

ほしかが案内する！高齢者のための事故防止

ほ

し

か

と

注意してね

高齢者に多い事故が、こういった場所で起きているのか？その事故が起こった場合にこういった怪我が多いのか？それを知り、予防に役立てましょう！

※「ほしかと」とは、九州地方で「～して欲しいなあ」と希望を伝える方言です。

事故防止案内
★ほしか★

乙訓消防組合
消防本部

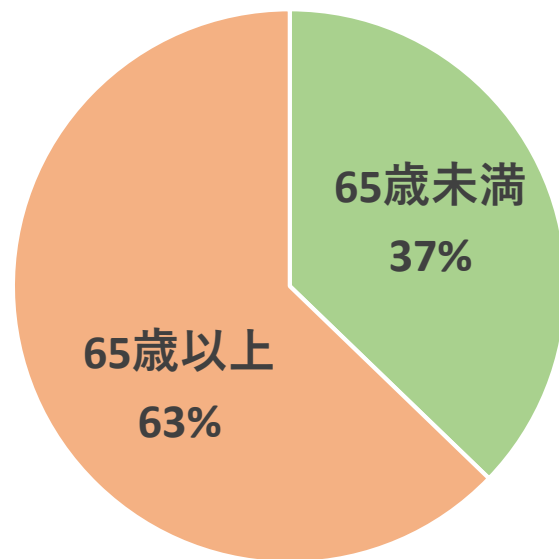
乙訓消防組合における救急搬送について

年齢別でみる救急搬送人員比較（令和3年中）		
全救急搬送人員	5 7 6 1 人	
65歳未満	2 1 4 4 人	3 7 %
65歳以上	3 6 1 7 人	6 3 %



高齢者の救急搬送は全体の約6割を占めており、高齢者の救急搬送は年々増加傾向にあります。

年齢別でみる救急搬送人員比較
（令和3年中）



乙訓消防組合における 65 歳以上の事故種別について

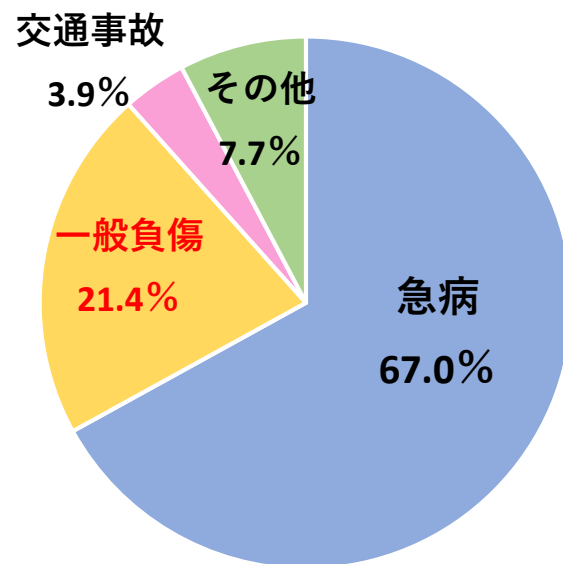
65 歳以上の事故種別（令和 3 年中）		
急病	2 4 2 3 人	6 7.0 %
一般負傷	7 7 4 人	2 1.4 %
交通事故	1 4 0 人	3.9 %
その他	2 8 0 人	7.7 %
合計	3 6 1 7 人	

