



れんげの郷 通信



発行: 社会福祉法人 鳥越福祉会 デイサービスセンター れんげの郷

TEL: 076-256-0866

私たちは多くの高齢者様に、充実したライフスタイルに合わせ、真心を込めたサービスで、笑顔の毎日を提供しています。ご自宅にいる時にはできない事等を、様々な形で楽しんでいただき、身心共にリフレッシュしていただいています。ご利用者様がいきいきとした毎日が持続できるよう、安全にサポートしていきます。



10月10日は「転倒予防の日」、高齢者の転倒事故に注意しましょう!-転倒事故の約半数が住み慣れた自宅で発生しています-

転倒によるけがは「頭」「顔・首」の「擦過傷、挫傷、打撲傷」が多くなっていますが、次いで「脚・足」の「骨折」も多く、骨折をした場合は要入院となる高齢者が76%に上るなど、転倒事故によって深刻な状況を引き起こすことが分かりました。さらに、高齢者の自宅内での転倒事故には、下記のような特徴があります。

転倒事故の発生場所

■浴室・脱衣所 ■庭・駐車場 ■ベッド・布団 ■玄関・勝手口 ■階段

転倒事故の状況

■滑る ■つまずく ■ぐらつく ■ベッド等から移動時に ■引っ掛かる



加齢に伴って、日常生活の中にも転倒事故のきっかけとなる危険性が発生してきます。住み慣れた自宅であっても、転倒予防のために以下のような点に注意しましょう。



1. 個人に合った適度な運動を続け、体の機能の低下を防ぎましょう。
2. 浴室や脱衣所には、滑り止めマットを敷きましょう。
3. 寝起きや夜間のトイレなどで、ベッドから起き上がる時や体勢を変えるときは慎重にしましょう。
4. 段差のあるところや階段、玄関には、手すりや滑り止めを設置しましょう。
5. 電源コードが通り道にこないように、電気製品を置きましょう。