

## 豆やナッツ類は、3歳頃までは食べさせないようにしましょう！

豆やナッツ類を誤嚥<sup>ごえん</sup>して、気管支炎や肺炎を起こしたり、  
窒息したりするおそれがあります

消費者庁には、平成 22 年 12 月から平成 29 年 12 月末までに、医療機関ネットワーク事業<sup>1</sup>の参画医療機関から、豆やナッツ類<sup>2</sup>（例えば、大豆、ピーナッツなど）を原因とする子ども（14 歳以下）の誤嚥<sup>3</sup>事故が、27 件報告されています。そのうち 20 件を 3 歳未満の事故が占めています。奥歯が生えそろわず、かみ砕く力や飲み込む力が十分ではなく、気道<sup>4</sup>も狭い子どもが豆やナッツ類を食べると、気道に入って気管支炎や肺炎を起こしたり、窒息したりするおそれがあります。

豆やナッツ類の誤嚥は、事故報告件数は多くないものの、入院を要する例が 16 件と全体（27 件）の約 6 割を占めています。

誤嚥事故防止のため、主に以下のことに注意しましょう。

（1）豆やナッツ類は、3歳頃までは、食べさせないでください。

- ・小さく砕いた豆やナッツ類も食べさせないでください。
- ・兄弟がいる家庭では、兄弟が豆やナッツ類を食べていても、食べさせないでください。

（2）少し大きい子どもの場合も、誤嚥をしないように、食べることに集中させ、落ち着いてゆっくりとかみ砕いて食べさせるようにしてください。

（3）節分の豆まきをした後は、子どもが拾って口に入れないように、豆の後片付けを徹底しましょう。

### 1. 事故内容

#### （1）医療機関ネットワーク事業による事故報告件数の内訳

医療機関から消費者庁へ、平成 22 年 12 月から平成 29 年 12 月末までに、豆やナッツ類を子ども（14 歳以下）が誤嚥した事故情報が、27 件報告されており、そのうち 3 歳未満の事故が 20 件を占めます（図 1）。また、危害の程度<sup>5</sup>が、

<sup>1</sup> 「医療機関ネットワーク事業」は、参画する医療機関（平成 29 年 10 月時点で 23 機関）から事故情報を収集し、事故の再発防止にいかすことを目的とした、消費者庁と独立行政法人国民生活センターとの共同事業です。事故報告件数は、本件注意喚起のために、消費者庁が特別に精査したものです。

