

也请访问我们的网站!



东京儿童安全项目网站

本主页发布东京都政府关于儿童事故预防的相关举措。



链接标志

如果点击带有链接标志的部分，您可以了解更多有关东京市政府正在采取的事故预防措施。

编辑审查委员会成员参与了本手册的编写。

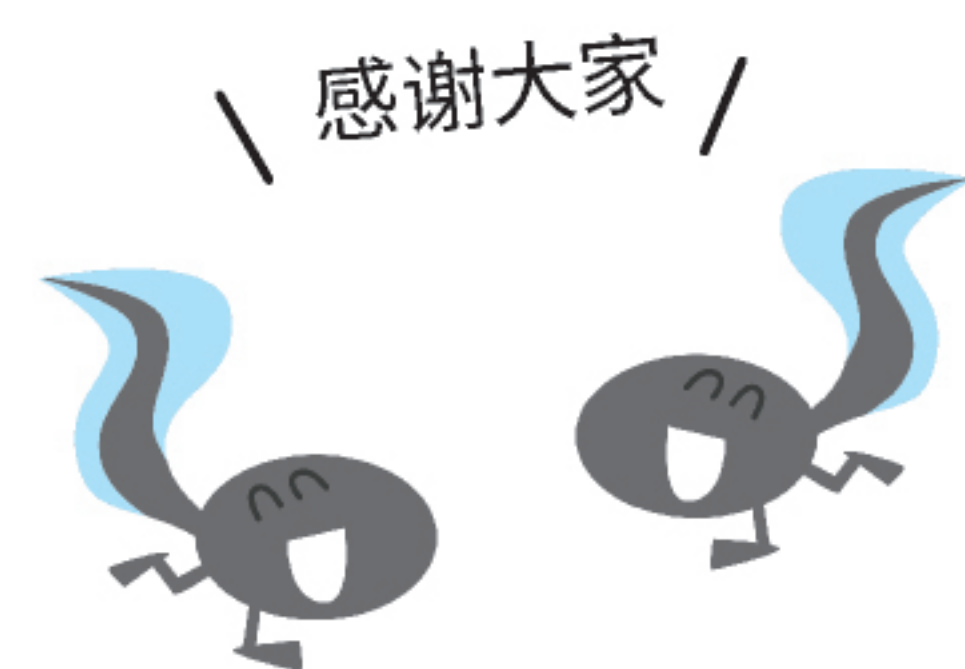
协助单位

《儿童事故预防手册》编辑审查委员会成员（敬称省略）

国立研究开发法人产业技术综合研究所 主任研究员
SPACE 株式会社 代表董事兼首席执行官
东京学艺大学 教授 / 校长顾问
株式会社 Dank「轻松日语项目」负责人
《儿童六法》作者，Art&Arts LLC 总裁

小野美喜子
福本理惠
小森伸一
森顺一郎
山崎聪一郎

这本手册是由国分寺市立第十小学、千代田区立麹町小学的孩子们一起构思和制作的。



2024 年 3 月出版。
编辑和出版：东京市政府儿童导向政策联络办公室，规划协调部，规划协调处 2-8-1 西新宿，新宿区，东京 163-8001。
电话：03-5388-3812。

