

### ウェブサイトも見てね!



#### 「東京都子どもセーフティプロジェクト」ウェブサイト

こちらのウェブサイトでは、子どもの事故予防に関する東京都のさまざまな取組を発信しています。



#### リンクマーク

リンクマークが付いている部分をクリックすると、東京都が取り組んでいる事故予防のくわしい内容を見ることができるよ。

このハンドブックは、編集検討委員会の委員からのご意見をいただきながら制作しました。

#### 協力 「子供の事故予防に関するハンドブック」編集検討委員会委員(敬しょう略)

国立研究開発法人産業技術総合研究所 主任研究員

株式会社SPACE 代表取締役CEO

国立大学法人東京学芸大学 教授/学長補佐

株式会社ダंक「やさしい日本語プロジェクト」リーダー

合同会社Art&Arts社長「子ども六法」著者

大野 美喜子

福本 理恵

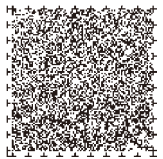
小森 伸一

森 順一郎

山崎 聡一郎

このハンドブックは、国分寺市立第十小学校、千代田区立翹町小学校の児童のみなさんといっしょに考え、制作しました。

みんな、  
ありがとう!



音声コードけいさい

この冊子には音声コード「Uni-Voice」が、各ページに印刷されています。スマートフォン専用アプリなどで読み取ると、音声で内容が確認できます。

2024年3月発行

編集・発行/東京都子供政策連携室  
企画調整部 企画調整課

〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号

電話 03(5388)3812

※けいさいの情報は2024年2月現在のものです。

※イラストはすべてイメージです。

※本冊子けいさいのイラスト・図の無断複製・転載・複製・借用などは著作権法上の例外を除き禁じます。

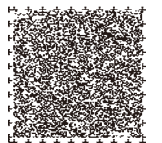
# こどもの事故予防ハンドブック / カエル先生にきく「変えられるもの」

これをこうかえる

ステップ  
2



このステップ2では、主に小学校高学年を対象に、事故の具体例を学びます。



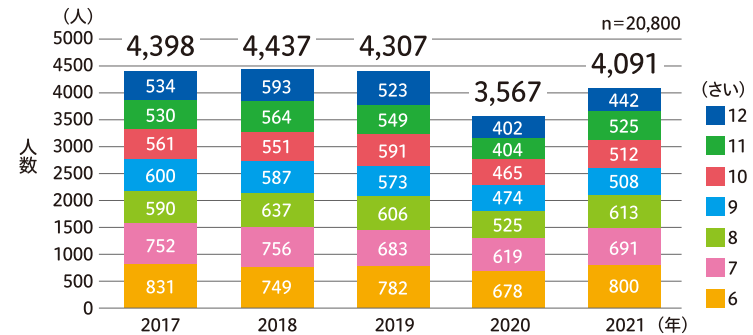
音声コードけいさい

学校やお家で、  
色々な事故が起きている。

軽いケガで済むこともあれば、  
大きなケガにつながることもある。  
気を付けていても、  
事故にあってしまうことはあるんだ。

東京の小学生だけでも、  
毎年4,000人くらいが事故で  
病院に運ばれているよ。

6～12歳の救急はん送人数(東京消防庁管内)

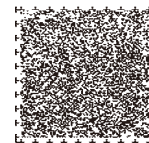


カエル先生

かん境や行動を「かえる」ことで  
こどもの事故を減らしたい  
と思っている



身近な事故を考えてみよう

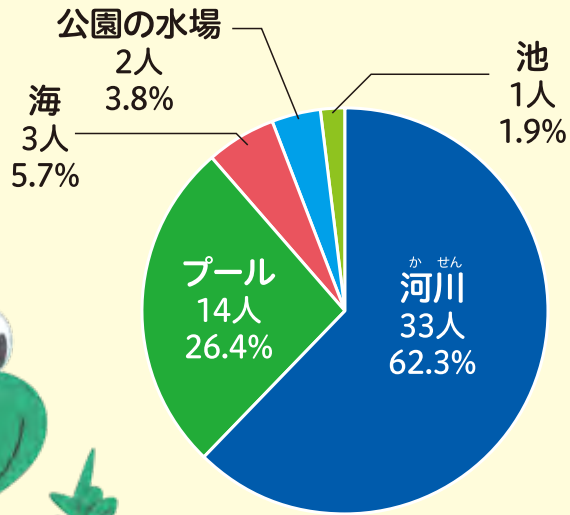




# 川で遊んでいたら、おぼれてしまった。

こんなに危険!

