

子どもの命を守る

窒息を防ごう！「誤嚥」

巡回訪問つうしん 10号
令和3年5月発行



豆やナッツ類は5歳以下の子どもには食べさせないでください。(消費者庁 R3.1)

誤嚥とは…食べ物または異物が、誤って気管(空気の通り道)に入った状態です。

食事中にのどに詰まった！ さあどうする？

窒息すると短時間で命にかかわる重い症状になってしまいます。発見したらまずは周りの人を呼び、AEDの用意、救急車の要請を依頼します。

次に呼吸が苦しい、呼吸困難な場合、乳児は**背部叩打法**と**胸部突き上げ法**、幼児は**背部叩打法**と**腹部突き上げ法**を繰り返してください。

対応の途中で意識がないと確認したら、すぐに**心肺蘇生**を開始しましょう。

乳児

強い咳をしている

体を横向きに、咳が出やすい楽な姿勢にさせる

呼吸が苦しい、呼吸困難

背部叩打法

- 1 椅子に座って、手で首・頭を固定しながら、両太ももの上にうつぶせにする。
- 2 頭を低くして、背中の中の肩甲骨の間あたりを手のひらの下の方で5～6回迅速に強くたたく。



異物がとれるまで繰り返す

胸部突き上げ法

- 1 こどもを落とさないように抱きかかえながら、すばやく仰向けにして、頭を低くする。
- 2 もう片方の手の指2本で、胸の真ん中を5～6回強く押す。



異物の除去

幼児

- ・喉をつかんで苦しそうにする
- ・「喉が詰まったの？」と声をかけ反応を見る

要注意！

咳をしているのは少しでも呼吸ができています。自力で吐き出すことがあります。

指で取ろうとすると逆に異物を押し込んでしまうので、指を入れることは危険です。

強い咳をしている

そのまま咳をさせる

呼吸が苦しい、呼吸困難

背部叩打法

こどもを座らせて、背中の中の肩甲骨の間あたりを手のひらの下の方で5～6回迅速に強くたたく。



異物がとれるまで繰り返す

腹部突き上げ法

- 1 こどもの脇の下から手を入れて、後ろから抱える。



意識、反応がなくなったら

心肺蘇生を開始

医師や救急隊に引き継ぐまで続けましょう

<参考：教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン>

食べる時に配慮が必要な食材

食材	食材の特徴	調理時、食べる時の配慮
ごはん、パン類、いも類 ビスケット類	食材の水分含有量が少なく、唾液を吸収して飲み込みづらい。	水分を摂って、のどを潤してから食べます。
レタス、青菜 わかめ、のり	ぺらぺらしていて噛み切りにくく、口の中に貼りついたり、気道をふさいだりする危険がある。	細かく切って提供します。
ソーセージ	弾力が強く噛み切りにくい。	縦方向に切って提供します。
プチトマト、ぶどう、うすら卵 さくらんぼ等 球状の食品	球形という形状が危険。(吸い込みにより気道をふさぐことがある)	プチトマト、大きなぶどうは必ず切って出しましょう。ぶどう、さくらんぼは球形というだけでなく皮も口に残るので危険です。

<参考：大阪市事故防止及び事故発生対応マニュアル作成の手引き>

危険！

食事中にこんなことをしていませんか？

◆眠くなってしまった子に

- ・声をかけるなどして食べさせ続ける
- ・急いで抱き上げて目を覚まさせる

眠くなると咀嚼をしなくなり口の中に食物が溜まってしまふ為、誤嚥窒息につながります。

◆苦手な食べ物がある子に

- ・好きな物に混ぜてわからないように食べさせる
- ・嫌がる子に「一口だけ」と無理に口に入れる

苦手な物が口に入ると嫌がって泣いたり、体をのけ反らせたりする事があります。無理に食べさせることは、誤嚥・窒息につながり危険です。

小児の食事中の窒息事故の要因としては、歯の発育や摂食機能の発達の程度、あわてて食べるなどの行動が関連しています。乳幼児では、臼歯(奥歯)がない為、食べ物を噛んですりつぶすことができないことや、食べる時に遊んだり、泣いたり、笑いすぎたりすることも窒息の原因になります。急がず、よく噛んで食べるなど声かけをし、詰め込みすぎないように気をつけましょう。側にいるだけでは窒息に気がつかない場合があります。子どもの口に食物が入っている間は、保育者が目を離さないようにしましょう。また、事故が起きた場合の適切な対応を習得し、万が一事故が発生しても、重篤な事態に陥らないようにすることが重要です。

下記のサイト内に映像が載っています。園内研修等でご利用ください。
政府広報オンライン
「えっ?そんな小さなもので?」子供の窒息事故を防ぐ!
<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201809/2.html>



こども青少年局
保育・教育運営課
045-671-3564

子どもの命を守る

窒息を防ごう！「誤飲」

巡回訪問つうしん 11 号
令和 3 年 5 月発行

誤飲とは…本来摂取すべきでないものを飲みこんでしまうことです。

子どもはなぜ、異物をのどに詰まらせたりするのでしょうか？

誤飲は、子どもの心身の発達にも関係があるようです。通常、食べた物が食道に入る時には気管のふたが閉じますが、乳幼児は、まだその機能が未発達のため、口の中にあるものが、間違っただけで気管に入ることも十分にあり得ます。

