



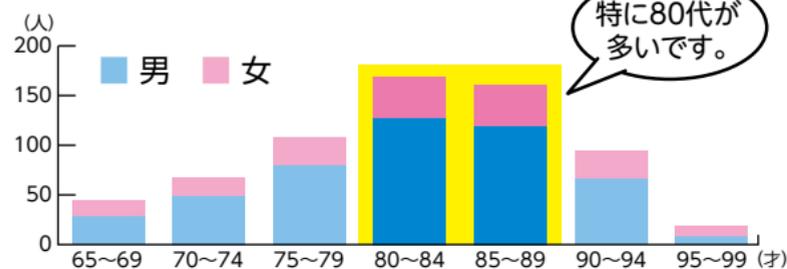
年末年始 お餅による窒息事故に気を付けましょう

年末年始は、お餅を食べる機会が増えます。お餅は口の中で温度が下がると硬くなり、くっつきやすくなります。お餅をおいしく安全に食べるため、食べ方をマスターしましょう。

月別 餅による死亡者数(65歳以上 2018~2019年)



65歳以上の年齢別内訳



※出典:消費者庁 令和2年12月23日付 News Release

予防方法

お餅は小さく切って、
食べやすい大きさにしましょう。



先にお茶や汁物を飲み、
喉を潤してから
食べましょう。

お餅は一人で
食べないことも大切。



ゆっくりと
よく噛んでから、
飲み込みましょう。



詰まらせてしまった時は



- ・咳込んだり、苦しそうにしている。
- ・声を出せず、喉をつかむ動作をする。
- ・顔色が悪い。



このような時は**すぐに119番へ
通報し、応急措置**を行います。



応急手当の方法

- ・咳ができる場合、できるだけ**咳をさせます**。
- ・患者の後ろから、手のひらの付け根部分で、**左右の肩甲骨の真ん中あたりを、何回も強く叩きます**。