*本手册中所列信息为截至 2024 年 2 月的最新内容。
*插图仅供参考。
*除版权法规定的例外外，严禁未经授权复制、重印、借阅等本手册中发布的插图和图表。

儿童事故预防手册 /

让我们向 KAERU 博士 询问 可以改变的事情

步骤
2

让我们把这个
变个样



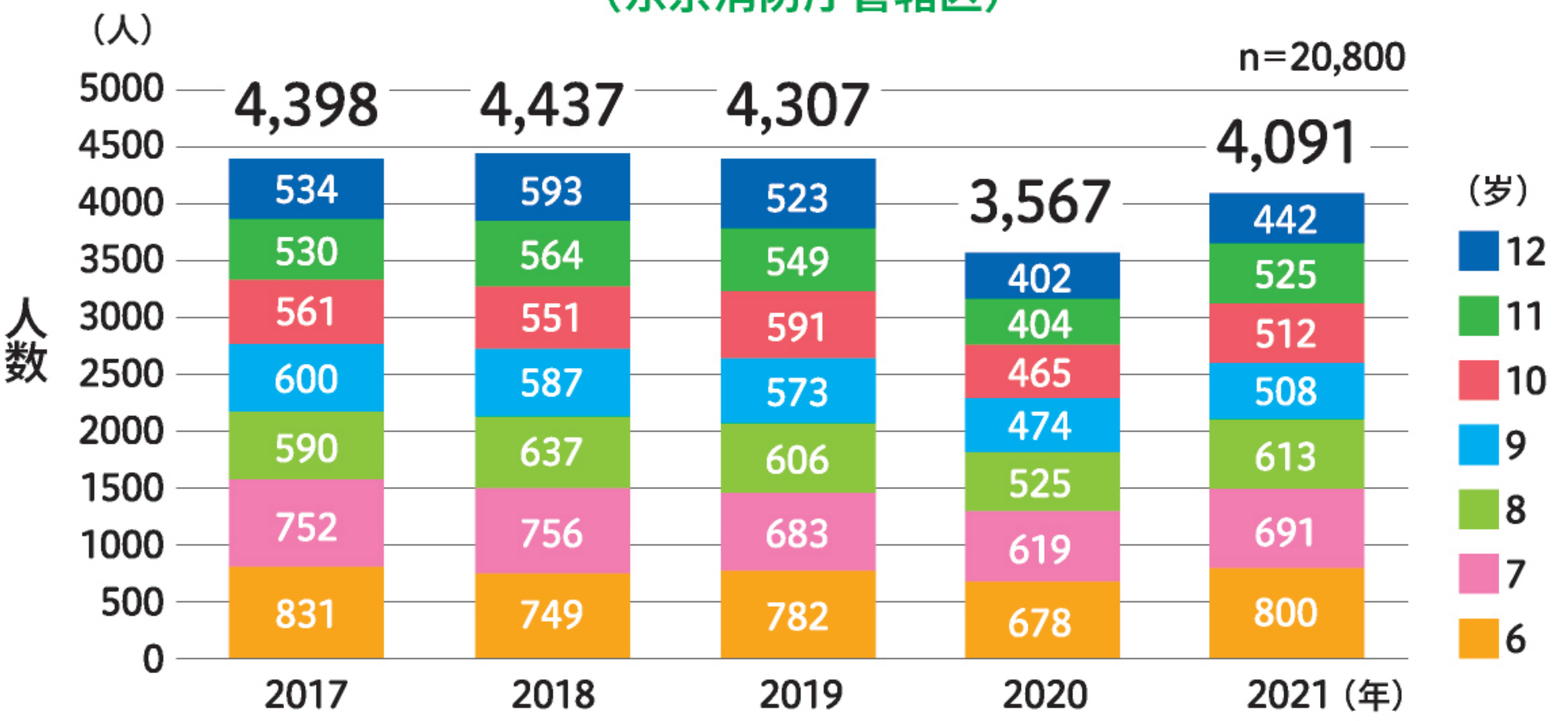
步骤 2 主要关注的是小学生（4 到 6 年级）学习不同的事故实例。

在学校或家中，
会发生各种各样的**意外事故**。

有些伤害可能是轻伤，
有些则可能导致重伤。
即使你再小心，也可能发生事故。

仅仅是东京的小学生，每年
就有 **4000 余人** 因事故被送往医院。

6 至 12 岁的急救搬运人数
(东京消防厅管辖区)