【異物がのどに詰まったら】

窒息の最初の症状はせきこむことですが、完全にのどに物が詰まると右記のような症状になることがあります。

- のどを押さえる
- 口に指を入れる
- 声が出せない
- 呼吸が苦しそう
- 顔色が急に青くなる



【咽頭異物による世界共通サイン】

* 誤嚥事故の対処法は、巡回訪問つうしん 10 号「窒息を防ごう！「誤嚥」」を参考にしてください。

「発達の目安」を参考にして起こりやすい事故を防ぎましょう

子どもの発達と起こりやすい窒息・誤飲事故※消費者庁「子どもを事故から守る事故防止ハンドブック」より

発達 の 目 安	誕生	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳
	首すわり 足をバタバタさせる	口の中に物を入れる 足をバタバタさせる	口の中に物を入れる 見た物に手を出す 裏返りをうつ 離乳食を始める	座る	ハイハイをする	つかまり立ちをする	物をつかむ	一人歩きをする	走る・登る	階段を登り降りする	高い所へ登れる					
窒 息	睡眠中の窒息事故 ベッドの隙間に挟まれる	掛布団、ぬいぐるみ、よだれかけなどで窒息	ミルク吐き戻し													
誤 飲																

- 発達の表はあくまで目安で、個々のお子さんの発達過程に合わせて注意することが大切です。
- 誤飲事故は 5 か月頃から 3 歳頃までが最も多いと報告されています。窒息事故は年齢にかかわらず、事例があります。乳児だけでなく、幼児でも口に物を入れた状態で、はしゃぎすぎたり、驚いたり、笑いすぎて急に息を吸い込むと、のどに詰まらせる危険があります。

保育場面における「危険」の気づき・保育の工夫



場面	誤飲が予想されるもの	対応と援助（例）	
安全 点検	<ul style="list-style-type: none"> • 装飾物 • 掲示物 • 手作りのおもちゃ 	<ul style="list-style-type: none"> • ステンドグラス • マグネット • ビニールテープ • ペットボトルのふたを 2 個つなげたもの • フェルトで作った魚 • つるつるして飲み込んでしまいそうなもの 	<ul style="list-style-type: none"> • 取れかかったもの、剥がれたもの等、修理はすぐに行う • マグネット等の落下に注意する（丸いマグネットは使用しない） • 子どもが巻いてあるビニールテープをはがし始めたら、「剥がれちゃったね、直しておくね」と伝えて引き上げる
室内	<ul style="list-style-type: none"> • 小さいもの • ひらひらした物 • 小さなおもちゃ • 穴落とし • シール貼り 	<ul style="list-style-type: none"> • 衣服のボタン • 髪ゴム、ボタン電池 • カバンのキーホルダー • 乾いた花びら等 • 気管支拡張テープ • ひも通し • 穴落とし用パーツ • 粘土 • シール類 	<ul style="list-style-type: none"> • 髪ゴム、髪留め、小物の落下、置き忘れ、ネジのゆるみに注意する • 整理整頓、片づけを適切に行う • 遊びの集中が切れるタイミングは特に注意する • 小さい玩具、パーツは数を事前に確認する • 少人数で行う環境を設定する • 20 ミリ未満の物は保育者が管理する
室外	<ul style="list-style-type: none"> • 小さいもの 	<ul style="list-style-type: none"> • 木の実・小石・種等 	<ul style="list-style-type: none"> • 専用の袋を用意する

※上記参考例の他にも様々な誤飲事例があります。次の文献を参考にしてください。
「保育所におけるリスクマネジメント ヒヤリハット/傷害/発症事例 報告書」H26 年 兵庫県

【事故事例】どこでもあり得る状況をもとに対応策を考えてみましょう

- 6 歳児が、ガラス製のおはじきを口に入れていた時に友だちにくすぐられて誤飲した。
- 4 歳児がチェーンリングで遊んでいたときに、飴玉のように舐めていてうっかり誤飲した。
- 園で装飾していたものと同じビニールテープが、子どもの便から出てきた。



誤嚥・誤飲の窒息を防ごう



- ★子どもの年齢や発達を考慮しながら、誤嚥・誤飲につながらないか、日々の保育を確認しましょう！
- ★園内外の危ない物に気づけるように整理整頓をしましょう！
- ★保育者同士が、子どもの成長発達を共有し、リスク軽減を伝え合い、分かち合うコミュニケーションが大切です。
- ★窒息につながる「ヒヤリハット」があった場合は似たような大きさ、素材、形状などを考え、園全体で対策をたてましょう。

参考：子どもの事故と対策 小児学会、政府広報オンライン
日本小児学会：白熊先生掲載資料、消費者庁掲載資料



こども青少年局 保育・教育運営課
連絡先 045-671-3564