## 「おぼれる」事故の発生場所別人数 (2018~2022年)



川でおぼれることが一番多いだね

出典: 東京消防庁ホームページ  
「河川やプール等での水の事故を防止しよう」  
<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/topics/season/river/index.html>

その子は、川で遊んでいたんだ。

ちょっとだけ水遊びをするつもりだったけど、急に深くなっているところに足をふみ入ってしまった。そして、おぼれてしまったんだ。

あぶ危ない!



どうすれば、事故を予防できる?





# 川でおぼれないよう、ライフジャケットを着けよう。

夏になると、川で水遊びやバーベキューをする機会が増えるよね。もし深いところに落ちたら、おぼれてしまうかもしれない。

でも、ライフジャケットを“着けない”から“着ける”に「変える」だけで、おぼれることを防げるようになるんだ。

何かを「変える」ことで事故を予防することができる。だから、「変えられるもの」を考えることが大切なんだ。

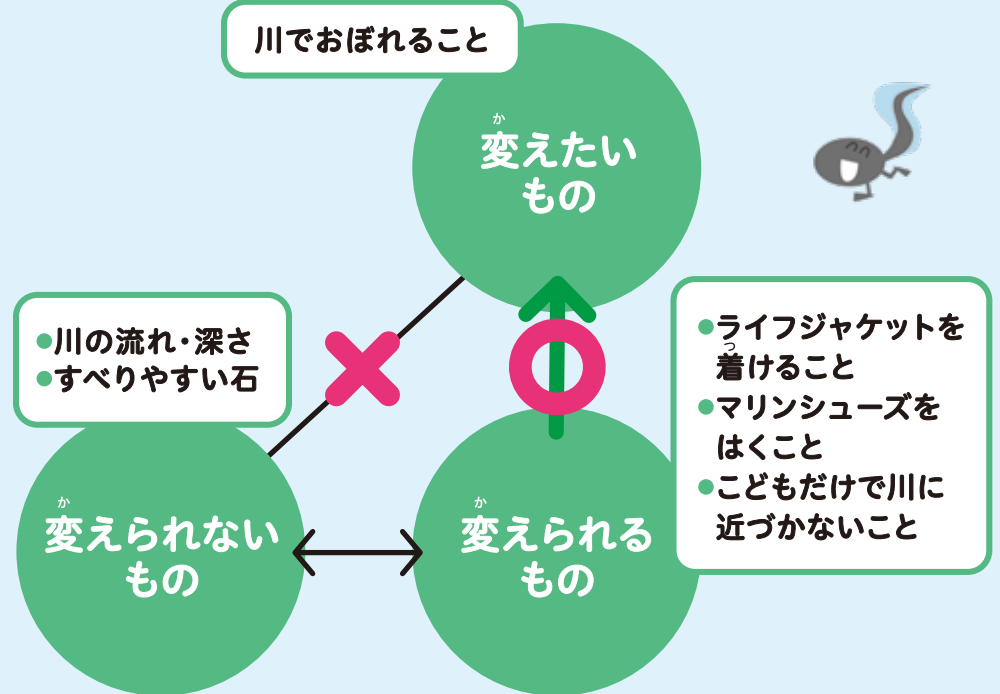
「変える」時のポイントは3つ

これらをかえる

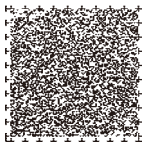
## 3つのE (イー)

- ① 「危ないところを直す」  
**E**nvironment (エンバイロメント)
- ② 「教え合う」  
**E**ducation (エデュケーション)
- ③ 「ルールを**変**える」  
**E**nforcement (エンフォースメント)

川でおぼれること



起きやすい事故を知ろう



ケース 1

落ちる



9

あぶ

つの「危ない」で

# 「変えられるもの」 を考える



ケース 2

ころぶ



ケース 3

ものが  
つまる等



ケース 4

ぶつかる



ケース 5

はさむ・  
はさまれる



ケース 6

やけど



ケース 7

切る・ささる



ケース 8

かまれる・  
さされる

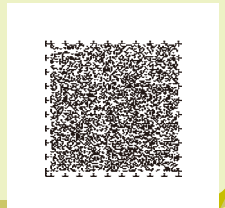


ケース 9

おぼれる



※この9つの「危ない」は、東京消防庁の「日常生活における事故」の分け方です。  
※P9～11のケース1～3には、それぞれの事故の要因として多かった上位5つがのっています。  
出典：「救急はん送データから見る日常生活事故の実態」(2021年)