KAERU 博士

我希望通过改变儿童的
环境和行为来减少涉及
儿童的事故。

来想一想身边可能发生的意外事故吧

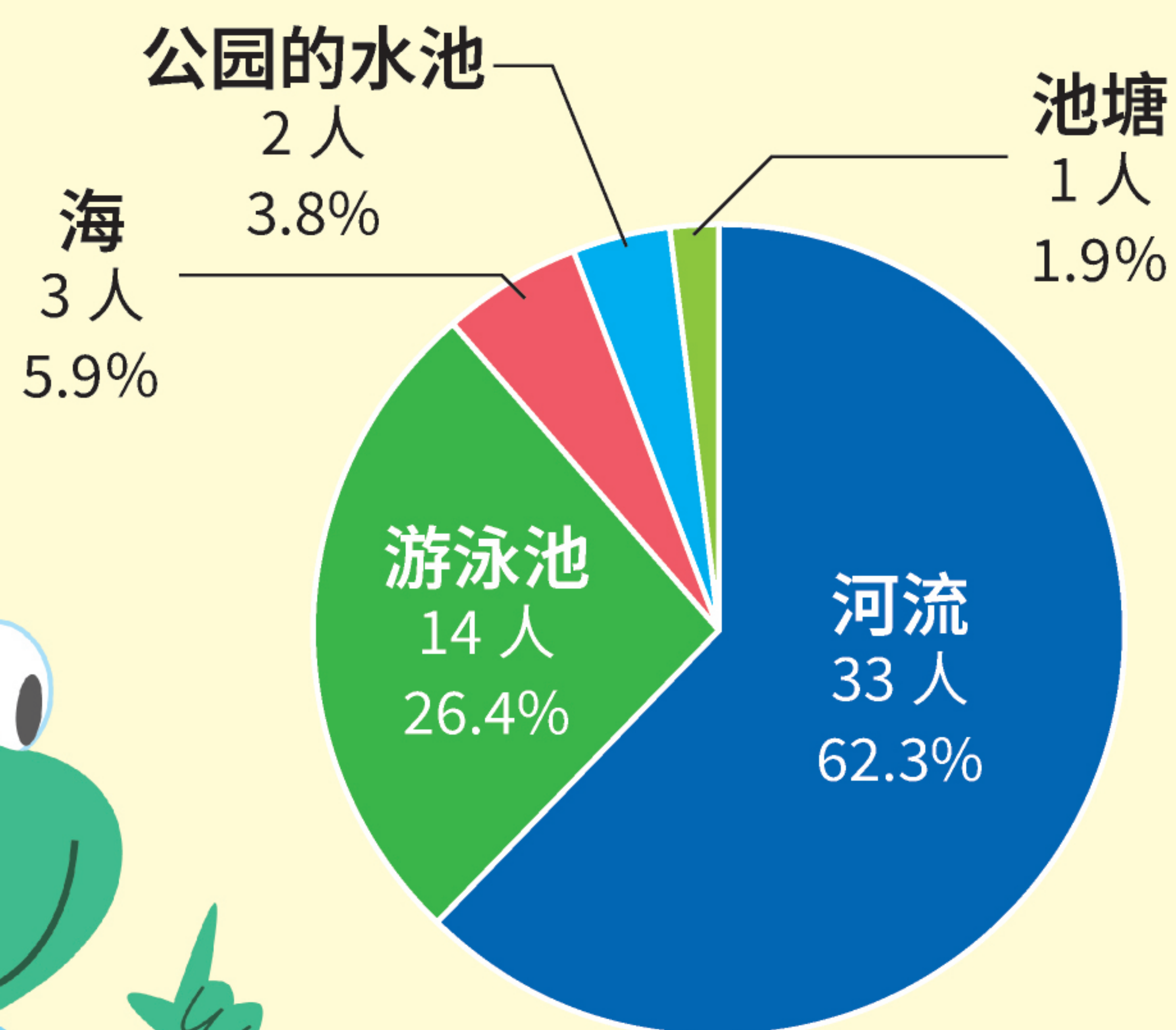
*KAERU 在日语中的意思是“青蛙”或“变化”。



在河里玩的时候，不小心溺水了。

这么危险！

溺水事故可能的发生场合及人数
(2018 ~ 2022 年)



在河里溺水是最常见的情况

资料来源：东京消防厅官方主页
「防止河流水域或游泳池等场所的溺水事故」
<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/topics/season/river/index.html>

那个孩子在河里玩耍。

本来只打算稍微玩一会儿水，
却不小心一脚踩进了水突然变深的地方。
然后就溺水了。



如何预防事故？



在河里游泳时，别忘了穿救生衣以防溺水。

到了夏天，在河边玩水或烧烤的机会会增加。
如果不小心掉进深水区，可能会溺水。

但是，只要把“不穿”救生衣「改为」
“穿”救生衣，就能防止溺水。

通过「改变」一些事情，可以预防事故的发生。
因此，思考「可以改变」的事情是很重要的。

「改变」有三个关键点

3 个 E

- 1 「改善存在危险隐患的地方」
Environment
- 2 「互相学习」
Education
- 3 「改变规则」
Enforcement

改变这些

在河里溺水

我们希望
改变的

- 河流的流速和深度
- 湿滑的石头

我们不能
改变的

我们能够
改变的

- 穿救生衣
- 穿防滑的水上运动鞋
- 禁止儿童单独靠近河流



了解容易发生的事故

思考「可以改变」的

9种「危险」

案例 1

坠落



案例 2

摔倒



案例 3

物品卡住等



案例 4

碰撞



案例 5

夹住·被夹住



案例 6

烫伤



案例 7

割伤·穿刺伤



案例 8

昆虫叮咬



案例 9

溺水



※这九种危险是东京消防厅「日常生活中的意外事故」的分类方式。
※在第9到第11页的案例1至3中，我们罗列了每种事故最常见的五种原因。
资料来源：“从急救搬运数据了解日常生活事故的真实情况”（2021年）

