

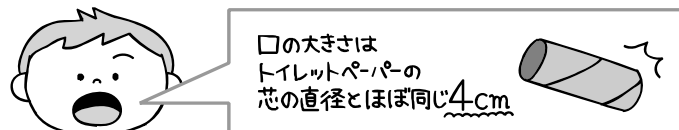
# わんぱくだより 2月号

## 食べものによる窒息事故を防ぐ

小さな子どもは、のどが狭く、飲み込んだり、吐き出したりする力が弱いので、口に入れたもので、のどを詰まらせ、誤嚥や窒息を起こすことがあります。事故の原因は、食べものの形状だけでなく、子どもの「食べ方」や「行動」が原因になることもあります。安全な食環境の中で、子どもにとって最適な食体験ができるように配慮しましょう。

### ★誤嚥や窒息の原因につながる食品

3歳の子どもの口の大きさは直径約4cm。これより小さいものは子どもの口にすっぽり入り、どんなものでも窒息の原因になる危険があります。



過去の窒息死事故の原因となった食品、また特に注意すべき食品の特徴は以下の通りです。

#### 1・窒息死事故の原因食品

食品	件数
菓子類(マシュマロ、ゼリー、団子など)	11
果実類(りんご、ぶどうなど)	5
パン(ホットドッグ、菓子パンなど)	4
肉類(焼肉、唐揚げなど)	3
その他の食品(餅、寿司、チーズ、そうめん)	8
その他原因不明	72



「食品による子供の窒息事故に御注意ください!」(消費者庁公表、2017年3月15日) より

#### 2・特に注意すべき食品の特徴



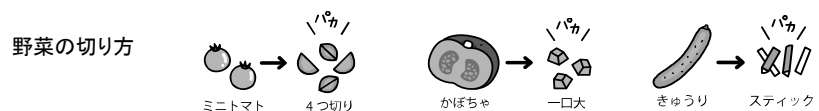
節分の豆まきの「豆」に注意

危険性が高い食品なので、子どもに与えないだけでなく、近くに置かないように気を付けましょう。

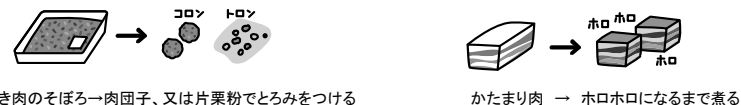
### ★窒息事故予防のために大切なこと

#### 1・調理や切り方の工夫

そのままでは、誤嚥・窒息しやすいものでも、子どもの口のサイズに合わせて、食材を切って、かじりとりやすくしたり、調理の工夫をすることで、危険性を下げることができます。



#### 調理の工夫



#### 2・食事の際に注意すること

食事に集中できるよう、「あいさつ」をしっかりと区切りをつける

正しい姿勢で座る

食事の際は、水やお茶を飲んで喉を湿らせる



#### 3・やってはいけないこと

ながら食べをしない

泣いている時は食べない

口に入れたまま話さない



車の中では食べない(揺れ・急停車)

子どもだけで食事をさせない  
特に「きょうだい」に注意



#### 窒息時の対処法

- 119番通報をする。
- 可能であれば咳をさせる。
- 詰まったものを出させる。

- ① 立てひざをする。
- ② 太ももにうつぶせにした子どものみぞおちが圧迫されるように乗せる。
- ③ 子どもの頭を身体より低くする。
- ④ 異物が取れるまで、背中の中真ん中を平手で叩く。