一つひとつ考えてみよう

# 落ちる

何をか変えれば、遊具から落ちないだろう？



## ココからか変えてみよう

- ブランコに手をはなして乗らない
- ジャングルジムの上では手をはなさない
- すべり台は逆走しない
- ほかにもあるか考えてみよう

東京消防庁のホームページに、遊具の使い方について説明している動画「知ろう!! 日常にひそむ危険!!【小学生編】」があるよ。見てみよう。📺

# ころぶ

何をか変えれば、エスカレーターでころばないだろう？



## ココからか変えてみよう

- 必ず黄色い線の内側に立つ
- すき間にクツひもがはさまれないように気を付ける
- ほかにもあるか考えてみよう

スケートボードに乗っている時の転とうにも注意しよう。遊ぶ前には、まずヘルメットとプロテクターを着けて準備体操をするんだ。禁止されている場所では遊んじゃだめ。必ず確認しようね。

ケガをしやすい場所を知っておこう



## 「落ちる」の要因よういん

小学生(6~12さい)の「落ちる」事故で、多かった上位5つの要因はこれだよ。

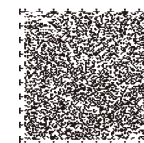
- |         |               |
|---------|---------------|
| 1位 階段   | 4位 フェンス・かべ・へい |
| 2位 うんてい | 5位 鉄棒         |
| 3位 すべり台 |               |

## 「ころぶ」の要因よういん

小学生(6~12さい)の「ころぶ」事故で、多かった上位5つの要因はこれだよ。

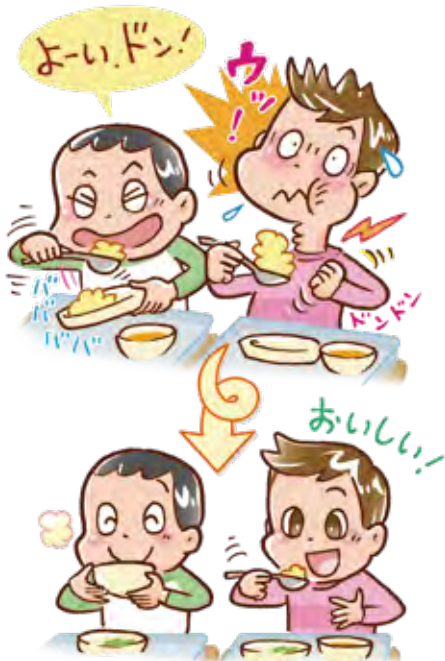
- |            |               |
|------------|---------------|
| 1位 スケートボード | 4位 フェンス・かべ・へい |
| 2位 階段      | 5位 机・テーブル     |
| 3位 段差      |               |

次の「危ない」も考えてみよう



# ものがつまる等

何を<sup>か</sup>変えれば、食べ物がノドにつまらないだろう？



## ココから<sup>か</sup>変えてみよう

- 早食いせずにゆっくり食べる
- ひと口でほおばらない
- ふざけながら食べない
- ほかにもあるか考えてみよう

食べ物がノドにつまると、空気の通り道がふさがれて息ができなくなってしまうんだ。ゆっくり少しずつ、よくかんで食べることが大切だよ。

みんなも  
思い当たること  
ないかな？

## 「ものがつまる等」<sup>よう いん</sup>の要因

小学生(6~12さい)の「ものがつまる等」<sup>じ こ</sup>事故で、  
多<sup>じょう い</sup>かった上位5つの<sup>よう いん</sup>要因はこれだよ。

- |                         |         |
|-------------------------|---------|
| 1位 魚などの骨                | 3位 おかし  |
| 2位 ビー玉類                 | 5位 アメ玉類 |
| 3位 ブロック型がん具、マグネット、コインなど |         |

# ぶつかる

何を<sup>か</sup>変えれば、車にぶつからないだろう？



## ココから<sup>か</sup>変えてみよう

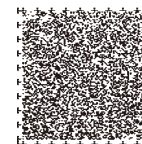
- 飛び出しは絶対にしない
- 暗い場所でも光る反射材を身に着ける
- 青信号でも左右を確認してから横断歩道をわたる
- ほかにもあるか考えてみよう

道路へ急に飛び出すと危ないよ。横断歩道を正しくわたろう。「車が来ていないか確認する」「車が来ている場合は、車が止まったか確認する」「横断中も車が来ていないか確認する」ことなどを心がけよう。

