

## 見守り 新鮮情報

**事例1** くるぶし丈のスカートをはいて階段を上がる時、スカートのすそを踏んで前に転んで手をついた。(70歳代 女性)

**事例2** 駅で電車に乗ろうと改札から駆け出したところ、ズボンのすそを踏んでしまい前のめりに転倒した。メガネがホームに当たって壊れ、顔に強く当たり、顔が少し切れた。(60歳代 男性)



**事例3** 夜中にトイレに行こうとしてパジャマのすそを踏み、タンスの角に額をぶつけ出血し、病院に行った。(70歳代 男性)

# 衣服のすそ踏み 思いがけないけがに注意

## ひとこと助言

気をつけてね



見守るくん

- ズボンやスカート等を購入する際は、必ず試着をして長さを確認し、サイズの合ったものを着用しましょう。
- 体重の変化により、知らないうちに衣服がゆるくなりすそを引きずっていることもあります。こまめに調整することが大切です。特にパジャマのゴムは緩みやすいので注意しましょう。
- 高齢者の事故では、転倒事故が多く、悪くすれば、転倒により骨折、長期入院、そして寝たきりになることも予想されます。転倒の危険を避けるため、日常生活でこまめに体を動かし、体力、注意力やバランス機能の維持を心がけるとともに、健康にも気をつけましょう。