



独立行政法人福祉医療機構  
社会福祉振興助成事業

# 転倒予防の環境作り

新しい生活の中で近隣住民による  
訪問型介護予防等を推進する事業

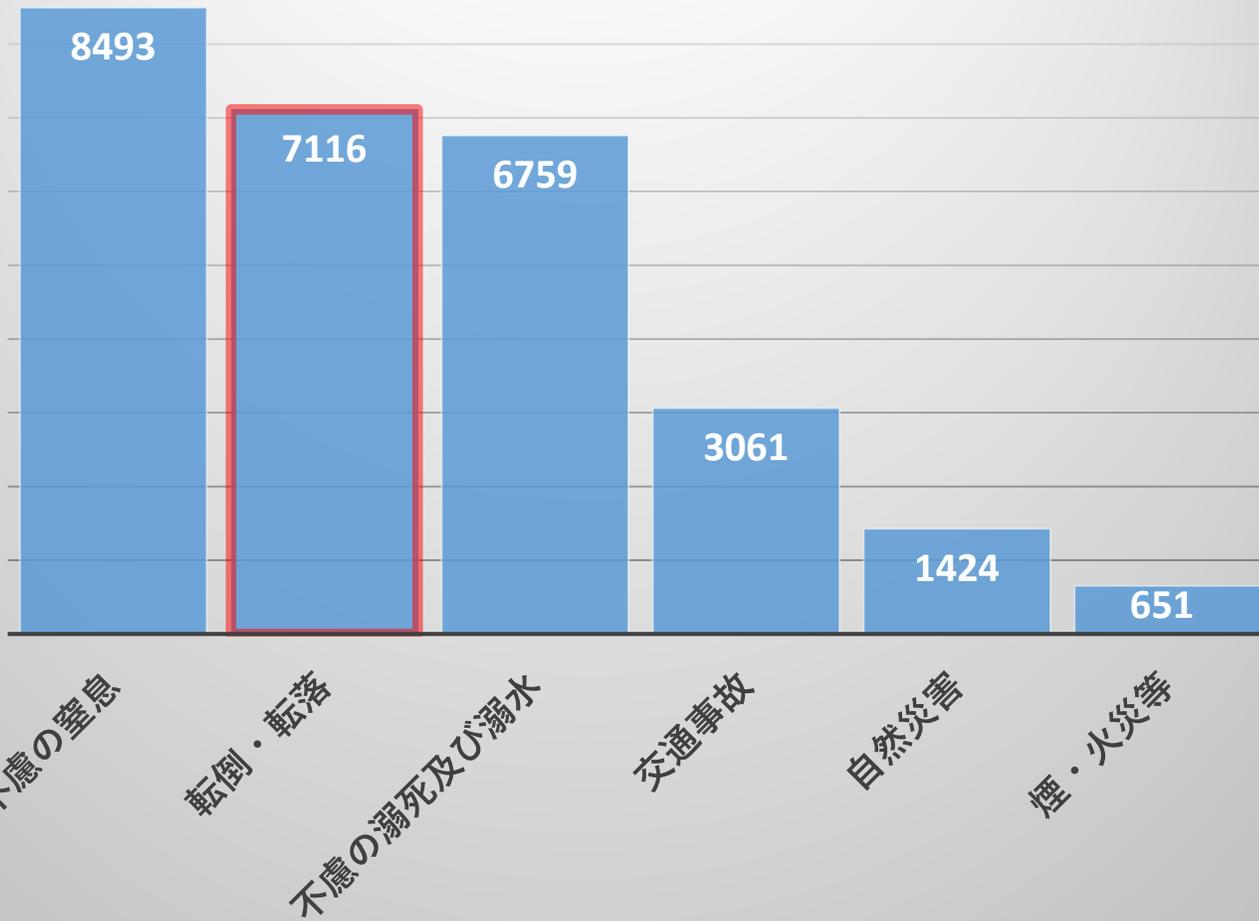
国保診療施設  国診協

国診協は、保健・医療・介護・福祉を一体的に提供する  
地域包括医療・ケアを目指しています。



# 転倒予防の重要性

高齢者の不慮の事故による死亡者数(H28)



