

12 室内の安全対策

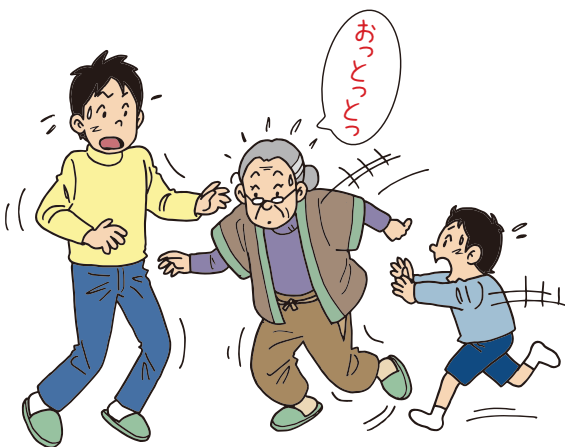
指針
No.25

転倒・転落の防止

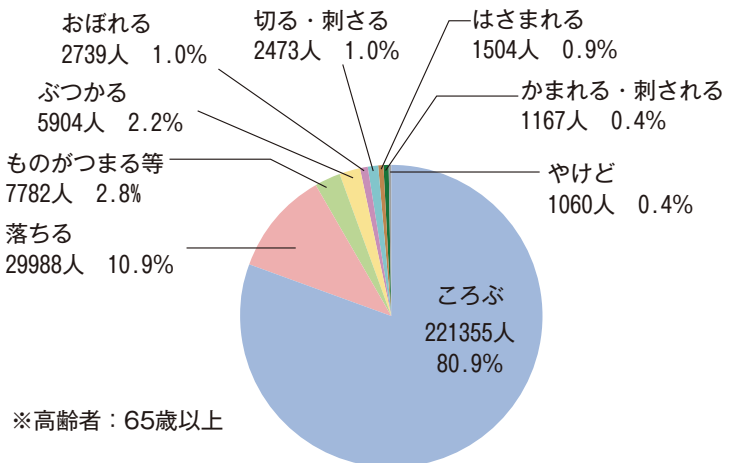
家屋内の床・階段・浴室等は、滑りにくい素材、仕上げのものを使用し、必要に応じ手すりを設置しましょう。また、不要な段差がない構造としましょう。

家屋内の事故は、転倒（平らな所で転ぶ）が最も多く、次いで転落（階段などの段差のある所で転ぶ）となっており、この2つの事故原因が解決できれば、多くの事故を防ぐことができます。また、家庭内での事故は、高齢者によるものが大きな割合を占めています。

高齢者は、歳を重ねるに従って、運動機能・視聴覚機能などが徐々に低下していきます。現在、家族に高齢者がいなくても、将来に備えた対策を考えておくことも大切です。👉指針No.37参照

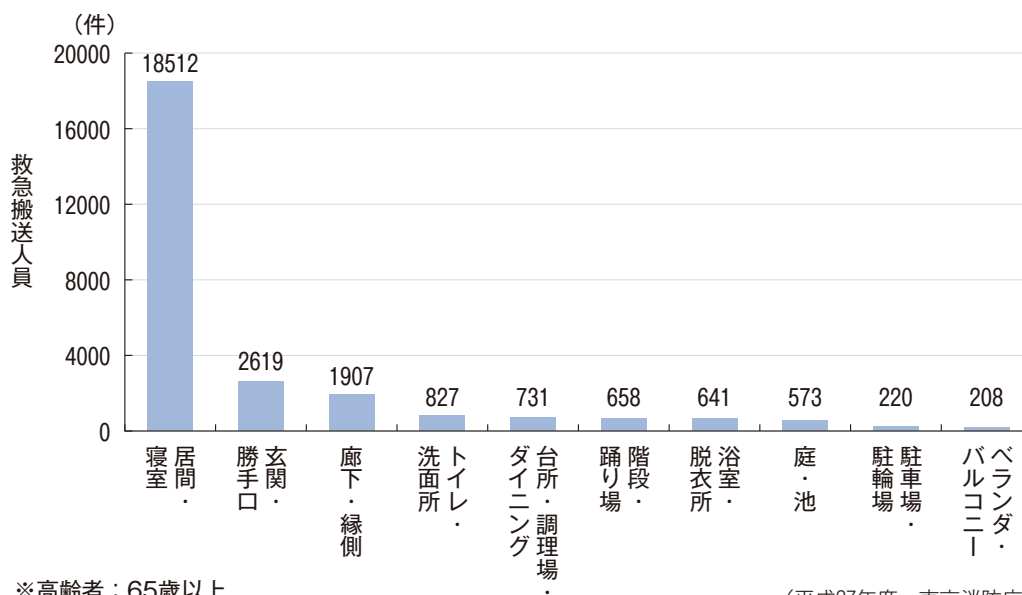


【高齢者の事故種別と救急搬送人員】



(平成27年度 東京消防庁)

