

## 餅などによる窒息事故に注意！

もうすぐお正月。年末年始には、餅料理を食べる機会が多くなります。  
東京消防庁管内の餅などによる窒息事故は、毎年12月から1月にかけて多く発生し、高齢者（65歳以上）の事故が約9割を占めています。  
窒息は放置すれば死に至る危険な事故です。 年末年始を迎えるに当たり事故防止のポイントを確認してください。一人で食事をする場合は、特に注意しましょう。

### ◎こんなヒヤリ・ハット事例があります

- ・ きなこ餅を一口で食べた父親が喉に詰まらせ、家族が背中を強くたたいて難を逃れた。 (70代)
- ・ 正月に雑煮の餅がのどに詰まり、むせ、せきがしばらく止まらなかった。 (70代)
- ・ 雑煮の柔らかい大きな餅の塊が、嚙まないうちに、スルスルのど越しに入ってしまい、慌てて自分の手で餅を引っ張り出した。 (60代)

(東京都ヒヤリ・ハット調査「年末年始の生活等に潜む危険」より)

### ◆ 餅など、食品による窒息事故を防ぐポイント

- 食品を小さく切るなど、食べやすい大きさにする。
- 急いで飲み込まず、ゆっくり嚙んでから飲み込む。
- 食事の際は、お茶や水を飲んで喉を湿らせる。
- 食事中は、歩きまわらない、寝転ばない。
- 高齢者は流動食に近い食物でも窒息を起こすことがあるため、一緒に食事をする際は周囲の人が注意を払う。

### ◆ いざという時に備え、応急手当の方法をよく理解しておきましょう

応急手当の方法は東京消防庁の以下の URL からご覧いただけます。

東京消防庁《STOP 高齢者の窒息・誤飲》

[http://www.tfd.metro.tokyo.jp/lfe/topics/stop/old\\_03.pdf](http://www.tfd.metro.tokyo.jp/lfe/topics/stop/old_03.pdf)

### 【参考】

東京消防庁《広報テーマ(12月号)年末年始の救急事故をなくそう》

<http://www.tfd.metro.tokyo.jp/camp/2016/201612/data/camp1.pdf>

東京暮らしWEB《年末年始の生活に潜むヒヤリ・ハット調査》

<http://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/zenen/hiyarihat/nenmatsu.html>

(追加情報 1月6日)

消費者庁《高齢者の餅による窒息事故に気を付けて！一餅での窒息による死亡事故が発生しています。注意して食べましょうー》

[http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/release/pdf/170106kouhyou\\_5.pdf](http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/release/pdf/170106kouhyou_5.pdf)