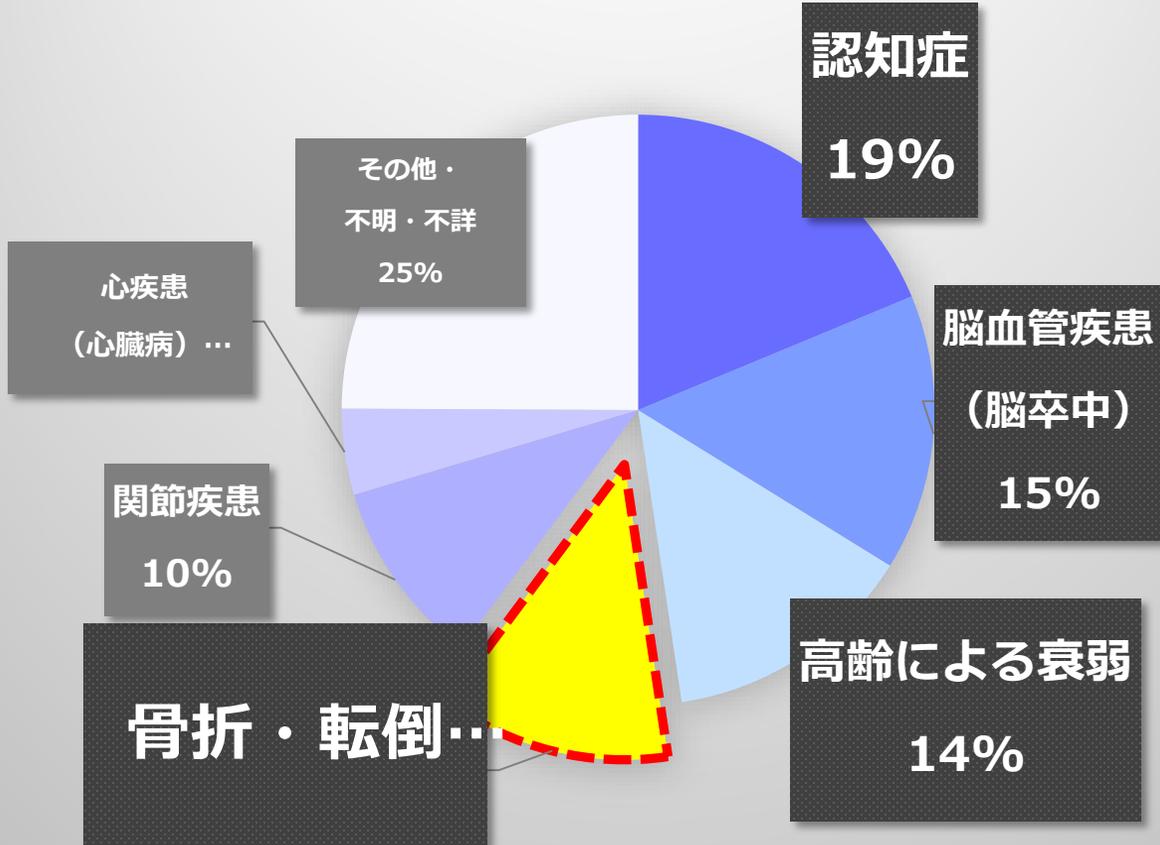
転倒・転落は高齢者の不慮の事故による死亡で2番目に多い

出展：消費者庁高齢者の事故の状況について－「人口動態調査」調査票情報及び「救急搬送データ」分析



# 転倒予防の重要性

65歳以上の要介護者等の性別にみた介護が必要となった主な原因(平成28年)



介護が必要となった主な原因は、認知症、脳血管障害、虚弱について  
**骨折・転倒が4番目**

出展：厚生労働省「国民生活基礎調査」(平成28年)