※一般負傷とは...転倒・転落事故や異物誤嚥等の事故を言います。



高齢者の方は、急病だけでなく、歩行中の転倒やベッド・階段からの転落による怪我、窒息事故などが多い傾向にあります。

65歳以上の事故種別
（令和3年中）



乙訓消防組合における65歳以上の傷病程度別について

65歳以上の一般負傷の傷病程度（令和3年中）		
軽症	376人	53.0%
中等症	287人	33.9%
重症	110人	13.0%

軽 症：傷病の程度が入院を必要としないもの

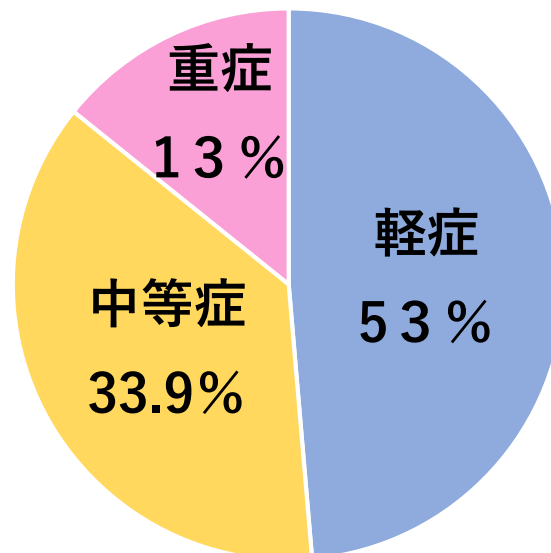
中等症：傷病の程度が入院を必要とするもので、重症に至らないもの

重 症：傷病の程度が3週間以上の入院加療を必要とするもの



高齢者の一般負傷の搬送事例では、入院を必要とする割合は半数近くを占めています。

65歳以上の一般負傷の傷病程度
（平成31年、令和元年中）



乙訓消防組合で発生した
高齢者に多い事故について
詳しくみていきましょう！



事故防止案内
★ほしか★



歩行中に転倒！！



足元の障害物に足を取られて転倒されています！

【救急事例】

- ★87歳、洗濯物を取り込んだ際、足元に布団がありバランスを崩し転倒。
- ★82歳、自宅内で掃除機のコードに足が絡まり転倒。
- ★77歳、路上を歩行中にふらつきが生じ転倒。
- ★85歳、路上を歩行中につまづき転倒。





食事中の誤飲・窒息！！



柔らかい食べ物でも、窒息する可能性があります！

【救急事例】

- ★90歳、食事中にゼリーを喉に詰め、意識状態が低下し心肺停止状態。
- ★82歳、昼食中にうどんのお揚げを喉に詰め、呼吸状態が悪くなっている。
- ★85歳、夕食後のみかんを食べていたところ喉に詰めた。
- ★89歳、朝食中にパンを喉に詰めた。





階段から転落！！



荷物を持っていたりするとバランスを崩し転落の危険があります！



【救急事案】

- ★68歳、階段を降りていたところ、スリッパが引っ掛かり上から2、3段目の高さから転落。
- ★84歳、階段を上っていたところ、振り向いた際に約6段目から転落。
- ★76歳、階段の下から順に掃除機がけをしていたところ、5～6段目のところで誤って転倒。
- ★73歳、クーラーボックスを持って階段を上っていたところ、バランスを崩し上から2、3段目の高さから転落。