来一个一个地思考吧

坠落

应该改变什么才能不从游乐设施上掉下来呢？



从这里开始改变吧

- 荡秋千时不要松开手
- 在攀爬架上不要松手
- 不要逆向滑滑梯
- 想想你还能做什么

在东京消防厅的官方网站上，有一段关于游乐设施使用方法的说明视频《了解！！潜藏在日常中的危险！！【小学生篇】》。快去看看。

提前了解一些容易导致受伤的场所吧



「坠落」的原因

这些是导致小学生（6～12岁）发生「坠落」事故的五大最常见因素。

- | | |
|--------|--------------|
| 第1位 楼梯 | 第4位 围栏·墙壁·围墙 |
| 第2位 吊环 | 第5位 单杠 |
| 第3位 滑梯 | |

摔倒

应该改变什么才能不在电梯上摔倒呢？



从这里开始改变吧

- 一定要站在黄色线的内侧
- 注意鞋带不要卡在缝隙里
- 想想你还能做什么

玩滑板时注意不要摔倒。玩耍之前，先戴好头盔和护具，并做好热身运动。不要在禁止的场地玩滑板。这些都要逐一确认好哦。

「摔倒」的原因

这些是导致小学生（6～12岁）发生「摔倒」事故的五大最常见因素。

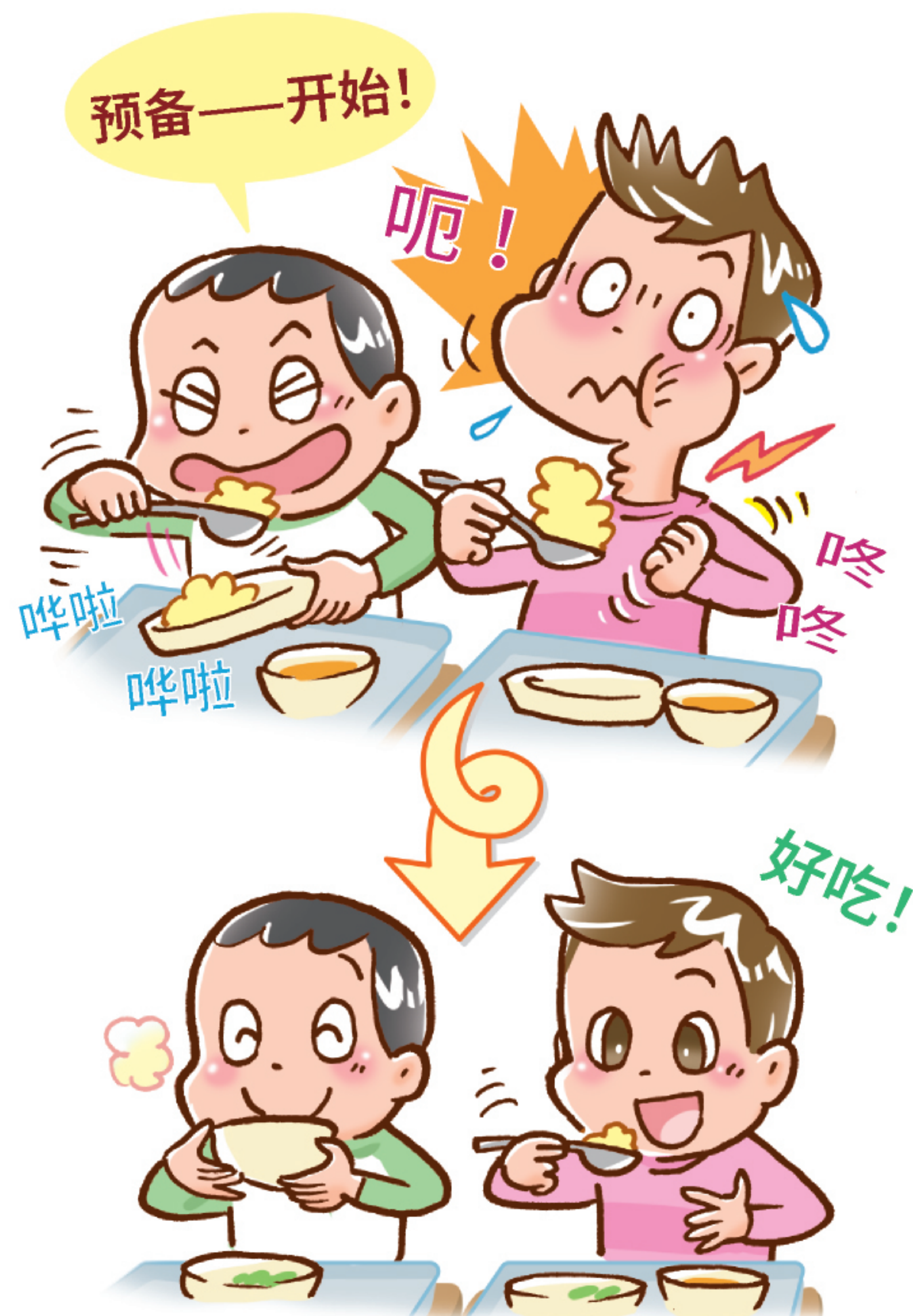
- | | |
|--------|--------------|
| 第1位 滑板 | 第4位 围栏·墙壁·围墙 |
| 第2位 楼梯 | 第5位 桌子 |
| 第3位 台阶 | |