# 家の中の危険個所

発生場所・事故要因別に見た高齢者の「転倒・転落」による救急搬送者数（平成 28 年）



第 1 位：居室

第 2 位：階段

第 3 位：廊下

第 4 位：玄関

出展：消費者庁高齢者の事故の状況  
について－「人口動態調査」調査票  
情報及び「救急搬送データ」分析－

# 家庭での転倒予防ポイント

居室

階段

廊下

玄関

浴室





山本助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

転倒予防の環境作り

# 居室（リビング）



電気製品のコードにつまずきに注意！

ポイント

コードはなるべく短くして  
部屋を横切らないようにしましょう



公益社団法人  
全国国民健康保険診療施設協議会  
Japan National Health Insurance Clinics and Hospitals Association



山本助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

転倒予防の環境作り

## 居室 2 (リビング)



小さなカーペットで滑ったり、段差につまずく！

ポイント

毛足の短い、滑りにくいものにする、建物内の段差をなるべく無くしましょう。



公益社団法人  
全国国民健康保険診療施設協議会  
Japan National Health Insurance Clinics and Hospitals Association

## 廊下



物に躓く・滑る・照明が暗く転ぶ！

### ポイント

- 物を置かない。
- 滑りやすいワックスは使わない。
- 人感センサー付き照明





山井助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

転倒予防の環境作り

# 階段



階段での転落は、骨折などの重大な事故につながる！

## ポイント

手すりを付ける  
スリッパをはかない  
階段や踊り場に物を置かない



公益社団法人  
全国国民健康保険診療施設協議会  
Japan National Health Insurance Clinics and Hospitals Association



山田助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

転倒予防の環境作り

# 玄関

玄関での転倒原因は、つまずく、すべる、バランスを崩す、踏み外す！

## ポイント

- ・ 手すりの設置
- ・ 玄関ベンチ
- ・ 玄関マットを敷く場合は、滑ったり、つまずいたりしないように、専用のテープで固定しましょう。



公益社団法人  
全国国民健康保険診療施設協議会  
Japan National Health Insurance Clinics and Hospitals Association



山田助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

転倒予防の環境作り

# 玄関

玄関での転倒原因は、つまずく、すべる、バランスを崩す、踏み外す！

## ポイント

- ・ **手すりの設置**
- ・ 玄関ベンチ
- ・ 玄関マットを敷く場合は、滑ったり、つまずいたりしないように、専用のテープで固定しましょう。



公益社団法人  
全国国民健康保険診療施設協議会  
Japan National Health Insurance Clinics and Hospitals Association

