

## ◆みんなで知ろう、防ごう、高齢者の事故

### 【消費者庁からの情報提供】

消費者庁ホームページでは、高齢者の事故に関する情報をまとめたページが掲載されています。

#### 【入浴中の事故】 入浴中の事故を防止するためのポイント

- (1)入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- (2)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。
- (3)浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- (4)食後すぐの入浴、またアルコールが抜けていない状態の入浴は控えましょう。
- (5)精神安定剤、睡眠薬などの服用後の入浴は危険ですので注意しましょう。
- (6)入浴する前に同居者に一声掛けて、見回ってもらいましょう。

#### 【窒息】 餅の窒息事故に関する基礎知識の啓発及び注意ポイント

<餅による窒息事故を防ぐために>

- (1)餅は小さく切っておく
- (2)餅を食べる前に、先にお茶や汁物を飲んで喉をうるおしておく
- (3)餅はよくかんで、唾液とよく混ぜ合わせてから飲み込む



#### 【転倒・転落】 高齢者の転倒・転落を防止するためのポイント

##### (1)生活環境を確認

高齢者の生活環境を確認し、段差など高齢者にとって危険となる箇所を減らしたり、転倒しても大ケガに至らない工夫をしたりしておきましょう。

##### (2)身体の状態を確認

加齢による身体機能の低下、転倒につながりやすい特定の疾患、薬の副作用による転倒の可能性など、高齢の身体の状態について確認しておきましょう。

##### (3)事故時の対処方法を確認

転倒・転落事故が発生した場合に、どのような対処をしたらよいか確認しておきましょう。

くわしくは、[消費者庁ホームページ「みんなで知ろう、防ごう、高齢者の事故」のページ](#)をご覧ください。

## ◆大阪市消費者センターからのお知らせ

### ●消費生活相談専用電話 06-6614-0999

開設日時：月曜日～土曜日（祝日、年末年始を除く） 午前10時～午後5時

※ご相談は、大阪市内にお住まいの方に限ります。

※消費者ホットライン「局番なし188(イヤヤ!）」でも繋がります

消費生活  
相談窓口



メインキャラクター エルちゃん