

ペアレントスケッチャーマニュアル  
睡眠中の状態の観察・突然死症候群の予  
防への配慮等について

## 目次

---

はじめに .....	3
睡眠中の状態の観察・突然死症候群の予防への配慮等についての業務マニュアル.....	4
SIDS は「預かり初期」に発症リスクが高いことが分かっています。 .....	4
1. 乳幼児突然死症候群（SIDS）とは .....	4
睡眠中の見守りポイント.....	4
うつぶせ寝の習慣があるお子様は、仰向き寝の習慣をつけていきましょう。 .....	5
睡眠中の部屋は暗くしないよう、布団が顔に掛からないようにしてください。 .....	5
睡眠チェックは、タイマーによる確認が有効です。 .....	5
睡眠用センサーについて.....	6
119 番へ通報.....	7
「口頭指導」時は、電話のハンズフリー機能を活用しましょう。 .....	7

## はじめに

---

子どもを保育することは、子どもの命を預かることと同様で、極めて責任の重い仕事であると同時に、把握しておかなければならない事項、マニュアルが数多くあります。

保護者とともに未来を担う子どもたちの成長を育む、非常にやりがいのある仕事です。

ペアレントスケッターでは、安全・安心な保育の実現を目指しており、その実現には、認可外保育施設、保育者の皆様の協力が不可欠であります。

このたび、保育をするにあたり、必要なことや、注意しなければならないことをまとめた各保育事項・各保育マニュアルを作成いたしました。本マニュアルは、日々の保育のあり方を中心に各項目に特化したものとなっております。未来を担う子どもたちが笑顔で健やかに過ごせるよう、本マニュアルをご活用いただき、安全・安心な保育の実現にご協力をお願いいたします。

ペアレントスケッター

## 睡眠中の状態の観察・突然死症候群の予防への配慮等についての業務マニュアル

---

**SIDS**は「預かり初期」に発症リスクが高いことが分かっています。

### 1. 乳幼児突然死症候群(SIDS)とは

何の予兆や既往歴もないまま、乳幼児が死に至る原因不明の病気です。

それまですくすく育っていた赤ちゃんが、ある日突然、眠っている間に亡くなってしまいう「乳幼児突然死症候群 (SIDS : Sudden Infant Death Syndrome)」という病気があります。

赤ちゃんが突然亡くなることは、生まれつきの病気や感染症、窒息事故などによっても起こることがあります。しかし、SIDSはそれらと異なり、何の予兆や既往歴もない赤ちゃんが睡眠中に突然死に至る、原因の分からない病気です。

日本でのSIDSの発生数は減少傾向にあるものの、発症するのは、乳児期の赤ちゃんに多いですが、まれに1歳以上でも発症することがあります。また、多くが寒い時期に発生しています。

お子様が睡眠中、寝返りでうつぶせ・横向きになった時は、すぐ仰向けに戻しましょう。以前から、うつぶせへの体位変化後、短時間の間にSIDSによる呼吸停止が起きている事案をお聞きしているからです。

### 睡眠中の見守りポイント

※「寝かせる時だけだから」と、うつぶせ寝にしないようにしましょう。

※睡眠中の呼吸チェックは5分に1回～2回行い、顔の向きを矢印の方向をつけてメモを取りましょう。睡眠呼吸チェックは、お子様に優しく触れることで、「生きている確認」と、「刺激による予防」を同時に短時間で実施できます。

※目視によるチェックでは、SIDSによる呼吸停止に気付くことが難しいです。

※SIDSは病気です。窒息事故ではありません。SIDSはお子様がつぶせ寝で口鼻が閉塞していない状態、横向き寝・仰向き寝の体位でも発症します。

うつぶせ寝の習慣があるお子様は、仰向き寝の習慣をつけていきましょう。  
保護者のご協力を頂くためには、SIDSについて保護者へお伝えさせて頂くことも必要です。それはご家庭でのSIDS予防だけでなく、事故予防にもつながります。

睡眠中の部屋は暗くしないよう、布団が顔に掛からないようにしてください。  
「お顔の表情がよく見えるよう」「呼気がこもらないように」にするためです。

(部屋が暗い場合は、カーテンを開けたり、電気をつけたりするなど、調整してください。)

睡眠チェックは、タイマーによる確認が有効です。  
チェックが1回でも抜けることが無いよう、継続していくことが大切です。それはチェック表の信頼性だけでなく、お子様の健やかな保育にも一層、つながります。

睡眠チェックは、SIDSの予防だけではなく、突然の事故予防や、けいれん・嘔吐・発熱など、体調急変時の早期発見・対応もできます。

また、お子様が汗をかいていたら室温調整、かけ布団を減らすなど、きめ細やかな対応もできますので、健やかな保育にも一層、つながります。

保育施設での睡眠用センサーの導入は、睡眠チェックの補助としてだけでなく、睡眠チェックに取り組まれる保育者の精神面にも有用と考えています。ただし、睡眠用センサーは保育者の代わりではありません。そのため、「センサーがあれば、睡眠チェックを省略できる、チェックする頻度を減らせる」という誤解はしないでください。

## 睡眠用センサーについて

睡眠センサーは「ベビーセンサー、呼吸センサー、睡眠センサー」などと言われておりますが、法律上は「体動センサー」と言われる医療機器で、厳密には呼吸・心拍そのものではなく、呼吸レベルの体動、心拍レベルの体動を検知する機器になります。（医療機器未登録の物もあります。）

布団などの下に敷くマット型、衣類などに装着するバッジ・クリップ型、バルーン貼付型（腹部に貼ります）があります。

睡眠用センサーは、保育者による睡眠チェックの補助サポートとしての利用が前提です。

保育睡眠中、本体センサーのアラーム音による複数の呼吸回復事案から、音による刺激が覚醒につながる場合もあると考えています。そのことから、誤作動で鳴ったと思われるアラームでもお子様の状態に注意してください。また参考情報として、マサチューセッツ総合病院では、SIDSを発症された数人のお子様全例に、生前徐脈が見られたことに気づかれ、徐脈のあるお子様には全てモニターをつけるようにされたところ、1984年以来、お一人もSIDSを発症していないという報告（1990年）があります。

※センサーには、本体にアラームが鳴る機器と、鳴らない機器があります。

注意：タブレット端末等遠隔でモニタリングされる場合、以下2点を必ずご確認ください。

- ・機器の無線の接続状況。
- ・無線アプリの設定対象のお子様と、実際にセンサーを利用されているお子様の相違。

(設定対象と違うお子様のモニタリングを予防するためです。)

## 緊急事態発生時の対応

## 119 番へ通報

### 緊急連絡一覧表から保護者へ連絡

※119 番通報時、慌ててしまい必要な情報を適切に伝えられない場合があるためです。

お子様の緊急事態に気づいたら、大声で周囲に知らせると共に、心肺蘇生など必要な応急手当を実施しましょう。一刻を争う中、お子様をその場に残して、他のところへ助けを呼びに行かないでください。

お子様への対処方法が分からない場合、119 番通報時に「口頭指導」※を仰ぎ、救急隊が来られるまで、その指示に従ってください。

※通信指令員より対処方法を教えて頂けます。このことを「口頭指導」といいます。

「口頭指導」時は、電話のハンズフリー機能を活用しましょう。

※通信指令員の声が聞きとれるよう、電話の受信音量を大きくしてください。

◎災害時も含め、緊急時にすぐ連絡ができるよう、携帯電話を保育者が常時、携帯している保育園もあります。

救急隊が到着されても、「交代します」と声をかけられるまで、応急手当を続けましょう。