

窒息事故にご注意を！

参考：消費者庁HP、食品安全委員会HP

博士：年末年始は、おもちを食べる機会が多くなるね。

12月から1月にかけて窒息事故が多いから、注意が必要じゃ。
 (下のグラフを参考にしてね。)

博士。
マイペース型。



ネコ。
しゃべれる。



Q子：安心して下さい、丸飲みしませんよ。

博士：そ、そうだね。おもちが詰まるのはよく聞話かもしれないけど、どんな食べ物でも窒息事故は起こり得るんじゃ。

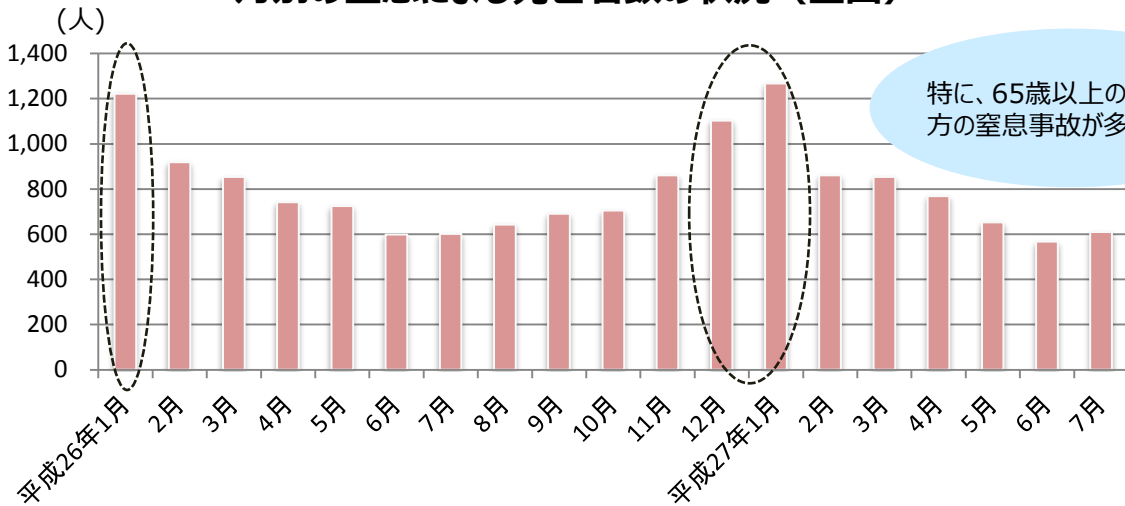
Q子。助手。
いつも前向き。



実は、食べ物をのどにつまらせて窒息死する人が毎年4,000人以上いるんだよ。
 悲しい事故を起こさないよう、食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べよう！



月別の窒息による死亡者数の状況（全国）



特に、65歳以上の高齢者の方の窒息事故が多いよ。



厚生労働省「人口動態統計」より作成。死因が「不慮の窒息」である人の数。

食べ物による窒息事故の予防方法

- ・食品を食べやすい大きさに切る。一口の量は無理なく食べられる量に。
- ・急いで飲み込まず、ゆっくりとよくかみ砕いてから飲み込む。
- ・食事の際は、お茶や水などを飲んでのどを湿らせる。
- ・食べ物を口に入れたまま、喋ったりしない。
- ・食事中に、驚かせるような行動をしない。
- ・食事中は遊ばない、歩きまわらない、寝ころばない。
- ・乳幼児の食品に表示されている月齢などは目安であり、発達には個人差があることも考慮して食品を選ぶ。
- ・ピーナッツなどの豆類は、誤って気管に入りやすいため、3歳頃までは食べさせない。
- ・介護を要する方などは、お粥などの流動食に近い食べ物でも、のどに詰まることがあるため、食事の際、目を離さない。



