

「もち」などの食品による窒息事故に注意！

食べ物は食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう

お正月のお雑煮など、もちを食べる機会が多くなる1月は、窒息事故が急増し、そのほとんどは高齢者による事故です。12月号では、食品による窒息事故についてお知らせします。

■高齢者の食品による窒息事故が多く発生しています

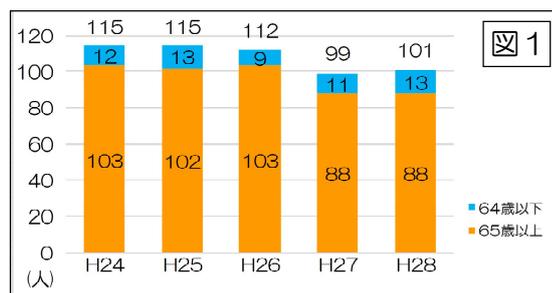
もちによる窒息事故のほとんどは高齢者です

毎年、1月は、もちによる窒息事故が急増します。

東京消防庁の調査によると、平成24年から平成28年までの5年間に東京都内で、もちや団子などが原因の窒息事故で救急搬送された人は542人でした。

そのうち65歳以上の高齢者は484人で、全体の約9割を占めていました。(図1)

もちによる窒息事故の救急搬送者数



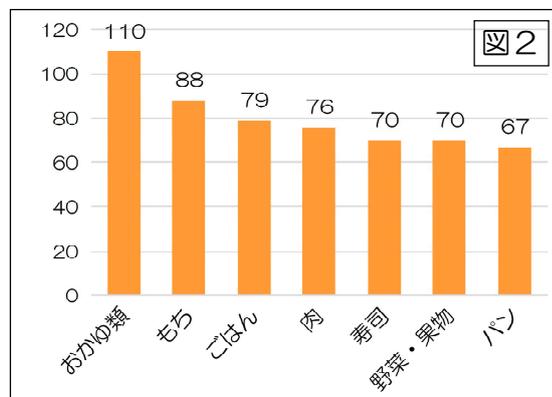
※東京消防庁調べ (H24年~H28年)

もち以外の食品でも窒息事故は起こります

平成28年に東京都内で救急搬送された高齢者の窒息事故を調べた結果、最も多かった原因食品は、「おかゆ類」で、次いで「もち」、「ごはん」、「肉」、「寿司」、「野菜・果物」、「パン」の順でした。(図2)

このように高齢者では、もち以外の食品でも窒息事故が多数発生しています。

高齢者の窒息事故の主な原因食品



※東京消防庁調べ (H28年)



■食品による窒息事故を防ぐためにできること

高齢になると、だ液の分泌が少なくなったり、食べ物を飲み込む力が低下するため、食品による窒息事故が起こりやすくなります。次の点に注意して、事故を未然に防ぎましょう。

◆食べ物は食べやすい大きさにして、よくかんで食べる！

- ・口の大きさに合わせた少な目の量を口に入れます
- ・食べ物にだ液を十分含ませるように、口の中でしっかりとかんで食べます

◆口の中の分が飲み込めてから、次の一口を！

- ・よくかまないうちにお茶等で流し込まないようにしましょう

◆冬の寒い朝の一口目は、特に注意が必要です！

- ・口の準備運動をしたり、スープ等でのどを潤してから食べましょう

◆いざというときに備えて、応急手当の方法を理解しておきましょう



■もしものときの応急手当「食べ物か のどに詰まった！」

患者に呼びかけても、声が出せず、うなずくようであれば、窒息と判断し、119番に通報するとともに、次の応急手当で のどに詰まった食べ物を取り除くことを試みます。

また、本人が咳（せき）をすることができる場合は、できるだけ咳を続けさせることが、異物の除去に有効です。

1 腹部を突き上げる方法 妊婦や乳児には行わない！

- ① 患者の後ろに回り、ウエスト付近に手を回し、一方の手で「へそ」の位置を確認します。
- ② もう一方の手で握りこぶしを作って、親指側を、患者の「へそ」の上方でみぞおちより十分下方に当てます。
- ③ 「へそ」を確認した手で握りこぶしを握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。
- ④ 食べ物が口の中にたまっているのが見えたら、ハンカチなどを巻いた指で口からかき出します
- ⑤ 腹部の内臓を傷める可能性があるため、この方法を行ったことを救急隊に伝えます。



2 背部をたたく方法 **妊婦や乳児にも行えます！**

患者の後ろから、左右の肩甲骨（けんこうこつ）の中間あたりを手のひらの基部で、力強く何度もたたきます。



出典：日本医師会「救急蘇生法」 (<http://www.med.or.jp/99/kido.html>)

食べ物 Q&A おもちのカビ、生えていない部分は食べても大丈夫？

私たちがパンや切りもちの表面にカビが生えたと気づくのは、カビの菌糸や胞子が増えて、肉眼で見えるようになったときです。

カビが無いように見える部分にもカビが生えていることがあります。

また、一部のカビは、成育過程で毒性の強い「カビ毒」を産生します。

もったいないですが、食べるのはやめましょう。



☆☆ 子ども食堂の開設を検討をしている方へ ☆☆



- 子ども食堂を開設する前に、保健福祉事務所（保健所）に相談し、食品衛生の指導・助言を受けましょう
- 調理担当者は、食品衛生に関する基本的な知識を習得するように努めましょう
- 調理施設の規模や調理担当者の人数などに応じ、無理のない食数で食事を提供しましょう



ご意見・ご感想
お問い合わせは
こちらへ

〒371-8570 前橋市大手町1-1-1
群馬県健康福祉部 食品・生活衛生課 食品安全推進室
TEL：027-226-2424 FAX：027-243-3426
電子メール：shokuseika@pref.gunma.lg.jp
★群馬県HPでバックナンバーをダウンロードできます。
(<http://www.pref.gunma.jp/05/d6200163.html>)



【フェイスブックのQRコード】

★公式フェイスブックで情報発信中！ (<https://www.facebook.com/gunma.shokuanzen/>)