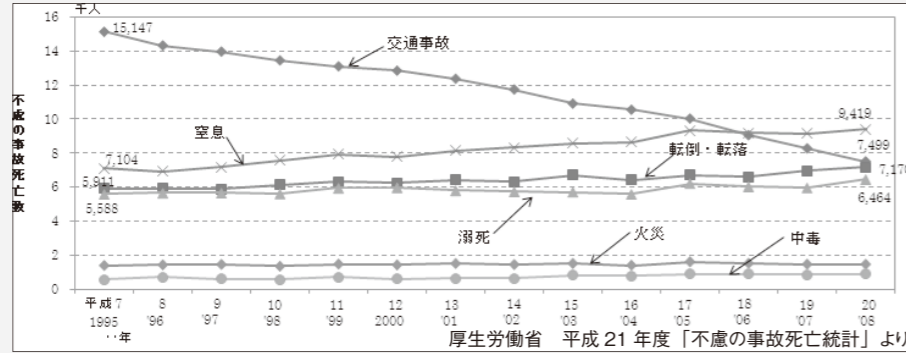


増える窒息死～その食べ方、食べ物と大きく関係しています

(1) 窒息死が交通事故死を上回っています



不慮の事故による死亡事故のうち、2011年度の窒息事故は9,727件であり、原因の半数が食品を誤って飲み込む「誤嚥窒息」によるもので、その年齢の大半は65歳以上の高齢者が占めていますが、乳幼児の死亡者数も決して少なくありません。

※誤嚥窒息とは・・・食べ物をよく噛まずに（粉碎されないまま）飲み込んでしまい誤嚥し、呼吸が妨げられること。

(2) 乳幼児と高齢者に潜むリスク

乳幼児、小児では発達段階にあっていない食べ物、食べ方が危険です。

特に乳幼児では口腔機能の発達程度による「食べ方」と与える側の「食べ物の選択」と「与え方」に窒息の原因が多くあります。

例えば、こんなお菓子で、こんなヒヤリ!があげられています。

ソフトせんべい
ポーロ、ウエハース
ビスケット など

・のどに張り付いた
・頬張り過ぎた
・大きいまま口に入れる
・噛まずに飲み込んだ

高齢者では加齢による「食べる機能の低下」などから誤嚥や窒息の事故が起こりやすくなります。

お口の中の条件としては、奥歯を喪失したままの状態であるなど、上下の奥歯がかみ合っていないことが窒息の危険性を高めることとなります。歯医者さんに相談をして入れ歯を作りましょう。

窒息しやすい食べ方

	危険な食べ方	予防対策
1	口いっぱい詰めて飲んで食べる	一口量を少なくして、飲み込んでから次の食べ物を口に入れる
2	早食い	ゆっくり噛んで唾液とよく混ぜ合わせてから飲み込む。十分な食事時間を設ける
3	口をあけたまま奥へ食べ物を入れ込もうとする	口をやや閉じながら食べ物を前方に取り込む
4	口に食べ物が入ったままおしゃべりし、直後に息継ぎをする	食べることに集中する
5	遊びながら食べたり、仰向けの状態で食べる	姿勢が悪い状態で食べない
6	食べているときに急に声をかける	食事中驚かせるような行動はしない。飲み込んでから話をする
7	見守りなしで一人で食べる	乳幼児や障害者、高齢者は適時食事の様子をみるなど注意を払う

窒息しやすい食品⇒日常的な食べ物、特に主食になる食べ物が多い!

- ・ご飯、もち
- ・水分の少ない食品（パンなど）
- ・大きな形状の食品（から揚げなど）
- ・葉物野菜
- ・のどに送り込みやすい食品（飴、ミニトマト、ブドウなど）
- ・こんにゃくゼリー
- ・ポーロ、ソフトせんべい



詳しくは・・・【お問合せ先】役場福祉課健康係 ☎(574) 2214

輪投げを楽しむ



1月17日、豊頃地域コミュニティセンターで『輪投げ大会』が行われました。

これは、地域交流の一環として、豊頃地域づくり協議会（今村憲司会長）が豊頃地区で開催される『ほっとサロン豊頃』に併せ、実施しました。

この日は、約40人の高齢者が参加し、標的のスタンドの棒に向け、真剣な表情で輪を投げ、点数を競い合っていました。

剣道鏡開き



1月12日、豊頃小学校体育館で一年間の無病息災と心身ともに健全であることを願い、豊頃剣道スポーツ少年団の『鏡開き』が行われました。

その後、第45回OB杯争奪戦が行われ、父母らが見守る中、熱戦が繰り広げられました。

各部門の優勝、準優勝者は次のとおりです。（敬省略）

- 【小学生4年生以下の部】
（優勝）長瀬歩太（準優勝）濱野永弥
- 【小学生高学年の部】
（優勝）佐々木楓（準優勝）竹次朱音

巨大紙ずもう大会『とよころ場所』



1月13日、える夢館にて豊頃町青少年育成連絡協議会主催、巨大紙ずもう大会『とよころ場所』が行われました。参加した小学生23名とその父母らは、各班に分かれ、たて180センチ、よこ90センチの段ボール2枚をつかささまざまなデザインの10体の巨大力士を作りました。

その後、力士たちによる総当戦での取組が行われ、子どもたちは、土俵をたたいて巨大力士を動かし、迫力ある取組が続きました。

取組後、番付表が発表され、東の横綱には「ドラ山」（作：森川颯太くん、袴田健心くん、大長根瑞生くん【豊小】）西の横綱には「棒人間」（作：松原奈穂さん、遠藤楓穂さん【豊小】）が初代横綱となりました。

保育所に絵本を寄贈



12月26日、十勝管内商工女性部連合会、豊頃町商工会女性部が5千円分の絵本を寄贈しました。

この日は町商工会女性部長の大谷美由子さんがこどもプラザとよころを訪れ、茂岩保育所の子どもたちに絵本を手渡しました。

本事業は、十勝管内商工女性部連合会が児童の健全な育成等を支援するため、地域の福祉施設等へ絵本等を寄贈し、地域社会に貢献することを目的として行っているものです。

消防団120年切手



12月26日、豊頃消防署で特殊切手『消防団120年』の発行を記念し切手シートの贈呈式が行われました。

これは、明治27年の消防組規則によって消防組が発足し120年を迎えることを記念し、発行されたものです。

この日は、豊頃郵便局の松井隆局長から豊頃消防団の前田勇治団長へ記念切手シートの贈呈が行われました。