

八王子市の保育施設に通っている 保護者様へ

**大切なお子さんを守るために
八王子医師会 小児科部会からの大切なお知らせです**

小さなお子さんにとって、誤嚥（＝食べ物や異物が誤って気道に入ること）は、命にかかわる重大な事故につながる可能性があります。

このお知らせでは、ご家庭でできる簡単な対策をご紹介します。

毎日忙しく子育てをされている中で、「少し気をつける」だけでも、思わぬ事故を防ぐことができます。

どうかこの機会に、一度目を通していただき、できることから取り入れてみてください。

八王子市医師会 小児科部会
誤嚥予防対策プロジェクトチーム

誤嚥予防対策

大切なお子さんが窒息で命を落とさないように

子どもは突拍子もない事をしでかします。昨日できなかったことが、今日突然でき始めるものです。
手にとって口に入れたものが喉に詰まる事故はいつ起こってもおかしくありません。

グラフは東京消防庁 令和5年のデータです

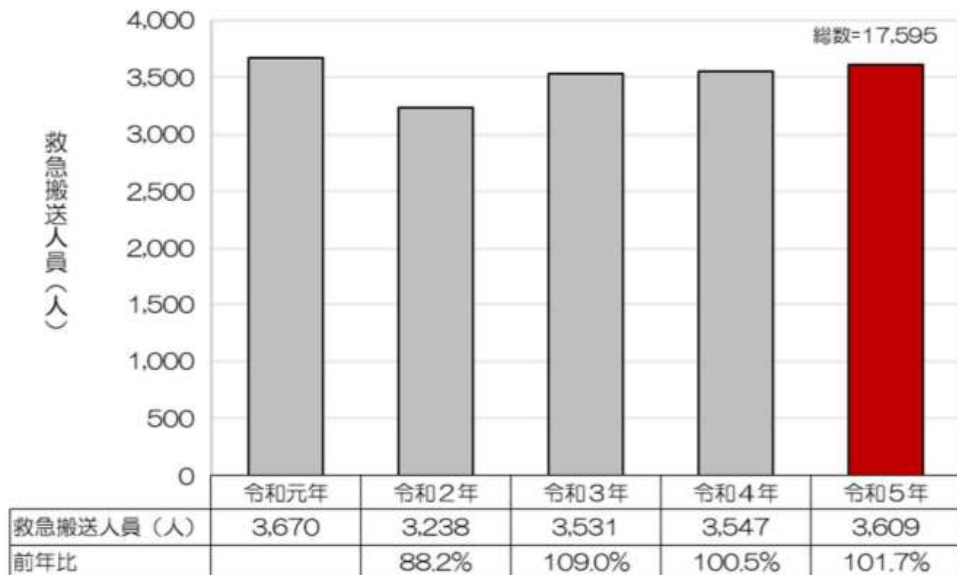


図2-16 年別の救急搬送人員

グラフは1年間に誤飲誤嚥で搬送された人数の推移です。
減る傾向にはありません。

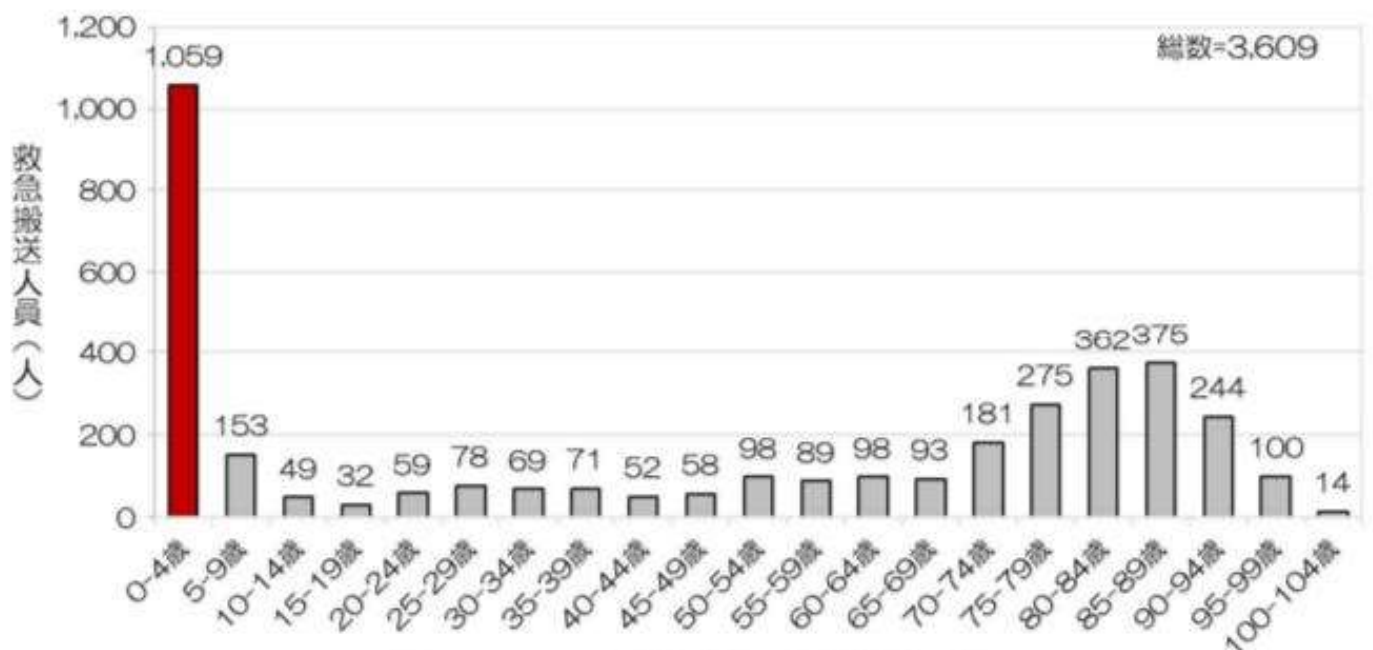


図2-17 年齢層別の救急搬送人員

年齢別でみると、**圧倒的に子どもが多い**です。

住宅等居住場所が約9割と最も多くなっています（図2-18）。

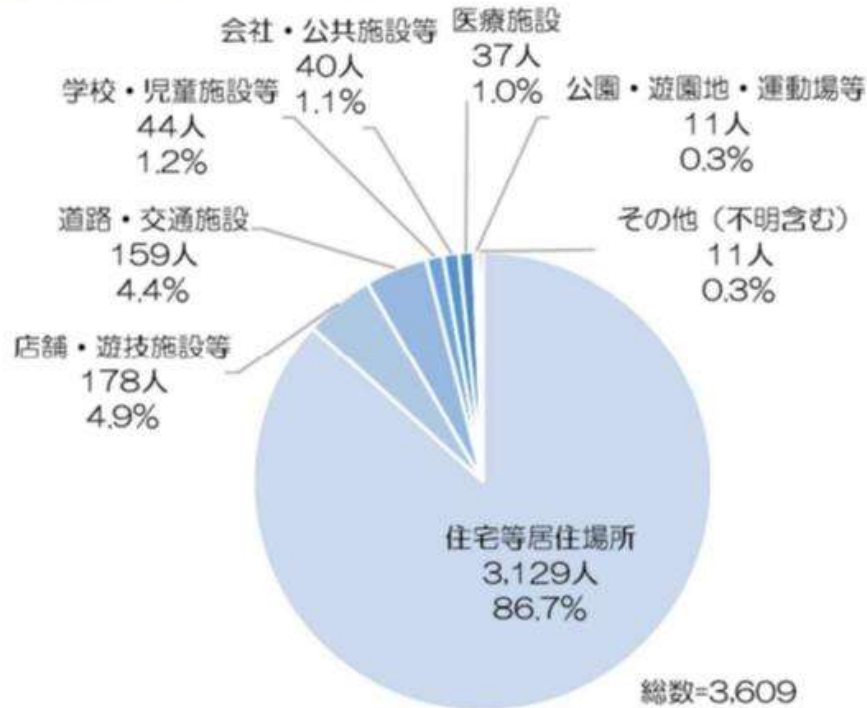


図2-18 発生場所別の救急搬送人員

