



こんな症状でたら どうする？

医療機関を受診するか
迷ったときに



豊橋市小児救急ガイドブック

市民の皆さまへ

ガイドブックのご利用について



休日や夜間などに、お子さんが病気になったり、けがをして困った経験はありませんか。そんなときにどうすればよいのか迷うことがあると思います。

このガイドブックは、6歳くらいまでの乳幼児を対象として主な症状別に保護者の方が判断する一つの目安などを掲載しています。

いざという時に、あわてずに対処できるようこのガイドブックをすぐ取り出せる場所に保管しましょう。

緊急時以外は、診療時間内にかかりつけ医を受診しましょう



休日・夜間の救急病院等は、緊急性の高い重症患者を受け入れるための施設です。軽い症状にも関わらず「平日の昼間は仕事があるから」「待ち時間が短いから」などの理由で、軽症患者が多く受診されると重症患者の対応に支障をきたすおそれがあるとともに、さらに医療スタッフの負担も大きくなることで救急医療体制が維持できなくなります。

また、休日・夜間は割増料金で医療費が高くなります。緊急時以外は、診療時間内にかかりつけ医を受診しましょう。

もくじ

救急医療体制について.....	1
小児科医の上手なかかり方.....	2
小児科専門医のいる市内診療所.....	3
くすりのこと.....	5
熱が出た.....	6
下痢をした.....	7
吐いた.....	8
おなかが痛い.....	9
せきが出る.....	10
発疹が出た.....	11

ちょっと調べたいときに...

ホームページ

～救急ナビっち～

- 豊橋市、豊川市、蒲郡市、田原市の4市共同で作成したホームページです。
- 救急医療に関する各種情報及び休日当番医などが確認できます。



豊橋市



豊川市



蒲郡市



田原市

<http://www.city.toyohashi.lg.jp/14844.htm>



救急医療体制について

軽症救急患者 (急な発熱など)



第1次救急医療施設

家庭では処置できない軽症患者

豊橋市休日夜間急病診療所

(注意)

- 内科、小児科以外の症状(やけどやケガなど)は診療できかねますのでご注意ください。
- かかりつけ医を受診するまでの応急処置のため、くすりも1日分程度の処方です。

内科・小児科

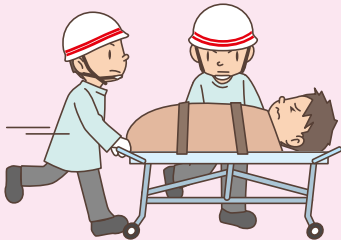
在宅当番医 (外科、産婦人科、耳鼻咽喉科、眼科の市内開業医)

※広報とよはし(毎月1日発行)に掲載

※医師の都合により当番が変更になる場合があります。

内科・小児科
以外科

重症救急患者 (骨折など)



第2次救急医療施設

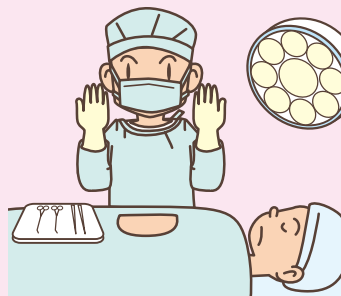
手術・入院を必要とする重症患者

症状により

症状により

症状により

重篤救急患者 (心筋梗塞など)



第3次救急医療施設

第1次、第2次救急医療施設で処置できない重篤患者
豊橋市民病院救命救急センター

救急医療体制は、都道府県が医療計画に基づいて患者の症状(重症度)に応じて第1次、第2次、第3次救急医療施設で患者の受入体制を取っています。

『第1次救急医療施設』は、入院の必要はないが、家庭では処置できない比較的軽症患者を対象としています。市内には休日夜間急病診療所(内科・小児科)や当番診療所等(外科・産婦人科・耳鼻咽喉科・眼科)があります。