と

トイレの行きでの転倒！！



【救急事案】

- ★70歳、午前5時頃
- ★92歳、午前5時頃
- ★90歳、午前5時30分頃
- ★80歳、午前4時頃
- ★83歳、午前3時30分頃

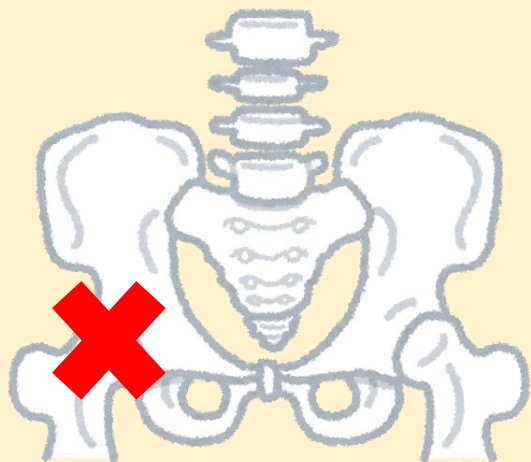
トイレに行こうとして転倒

早朝に多いのが
特徴です！

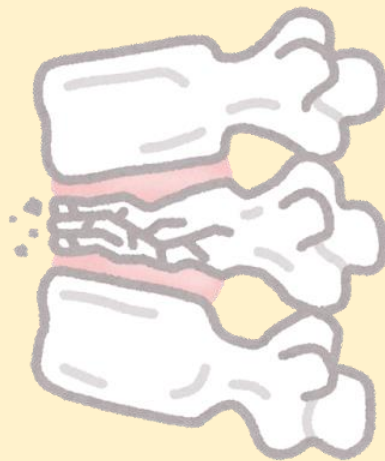


転倒・転落で多い受傷部位

大腿骨頸部骨折



腰椎圧迫骨折



腕・手首の骨折



頭部・顔面外傷



★意識がない場合は、すぐに119番通報をしましょう！

★頭を打っている場合は、あとで意識が悪くなることもありますので、注意が必要です！



要支援・要介護になる原因

現在の 要介護度	第1位	第2位	第3位
要支援者	関節疾患 18.9%	高齢による衰弱 16.1%	骨折・転倒 14.2%
要支援 1	関節疾患 20.3%	高齢による衰弱 17.9%	骨折・転倒 13.5%
要支援 2	関節疾患 17.5%	骨折・転倒 14.9%	高齢による衰弱 14.4%

要介護者	認知症 24.3%	脳血管疾患(脳卒中)19.2%	骨折・転倒 12.0%
要介護 1	認知症 29.8%	脳血管疾患(脳卒中)14.5%	高齢による衰弱 13.7%
要介護 2	認知症 18.7%	脳血管疾患(脳卒中)17.8%	骨折・転倒 13.5%
要介護 3	認知症 27.0%	脳血管疾患(脳卒中)24.1%	骨折・転倒 12.1%
要介護 4	脳血管疾患(脳卒中) 23.6%	認知症 20.2%	骨折・転倒 15.1%
要介護 5	脳血管疾患(脳卒中)24.7%	認知症 24.0%	高齢による衰弱 8.9%

厚生労働省：2019年 国民生活基礎調査の概況 IV介護の状況 2要介護者等の状況



要支援・要介護になる原因として、ベスト3の中に「骨折・転倒」が入っています。

普段から「転倒」を予防することが、健康に日常生活を送るために必要なことなのです。



窒息の応急処置

★意識があれば、咳をさせましょう



★背中を繰り返し、強くたたいてください



★「意識がない!」「呼吸が苦しそう!」などが
見られたら、すぐに119番通報をしましょう



★呼吸が止まったら!?

すぐに119番通報をしましょう。

もしものときに備え、心肺蘇生法の講習を
受講しておきましょう





歩行中に注意して



【自宅内での注意】

- ★室内はできるだけ段差を少なくする工夫をしましょう。
- ★床に物を置いたままにしないようにしましょう
- ★電化製品のコード類は、床にはわせないようにしましょう。
- ★靴下は滑りにくいものを履きましょう。

【路上での注意】

- ★歩きやすい靴を履いて外出しましょう。
- ★ステッキを使用するのも有効な転倒防止手段です。
- ★路上の段差に気を付けましょう。
- ★余裕をもってゆっくり歩きましょう。
- ★ながら歩きをしないようにしましょう。



★ し 食事中に注意して ほ し か と ★



- ★あわてずによく噛んで、ゆっくり食べましょう。
- ★食べ物はできるだけ小さく切って、食べやすくしましょう。
- ★おしゃべりしながら食べるのはやめましょう。
- ★一度にたくさんの量を口に入れるのは、やめましょう。
- ★飲み物を傍に置いておきましょう。