接下来再想想其他的“危险”情况吧

物品卡住等

我们应该改变什么，才能避免食物卡在喉咙里呢？



从这里开始改变吧

- 不要狼吞虎咽，要慢慢吃
- 不要一口塞满嘴
- 不要边吃边闹着玩
- 想想你还能做什么

食物卡在喉咙里会堵塞气道，让人无法呼吸。所以慢慢吃，一点一点地吃，细嚼慢咽是很重要的哦。

大家有没有想到类似的情况呢？



「物品卡住等」的原因

这些是导致小学生（6~12岁）发生「物品卡住等」事故的五大最常见因素。

- | | |
|-------------------|--------|
| 第1位 小骨头，如鱼 | 第3位 零食 |
| 第2位 弹珠 | 第5位 硬糖 |
| 第3位 积木类玩具、磁铁、硬币等。 | |

碰撞

我们应该改变什么，才能避免被汽车撞到呢？



从这里开始改变吧

- 绝对不要突然冲出马路
- 穿戴在黑暗中会发光的反光材料
- 即使是绿灯也要先左右确认后再通过
- 想想你还能做什么

突然冲到马路上是很危险的。要正确使用斑马线过马路。“确认有没有车辆驶来”、“如果有车辆驶来，要确认车辆是否已经停下”，以及“在过马路的过程中，也要随时确认是否有车辆驶来”。这些都是需要注意的哦。

警视厅认证的交通安全信息网站「TOKYO SAFETY ACTION」

「Tokyo Safety Action」是一个发布各种交通安全信息的网站。网站介绍了我们每个人都能做到的「安全注意事项」，还有可以学习交通安全的小游戏和活动企划，一定要来看看哦。

🌐 (仅限日语)

