



1月ほけんだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年1月 発行
梶ヶ谷保育園

あけましておめでとうございます。今年もよろしくおねがいいたします。年末年始は、子どもが飾り物やプレゼントに接する機会が多い時期です。小さな子どもは様々なものに興味を示しますが、口に入れると誤飲や窒息の危険があります。以下のポイントに注意して、楽しい時間を安全に過ごしましょう。

お餅による窒息事故に注意！ 年末年始に多く発生しています！



お餅による窒息事故は、食べる機会が増える12月から1月にかけて多くなります。

約9割が65歳以上の高齢者であるとともに、乳幼児でも窒息事故は起きています。



小さい子は、ここに注意！

赤ちゃんや小さい子は、歯がはえそろってなくて食べ物を良くかめない、食べる時に遊んだり泣いたりするため事故が多いものです。仰向けに寝た状態や、歩きながら、遊びながら物を食べさせないようにしましょう。

消費者庁公表資料では『気管支炎や肺炎を起こすおそれも、硬い豆（節分等の豆）やナッツ類等は5歳以下の子どもには食べさせないで』と注意喚起されています。



物をのどに詰まらせた人への応急手当の方法です(東京消防庁より抜粋)

★**背部叩打法**…反応のある乳児に対して、背中を強くたたき気道異物を除去する方法です。

- ・乳児をうつぶせにし、その腹側に腕を通します。
- ・指で乳児の下あごを支えて突き出し、頭部が低くなるような姿勢にします。
- ・手のひらの付け根で背部を力強く数回連続してたたきます。



★**胸部突き上げ法**…反応のある乳児に対して胸骨を圧迫して気道異物を取り除く方法です。

- ・腕の上に乳児の背中を乗せ、手のひらで後頭部を支え頭部が低くなるように仰向けにし、もう一方の手の指2本で胸骨圧迫の要領で、力強く数回連続して圧迫します。
- ・体重が重く、落とすおそれがあると感じる場合は、成人・小児と同様に床の上で行うなど、必ずしも膝の上で行う必要はありません。



★**腹部突き上げ法**…反応のある傷病者に対して上腹部を斜め上部に圧迫し、気道異物を取り除く方法です。反応のない人、妊娠している女性、高度な肥満者、乳児には実施しません。

- ・傷病者の後ろに回り、両方の手を脇から通し、片方の手で握り拳を作り、その親指側を傷病者のへそより少し上に当てます。
- ・拳を作った手を、もう片方の手で握ります。体を密着させて、拳を斜め上方に瞬時にひきあげます。
- ・異物が除去できても、内臓を損傷している可能性があるので医療機関で受診する必要があります。



★小児・成人の例(背部叩打法)

- ・胸もしくは下あごを支えて突き出し、あごをそらします。傷病者が倒れている場合は、傷病者を手前に引き起こして横向きに寝かせ、自分の足で傷病者の胸を支えます。片手で傷病者の顔を支えます。
- ・もう片方の手のひらの付け根で、傷病者の肩甲骨と肩甲骨の間を強く4～5回、迅速に叩きます。

◎反応がなくなった場合ただちに心肺蘇生を開始してください。

119番通報しましょう。

※年末年始を迎えるにあたり、事故防止のポイントや応急手当の方法を確認しておきましょう。