■のどに詰まった人がいたら、119番通報と並行し、次の方法を試みましょう。

○背部叩打法

頭を低くして、背中中の真ん中を平手で何度も連続して叩く。

○ハイムリック法（腹部突き上げ法）

後ろから両腕を回し、みぞおちの下で片方の手を握り拳にして、腹部を上方へ圧迫する。



ハイムリック法

食物アレルギーって何？

Q子：今年のクリスマスパーティー、何が食べたいですか？

博士：そうじゃのう。みんなでピザでも作ろうか♪



Q子：わーい！食材は何がいいかな～。野菜、お肉、魚介類・・・そういえば、友だちが、食物アレルギーがあるから、えびが食べられないって言ってたんですけど、食物アレルギーってなんですか？

博士：食物アレルギーとは、食べ物を食べた際、身体が食べ物に含まれるたんぱく質（アレルゲン）を異物として認識し過敏な反応を起こすことじゃ。特に、血圧が急速に低下して意識障害がみられる状態をアナフィラキシーショックといい、死に至ることもあるよ。



食物アレルギーの症状について

参考：厚生労働省 H P、厚生労働科学研究「セルフケアナビ食物アレルギー」

◆食物アレルギーの症状（症状には個人差がある。主な症状は以下のとおり。）

目	充血、かゆみ、目のまわりのむくみ
皮ふ	かゆみ、じんましん、むくみ、赤くなる、湿疹
口・のど	唇・口の中・舌の違和感やはれ、のどを締めつけられる感覚、のどのかゆみ・イガイガ感、声がれ
鼻・肺	くしゃみ、鼻水、鼻づまり、せき、ゼイゼイ、呼吸困難
おなか	腹痛、気持ち悪さ、吐く、下痢、血便
その他	食事やおやつ後に：元気がない、グッタリする



◆アナフィラキシー対策

- ☞ 予防(原因食物を食べない)が第一。
- ☞ アナフィラキシーが疑われる場合は、すぐに医療機関の受診が必要。場合によっては救急車を利用する。
- ☞ 受診までは、足を高くして身体を水平にし、血液の循環を助ける。
- ☞ 自己注射薬がある場合は事前の医師の指示に従い使用。

岐阜県では、県内で製造された菓子、そうざいなどの加工食品にコンタミネーション(意図しない混入)により表示にないアレルゲンが含まれていないかどうかを確認するための検査をしている。コンタミネーションが疑われる場合は、その原因調査と混入しないよう指導をしている。



博士：子どもが食物アレルギーかもしれない、と思っても、一番大事なことは自己判断をしないこと。保護者の方は必ず医師（できれば専門の医師）に相談して、まずは食物アレルギーが疑われる理由（具体的な症状や家族のアレルギーの有無など）をきちんと話すことが大切じゃ。



食物アレルギーの表示について

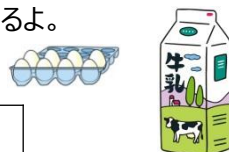
参考：消費者庁「加工食品のアレルギー表示」

Q子：何か対策は取られているんですか？

博士：食物アレルギーによる事故が起こらないように、容器包装された加工食品については、アレルギーの原因となることが知られている原材料を使用した場合は、そのことが分かるように原則表示することになっているよ。

【アレルギー表示対象品目】 アレルギー表示対象品目は27品目。

義務表示	特定原材料（7品目）	卵・乳・小麦・落花生・えび・そば・かに
推奨表示	特定原材料に準ずるもの（20品目）	いくら・キウイフルーツ・くるみ・大豆・バナナ・やまいも・カシューナッツ・もも・ごま・さば・さけ・いか・鶏肉・りんご・まつたけ・あわび・オレンジ・牛肉・ゼラチン・豚肉



博士：実際に痛ましい死亡事故も起きているから、私たち1人1人が理解を深め、食物アレルギーを持つ人をみんなでサポートしていきたいね。

Q子：そうですね。友だちが誤って食べないよう表示に気を配ります。



最後までお読みいただきありがとうございました。