/咳/嘔吐・下痢/頭部外傷)

※本チェックシートは一般的な観察項目と受診の目安です。
具体的なことは医師の診察に従ってください。



呼吸が苦しそう

(ゼーゼー/吸うときに胸が凹む)



意識が普段と違う

(反応が鈍い/目が合わない)



出血が大量

止まらない

119または救急外来へ

基本情報

子供の名前: _____ 年齢: _____ 歳

発症日時: _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 時 _____ 分

主な症状: 発熱 咳 嘔吐 下痢 頭部打撲 出血 その他 _____

観察項目

① 体温: _____ °C (測定日時: _____) ② 呼吸: 普通 早い しんどそう

③ 飲食: 直近2時間での水分摂取量: _____ mL (少ない/普通/多い)

④ 排尿: 直近8時間でのオムツ交換回数: _____ 回 (減っていると要注意)

⑤ 嘔吐回数: _____ 回 下痢: _____ 回(性状: 水様便/粘血便)

⑥ 意識: 普段通り 眠そう 反応が鈍い

⑦ 出血/変形/腫れの有無: なし あり(詳細: _____)

症状別ワンポイント&受診目安



発熱: ぐったり・飲めない・痙攣・生後3か月以内・発熱が数日持続→**受診**



咳: 呼吸困難・唇が青い・呼吸が早い・呼吸時に胸部が凹んでいる→**救急**



頭部打撲: 複数回の嘔吐・意識障害・瞳孔非対称→**救急**

今すぐやるべき3つの行動

- 呼吸/意識の確認
- 出血は圧迫/ケガは動かさない
- 水分補給は少量ずつ

もし症状が軽くても要確認

- 24時間のトレンドは改善傾向か
- 飲めているか/排尿はあるか
- 不安なら夜間でも受信相談窓口へ連絡