<sup>2</sup> 本資料での「豆やナッツ類」とは、大豆などの豆類やアーモンド、ピーナッツなどの食用の種実類のことをいいます。

<sup>3</sup> 「誤嚥」とは、食べ物又は異物が、何らかの理由によって、誤って気道（気管、気管支など）に入ることです。

<sup>4</sup> 「気道」とは、呼吸に関与する空気の通り道のことです。気管や気管支、肺などが含まれます。

<sup>5</sup> 医療機関ネットワーク事業では、危害の程度は次のように分類されています。

「軽症」：入院を要さない傷病。「中等症」：生命に危険はないが、入院を要する状態。  
「重症」：生命に危険が及ぶ可能性が高い状態。

気道からの異物除去などの治療で入院を要する例（中等症、重症）が 16 件と、全体（27 件）の約 6 割を占めるという特徴があります（図 2）。

図 1. 14 歳以下の子どもの年齢別事故報告件数、割合（n=27）

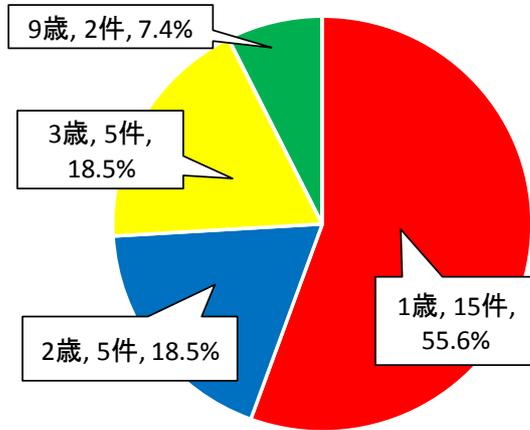
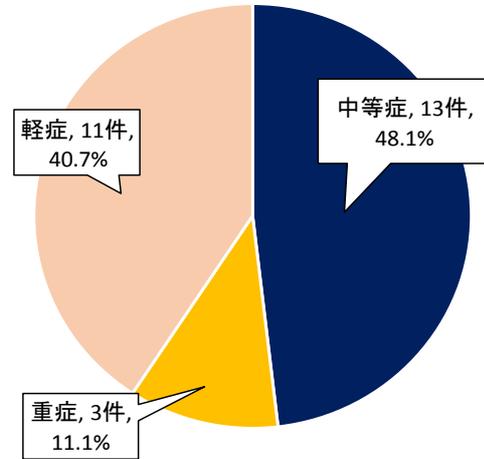


図 2. 危害の程度別事故報告件数、割合（n=27）



※図 2 は、小数点第 2 以下を四捨五入しているため、合計が 100% になりません。

## （2）医療機関ネットワーク事業で報告された、豆やナッツ類による事故事例

### 【事例 1】

節分の残りの煎り大豆を食べた後からぜいぜいし始め、夜も眠れなかったため、翌日、救急車で来院。全身麻酔の上、気管支鏡検査、気道異物除去を行った。気管支に大豆の破片が 3 個あったため摘出した。5 日間入院。

（受診年月：平成 25 年 2 月、1 歳、中等症）

### 【事例 2】

夕食中、親が与えた枝豆を 2～3 粒飲み込んでしまった。食べながら、むせてせき込み、窒息しかけていたために、親が慌てて背中をたたいて、枝豆 1 粒半を吐き出した。その後もぜいぜいし続けて、翌朝になっても治まらず来院し、気道異物の疑いで、全身麻酔の上、異物（枝豆 1/2 個）を除去。異物除去後、回復まで 1 か月以上入院した。

（受診年月：平成 25 年 1 月、1 歳、中等症）

### 【事例 3】

ピーナッツを食べた直後にむせて、強いせきが続く、顔面そう白になり、来院時は、呼吸困難な状況だった。胸部 CT により、気管支に異物を認め、気管支鏡検査を行い、ピーナッツを確認し除去した。

（受診年月：平成 23 年 1 月、3 歳、重症）

### 【事例 4】

親が 1 歳の子どもに、砕いて小さくしたアーモンドを与えていた。兄弟と遊びながら食べていたら突然むせ込み、その後からせきと高熱が数日続いた。数日たっても状態が安定せず、気道異物が疑われ入院した。

（受診年月：平成 27 年 7 月、1 歳、中等症）

### 【事例 5】

皿に入ったピーナッツの豆菓子をちゃぶ台に置いていたが、親が目を離れた際に豆菓子が地面にちらばっており、子どもがいじっていた。親が取り上げたが、30分たたないうちに子どもがせき込み出した。夜、寝かせているときにぜいぜいして、気道異物の治療目的で入院。4日間入院した。

(受診年月：平成 29 年 2 月、1 歳、中等症)

### 【事例 6】

豆まきをした後に、1 歳の子どもが床に落ちた煎り大豆をガリガリかじって食べて、3 粒目でむせ込みぜいぜいし、呼吸器障害の症状が出た。

(受診年月：平成 24 年 2 月、1 歳、中等症)

### 【事例 7】

発熱とせきがあり、肺炎と診断され入院。退院後もしつこいせきが続き、数か月後に検査目的で受診したところ、気管支異物（ピーナッツの破片）が発見された。

(受診年月：平成 26 年 10 月、2 歳、重症)

## 2. 誤嚥事故防止のための注意ポイント

食品をかみ砕く力や、喉が未発達な子どもが、豆やナッツ類を食べた場合、窒息のみならず、小さな破片が気道に入ったまま放置していると、気管支炎や肺炎を起こす危険があります。気道に入った豆やナッツ類を、病院で気管支鏡（内視鏡の一種）を使って異物除去をした例もあります。