👉 接下来再想想其他的“危险”情况吧



夹住·被夹住

我们应该改变什么，才能避免脚夹在自行车里呢？



从这里开始改变吧

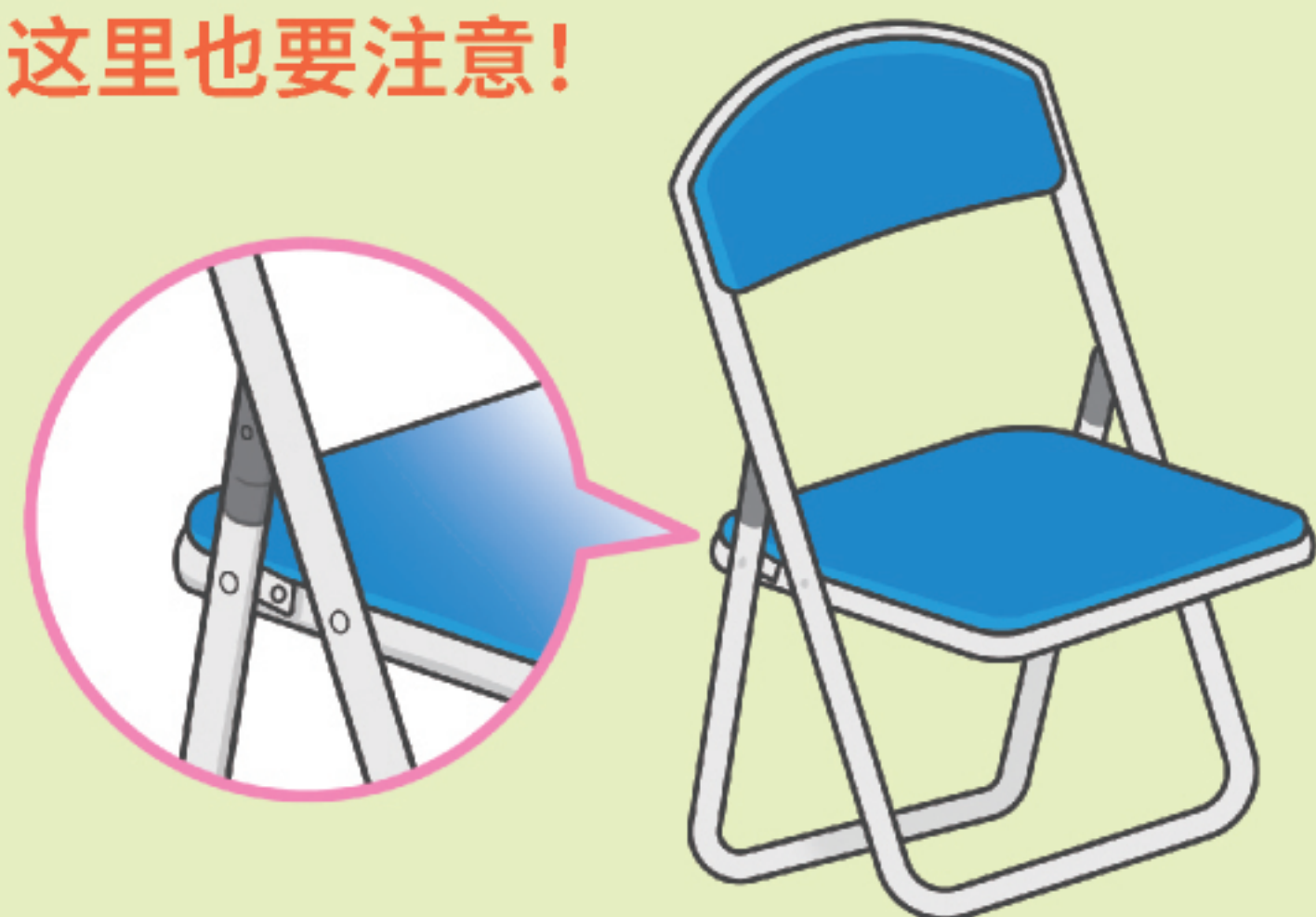
- 不要穿着凉鞋骑车
- 绑紧你的鞋带
- 想想你还能做什么

需要注意的不仅仅是不能穿凉鞋骑车。裙子、围巾和背包带也可能被自行车轮子卡住。

只要事先了解一些知识，就能防止事故发生。

不要被椅子夹住

这里也要注意！



折叠椅的开合处，非常容易夹到手指，甚至有夹断手指的事故发生。

烫伤

我们应该改变什么，才能避免在炉灶上被烫伤呢？



从这里开始改变吧

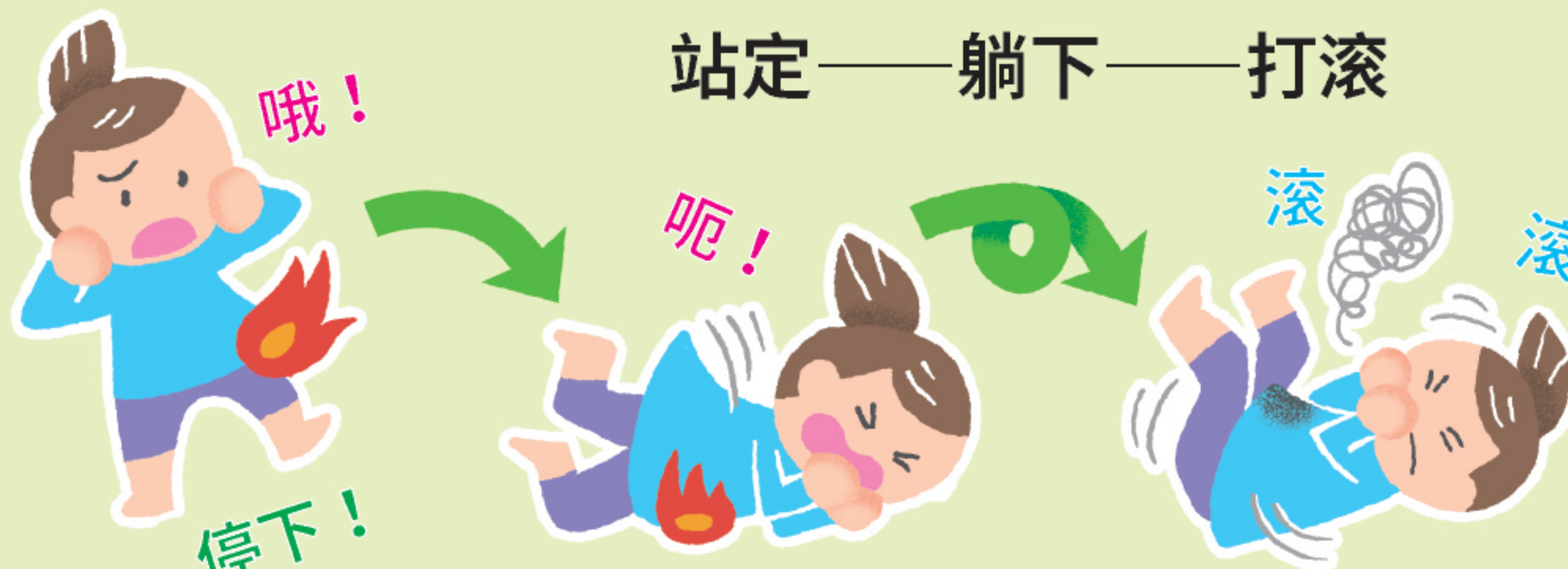
- 注意不要让衣服的做好啦下摆或袖子触到火苗
- 从炉灶上取下物品时要关火
- 想想你还能做什么

电磁炉虽然没有明火，但使用后也会很烫，千万不要不小心把手放在上面。

如果火烧到衣服上了

在衣服脱不掉，或是附近没有水或消防设备的情况下：

站定——躺下——打滚



接下来再想想其他的“危险”情况吧

