



事故に注意して  
元気に過ごそう

## おうちで簡単シリーズ 12

# 事故予防と対策 おうちのなか編



## 転倒

段差、玄関、廊下など

- 整理整頓をしましょう。

例：床にビニールや紙などを置かない、コード類は束ねるなど。

- 滑らない、転ばない対策をしましょう。

例：滑りにくいものを履く、段差をなくすなど。



## 転落

階段、ベッド、脚立、椅子など

- 転落しない環境を作りましょう。

例：階段の手すり、ベッド柵など。

- バランスの悪いものに注意しましょう

例：脚立を使用するときは補助者に支えてもらうなど。



## 窒息

食物（餅・肉等）、薬等の包装など

- 細かく調理して、よく噛みましょう。

- 水分を取りながら食事をしましょう。



## ぶつかる

家具、人、柱、ドアなど

- ぶつからない環境を作りましょう。

例：家具の配置、ぶつかりそうな場所に目印やクッションを付けるなど。

- 周囲へ注意しましょう。

例：通路は明るくする、歩行中は特に気を付けるなど。