豆やナッツ類は身近な食品ですが、子どもにとって、リスクのある食品でもあります。誤嚥事故防止のため、下記に注意してください。

### (1) 誤嚥事故防止に関する注意

①豆やナッツ類は、3 歳頃までは、食べさせないでください。

- 1) 個人差はありますが、大人に近い咀嚼（食べ物を歯でかみ砕くこと）ができるようになり、飲み込んだり吐き出したりする力が十分に発達するのは 3 歳頃です。
- 2) 兄姉がいる家庭では、兄姉が豆やナッツ類を食べていても、3 歳頃までは食べさせないでください。

② 3 歳頃までは、小さく砕いた豆やナッツ類も食べさせないでください。

- 1) 小さく砕いて食べさせた場合でも、破片が気道に入ると、体内の水分で膨張して形状が変わり、気道に詰まるおそれがあります。
- 2) 破片が気道に入ると、豆やナッツ類の油分が溶け出して炎症を起こし、気管支炎や肺炎の原因になることがあります。

③少し大きい子どもの場合も、食べることに集中させ、落ち着いてゆっくりと、よくかみ砕いて食べさせるようにしてください。

1) 遊びながら、歩きながら、寝転んだまま食べると、誤嚥する場合があります。

2) 食べている時に、周囲の人が急に驚かしたりすると、誤嚥する場合があります。

④節分の豆まきをした後は、子どもが豆を拾って口に入れる場合があるため、豆の後片付けを徹底してください。

## (2) 異物（豆やナッツ類）が喉に詰まってしまったら

応急処置の際、子どもの口の中に指を入れて異物をかき出そうとしないでください。指の動きにより口腔内が傷ついたり、異物を押し込んで症状を悪化させる可能性があります。応急処置方法は、下記〈参考〉を参照ください。

### 〈参考〉 万が一、豆やナッツ類が喉に詰まってしまった時の応急処置方法

子どもの年齢や大きさにより、以下の応急処置を、口の中に指を入れることをせずに行ってください。また、応急処置後は速やかに医療機関を受診しましょう。

0 歳 児	<p>背部こう打法</p> 	<p>片腕にうつ伏せに乗せ顔を支えて、頭を低くして、背中の中を平手で何度も連続してたたきます。なお、腹部臓器を傷つけないよう力を加減します。</p>
1 歳 以 上	<p>背部こう打法変法</p> 	<p>立て膝で太ももがうつ伏せにした子のみぞおちを圧迫するようにして、頭を低くして、背中の中を平手で何度も連続してたたきます。なお、腹部臓器を傷つけないよう力を加減します。</p>

<p>満 5 歳 以 上</p>	<p>腹部突き上げ法 (ハイムリック法)</p> 	<p>後ろから両腕を回し、みぞおちの下で片方の手を握り拳にして、腹部を上方へ圧迫します。この方法が行えない場合は、横向きに寝かせて、又は、座って前かがみにして背部こう打変法を試みます。</p>
----------------------------------	--	--

<本件に関する問合せ先>

消費者庁消費者安全課 尾崎、白石、山本

TEL : 03(3507)9200 (直通)

FAX : 03(3507)9290

URL : <http://www.caa.go.jp/>



「子どもを事故から守る! プロジェクト」

[http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/child/](http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/child/)

「消費者庁 子どもを事故から守る! 公式ツイッター」

[https://twitter.com/caa\\_kodomo](https://twitter.com/caa_kodomo)