割伤·穿刺伤

我们应该改变什么，才能避免被菜刀切到手指呢？



从这里开始改变吧

- 使用刀具时留心手指不要触到刀刃
- 将刀刃放到不易被碰到的地方
- 递刀时，不要将刀刃指向对方
- 想想你还能做什么

需要注意的并不仅仅是在帮忙做饭的时候。不小心碰到放在水槽里的刀子，手也会被割伤。小心点。

改变这种“割伤·穿刺伤”



榨汁机和搅拌机不能用来玩耍，必要时应在成人陪同下使用。不要把手放进盛入了水果、蔬菜等食物的容器中。

让我们时刻牢记安全第一

昆虫叮咬

我们应该改变什么，才能避免被马蜂蜇到呢？



从这里开始改变吧

- 远离黄蜂
- 不要乱动蜂巢，也不要随便靠近
- 如果发现蜂巢，不要试图自行清除
- 想想你还能做什么

香水或甜果汁的气味会吸引黄蜂。这连青蛙博士都感到惊讶。看来自己的穿戴也得多加注意呢。

还要小心长足胡蜂

除了黄蜂，还有许多不同的蜜蜂。长足胡蜂会在房屋周围、树上等各种地方筑巢，尤其在夏季到初秋期间，巢穴数量会大大增加。如果你不小心碰到了它们的巢，或者捣乱它们的巢穴，就会被蜇伤的哦。