【住居等居住場所で高齢者の「ころぶ」事故が多く発生している場所】



(平成27年度 東京消防庁)

チェックポイント
25-1

廊下・階段・浴室の床が滑りやすい、または転びやすい場所はありませんか。

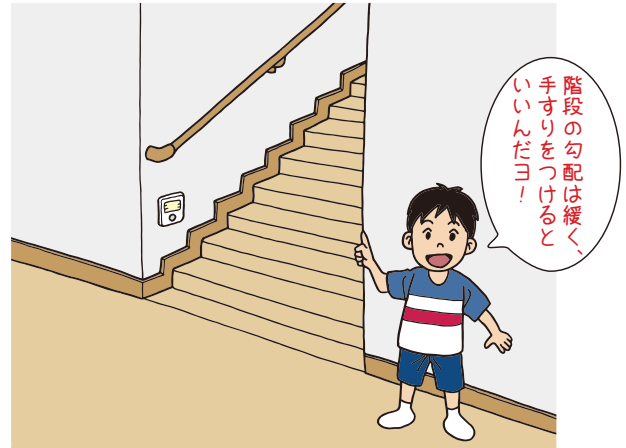
滑りやすい床は、転倒によるケガの原因になります。床材質は滑りにくいものを使用し、さらに場所に合った安全対策をとりましょう。

① 廊下

- ・夜間の移動時は十分な照明を付けましょう。足元が暗いところには人感センサー付の足元灯を設置しましょう。
- ・必要に応じて手すりを付けましょう。
- ・敷物がある場合は、敷物を床に固定しましょう。

② 階段

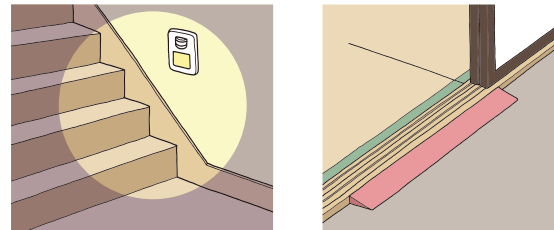
- ・握りやすい手すりを付けましょう。
- ・階段を取り付ける際は、踏み幅が一定となる直線のものとし、勾配はなるべく緩く、つまづきを防止するため段の高さを一定にしましょう。階段のふちの部分に「滑り止め」を付けることも有効です。



③ 浴室

- ・必要に応じて手すりをつけましょう。
- ・マットやすのこを敷く場合は、動かないように全面に敷きつめましょう。

指針No.26参照

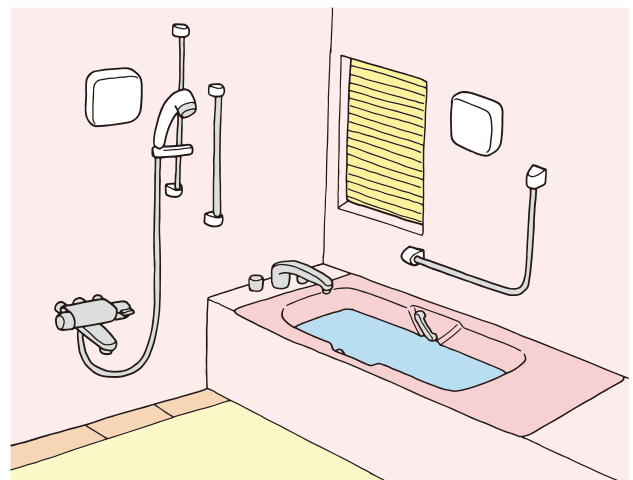


チェックポイント
25-2

高齢者の安全対策にも配慮していますか。

高齢者が安全に暮らせる住宅の状況、構造設備

- ① 玄関、廊下などは、極力段差がないようにしましょう。玄関は段差が大きいと出入りしにくく、転倒が起きやすい場所です。スロープによる段差の解消や手すりの設置、上りかまちが床から高すぎる時は踏み台を設置するなどの対策を行いましょう。
- ② 日常生活の多くの時間を過ごす居間や寝室での転倒は、敷居のような小さな段差やカーペットの端のめくれ、電源コード、床に置かれた雑誌などの障害物によって起こっています。部屋を整理整頓するとともに、段差の解消や滑り止めの設置を行いましょう。
- ③ 廊下、トイレ・浴室等には、歩いたり、立ったり、座ったりする動作が安定した状態で行えるよう、手すりや腰掛け、背もたれなどを適切な位置に設置しましょう。
- ④ トイレ、浴室は、車椅子や介護者が入りやすいように広さを確保しましょう。
- ⑤ 段差や階段などは、つまづきや転落を防ぐため、照度を十分確保するとともに濃い影がでないように注意しましょう。