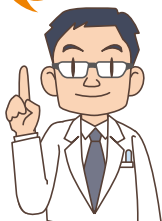
『第2次救急医療施設』は、緊急手術・入院が必要な重症患者を対象としています。第1次救急医療施設とは違い、豊橋市内だけではなく、豊川市・蒲郡市・田原市の広域で救急医療を守っています。

『第3次救急医療施設』は、第1次、第2次救急医療施設では処置できない脳卒中、心筋梗塞、頭部損傷など高度な医療を必要とする重篤な患者が対象となります。豊橋市民病院は、豊橋市だけではなく東三河地域から重篤な救急患者を受け入れています。

※2次3次医療機関の中には、紹介状なしで受診した場合に選定医療費がかかる場合がありますのでご注意ください。

小児科医の上手なかかり方

POINT 1



診療時間内に受診しましょう

- いつも診察をしてくれる「かかりつけ医」に診てもらいましょう。
- かかりつけ医なら、お子さんのことを的確に判断でき、カルテの情報などから総合的に判断し、適切な治療が受けられます。

かかりつけ医のメリット

- 子どものかかった病気、接種済みの予防接種などを知っている。
- 体質を知っている。(アレルギー・くすりの好み・ひどくなりやすい症状など)
- 子どもが安心できる。
- 保護者の不安や希望を伝えやすい。

など

POINT 2



子どもの症状や様子のわかる人が連れて行きましょう

- 発熱の経過、食事の状況、機嫌、飲ませたくすりなどについて説明することが必要です。

POINT 3



病院に必ず持っていくもの、持っていくと便利なもの

必ず持っていくもの

- 母子健康手帳、保険証、子ども医療費受給者証、診察券、お財布、お薬手帳(服用している薬や品名のわかるもの)

持っていくと便利なもの

- 便の状態がおかしい時は、おむつごとビニール袋に入れるか、カメラや携帯電話等で写真に撮って持っていく。
- 体温表(グラフ)、紙おむつ、タオル、着替え、汚れ物を入れるビニール袋、ミルクやお茶、待ち時間のためのオモチャや絵本など

POINT 4



診察で伝えること、たずねられること

- いちばん気になる症状は何ですか？
- くすりや食べ物のアレルギーはありますか？
- その症状はいつからありますか？
- 体温(体温表)の変化はどうですか？
- 家族や遊び友達に同じような症状はありませんか？

小児科専門医のいる市内診療所

番号	医療機関名	住所	電話番号	診療時間等							備考
				診療時間	月	火	水	木	金	土	
1	あすまだこどもクリニック	東田町字西脇133-1	(0532) 56-1788	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○	予約制のため要電話確認
				16:00～18:00	○	○	○	○	○	○	
2	大谷小児科	中岩田2-15-2	(0532) 64-3000	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				8:30～12:00	○	○	○	○	○	○	
				15:00～18:00	○	○	○	○	○	○	
3	大林こどもクリニック	草間町字東山134-2	(0532) 39-0888	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	
				14:15～15:30	※	★	※	※	※	※	
4	かわい小児科	西高師町字沢向3-1	(0532) 26-2625	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	
				14:00～15:00	※	※	※	★	※	※	
5	かわぐちこどもクリニック	牟呂町字大塚86-1	(0532) 44-1810	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				10:00～13:00	○	○	○	○	○	※	
				15:30～18:30	○	○	○	○	○	○	
6	小石チルドレンクリニック	つつじが丘2-9-10	(0532) 66-1515	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				9:00～12:00	○	○	○	※	○	○	
				16:00～18:00	○	○	○	○	○	○	
7	こどもクリニックぽっぽ	西小鷹野4-8-7	(0532) 69-3220	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				9:00～12:00	○	○	○	○	○	※	
8	さかとクリニック	大手町101	(0532) 52-5146	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				8:45～11:45	○	○	○	○	○	○	
				14:45～17:45	○	○	○	○	○	○	
9	富田小児科	大崎町字広沢85-1	(0532) 25-3200	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	
				17:00～19:00	○	○	○	○	○	○	
10	野村小児科	東脇3-2-15	(0532) 32-1150	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				8:30～12:00	○	○	○	○	○	○	
				14:30～15:30	※	※	※	※	※	※	
11	パークベルクリニック	南松山町153	(0532) 56-0080	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				9:30～12:00	○	○	○	○	○	○	
				午後	※	※	※	※	※	※	
12	マミーローズクリニック	高洲町字森下1	(0532) 34-0887	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	
				14:00～16:00	※	※	※	※	※	※	
13	みやざわ小児科	高師石塚町字石塚11-22	(0532) 47-1868	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
				8:30～12:00	○	○	○	○	○	○	
				14:00～15:00	※	※	※	※	※	※	

