



# 実際にあった救急搬送事例 (ケガ)とその予防対策



令和3年中の長野市消防局管内の救急車出動件数は、19,021件でした。  
そのうち、一般的なケガ等によるものは2,982件で、全体の約16%となっています。

ケガ等の多くが「ちょっとした気の緩み」や、「大丈夫だろう」という思い込みから発生しています。



ケガの半数以上が  
65歳以上です。



60代 男性、自宅2階から1階へ階段を降りる際に、  
階段を踏み外し1階まで転落。背中を打撲した。

※階段の手すりをしっかりと  
握りましょう。

※一段ずつ、ゆっくりと昇り  
降りしましょう。



70代 男性、自宅でナイフを使い木工作業中、誤って  
左手の指を切った。

※皮手袋などの厚めの手袋をして  
作業しましょう。

※ゆとりをもって作業しましょう。



70代 男性、リンゴ畑でリンゴの枝を剪定中、誤って三脚から転落。右足首、左肩及び首を負傷した。

※一人で作業をせず、複数人で行い三脚を押さえてもらうなどの工夫をしましょう。

※保護帽などをかぶり、不安定な所に三脚を置かないようにしましょう。



60代 男性、自宅屋根の雪下ろし作業中、足を滑らせ転落。頭から出血と腰を打撲した。

※保護帽をかぶり、転落防止の安全帯を装着しましょう。

※屋根の端から1メートル以上離れ、端には行かないで作業しましょう。



70代 女性、電気コタツのコードに足が引っ掛かり転倒。右足首をひねり負傷した。

※室内は整理整頓しておきましょう。

※電気コードはコタツ布団や座布団で隠れやすいので、日頃から注意しましょう。



90代 男性、風呂場で滑り、転倒。腰を打撲し動けない。

※風呂場の床は、濡れると非常に滑りやすくなるため、ゆっくりと歩きましょう。





## ケガをしないための予防対策



～ 身近な心がけで、ケガを未然に防ぎましょう ～

### ○転倒しない環境づくり

- ・ カーペットの縁などの段差をなくす。
- ・ 室内の整理整頓をして、つまずきそうな物を置かない。
- ・ 階段や廊下、トイレ、風呂場に手すりを設置する。
- ・ 路面状況(雨や雪、凍結など)に合った履物を履く。
- ・ 加齢による筋力低下を防ぎ、転倒しない体力づくり。

### ○工具や農機具等によるケガ防止

- ・ 耕運機や除雪機の運転中は、周囲や足元に注意し、安全装置が作動する状態で使用する。また、電気工具などは、取扱説明書を読んで正しく使う。

### ○高所からの転落防止

- ・ 高所での作業は転落防止措置(安全帯の装着など)をする。
- ・ 三脚や踏み台は安定した強固な地面で使用する。
- ・ 一人で作業をしない。

## もしもの時に備え

ちょっとした不注意でケガをしてしまった時の応急手当や、AEDを使用した心肺蘇生法などを救命講習会で学んでみませんか？

長野市消防局では、もしもの時に備えて救命講習会を開催しています。開催日、場所等は「長野市ホームページ」や「広報ながの」をご確認いただくか、最寄りの消防署へお問い合わせ下さい。



担当 長野市消防局 鳥居川消防署  
電話 026-253-5119