



(作成者) 管理栄養士 高 貴子

新年あけましておめでとうございます。
お正月は子どもたちと楽しい時間を過ごしたことでしょ
う。
沖縄もようやく気温が下がり、冬らしくなってきました。
気温の変化に気をつけながら、元気いっぱい冬をのり切りましょ
う。
今年も子どもたちの成長を見守りながら、安全でおいしい給食を提
供してまいります。どうぞよろしくお願いします。



食品による窒息事故について



子どもたちにとって楽しみの一つである食事が痛ましい事故になるニュースが後を絶ちません。窒息しやすい食品を除外していても思わぬ食材がリスクを隠し持っていることがあります。どんな食品でも「小さくちぎって与え、飲み込むまで目を離さない」を基本に子どもを窒息事故から守るため、日頃から予防に努めましょう。



窒息しにくい食べ方を実践する

- ・食べることに集中させる
- ・水分を摂ってのどを潤してから食べさせる
- ・よく噛んで食べる
- ・一口の量を多くしない
- ・口の中に食品があるときはしゃべらない
- ・あおむけに寝た状態や歩きながら、遊びながら食品を食べさせない
- ・食事中に乳幼児がびっくりするようなことをしない
- ・年上の子どもが乳幼児に危険な食品を与えることがあるので注意する。



食品側の要因（窒息を起こしやすい食品）を知る

- (1) 丸くつるっとしているもの
あめ、ぶどう、ミニトマト、さくらんぼ、ピーナッツ、球形のチーズ、うすらのゆで卵、こんにゃく、ソーセージ、ラムネ、白玉団子など
- (2) 粘着力が高く、唾液を吸収して飲み込みづらいもの
餅・ご飯やパン類
- (3) 硬くて噛み切りにくいもの
りんご、いか、肉類、生のにんじん、棒状のセロリ

