

住宅内の事故に注意!

実は交通事故よりも多い住宅内の事故!

住まいの中に数多くの危険が潜んでいます!

◎ 転倒・転落事故に注意しましょう!

- ・加齢にともない、足腰の筋肉が衰えてきます
- ・バランスや平衡感覚も低下してきます



- ▶部屋の段差やじゅうたんなどに足をとられないようにしましょう!
- ▶階段でふらついて転落しないようしっかりと**手すり**を持ちましょう!
- ▶はしごや脚立に乗って作業するときは注意しましょう!
- ▶無理な体勢をとらず、ひとつひとつの動作を安全に行いましょう!

◎ 浴室での事故に注意しましょう!

- ▶冬の入浴中の事故は交通事故の2倍です!
- ▶浴槽や床に残った水分、シャンプーなどが原因で足を滑らせ転倒することもあります。注意しましょう!
- ▶アルコールが抜けていない状態での入浴は控えましょう!



◎ 誤嚥・誤飲・誤食に注意しましょう!

- ▶食事は**ゆっくりとよく噛んで**食べましょう!
- ▶餅は小さく切って、お茶などで**喉をうるおしてから**食べましょう
- ▶入歯などの**義歯を誤って飲まない**ように注意しましょう!