誤嚥誤飲事故は圧倒的に住宅で起こっています。八王子市の保育施設でR6年度に発生した誤嚥誤飲と思われる事故は14件でした。

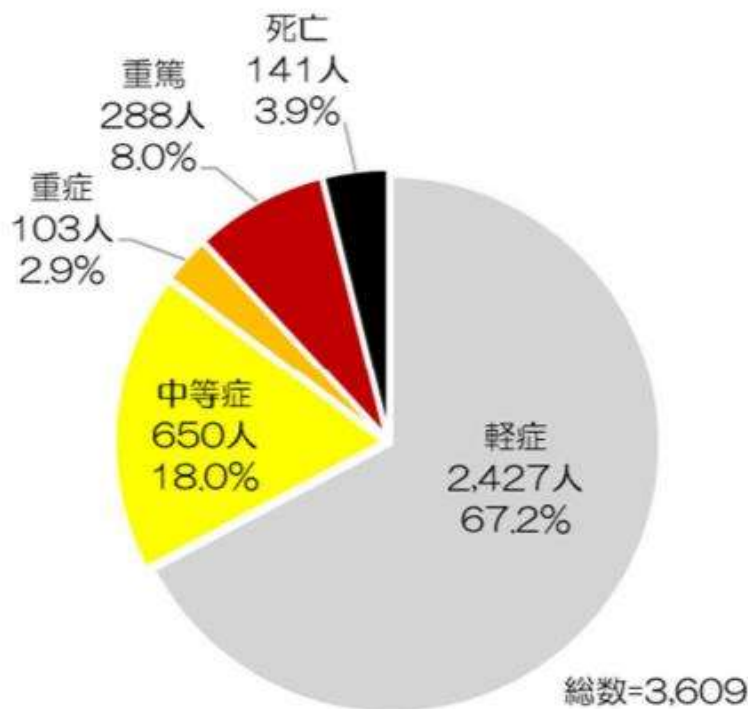


図2-19 初診時程度別の救急搬送人員

誤嚥誤飲事故搬送者の1/3が中等症以上です！

八王子市の保育施設でR6年度に発生した誤嚥誤飲と思われる事故の重症者はいませんでした。

誤嚥事故発生時、保育施設職員は背部叩打法など適切な対処を行っていました。

誤嚥予防対策方法

～“もしも”を防ぐためのひと手間です～

• 離乳期（0～3歳）

- 固い食材は避けましょう
 - 噛む力が弱いので、そのままうっかり喉や肺に入る可能性があります
- 果物・野菜も柔らかくなるまで加熱調理が必要です
 - 大人には柔らかくても子どもにとっては噛みづらい食材も多いです

• 幼児期（～6歳）

- 豆類・固くて表面がツルツとしている食材は避けましょう
 - 豆類が肺に入ると、後々ひどい肺炎になります
- 小学生でも前歯の生え変わり時期は注意が必要です
- 口に丸ごと入る、弾力性の強い食材は避けましょう
 - 噛もうとしても歯から逃げて、そのまま喉に詰まることがあります
 - ミントマト・ぶどうは必ず4等分しましょう
 - 皮を剥くなど、噛みやすくする工夫をしましょう



• 全年齢を通して

- 口に食物を入れたまま、遊ばせない、寝転がらせないようにしましょう
- 大泣きしているときに口に食べ物を入れないようにしましょう
 - うっかり吸い込んで、喉に詰まることがあります
 - 細かい食べ物が肺に入ると、後々ひどい肺炎になります

誤嚥時対処方法

0歳児には