浴室の安全と衛生

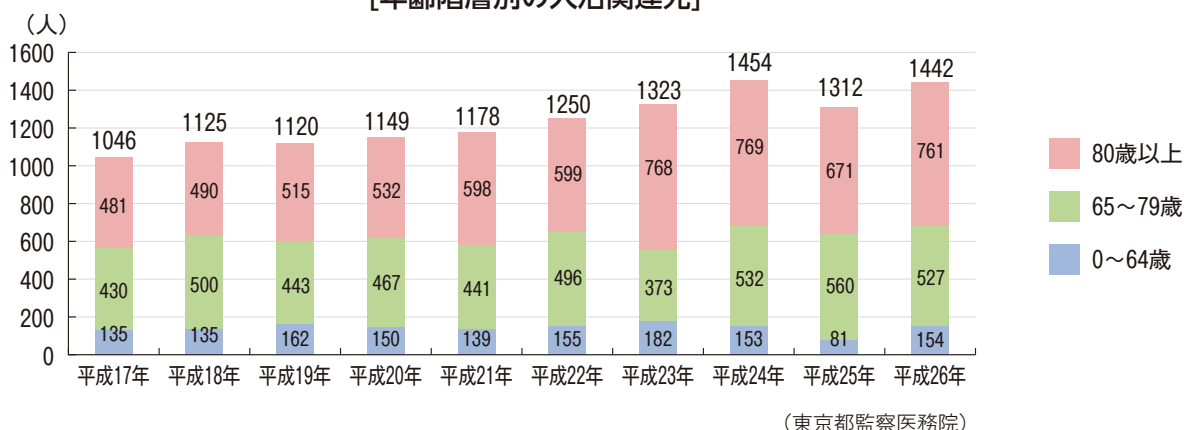
浴室の安全対策を十分行って、事故の発生を防ぎましょう。
また、換気や循環式浴槽の管理など、衛生対策もしっかり行いましょう。

浴室は、滑りやすいこと、湯・水を使うこと、居室との温度差が大きいことなどから、転倒、火傷、水の事故、脳出血や心筋梗塞などの事故や疾病が発生しやすい場所です。特に、高齢者や幼児の事故が多くなっています。浴室や脱衣所での事故を防ぐには、構造・設備面への配慮と家族などによる入浴者への配慮とが必要です。

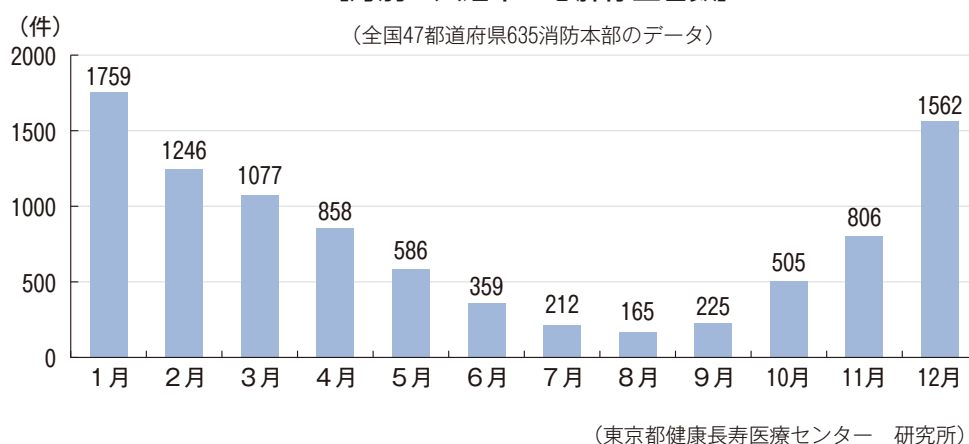
浴室は家の中でもっともカビの生えやすい場所です。また、浴室内で発生した水蒸気が流れ出し、居室内の湿度を高めて、結露やカビ・ダニ発生の原因となりますので注意が必要です。