★か★階段に注意して★ほ★し★か★と★



- ★ゆっくり上り下りするようにしましょう。
- ★暗い階段などには照明をつけて明るくしましょう。
- ★滑りやすいスリッパ・靴下を履いての昇り降りに注意しましょう。
- ★手すりをもって階段の上り下りをしましょう。
- ★階段に物を置かないようにしましょう。



と

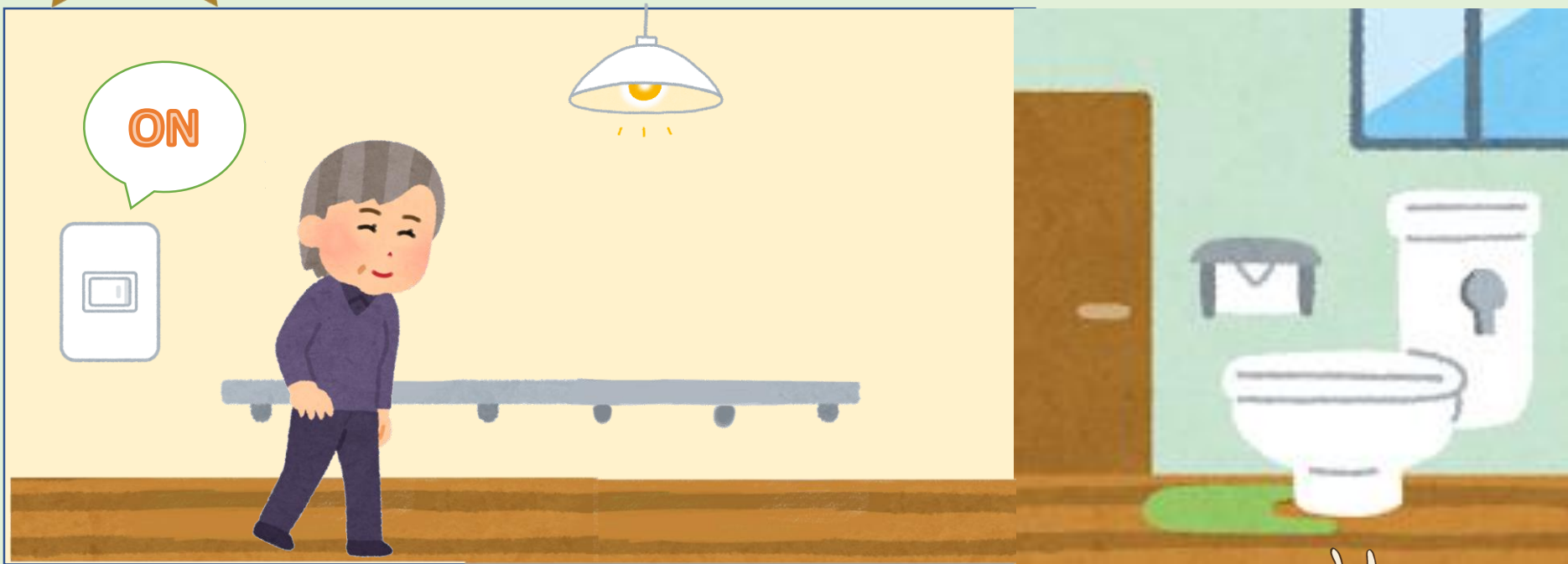
トイレまで注意して

ほ

し

か

と



- ★室内の段差をなくし整理しましょう。
- ★階段や廊下に手すりを設置しましょう。
- ★廊下等に滑り止めを設置しましょう。
- ★靴下・スリッパは滑りにくいものを履きましょう。
- ★夜間のトイレでは、室内・廊下の明かりをつけましょう。



事故や怪我に注意して



健康に生活して ほし かと

事故防止案内★ほしか★のプロフィール

生息場所：向日市・長岡京市・大山崎町

チャームポイント：強い足腰としっかり噛める歯

好きな食べ物：乙訓のたけのこ