## 警視庁公認交通安全情報サイト 「TOKYO SAFETY ACTION」

「TOKYO SAFETY ACTION」は交通安全についてのさまざまな情報を発信するサイトだよ。だれでも実行できる「安全のためのポイント」をたくさんしようかいしているんだ。交通安全について学べるミニゲームやイベントしようかいもあるからぜひ見てね。

次の「危ない」も考えてみよう



# はさむ・はさまれる

何を<sup>か</sup>変えれば、足が自転車にはさまれないだろう？



## ココから<sup>か</sup>変えてみよう

- サンドルで自転車に乗らない
- クツひもはしっかりむすぶ
- ほかにもあるか考えてみよう

気を<sup>う</sup>付けるのは、サンダルで乗らないことだけじゃない。スカートやマフラー、リュックサックのひもも自転車の車輪<sup>しゃりん</sup>にまきこまれてしまうことがあるよ。

# やけど

何を<sup>か</sup>変えれば、コンロでやけどをしないだろう？



## ココから<sup>か</sup>変えてみよう

- 服のすそやそでが火にふれないようにする
- コンロの上にあるものを取る時には火を消す
- ほかにもあるか考えてみよう

IHクッキングヒーターは、火がついていなくても熱<sup>あつ</sup>いことがあるよ。使い終わった後も熱<sup>あつ</sup>いことがあるから、うっかり手を置かないように気を<sup>う</sup>付けよう。

知っているだけでも事故<sup>じこ</sup>は防<sup>ふせ</sup>げる

## イスに「はさまれ」ないように

ここにも注意!



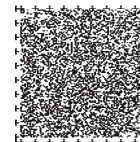
お折<sup>お</sup>りたたみイスの開<sup>かい</sup>閉部<sup>へい</sup>は、指をはさみやすくて危<sup>あぶ</sup>ないよ。指を切ってしまうことがあるんだ。

## 万が一、服に火がついたら

服がぬげず、また近くに水や消火器がない場合は、止<sup>し</sup>まって → たおれて → ごろんごろん



次の「危<sup>あぶ</sup>ない」も考えてみよう





# 切る・ささる

何を<sup>か</sup>変えれば、包丁<sup>ほうちよう</sup>で指を切らないだろう？



## ココから<sup>か</sup>変えてみよう

- 包丁<sup>ほうちよう</sup>の刃<sup>は</sup>に指がふれないように使う
- 包丁<sup>ほうちよう</sup>の刃<sup>は</sup>が遠くなるように<sup>お</sup>置く
- 包丁<sup>ほうちよう</sup>をわたす時は相手に刃<sup>は</sup>を向けない
- ほかにもあるか考えてみよう

気<sup>き</sup>を付けるのは、料理<sup>りようり</sup>をお手伝い<sup>てつだ</sup>している時だけじゃないよ。オケに入っていた包丁<sup>ほうちよう</sup>に気が<sup>き</sup>付かずさわって、手にケガ<sup>けが</sup>をしてしまうこともある。注意<sup>ちゆうい</sup>しようね。

# かまれる・さされる

何を<sup>か</sup>変えれば、スズメバチ<sup>すずめばち</sup>にさされないだろう？



## ココから<sup>か</sup>変えてみよう

- スズメバチ<sup>すずめばち</sup>に近づかない
- 巣<sup>す</sup>にいたずらしたり、むやみに近づかない
- 巣<sup>す</sup>を見つけたら自分で取ろうとしない
- ほかにもあるか考えてみよう

香水<sup>かうすい</sup>のにおいやあまいジュースのにおいが、スズメバチ<sup>すずめばち</sup>をおびき寄せることもあるんだ。これにはカエル先生もびっくり。自分が持っているものや身に付けているものにも注意<sup>ちゆうい</sup>が必要<sup>ひつよう</sup>だね。

いつも安全<sup>あんぜん</sup>を考えながら行動<sup>こうどう</sup>しよう

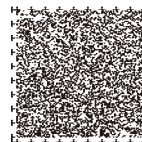
## こんな「切る・ささる」を変える



ジューサーやミキサーは遊び<sup>あそび</sup>では使わ<sup>ひつ</sup>ず、必要な時<sup>ひつ</sup>は大人<sup>おとな</sup>と一緒<sup>いっしょ</sup>に使おう。果物<sup>くだもの</sup>、野菜<sup>やさい</sup>などの食べ物<sup>けだもの</sup>を入れる容器<sup>ようき</sup>の中には、手<sup>て</sup>を入れないようにしよう。

