



給食だより



食品による窒息により、こどもの命が失われる事例が度々発生しています。
 事故は未就学児(特に5歳以下)に多く、要因として「食品側」「こども側」それぞれにあります。
 今回は注意が必要な食品と、事故防止につながる対策をご紹介します。

しょくひん ちっそく ふせ
 ●食品による窒息を防ぐ●

ちっそく たもの 窒息につながりやすい食べ物			たもの ちっそく じこ ふせ 食べ物による窒息事故を防ぐために		
だんりよく 弾力がある	かみ切り にくい	<ul style="list-style-type: none"> ソーセージ きのこ 	1	まめ 豆、ナッツ類、あめなどは 5歳以下のこどもには食べさせない。	
まる 丸い	吸い込んで 気道を 塞ぎやすい	<ul style="list-style-type: none"> ミニトマト 豆類 ぶどう 	2	くだもの 果物、野菜、肉、魚などの硬くて、かみ切りにくい 食材は、小さく切ってから食べさせる。	
ねんちゃくせい 粘着性が高い	だえき 唾液と混ざると のみ込みにくい	<ul style="list-style-type: none"> もち ごはん 	3	ミニトマトやぶどうなどの丸い食べ物は4つに、 ソーセージなどは半分に切るなどして、丸ごと 食べさせないようにする。	
かた 硬い	かみ切り にくい	<ul style="list-style-type: none"> えび いか 	4	ただ正しい姿勢で 食べさせる。 動いたり、泣いたり している場合は 食べさせない。	
だえき 唾液を吸う	くちなか 口の中で ばさつきやすい	<ul style="list-style-type: none"> パン ゆで卵 のり 	5	ごはん、パン、おもちは、 水分とともに よく噛みながら 食べさせ、詰め込み すぎない。	
くちなか 口の中で バラバラに なりやすい	まとまらず のみ込みにくい	<ul style="list-style-type: none"> ひき肉 ブロッコリー 			
くだもの 果物	きかた 切り方や硬さに よっては 詰まりやすい	<ul style="list-style-type: none"> りんご 梨 			

~クイズ~

のどに詰ませやすいものかどうかを判断する
 「大きさの基準」があります。3歳児を想定した
 場合、のどに詰ませやすい大きさは、
 次のうちどれでしょう？

- ① 2cm ② 3cm ③ 4cm

3歳児の口の大きさは約4cmで
 「トイレトーパーの芯」ほどです。
 これより小さいものを、飲み込んだ場合、
 気道を塞ぐ可能性があります。
 危険な大きさかどうかの目安にしましょう。
 市販で誤飲チェッカーも販売されています。



答え ③ 4cm



噛む力や飲み込む力は個人差があるため、年齢にとらわれない、その子にあった対応が必要です。
 切り方や調理方法を工夫して、注意しながらも楽しく食事ができるようにしましょう。