循環ろ過装置と加温装置等を取り付けた浴槽の浴槽水には、自然界の土壌等に常在するレジオネラ属菌が生息することがあります。この菌は、免疫力の低下している人にレジオネラ症などの疾病を起こすことがありますので、注意が必要です。

[年齢階層別の入浴関連死]



[月別の入浴中の心肺停止者数]



24時間風呂の製造業者等で組織する「24時間風呂協議会」では、レジオネラ属菌の自主水質検査と電気技術に関する自主基準を設け、これに適合した製品には適合マークを貼付しています。



チェックポイント 26-1

床材、手すり、湯温管理など浴室の安全対策は十分ですか。
高齢者、乳幼児の入浴時には事故のないように注意していますか。

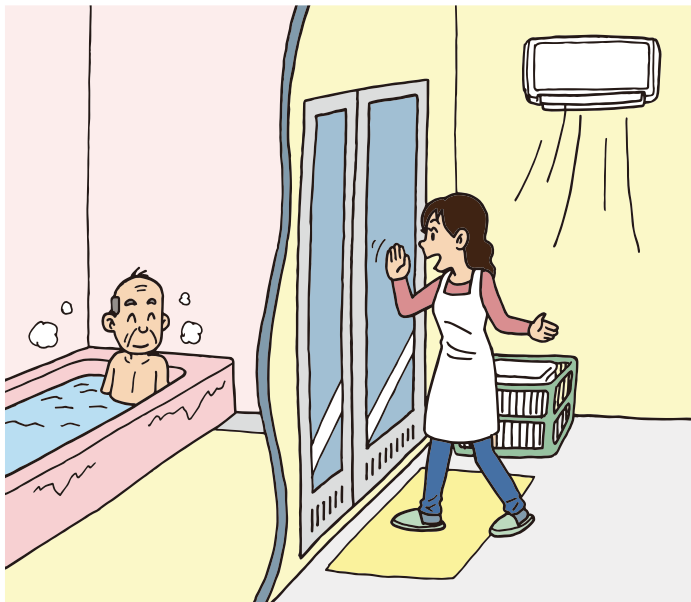
風呂、脱衣所における事故防止策

① 構造・設備面

- ・必要に応じて手すりを付けましょう。
- ・床の段差をなくし、床材はぬれても滑りにくいものを使用しましょう。
- ・マットやすのこを設ける場合は、動かないように全面に敷きつめましょう。
- ・非常警報装置を取り付けましょう。

② 気配り・管理面

- ・冬の脱衣場は暖房器具を設置し、暖めておきましょう。
- ・心臓や脳の血管に疾患をもつ高齢者が入浴する前には、浴室全体を暖めておきましょう。また、浴槽の湯はぬるめ（41℃以下）にしましょう。
- ・幼児を先に浴室に入れないように、また、入浴中も目を離さないように注意しましょう。
- ・高齢者とは一緒に入るか、ときどき声をかけるなどして様子を確認しましょう。



チェックポイント 26-2

浴室の湿気がほかの部屋へいかないよう配慮していますか。
また、入浴後の通風・換気を十分に行っていますか。

入浴中や入浴後は、浴室の扉をしっかりと閉めて、浴室内で発生した水蒸気が室内へ流れていかないよう気をつけましょう。浴室のフタもきちんと閉めておきましょう。

入浴後は、付着したアカや石けんのカスがカビの栄養とならないよう、浴室の壁や床面をシャワーなどで洗い流しましょう。また、しばらくの間、窓を開け、換気扇を回して湿気を外に出し、壁や床を早く乾かしましょう。☞ 指針No8、No9参照

チェックポイント 26-3

循環式浴槽は、取扱説明書のと通りの使い方、維持管理をしていますか。
浴槽水や浴槽壁面などの日常点検をしていますか。

循環式浴槽の維持管理上の注意

- ① 浴槽水の換水や設備の維持管理は、取扱説明書に書かれた方法にしたがって行いましょう。
- ② 浴槽には、体の汚れを落としてから入りましょう。
- ③ 浴槽水や浴槽の壁面の状態を毎日チェックし、にごりや壁面のぬめりなどがある場合は循環装置や浴槽を十分清掃し、浴槽水を交換しましょう。

レジオネラ属菌による感染は、菌の含まれたエアロゾル（空中に浮遊する目に見えないような細かい水滴）を吸い込むことにより起こります。新生児、病弱な高齢者、病気治療のため抵抗力の低下している人には感染の可能性があります。気泡浴を行うときなどは、特に注意が必要です。