接下来再想想其他的“危险”情况吧

溺水

我们应该改变什么，才能避免在海里溺水呢？

啪嗒！



从这里开始改变吧

- 穿救生衣
- 穿沙滩鞋
- 和大人一起行动
- 想想你还能做什么

如果发生溺水事故，应大声呼救并通知附近的成年人。如果在海上发生事故或意外，请拨打「118」。一定要记住哦。

※「118」是海上保安厅的紧急呼叫号码。

自行车事故

我们应该改变什么，才能避免发生自行车事故呢？



从这里开始改变吧

- 骑车时戴头盔
- 骑车时不看手机
- 不一边打伞一边骑车
- 夜间骑行时打开自行车灯
- 想想你还能做什么

法律也出台了新的规定：骑自行车时，每个人都应该戴头盔。戴头盔可以降低头部受重伤的概率。此外，边看手机边骑车也是绝对不行的哦。

让我们一起观看视频。

学习如何拨打 119

在东京消防厅的远程防灾培训「和 Cuta 一起学习如何拨打 119」中，吉祥物 Cuta 将以简单易懂的方式教您如何拨打 119。一起来看视频吧。📺

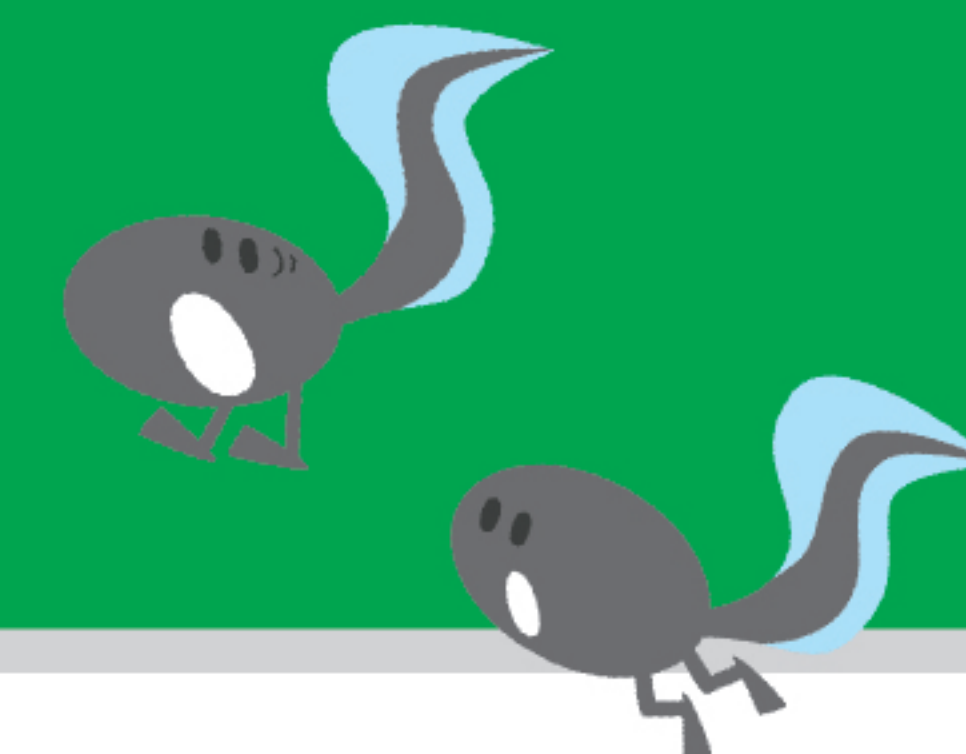
自行车安全学习 APP “Rintore”

东京都政府正在通过 App「Rintore」，帮助进行自行车安全骑行的教学。在 App 上，可以学习自行车交通规则，并体验模拟骑行。如果通过了 App 内的测试，还可以获得合格证书哦。📺

来复习我们学到的事故预防小贴士吧

寻找 可以改变 的东西

哇，这么多危险的东西



你能找到多少?

让我们确认一下我们可以改变的事情

你发现可以改变的 东西了吗?

这样比较安全

进出房间时

- 检查房间门的另一侧
- 慢慢开关门
- 进出时不要东张西望

使用折叠椅时

- 不要把折叠椅当作踏脚凳使用
- 尽量不要夹手指

打球时

- 在指定区域内玩耍
- 遵守规则

大扫除时

- 正确使用清洁工具
- 擦干湿滑的地板
- 结束后,将清洁工具放在指定位置

在窗户附近时

- 不要将身体探出窗外
- 不要站在打开的窗户附近的椅子上

在走廊里

- 遵守校规,步行
- 告诉你的朋友不要奔跑

在楼梯上

- 不要跑着下楼梯
- 危险的地方要借助扶手

吃学校午餐时

- 不要争先恐后,慢慢吃
- 不要边吃边玩

在学校操场上玩耍时

- 不要拿着自己的东西或任何可能被夹住的东西玩耍
- 发现危险的地方要告诉大人
- 按规则和顺序来玩

在户外玩耍时

- 在感到口渴之前就及时补充水分
- 定时休息

过人行横道时

- 不要横穿马路
- 不要在停下的汽车前后绕行
- 即使是绿灯,也要在确认安全的情况下再过马路

是否还有其他「可以改变的地方」呢? 大家一起聊聊吧。