「子ども安全メール from 消費者庁」

<http://www.caa.go.jp/kodomo/mail/index.php>



## <別添> 医療関係者からのコメント

### 豆やナッツ類による子どもの誤嚥事故について

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター

救急診療科 植松 悟子 医長、救急センター 林 幸子 副看護師長

#### 1. 豆やナッツ類を誤嚥した場合の危険性

豆やナッツ類に限らず、子どもが口にするものの大きさが、窒息のリスクを高める要因です。子どもの気道に詰まってしまう大きさかどうかということが重要です。

豆やナッツ類の誤嚥事故で最も危険なのは、気道に詰まって窒息することです。豆やナッツ類は、気道の中で水分を含み膨らんで形状が変わることも窒息のリスクとなります。そうした点は、気道に入っても形状や性質が変わりにくいプラスチック製の玩具等とは異なります。

また、豆やナッツ類を小さく砕いて食べさせた時の破片は、細い気道の奥に入り込みやすく、体温等で豆やナッツ類が持つ油分が溶け出して炎症を起こして、気管支炎や肺炎になることがあります。

さらに豆やナッツ類で気道が詰まると、気道内の分泌物の排出ができなくなることで、気管支炎や肺炎を起こす可能性があります。

なお、豆やナッツ類は金属を含まないのでレントゲンで写りにくく、誤嚥が長期間判明しないケースもあります。

#### 2. 他の食品の危害との違い

あめは、一般的には豆やナッツ類より大きく、子どもの気道には入りやすく、気道に入る誤嚥ではなく食道（胃に通じる食べ物の通り道）に引っ掛かるといった例が多くみられます。あめは体内で溶けてしまうので、軽症で済むことが多いです。せんべいのような菓子も硬さはあっても、体内の水分で溶けて柔らかくなる性質があるため、むせた際に吐き出しやすく、軽症例が多いです。

一方で、豆やナッツ類を誤嚥すると、上記1のように気管支炎や肺炎、窒息といった、危害の程度が重くなることが多いのが特徴です。

#### 3. 誤嚥事故を防止するために注意すること

咀嚼力（奥歯が生えそろい、食べ物を噛み砕く力）が十分となり、えん下力（飲み込む力）や物を吐き出す力が十分になるのは、個人差はありますが3歳頃です。

3歳未満の子どもは、咀嚼やえん下といった発達が十分ではないことが多く、豆やナッツ類は、3歳頃までは食べさせないでください。3歳頃までは、小さく砕いて食べさせることもやめましょう。

また、3歳より上の場合でも、年齢を問わず、豆やナッツ類といった食品の誤嚥を防ぐためには、何かをしながら食べたりはせずに、姿勢よく、食べることに

集中し、よくかみ砕いてから飲み込むようにしましょう。

#### 4. 子どもたちが、豆まきを安全に楽しむためのアドバイス

豆まきをした後に、子どもが拾って食べないように片付けを徹底しましょう。また、豆まき用の豆数個をまとめて個包装した製品もあるので、個包装をしたまま豆まきをすることも、誤嚥防止の一つの方法です。

#### 5. 保護者や教育保育施設の方々へのアドバイス

豆やナッツ類で誤嚥事故が起きていること、咀嚼力やえん下力が弱く、気道も細く狭い子どもにとっては、豆やナッツ類はリスクのある食べ物であることを知っておくことが重要です。

豆やナッツ類に限らず、誤嚥や誤飲を防ぐために、保護者が子どもをずっと見守り続けるのは困難です。子どもがいる部屋などから、誤嚥や誤飲をするおそれがある物を片付けるなど、子どもの周囲の環境を整えることが大切です。

また、事故が起こる場合に備えて、応急処置方法についての知識を持っておきましょう。

豆やナッツ類の誤嚥は、受診件数は少ないですが、一度起こると入院を要するようなケースが多く、しかも気管支鏡（内視鏡の一種）を使って気管支から異物除去ができる施設や技術がある病院は限られているのが現状です。豆やナッツ類の誤嚥事故は、「まれに起こる事故ではあるが、発生した場合は大変危険」だということを知っていただきたいです。

#### 小児救急電話相談事業

電話番号 #8000（全国同一の短縮ダイヤル）

小児科医師・看護師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院などのアドバイスを受けることができます。

小児救急電話相談事業（#8000）について

<http://www.mhlw.go.jp/topics/2006/10/tp1010-3.html>