



くらしの

すぎなみ

編集・発行：杉並区立消費者センター
杉並区天沼3-19-16 ウェルファーム杉並3階
tel.03-3398-3141



臨時

2021.2 NO.195
令和3年2月発行

硬い豆やナッツ類などは、5歳以下の子どもには食べさせないでください！

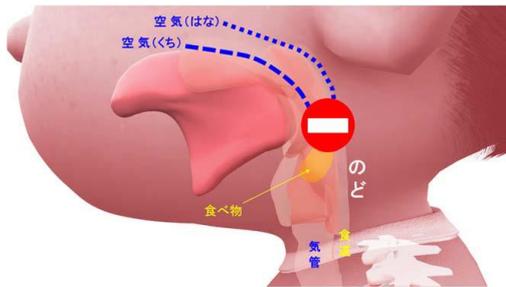
厚生労働省「人口動態調査」によると、平成26年からの6年間で14歳以下の子どもが、食品を誤嚥して窒息し80名も死亡していたことがわかりました。そのうち5歳以下が73名で全体の9割を占めていました。

奥歯が生えそろわず、かみ砕く力や飲み込む力が十分ではない子どもが豆やナッツ類を食べると、のどや気管に詰まらせて窒息してしまったり、肺炎を起こしたりするリスクがあります。

窒息・・・食べ物がのどに詰まり、気管が閉塞して呼吸が出来ず、酸素不足になった状態です。

誤嚥ごえん・・・食べ物がのどに詰まらずに声帯を越えて、気管・気管支に入ってしまうことです。

① 食べ物が詰まる場所（のど）



② 食べ物が詰まる場所（気管・気管支）



事故を防止するために

- 豆やナッツは、5歳以下の子どもには食べさせないでください。
ミニトマトやうずらの卵、ブドウやサクランボは4等分にして与えましょう。
- 口に物を入れた状態で、大声を出したり、遊んだり、運動をさせるのはやめさせましょう。
- 泣いているときにあやそうとして食べ物を与えたり、食事中に不意に驚かせたり、怒ったりすると口の中の食品がのどや気管・気管支に入ることがあるので、注意しましょう。

応急手当の方法

苦しそうで顔色が悪く、泣き声も出ないときは気道異物による窒息を疑います。窒息と判断したら、以下の対応を開始します。ただし、誰かが周りにいればその前に119番通報を依頼します。



たいすうはいぶこうだ
(乳児に対する背部叩打)

片方の手で乳児のあごをしっかりと持ち、その腕に腹をのせて頭部を下げるようにしてうつ伏せにして、もう一方の手のひらの下の部分で力強く数回連続して叩きます。



(小児に対する腹部突き上げ法)

「ハイムリッチ法」とも言われ大人や年長児では、後ろから両腕を回し、みぞおちより十分下方で片方の手を握り拳にして、腹部を上方に圧迫します。

この方法が行えない場合、横向きに寝かせて、または、座って前かがみして背部叩打を試みます。

※腹部突き上げを実施した場合は、腹部の内臓を痛める可能性があるため、異物除去後は、救急隊にそのことを伝えるか医師の診察を受けるようにしてください。

休日・夜間！！

子どもの急な病気・ケガに困ったら！

平日 18時～翌朝8時 休日 8時～翌朝8時

子ども医療電話相談 ☎ #8000

休日・夜間の子どもの症状にどう対処したら良いのか、病院を受診した方が良いのかなどの判断に迷ったときに、小児科医・看護師に電話で相談できます。

《出典 消費者庁News Release (<https://www.caa.go.jp/>)

厚生労働省救急蘇生法の指針 2015 (<https://www.mhlw.go.jp/>)》

杉並区立 消費者センター

相談専用 03-3398-3121

相談受付時間 午前9時～午後4時(土曜・日曜・祝日・12/29～1/3は休み)