

## お餅による窒息に注意！年末年始に多く発生！

お餅を食べる機会が増える12月から1月にかけて、お餅による窒息事故が、毎年、多く発生しています。東京消防庁管内では、平成28年から令和2年までの5年間に、お餅など（団子等も含みます）を喉に詰まらせて453人が救急搬送されています。そのうち、約9割が65歳以上の高齢者で、初診時に死亡が確認された人が27名いました。

お餅は粘りがあり、くっつきやすく噛み切りにくい食べ物です。高齢者や乳幼児は嚙んで飲み込む力が弱いため注意が必要です。年末年始を迎えるに当たり、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。



### 事故、ヒヤリ・ハット事例

- 訪問先で飲酒しながら餅を食べていたところ、呼吸が苦しいと訴え、その後倒れて意識を失った。(60代・重篤)
- 草餅(5cm程度)を食べていたところ、喉に詰まらせてしまい、倒れて意識を失った。(90代・重篤)
- 正月に同居する祖父母も交えてお雑煮を食べた。6歳女兒が餅を急いで食べようとしたのか、喉につかえそうになっていた。(6歳・女兒)

※上記事例1番目及び2番目は、東京消防庁 広報テーマ2021年12月号 から引用

※上記事例3番目は、東京暮らし WEB「誤飲等による乳幼児の危険ヒヤリ・ハット調査」(令和3年6月29日) から引用

### 事故を防ぐポイント

- 餅は小さく切って、食べやすい大きさにしましょう。
- 急いで飲み込まず、ゆっくりと嚙んでから飲み込みましょう。
- 乳幼児や高齢者と一緒に食事をする際は、食事の様子を見守るなど注意を払いましょう。
- 餅を食べる前に、先にお茶や汁物を飲んで喉を潤しておきましょう。
- 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。

#### ◎参考

- ①《誤飲等による乳幼児の危険ヒヤリ・ハット調査》東京暮らし WEB (令和3年6月29日)  
[https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/anzen/hiyarihat/infant\\_goinr2.html](https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/anzen/hiyarihat/infant_goinr2.html)
- ②《年末年始の救急事故をなくそう 餅などによる窒息事故に注意》(広報テーマ2021年12月号) 東京消防庁  
<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/camp/2021/202112/camp2.html#camp2-an03>
- ③《年末年始、餅による窒息事故に御注意ください!》消費者庁 (令和2年12月23日)  
[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/release/pdf/consumer\\_safety\\_cms204\\_20201223\\_01.pdf](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/release/pdf/consumer_safety_cms204_20201223_01.pdf)

その他の危害危険情報はこちら。

東京暮らしWEB

<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/anzen/kigai.html>



問合せ先

東京都生活文化局消費生活部生活安全課

電話 03-5388-3082

## 物を喉に詰まらせた人への応急手当の方法



チョークサインを出しているとき、声を出せないとき、顔色が急に真っ青になったときなどは、食べ物などにより気道が塞がれていることが疑われます。

※チョークサイン・・・窒息を起こし、呼吸ができなくなったことを他の人に知らせる世界共通のサイン

そのようなときは大きな声で助けを呼び、119番通報とAEDの搬送を依頼し、直ちに気道異物除去を始めます。

呼びかけて反応があれば・・・

- 1 まず咳をすることが可能であれば、できる限り咳をさせます。
- 2 咳もできずに窒息しているときは、背部叩打法（はいぶこうだほう）を行きましょう。

### 背部叩打法の実施手順

- 1 胸もしくは下あごを支えて突き出し、あごを反らせます。  
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。片手で傷病者顔を支えます。
- 2 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。
- 3 回数にとらわれず、異物が取れるか、反応がなくなるまで続けます。

成人・小児の例



乳児の例



呼びかけに反応がない場合又は、反応がなくなった場合は・・・

ただちに心肺蘇生<sup>※</sup>を開始してください。

(東京消防庁 広報テーマ2021年12月号 より抜粋)

※心肺蘇生については、東京消防庁の以下のURLからご覧いただけます。

《電子学習室》命を救う～心肺蘇生法～

[https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/learning/contents/inochi-rescue/contents01\\_1.html#beginning](https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/learning/contents/inochi-rescue/contents01_1.html#beginning)