

令和も元気で過ごすために… No.6

2020年1月発行

今回は、『転倒予防のための環境整備』についてお伝えします。

高齢者の自宅内での転倒発生場所として最も多いのは『居室』です。

玄関や浴室での発生が多い印象がありますが、居室に多いというのは意外ですね。

家庭内で起きた高齢者の転倒事故の事例



※東京都「高齢者の家庭内事故防止見守りガイド」を基に作成

【環境整備のポイント】

- * 動線上の整理整頓 ⇒ 電気コードや本
- * 床の敷物を固定する ⇒ 滑り止めマットや両面テープでめくれないように固定する
- * 室内での履物を変える ⇒ ルームシューズ(スリッパは×)、滑り止め付の靴下
- * 夜間帯の動線上の照明の確保 ⇒ 足元が見やすいように
- * 階段及び段差に目印をつける ⇒ 段差の境界線を見やすくする

