



# 日常生活の中での高齢者の事故を防ごう!



日常生活の中での事故で救急搬送される高齢者が年々増加しています。高齢者の事故のうち、最も多い事故の種別は、「ころぶ」で全体の約8割を占め、続いて「落ちる」・「ものが詰まる等」となっています。「溺れる」は、高齢者の事故の中で最も重症化しやすい事故です。高齢の場合怪我をすると重い症状になりやすく、生活に影響を及ぼすこともあります。加齢に伴い身体機能が低下しますので、本人だけでなく家族や地域で事故防止対策をしましょう。

## こんな事故が起きています

### 事例 ころぶ事故

自宅の敷居の段差につまづいて転倒し、右大腿部の付け根付近を受傷し、動けなくなっているところを帰宅した家族が発見した。(90代 中等症)



### 事例 ものが詰まる事故

カットしたお餅を食べたところ喉に詰まらせ5分後に意識がなくなった。家族が餅を取り除こうとしたができなかった。(70代 重篤)



### 事例 落ちる事故

庭の柿を取ろうと脚立に上った際、約5mの高さから誤って転落し頭部を受傷した。動けなくなっているところを通りかかった通行人に発見された。(70代 重篤)



### 事例 溺れる事故

30分経っても浴室から出てこない。家族が確認すると、浴槽内に水没していた。(70代 重篤)



## 事故を防ぐためのポイント

### ① 階段や床での転倒事故を防止する

- 足元灯や照明器具の設置などで足元を十分明るくしましょう。
- 階段、廊下、玄関等には滑り止めをしましょう。
- 居室は整理整頓をし、つまづきそうな物を置かないようにしましょう。
- 居室内の段差をなくしましょう。

### ② 転落・墜落事故を防止する

- 脚立の天板の上やはしごの上に乗っての作業はしないようにしましょう。年齢や個々の体力を勘案し、無理な作業は控えましょう。

### ③ ものが詰まる事故を防止する

- 餅など粘りのある食品は小さくしてから食べましょう。
- お茶や水など水分を摂りながら食事しましょう。

### ④ 溺れる事故を防止する

- 高齢者の溺れる事故の多くが「浴室」で、冬場に多く発生しています。浴室と脱衣場を温めてから入浴するようにしましょう。
- 長湯や高温、飲酒後の入浴はやめましょう。
- 入浴する時は、家族に知らせ、家族はこまめに確認しましょう。

詳しくは東京消防庁ホームページへ

東京消防

検索



東京消防庁ホームページへは  
こちらからアクセスできます



問合せ先

昭島消防署 042(545)0119

昭和出張所 042(543)0119

大神出張所 042(546)0119