

高齢者の事故に注意し、年末年始を安全に過ごしましょう！
～餅による窒息、入浴中の溺水、掃除中の転落等に注意～

年末年始は家族の帰省や会食など、高齢者がいつもと異なった行動を取る時期です。消費者庁から、年末年始など冬のこの時期に起こりやすい高齢者の事故について、注意喚起がありましたので、お知らせいたします。

① 餅による窒息

～死亡事故の4割が1月に発生！2割が正月三が日に発生！～
餅を食べる際は、下記の点に注意しましょう。

- 餅は、小さく切り、食べやすい大きさにしてから食べましょう。
- お茶や汁物などを飲み、喉を潤してから食べましょう。
- 一口の量は無理なく食べられる量にしましょう。
- ゆっくりとよく噛んでから飲み込むようにしましょう。
- 周りの方も食事の様子に注意を払い、見守りましょう。



② 入浴中の溺水

～自宅の浴槽内での死者数は交通事故の約2倍！～
入浴する際は、下記の点に注意しましょう。

- 入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- 湯温は41度以下、湯につかる時間は10分までを目安にしましょう。
- 浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避けましょう。
- 入浴する前に同居者に一声掛けて、意識してもらいましょう。
- 湯温や部屋間の温度差、入浴時間など普段意識しにくい部分について、温度計やタイマーを活用して見える化するようにしましょう。



③ 掃除中の転落等

～大掃除をすることが多い12月に多く発生～
掃除をする際は、下記の点に注意しましょう。



- 脚立やはしごを使用した高所作業は極力控え、行う場合は安定した場所で無理なく行いましょう。
- 滑りやすい場所で掃除をする際には転倒に注意し、足場が濡れている場合は事前に拭き取りましょう。
- 洗剤などの取扱説明、注意表示をよく確認し、正しく使用しましょう。

詳しくは消費者庁のホームページをご覧ください。

○消費者庁

https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_055/index.html

<参考>

このほかにも、消費者庁のホームページでは事故情報や注意喚起を掲載していますので、併せてご覧ください。

○消費者庁「毎日が#転倒予防の日」（令和3年10月6日）

https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_055/#falldown

○消費者庁「着衣着火に御用心！」（令和3年11月17日）

https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_055/#wearing_clothes

○消費者庁 過去の注意喚起へのリンク

https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_055/#past



事故に注意して

年末年始を安全に過ごしましょう。