※診療時間など、変更している場合がありますので、受診する前に必ず医療機関にお問い合わせください。(令和7年9月現在)
公益社団法人日本小児科学会専門医名簿より

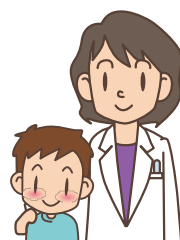
市内の小児科専門医の案内

お子さんが小さい時は、病気以外にも予防接種、健康診査、育児相談等小児科受診の機会が多くあります。ここでは小児科専門医のいる医療機関リストを掲載しています。かかりつけ医を見つけるのに、ぜひ役立ててください。

子どもの調子がおかしいかな？と思ったら、早めにかかりつけ医にかかるようにしましょう。

小児科専門医とは

小児医療に関して広い知識と高度な技量を備え、多くの経験を持つ医師として、5年以上の専門研修を受け、資格審査ならびに試験に合格して、日本小児科学会が認定した医師のことです。



小児科専門医マップ



救急医療体制

小児科医のかかり方

小児科医療情報

お薬の飲み方

熱が出た

下痢をした

吐いた

おなかが痛い

せきが出る

発疹が出た

知って得する!

くすりのこと

先輩パパ・ママからのちょこっとアドバイス

くすりを飲むとき、まだおしゃべりできないような子どもでも“ばい菌をやっつけるおくすり飲むよ〜”などの声かけをしてから飲ませてみてください。子どもなりにおくすりを飲むと調子良くなるのがわかってくると、だんだんくすりを飲むことに抵抗がなくなりますよ。

Q 1日3回のくすりはいつごろ飲めばいい?

A 8時間ごとに飲むのが理想的です。間隔が長くならないようにするのがポイントです。2〜3時間のズレは気にしないで良いです。※1日3回のくすりは、8時間の間隔が空かなくても3回服用してください。

●7時起床、21時就寝のお子さんの場合

あさ▶起きてすぐ(7時ごろ)

ひる▶14時ごろ(保育園でくすりが飲めない場合は引き取り後すぐに飲ませましょう)

よる▶21時ごろ(ねる前)

Q くすりを吐いてしまったら?

A くすりを飲んですぐ吐いた場合は、もう一度同じ量のくすりを飲ませましょう。(但し、吐いた後は30分くらい休憩してからくすりを飲ませてください。)

服薬して30分以上たっていたら、くすりは吸収されているので、そのままで大丈夫です。

くすりの種類が多い場合は、何回かに分けて飲ませましょう。



Q くすりに何か混ぜても良いですか?

A 大丈夫です。くすりは水と一緒に服用する時に吸収率が良くなるように調整されています。牛乳などと一緒に飲むと少し吸収が悪くなる場合がありますが、くすりが全く飲めないのでは治療になりませんので、工夫して飲ませてあげましょう。

ただし、3歳くらいまでは、ハチミツを混ぜてはいけません。「乳児ボツリヌス症」という病気になるおそれがあります。



Q 空腹時に飲ませて大丈夫?

A 大丈夫です。大人のくすりと違って通常の服薬量で胃を荒らすことは殆どありません。ただし、おう吐、下痢などがある時は、胃腸が弱っていることが多いので、服薬後30分くらいは食事を控えた方が良いでしょう。



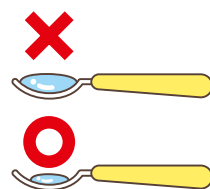
Q こなぐすりを嫌がったときは?