## アシナガバチにも注意しよう

スズメバチ<sup>すずめばち</sup>以外にも色んなハチがいる。アシナガバチ<sup>あしながばち</sup>は、家<sup>まわ</sup>の周りや木<sup>いろいろ</sup>など色々なところに巣<sup>す</sup>を作る。特に夏<sup>なつ</sup>から秋<sup>あき</sup>の初めぐらいに数<sup>かず</sup>が増えるんだ。うっかりさわったり、巣<sup>す</sup>にいたずら<sup>いたずら</sup>をするとさされてしまうよ。



次の「危ない」も考えてみよう

# おぼれる

何をか変えれば、海でおぼれないだろう？



## ココからか変えてみよう

- ライフジャケットを着ける
- マリンシューズをはく
- 大人といっしょに行動する
- ほかにあるか考えてみよう

もしおぼれる事故じこが起きたら、大きな声で助けを呼んで、近くにいる大人に知らせよう。海での事件・事故は「118番つうほう」に通報つうほうをするんだよ。覚えておこう。

※「118番」は海上保安庁のきん急通報用番号



みんなで動画を見よう

## 119番通報つうほうのやり方を学ぼう

東京消防庁しょうぼうちやうのリモート防災訓練「キュータと学ぼう！119番通報つうほうのしかた」では、マスコットキャラクターのキュータが分かりやすく119番通報つうほうのやり方を教えてくれるよ。動画を見よう。📺



# 自転車事故じこ

何をか変えれば、自転車事故じこにあわないだろう？



## ココからか変えてみよう

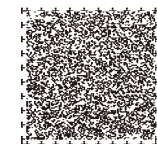
- 運転中はヘルメットをかぶる
- 運転中にスマートフォンを見ない
- かさをさしたまま運転をしない
- 夜はライトを点灯させる
- ほかにあるか考えてみよう

法律ほうりつも変わったよ。自転車に乗る時はみんなでヘルメットをかぶろう。ヘルメットをかぶっているだけで頭に大きなケガかくりつをする確率が下がるよ。スマホのながら運転も絶対ぜったいにだめだよ。



## 自転車安全学習アプリ「輪トレ」

東京都では自転車の安全運転を学べるアプリ「輪トレ」を配信しているよ。自転車の交通ルールを学べたり、乗っている時のシミュレーション体験たいけんができるんだ。アプリ内の試験けんに合格ごうかくすると合格証ごうかくしやうがもらえるよ。📺



📺 事故じこ予防を復習ふくしゅうしよう

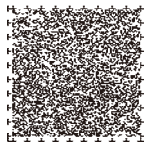
# 「<sup>か</sup>変えられるもの」をさがしてみよう。

うわあ  
あんな  
危ないこと  
だらけ



いくつ  
見つかるかな?

<sup>か</sup>「変えられるもの」<sup>かくにん</sup>を確認しよう



# 「変えられるもの」が見つかったかな？

こうすれば安全だね

## 出入口では

- ドアの向こう側を確認する
- ドアはゆっくりと開け閉めする
- よそ見はせず出入りする

## 折りたたみイスを使う時は

- 折りたたみイスをふみ台にしない
- 指をはさまないようにする

## ボール遊びをする時は

- 決められた場所で遊ぶ
- ルールを守って遊ぶ

## ろうかでは

- 学校のルールを守って歩く
- 走っている友達には注意をする

## そうじをする時は

- そうじ用具は正しい使い方をする
- 水などですべりやすくなったらふき取る
- 終わったら決められた場所にそうじ用具を片づける

## 窓の近くでは

- 窓から身を乗り出さない
- 開いた窓の近くではイスに乗らない

## 階段では

- かけ下りない
- 危ない時には手すりを使う

## 給食を食べる時は

- 早食いはせずゆっくり食べる
- ふざけながら食べない

## 校庭の遊具で遊ぶ時は

- 荷物やひっかかるものを持ったまま遊ばない
- 危険な場所があったら大人に知らせる
- ルールや順番を守って遊ぶ

## 外で遊ぶ時は

- ノドがかわく前に水分をとる
- ごまめに休けいをする

## 横断歩道をわたる時は

- 飛び出さない
- 止まっている車の前や後はわたらない
- 青信号でも安全を確認してからわたる

「変えられるもの」がほかにもないか、みんなで話し合ってみよう。

