



食べ物をのどに詰まらせる窒息にはご注意ください！

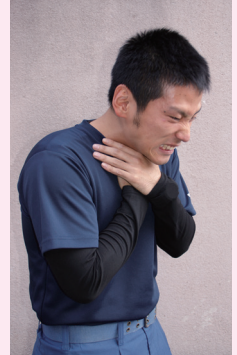
新年あけましておめでとうございます。新年を迎え、お餅料理を食べる機会が多いと思いますが、お餅はのどに詰まりやすい食べ物であり、窒息事故の危険が高くなります。

窒息事故を防ぐポイント

- 餅や肉片は小さく切って、食べやすい大きさにしましょう。
- 急いで飲み込まず、ゆっくりと噛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、適時食事の様子を見るなど注意を払うよう心がけましょう。
- 食事の際は、お茶や水を飲んで喉を湿らせるなど水分と一緒に食べるようにしましょう。

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です。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。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・・・

- 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。
- 咳もできずに窒息しているときは、年齢・性別に関係なく実施可能な背部叩打法（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

- 食べ物を詰ませた人(以下「傷病者」といいます。)が立っているか、座っている場合は、やや後方から片手で傷病者を支えてうつむかせます。
- 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上方に強く4～5回、迅速に叩きます。
- 異物が取れるか、反応がなくなるまで続けます。



※反応がなくなった場合には、ただちに心肺蘇生法を開始してください。

問 宿毛消防署 ☎63-3111(代表) ☎63-3300(火災・災害用) FAX 63-3396

有料広告

(一社) 宿毛市観光協会が旅行業をスタートしてから約1年半！！

地元密着の旅行会社として、皆様のご旅行のお手伝いをさせていただきます。

家族旅行や出張だけでなく、団体旅行などもお取り扱いしております。

地域の皆様にもっと知って頂き、活用して頂けるよう活動していきますのでよろしく願いいたします。

ご旅行のお手配だけでなく、ご相談や分からないことなどございましたら、ぜひお気軽にお問い合わせくださいませ。

(一社) 宿毛市観光協会

高知県知事登録 旅行業第 2-126 号

〒788-0010

高知県宿毛市駅前町 1-703

TEL : 0880-63-0801

FAX : 0880-63-0800

✉ travel@sukumo-darumayuhi.jp