A 赤ちゃんの場合は、少量の水で練ってペースト状にして赤ちゃんの上あごや頬の内側に付けて白湯(さゆ)やミルクを飲ませてくすりが残らないようにしましょう。

幼児の場合は、水に溶かし、砂糖を加え冷凍庫でシャーベット状にして飲ませてみましょう。

Q シロップ剤の飲ませ方のコツは?

A 1回にたくさんのくすりを口に入れないことです。スプーン3分の1くらいを口の奥の方へいれます。ガムシロップでトロミをつけると吐きだしにくくなります。



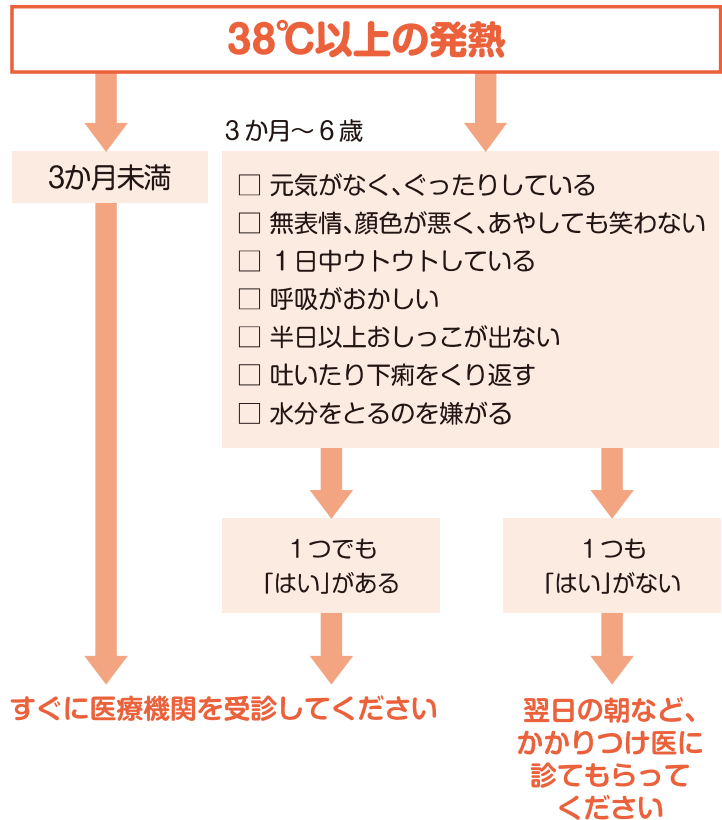
Q くすりが一度に飲めない場合は?

A まず飲めるくすりから飲ませましょう。少し経ってから次のくすりを飲ませてみましょう。

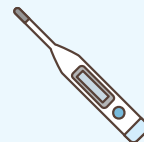


出典:医療法人 小泉重田小児科

熱が出た



- 発熱時は、こまめに水分補給にこころがけ、寒がっていないければ冷却ジェルや小さな保冷剤等で首・わきの下や股の付け根など太い血管が集まっている箇所を冷やしましょう。体温がさらに上がってくる場合は、上記を参考に対応して下さい。
- 朝晩の平熱を知っておきましょう。
- わきの下の汗をふいてから体温を測りましょう。
- 熱に気づいたら、30分後にも測りましょう。
- 水分を十分に補いましょう。
- 厚着をさせるのはやめましょう。
- 熱のために眠れなかったり、苦しそうであれば解熱剤を使用しても良いでしょう。ただし、解熱剤を使用しても病気そのものは治りません。また、解熱剤の中には小児に使ってはいけないものがあります。お子さんに合った解熱剤の使い方をかかりつけ医に確認しておきましょう。