## 玄関

玄関での転倒原因は、つまづく、すべる、バランスを崩す、踏み外す！

### ポイント

- ・ 手すりの設置
- ・ **玄関ベンチ**
- ・ 玄関マットを敷く場合は、滑ったり、つまずいたりしないように、専用のテープで固定しましょう。





山田助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

## 転倒予防の環境作り

# 玄関

玄関での転倒原因は、つまづく、すべる、バランスを崩す、踏み外す！

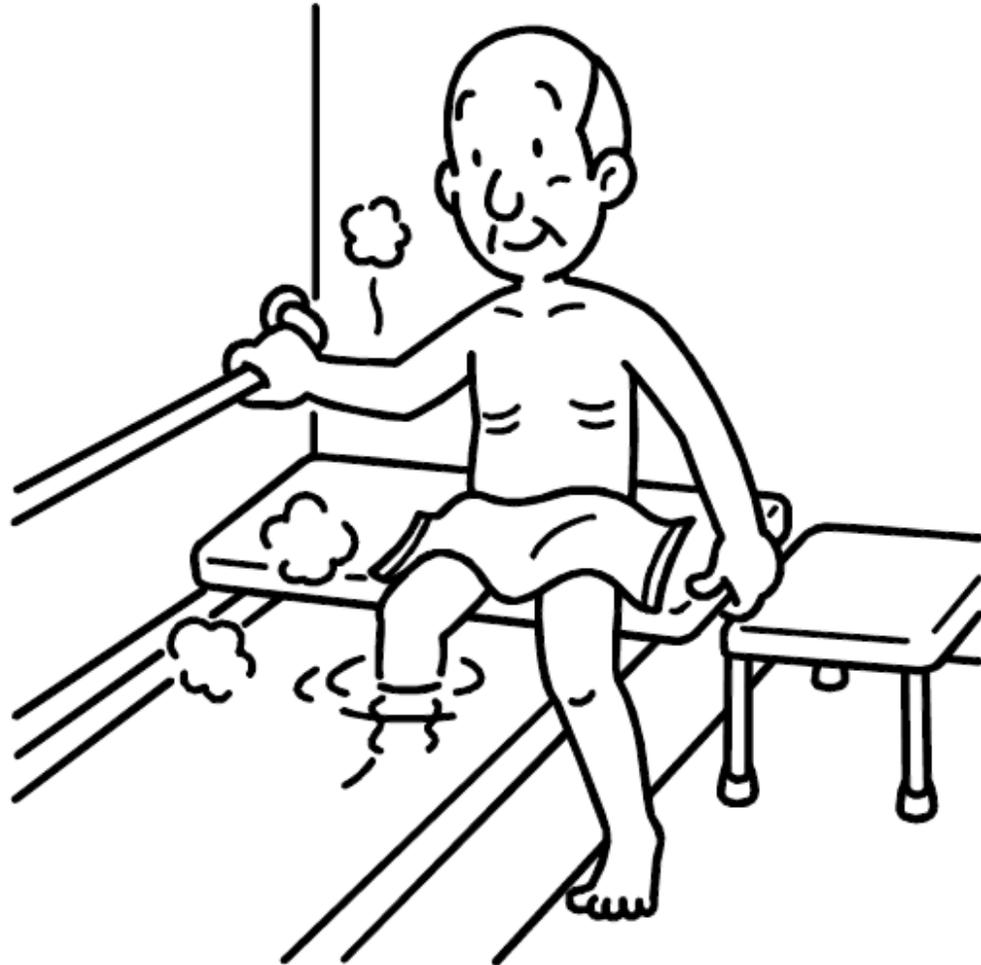
### ポイント

- ・ 手すりの設置
- ・ 玄関ベンチ
- ・ **玄関マットを敷く場合は、滑ったり、つまずいたりしないように、専用のテープで固定しましょう。**



公益社団法人  
全国国民健康保険診療施設協議会  
Japan National Health Insurance Clinics and Hospitals Association

