



シリーズセーフコミュニティ 認定取得への取り組み

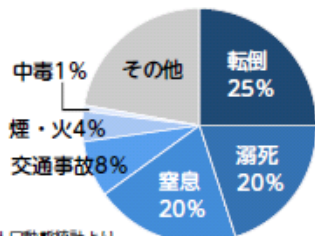
① テーマ 高齢者の安全

最近、高齢者が室内で転倒して、けがをすることが増えています。今回は、けがの原因となる転倒の予防の取り組みを紹介します。 関高齢者福祉課 ☎3981-1749

Q1 なぜ、転倒によるけがの予防に取り組むのですか？

A 突然の事故による高齢者の死亡原因の第一位は転倒です。

突然の事故による高齢者の死亡原因(過去5年間の平均)



高齢者のけが・事故に関するアンケート調査では、過去1年間に17%(6人に1人)の方が、転倒を経験したと回答しています。

転倒を
→ 予防するために

何が課題なの？
身体機能低下の抑制
住宅バリアフリー化促進

その対策は何？
→ 転倒予防教室
住宅改修助成

そして、
「効果の検証」
↓
「対策の改善」へ

Q2 身体機能を低下させないことが、なぜ「転倒」防止に有効なのですか。

A 75%の人が転倒原因を運動不足と答えるなど、高齢者の意識調査からも、身体機能の衰えを防ぐことが「転倒」防止につながるのわかります。

転倒の原因ベスト4 (高齢者の意識調査)



Q4 転倒予防教室は、どのような内容ですか？

A マシントレーニング、筋力アップ運動、水中トレーニングなどです。平成22年度は、延べ547の方が参加しました。



Q3 豊島区の住宅バリアフリー化の状況は？

A 高齢者が住む住宅のバリアフリー化が、23区平均よりも遅れています。特に、借家の共同住宅(賃貸のマンションやアパート)で遅れています。