下痢をした

救急医療体制

小児科医の
かかり方

小児科医情報

お薬の飲み方

熱が出た

下痢をした

吐いた

おなかが痛い

せきが出る

発疹が出た



- ☐ 元気がなく、ぐったりしている
- ☐ くり返し吐く
- ☐ くちびるや舌が乾いている
- ☐ 便に血が混じっている
- ☐ 半日以上おしっこが出ない
- ☐ 活気がなく、だるそうにしている
- ☐ よく眠れず、ウトウトしている
- ☐ 水分をとりたがらず機嫌も悪い
- ☐ 目がくぼんでいる
- ☐ 激しくおなかを痛がる



1つでも
「はい」がある

すぐに医療機関を
受診してください

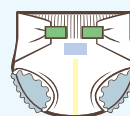
1つも
「はい」がない

翌日の朝など、
かかりつけ医に
診てもらってください

アドバイス



- 下痢便の回数、様子(血便、粘血便、水様便などや硬さ、臭い、色)を記録しましょう。
- いつもと変わった便は、受診の際に持参しましょう。写真を撮っておくのも良いでしょう。
- 食事量、水分量を記録しましょう。
- 水分・塩分・糖類が失われるので、経口補水液や子ども用イオン水などを上手に利用しましょう。
- 初期の食事は、おかゆ・うどん・リンゴのすりおろしなどが良いです。
- 赤ちゃんの食事は母乳・ミルクでも良いです。
- おむつは汚れたらすぐに取り替え、お尻をいつも清潔に保ちましょう。
- 便に触れたらすぐ手を洗いましょう。(30秒以上。石けんを使用しましょう。)



吐いた



- ☐ 半日以上おしっこが出ない
- ☐ くちびるが乾いている
- ☐ ぐったりしている
- ☐ 緑色の液体を吐いた
- ☐ おなかがはっている、しこりがある
- ☐ くり返し吐く
- ☐ 激しく泣く



1つでも
「はい」がある

すぐに医療機関を
受診してください

1つも
「はい」がない

翌日の朝など、
かかりつけ医に
診てもらってください

外傷、打撲後に吐いた場合は、その部位に適した診療科
の受診をおすすめします。

頭部打撲 ▶ 脳神経外科
腹部打撲 ▶ 外科

アドバイス



- 吐いている時や吐いた直後は、顔色は悪いものです。しばらくして(目安: 15分程度)顔色やくちびるの色が良くなれば慌てることはありません。
- 症状が落ち着いてから(目安: 吐いてから1～2時間後)、イオン飲料※、リンゴ果汁、リンゴのすりおろしたものなどを小スプーンで5～6杯(30ml)程度を一口ずつゆっくりとあげてみましょう。
- ※イオン飲料はブドウ糖と塩分がバランスよく含まれるものがおすすめです。
- 水分がとれるようになったら、おかゆやうどんを柔らかく煮込んだものなどを少しずつ食べさせると良いでしょう。



おなかが痛い

救急医療体制

小児科医の
かかり方

小児科医情報

お薬の飲み方

熱が出た

下痢をした

吐いた

おなかが痛い

せきが出る

発疹が出た



- ☐ 泣きやまない、またはくり返し泣く
- ☐ だんだん痛みがひどくなる
- ☐ おなかが硬く、はっている
- ☐ 押すと痛みが激しくなる
- ☐ 便に血が混じっている
- ☐ 排便しても痛みが軽くない
- ☐ おなかをぶつけた後から痛くなった
- ☐ 陰のうや股の付け根がはれている
- ☐ くり返し吐く
- ☐ 茶色や緑色のものを吐いた



1つでも
「はい」がある

すぐに医療機関を
受診してください

1つも
「はい」がない

翌日の朝など、
かかりつけ医に
診てもらってください

おなかをぶつけた後で痛みが強くなってきた場合は、
直ちに外科系医療機関を受診してください。

アドバイス



- おなかを触って痛むところを確かめましょう。
- おなかを締めつける衣服はやめましょう。
- 痛み方の様子、息の臭さを観察しましょう。
- 排便で治ることがあります。トイレへ行かせてみましょう。
- 3～4日以上排便がなければ浣腸してみましょう。
- 食事は吐き気に注意して、塩分、糖分を含んだ飲み物を少しずつ与えましょう。
- 食べ過ぎや風邪のときは、おなかを温めてみましょう。



