

てさてごふれあいニュース10月



外に出るとさわやかな気温と空気で、過ごしやすい季節になりました。夏に暑くて外で遊べなかった分、親子で外遊びを楽しんでみてください。外遊びは、こどもの発達を促す良い刺激がたくさんあります。お散歩したり、どんぐり拾いや栗拾い、葉っぱ集め、ボール遊びなど、楽しい遊びを親子で考えてみましょう。

乳幼児のけいれんの話

乳幼児期は、どもの成長・発達が目覚ましい時期であり、同時に体の仕組みが未熟なため、様々な症状が現れやすい時期でもあります。その中でも「けいれん」は、突然起こることが多く、パパやママにとって心配な症状の一つです。しかし、乳幼児期に見られるけいれんの多くは一過性であり、後遺症を残すことはほとんどありません。

■けいれんとは・・・

脳の異常な電氣的活動により筋肉が意識とは関係なく収縮する状態です。乳幼児期（0～6歳）は、脳が発達途中と言うこともあり、成人と比べてけいれんが起こりやすい時期と言われています。けいれんは突然始まり、一定時間継続します。意識レベルの低下を伴うことが多く、手足の硬直やガクガクした動き、目の動きの異常（白目をむく、視線が定まらないなど）、呼吸の乱れや一時的な停止などの症状がみられます。

■乳幼児期に起こるけいれんの原因

乳幼児期で最も多くみられるのは熱性けいれんです。熱性けいれんは生後6か月から6歳ころに多く、とくに1～2歳でピークを迎えます。発熱に伴って起こり、通常38度以上の発熱時に見られます。多くは5分以内に自然に止まり、遺伝的要素がある場合が多いとされています。

熱性けいれんは、単純型と複雑型に分類され、単純型は15分以内で全身性、24時間以内の再発が無いものです。一方複雑型は15分以上継続したり、焦点発作（脳の一部の領域に異常な電気興奮が生じて起こる発作）であったり、24時間以内に再発するものを指し、てんかんに移行する確率が単純型と比べて高くなります。また、けいれんが長く、熱がなく、入浴だけでもけいれんが起きてしまう際には熱性けいれんではなく、ドラベ症候群と言う特殊なてんかんの可能性もあるため、医師に相談しましょう。

けいれんは、熱だけでなく、下痢や泣いたときにも起こることがあります。また、低血糖、感染症、代謝異常など様々な要因によりけいれんすることがあります。

■けいれん時の対応

こどもがけいれんを起こしたとき、まず大人が落ち着くことがとても大切です。慌ててしまうと冷静に判断ができなくなってしまいます。深呼吸して、気持ちを落ち着かせ、こどもの安全を確保し、けいれんが続いている間は、こどもの様子をよく観察しましょう。けいれんを起こしている間にこどもの口の中に物を入れたり、水や薬を飲ませることは誤嚥やけがの原因となりますので避けましょう。けいれんが、5分以上続くようなら、救急車を呼びましょう。けいれんがすぐにおさまったとしても、必ず小児科を受診し、予防方法などを医師から教えてもらっておくと安心です。

（表）けいれん時の対応方法

対応内容	具体的な対応
安全の確保	周囲の危険物を移動させ、平らで安全な場所に寝かせる。首元やおなかまわりの衣服をゆるめて呼吸を楽にする。
様子を観察・記録する	けいれんが始まった時間を確認する。どの部位が動いているか、左右差があるか、呼びかけに反応するか（意識）、顔色、呼吸の様子など観察する。けいれんの様子を動画に撮れそうなら撮り、診察時医師に確認してもらう。
避けること	口の中に物を入れる、体を押さえつける、無理に起こす
救急車を呼ぶ目安	けいれんが5分以上続く、呼吸が止まっていて、顔色が悪い、けいれん後に意識が戻らない。

「スポーツの秋」と「勉強の秋」に 講座など・・・いろいろご紹介

パパといっしょにあそぼう！
家族みんなでリフレッシュ♪

パパやママやおじいちゃん、おばあちゃんの参加もお待ちしています♡

日時 令和7年10月19日（日）
10：00～12：00

場所 北広島町まちづくりセンター ホール
（北広島町有田1234番地）

対象者 未就学児とその保護者

内容 ○親子でのふれあいあそび
アールスポーツクラブ 郷田コーチ
○親子でヨガ
サロントキ 竹岡マリ先生
＊同じフロアにスタッフがおります。
サポートします♡

お問い合わせ
北広島町役場 こども家庭課
子育て支援係
☎0826-72-7350

お申し込みはこちらから

里親子の写真展

里親と里親の元で暮らす子どもたちのくらしの写真とエピソード

子どもが生まれる前から里親のボスターなどを見て売っていただきました。子どもが生まれて落ちついた頃に、わが家は養護の家だけど、里親の家だからこそできることがあるのではないかと思い、やってみようと思いました。

入場無料

2025/10/17（金）- 11/14（金）

北広島町図書館 本館
ギャラリースペース

里親を知ろうカフェ♪

10/25（土）10:30～11:30
11/14（金）13:30～14:00

場所：北広島町図書館本館ギャラリースペース
里親制度のことや体験談の紹介などを飲み物を飲みながらざっくばらんに話しますのでお気軽にご参加ください。
出入り自由、参加無料です。

社会福祉法人広島修護院
里親支援センターからふる
〒732-0047
広島市東区尾島西2丁目8-1
☎082-261-1356

食育講演会

「転ばぬ先の食事術 骨粗しょう症を予防しよう！」を開催します。
骨密度をあげる食事のコツを学びましょう！

日時：11月14日（金）午後2時～3時30分
場所：北広島町まちづくりセンター
講師：安田女子大学 家政学部 管理栄養学科 伊藤 圭子先生
参加費：無料

託児もあります！（託児は電話でお申し込みください）

お申し込みはこちら QR コードから ⇒



令和7年度 食育講演会
転ばぬ先の食事術
骨粗しょう症を予防しよう

骨粗しょう症とは、骨密度が低下し、骨折しやすくなる病気です。骨密度を上げる食事のコツを学びましょう！

講師：安田女子大学 家政学部 管理栄養学科 伊藤 圭子氏

日時：11月14日（金）
午後2時～3時30分
場所：北広島町まちづくりセンター
（北広島町有田1234）

※託児あります（要予約）
※要申込み 申込みはこちらから
問い合わせ・申込み：北広島町役場 町民保健課
☎0826-72-7350