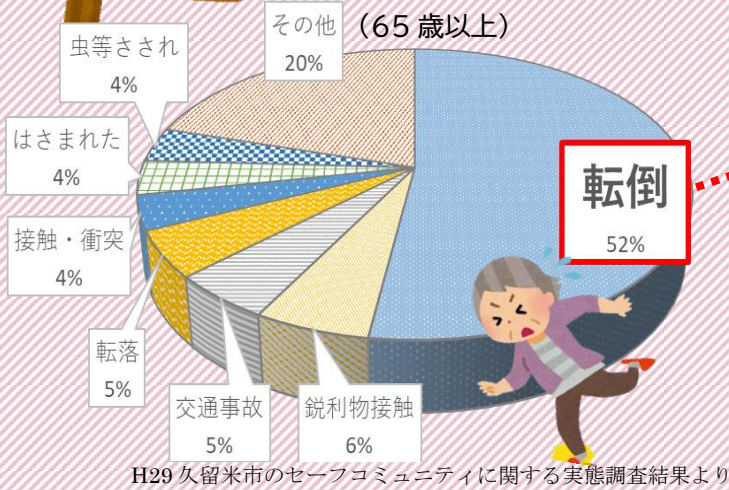




みんなで防ごう！ 高齢者の事故

連載2回目
#転倒 編

高齢者のけがの原因



高齢者の転倒の
約**5割**が**自宅**
で発生！



自宅内を確認して
転倒を予防するっば！

階段・廊下・玄関

- ・階段を踏み外し転倒
- ・暗闇で転倒
- ・玄関マットにつまずく



ポイント

- ✓ 階段に手すりやすべり止めの設置を検討
- ✓ 暗いところは照明を明るく
- ✓ 玄関マットは、すべり止めを下に敷くなど、しっかり固定する

わずか1センチの段差でも
つまずく原因になるとばい！
自宅の中をチェックして、
危険を減らすっば！

リビング

- ・電気製品のコードにつまずく
- ・部屋の入口などの段差につまずく
- ・じゅうたんにつまずく
- ・床に置いた新聞や雑誌で滑る



ポイント

- ✓ コード類はテープなどで固定する
- ✓ 部屋の入口などの段差には目立つ色のテープを貼る
- ✓ じゅうたんなどの端はしっかり固定する
- ✓ 新聞や雑誌は床に置かない