せきが出る



- ☐ 声がかすれ、オットセイや犬の鳴き声みたいにせき込む
- ☐ ゼーゼー、ヒューヒューいう
- ☐ 息苦しそうに見える
- ☐ 呼吸がはやい
- ☐ とてもぐったりしていて、ウトウトしている
- ☐ 口の周りやくちびるが紫色になる(いわゆるチアノーゼ)
- ☐ せきがひどくて眠れない

1つでも
「はい」がある

すぐに医療機関を
受診してください

1つも
「はい」がない

翌日の朝など、
かかりつけ医に
診てもらってください

救急医療体制

小児科医の
かかり方

小児科医療情報

お薬の飲み方

熱が出た

下痢をした

吐いた

おなかが痛い

せきが出る

発疹が出た



- 呼吸数、息づかい、顔色、手足の温かさ、爪の色を観察しましょう。
- 水分や食事は少しずつ繰り返し与えましょう。
- 立て抱きにしたり、寝るときには布団で上半身を少し高くし、横向きに寝かせましょう。
- 部屋の湿度は50～60%を目安に、ほこりを立てないようにしましょう。
- 煙・臭いをなくし、窓をときどき開けて新鮮な空気と入れかえましょう。
- 禁煙をこころがけ、子どもの前でたばこは吸わないようにしましょう。

発疹が出た

救急医療体制

小児科医の
かかり方

小児科医情報

お薬の飲み方

熱が出た

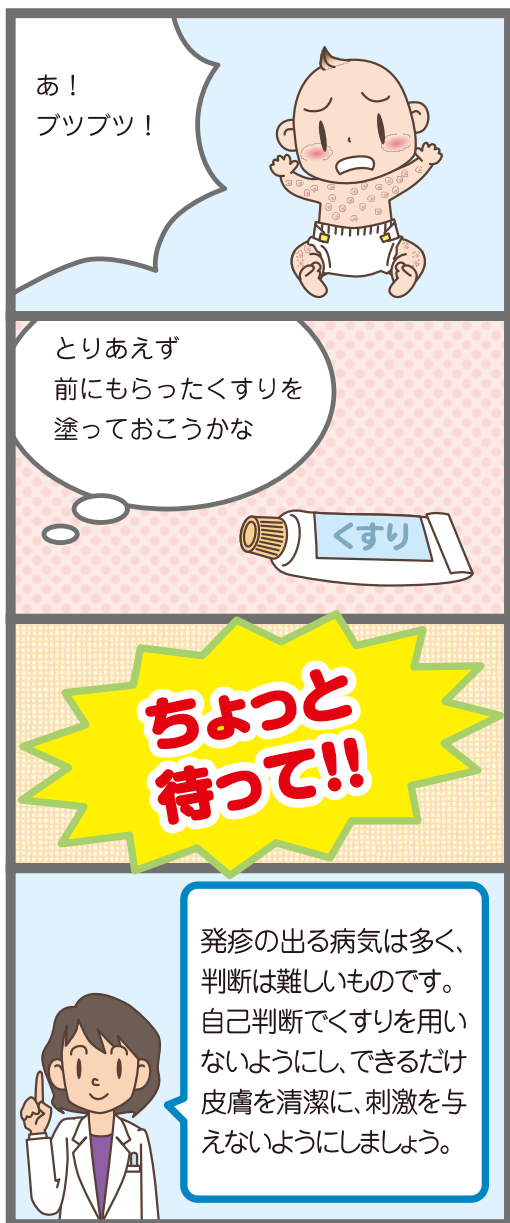
下痢をした

吐いた

おなかが痛い

せきが出る

発疹が出た



- ☐ 顔やくちびるがはれぼったい
- ☐ 息苦しく声がかすれてきた
- ☐ 暗い紫色の小さな点々が膝から下に出ている
- ☐ 鼻血が出ている
- ☐ 関節がはれて痛がる
- ☐ ぐったりして元気がない
- ☐ 強いかゆみがある
- ☐ おなかを激しく痛がる



