

# 家庭内での**事故**を防止しよう

○●○●家庭内に潜む**危険箇所**について○●○●



みなさんは、家庭内の危険箇所を、いくつ思いつきますか？  
慣れ親しんでいる家庭内にも、多くの危険が潜んでいます。  
特に**乳幼児**や**高齢者**の場合は、けがをすると重い症状になりやすく、治療に時間が掛かることや、死亡事故につながることもあります。

「不慮の事故」による死亡原因の上位3位です。

第1位 転倒・転落・墜落

第2位 窒息

第3位 溺死及び溺水

令和3年 人口動態統計より



どれも家庭内で起こる可能性があります。これらを防ぐために、重要なポイントが2つあります。それは、「**危険箇所を認識すること**」と「**対策を立てること**」です。今回は、第一位の転倒・転落・墜落について、どのような場所や状況で事故が起こるのか、原因と対策方法を紹介します。

## 転倒の危険



- コードや段差につまずき転倒
- 浴室で足を滑らせ転倒
- 敷物で滑って転倒
- 本やチラシなどを踏んで、足を滑らせて転倒

高齢者は、視力や筋力の低下、幼児は、歩き方が十分発達していないため、物につまづいたり、滑って転んでしまいます。

## 対策方法

- 床や廊下は整理整頓し、不要な物を置かないようにしましょう。
- コード類は整理整頓しましょう。
- 低い段差などには、段差解消用のスロープを設置しましょう。
- 浴室は、床が濡れていて滑りやすくなっているので、転倒を防止するため、滑り止めの付いたマットを敷きましょう。



## 転落・墜落の危険

- 階段を踏み外して転落
- 乳幼児が窓やベランダから墜落
- 乳幼児がベッドや机などの高い所から転落

乳幼児は、体に比べて頭が大きく重いのが特徴です。そのため、頭から落ちやすく、頭のけがが多くみられます。



## 対策方法

- 階段の周りは整理整頓をし、不要なものを置かないようにしましょう。
- 明るい照明や足元灯を付け、夜間に階段での踏み外しを防ぎましょう。
- 階段に手すりを取り付けましょう。
- ベッドには転落防止柵を付けましょう。
- 乳幼児はベビーベッドを使用しましょう。ベビーベッドは、取扱説明書をよく読み、年齢やつかまり立ちができるようになるなど、子供の成長に合わせ、床板の高さを調整しましょう。
- 子供を、窓やベランダに一人で近寄らせないようにしましょう。窓やベランダなどの周りには、イスや机など登れるようなものを置かないようにし、窓には補助錠を付けましょう。



## 正しい応急手当を学ぼう！



家庭内の事故は、乳幼児や高齢者に多い傾向があります。もう一度、家の中の点検をし、危険箇所を確認しましょう。また、もしもの時のために、救急講習を受講してみたいかがでしょうか。消防署で行われる救急講習では、心肺蘇生法、異物除去やけがの手当などを分かりやすく説明します。詳しくは、広報ながのや長野市のホームページをご覧ください。ただき、開催担当の消防署・分署へ直接お申込みください。



「火事」・「救急」は 119 番  
救急車の適正利用に、ご協力をお願いします