1歳以上には

背部叩打法

胸部突き上げ法

ハイムリッヒ法



立位

座位

呼吸が止まっていたら

こどもの心肺蘇生術 (胸骨圧迫、人工呼吸)



人工呼吸を習ったことがあり、自信がある場合は、気道確保し人工呼吸を行う

血がついていたり、吐いたものが口の周りについていたり、または自信がない場合は、人工呼吸をしないで胸骨圧迫を続ける

人工呼吸（1回1秒で2回息を吹き込む）



6 胸骨圧迫とできれば人工呼吸の繰り返し

2人で行う場合...胸骨圧迫15回ごとに人工呼吸を2回行う
1人で行う場合...胸骨圧迫30回ごとに人工呼吸を2回行う

7 除細動器（AED）の使用

心臓突然死の多くは、生命に危険がある不整脈（心室細動）が原因です。
AEDは駅や学校などの公共施設に多く設置されており、心臓への除細動（電気ショック）を自動で行い、危険な不整脈の治療が行える機器です。電源を入れたら音声で流れますので、メッセージに従って使用してください。

次ページへ

参考に使ってください

- 八王子市HPで見られる資料（上記イラストはここから転記）

https://www.city.hachioji.tokyo.jp/emergency/medical/p005725_d/fil/honshi.pdf

- 政府広報オンラインから見られる資料

<https://www.gov-online.go.jp/article/202408/entry-6450.html>

- 東京都公式HPから見られる資料

<https://kodomosafetypj.metro.tokyo.lg.jp/column/vol-002/>