



2月 ほけんだより

令和7年
1月31日



気温が低く乾燥した日が続いています。暦の上では「立春」を迎えますが、一年で一番寒い時期でもあります。寒くなると室内での活動量も増えてきます。引き続きこまめな換気や消毒に努め感染対策を心がけて行きたいと思えます。

【誤嚥に気を付けましょう】

2月2日は節分です。昔から歳の数だけ節分の豆を食べましようと言われますが、この節分の豆も注意喚起が必要な食べ物となっております。近年小さなお子様による誤嚥のニュースも聞かれます。「日本小児学会」によります誤嚥になりやすい食べ物も見ていきご家庭でも気を付けていきましょう。

窒息を起こしやすい危険な食品

丸いもの・つるっとしているもの



ぶどう・ミニトマト・さくらんぼ・ピーナッツ・球形の個装チーズ
うずらの卵・ソーセージ・こんにゃく・白玉団子・あめ・ラムネ

粘着性が高く唾液を吸収するため
飲み込みづらいもの



餅・ごはん・パン類

固くて噛み切りにくいもの



りんご・生のにんじん・
水菜・イカ



【誤嚥はなぜ起きてしまうの？子ども側の要因】

子どもの歯の生え方に大きな要因があります。奥歯の未発達ですりつぶすのが苦手な子や気管や肺などから痰や異物を咳と一緒に吐き出す機能が未発達為起こります。

【対策と注意】

- ・形状が丸い物などは4分の一にカットをする。固い物は柔らかく調理し良く噛んで食べさせる。(咀嚼)が大切です。
- ・お子様の発達段階を見極め安全な食事をご家庭から整えていきましょう。過剰な心配でたべさせない。柔らかい物ばかり食べさせるなどは偏食や顎の発達の低下につながります。末食にならないようにご配慮ください。



※当園でもワークアップさんの献立調理には、十分に気を付けて対応していただいております。子どもたちの楽しい園での食事をこれからも見守ってください。