

脚の筋力は衰えていませんか？

# 段差のない室内でも 転倒事故が起こります！



自宅にこもる期間が長かったため、筋力などの身体機能が低下していませんか？  
とくにシニアの方に注意して欲しいのが「**転倒**」です。国民生活センターによると、**転倒事故の約7割は「自宅」で起きています。**そのうち、高齢者の**約8割が「屋内」**で転倒しています。

## 屋内で転倒事故が多い場所をチェック！

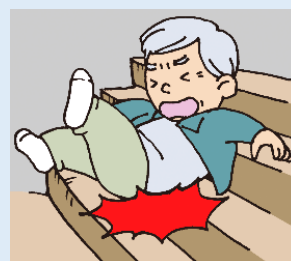
### 1位 居室・寝室 (45.0%)

カーペットや敷居などのほんのわずかな段差でつまずいて転倒することがあります。また、**ベッドから転落した**という話もよく聞きます！



### 2位 階段 (18.7%)

階段は降りる時に注意。踏み外して、転倒や転落することがあります。**手すり設置**などの予防対策は必須ですよ～！



### 3位 台所・食堂 (17.0%)

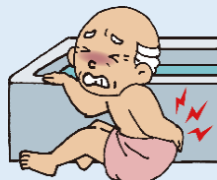
キッチンマットで滑って転倒や**高いところにあるもの**を取ろうとして転倒などが多い事例です。



**スリッパも  
気をつけて！**

### 4位 風呂場・洗面所 (5.4%)

風呂場は段差も多く、**水で濡れて滑りやすい**です。洗面所は置いてある小物に、つまづくことも。床はすっきりと！



### 5位 玄関・縁側 (5.2%)

玄関や縁側は**くつを履こう**と片足立ちになり、ふらつくことも。段差も多いのでサポートが必要です。



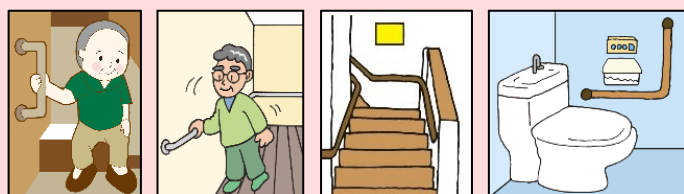
※参照：国民生活センター『医療機関ネットワーク事業からみた家庭内事故－高齢者編－』

## 将来に向けて、「手すり」の設置を！

手すりの設置は、転倒・ケガの防止はもちろんですが、**移動・歩行の手助け**になります。将来、**できるだけ介助がなくても、自立した生活**が送れるように、元気なうちに手すりを設置しておくことをおすすめしています。

### <手すりを設置しておきたい場所>

**玄関・廊下・階段・浴室・トイレ**



手すりの設置は、家族の安全を守る工事です。地元で安心の当店におまかせください！

**エンドーデンキ**

エンドーデンキ

検索

仲町本店

さいたま市浦和区仲町2-19-17

Tel 048-822-6428

さかわ店

さいたま市桜区道場2-9-1

Tel 048-852-6024

LINE QRコード