1つでも
「はい」がある

すぐに医療機関を
受診してください

1つも
「はい」がない

翌日の朝など、
かかりつけ医に
診てもらってください

ほかの子どもにうつしてしまう病気の可能性があります。受診する場合は、受付で発疹が出ていることを伝えましょう。

アドバイス



- かゆみがある場合は冷やすと少しやわらぎます。冷水にさらして絞ったタオルなどを患部にあててみましょう。(温めたり爪で引っかかないようにしましょう。)
- かきむしらないように、爪は短く切っておきましょう。
- 感染症(水ぼうそうや手足口病など)の場合でも、水分がとれていれば夜間にあわてて受診しなくても大丈夫です。

我が家のかかりつけ医一覧

診療科目 小児科

医療機関名

電話番号

診療時間

休診日

診療科目

医療機関名

電話番号

診療時間

休診日

診療科目

医療機関名

電話番号

診療時間

休診日

診療科目

医療機関名

電話番号

診療時間

休診日

医療機関に受診するか迷ったときは…

お子さんの病気やケガで医療機関に受診するか対処に迷ったとき

小児救急電話相談 月～金：午後7時～翌朝8時まで

#8000または**052-962-9900** 土・日・祝日・年末年始：午前8時～翌朝8時まで

どうしても医療機関が見つからないとき

(例 ・かかりつけ医が休診日のとき ・かかりつけ医が午前診と午後診の間の休診時間のとき)

愛知県救急医療情報センター

0532-63-1133 365日24時間対応

あいち救急医療ガイド

検索

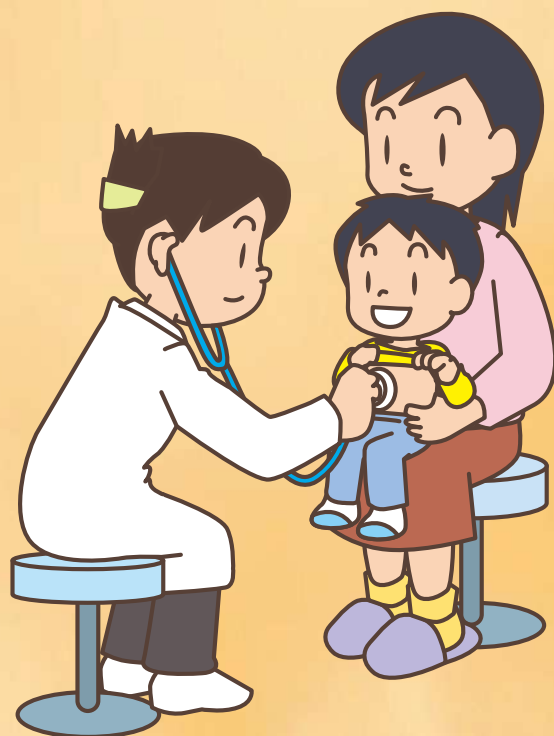
<http://www.99.pref.aichi.jp>

医療情報ネット(ナビィ) <http://www.iryuu.teikyouseid.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize>



洗剤、殺虫剤などの誤飲事故があったとき

日本中毒情報センター **072-727-2499** 365日24時間対応



**この症状別対処法は、あくまでも目安であり、
一般的な内容となっています。**

豊橋市小児救急ガイドブック

編集 豊橋市医師会 小児保健委員会

発行日 令和7年11月

発行 豊橋市健康部保健所保健医療企画課

〒441-8539 豊橋市中野町字中原100番地

電話 0532-39-9111 FAX 0532-38-0780