## 浴室



### 濡れてすべりやすい！

#### ポイント

- ・ 浴槽の底や浴室の床に滑り止めマット
- ・ シャワーチェアの利用
- ・ 埋めこみ式で低めの浴槽は出入りが楽になります。





山井助成

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

## 浴室



### 濡れてすべりやすい！

#### ポイント

- **浴槽の底や浴室の床に滑り止めマット**
- シャワーチェアの利用
- 埋めこみ式で低めの浴槽は出入りが楽になります。



## 浴室

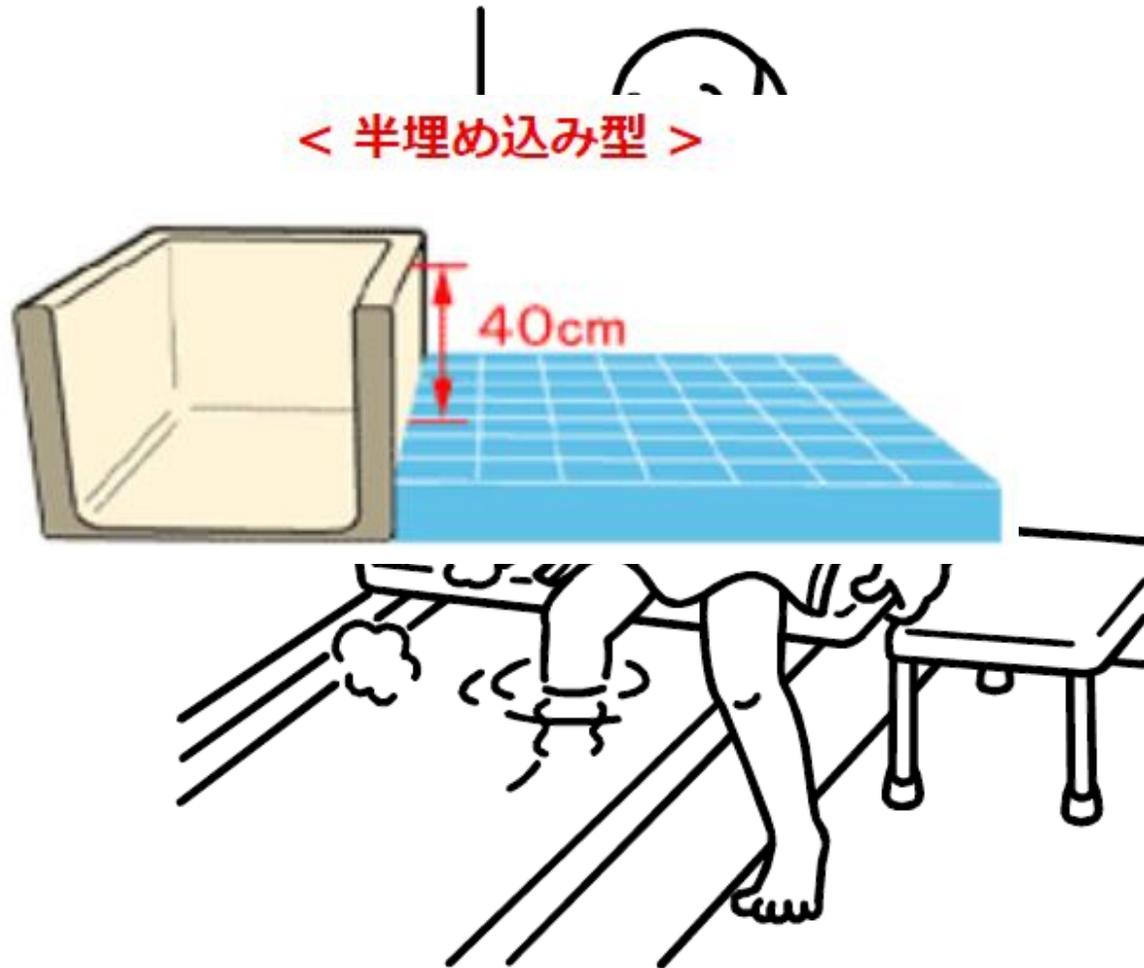
### 濡れてすべりやすい！

#### ポイント

- ・ 浴槽の底や浴室の床に滑り止めマット
- ・ **シャワーチェアの利用**
- ・ 埋めこみ式で低めの浴槽は出入りが楽になります。



## 浴室



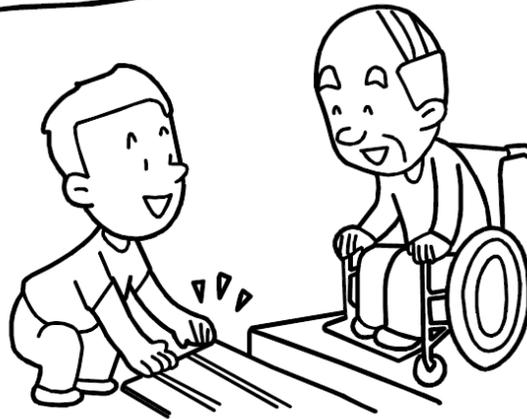
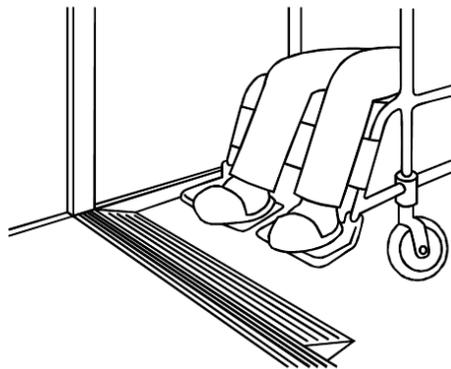
### 濡れてすべりやすい！

#### ポイント

- ・ 浴槽の底や浴室の床に滑り止めマット
- ・ シャワーチェアの利用
- ・ **埋めこみ式で低めの浴槽は出入りが楽になります。**



# 安全な暮らしのために



### ポイント

- ・ 家庭内の転倒は介護状態になる危険性が高い。
- ・ 室内の安全対策で予防できます。