

◆日常生活での高齢者の事故を防ぐために

東京消防庁管内では、令和6年度中、日常生活における事故(交通事故を除く)により、約16万3千人が救急搬送されています。救急搬送の約6割以上は高齢者で、令和2年から令和6年までの5年間に42万人以上の高齢者が、日常生活での事故により救急車で医療機関へ搬送されています。

◆高齢者の事故防止ポイント

事故の実態や傾向を知り、本人、家族、地域でそれぞれができる事故防止対策を実施しましょう。
身体機能の変化について知り、事前の事故防止対策をしましょう。

◆転ぶ事故を防ぐために(転倒防止)

- ①段差のある場所や階段、玄関には、手すりや滑り止めを設置しましょう。
- ②電源コードが通路にかからないよう、電気製品の配置を工夫しましょう。
- ③敷居につまずかないように、体力を増強して、つま先を上げてすり足を改善しましょう。

④乗り物に降り降りする際は、足元の段差に気を付けましょう。

⑤自転車で段差を乗り越えるときは、急がず慌てず慎重に乗り越えましょう。
⑥エスカレーターに乗るときは、しっかりと手すりをつかみましょう。

◆落ちる事故を防ぐために
①滑り止めマットを敷くなど、事故防止対策をとりましょう。

②脚立や踏み台に上がって作業する際は、安定した足場を選び、バランスを崩さないようにしましょう。

③おぼれる事故を防ぐために飲酒後の入浴はやめましょう。

④熱い湯、長風呂は危険が増すため注意しましょう。

⑤脱衣所、浴室内の適切な温度調節を行いましょ
◆ものがつまる・誤って飲み込む事故を防ぐために(窒息・誤飲防止)

- ①食べる前に、お茶や汁物を飲んで喉を潤しておきましょう。
- ②小さく切るなど、食べやすい大きさにしましょう。
- ③急いで飲み込まず、ゆつ

くりと噛みましょ。
引用文献、東京都公式ホームページ(搬送データからみる高齢者の事故)

『地域の皆様へ』

感染症の拡大防止のため、次のような取り組みを行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

○診察を受ける方及び付き添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いしております。

○診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【老健施設】

○原則として、感染対策の為入所者の外泊は禁止しています。また、面会は予約制となっております。

○通所リハビリ利用者には毎日の体調確認と検温を実施しております。

○施設内及び送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。

診療所外来5月担当医

☎泉崎南東北診療所 ☎0248-53-2415

【お願い】発熱症状(37℃以上)、風邪症状(せき、のどの痛みなど)がある方の診療受付は、施設内に入らず、お電話ください。

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30 ~ 11:30	小林利男 整形外科・内科 5/11.18.25診療	小林利男 整形外科・内科 5/12.19.26診療	内藤 梓 消化器内科・外科 5/13.20.27診療	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科 5/1のみ診療	小林利男 整形外科・内科 5/2.16.30診療	休 診
		内藤 梓 消化器内科・外科 5/12.19.26診療		内藤 梓 消化器内科・外科	内藤 梓 消化器内科・外科 5/8.15.22.29診療	内藤 梓 消化器内科・外科 5/9.23診療	
午後 受付時間 13:30 ~ 16:00 (水曜日は 14:30)	北原正樹 内科・形成・皮膚 5/11.18.25診療	小林利男 整形外科・内科 5/12.19.26診療	内藤 梓 消化器内科・外科 5/13.20.27診療	小林利男 整形外科・内科 5/7.21.28診療	小林利男 整形外科・内科 5/1のみ診療	小林利男 整形外科・内科 5/2.16.30診療	
	緑川博文 心臓血管外科 5/11のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 5/12.19.26診療	水曜 14:30 受付終了	内藤 梓 消化器内科・外科	内藤 梓 消化器内科・外科 5/8.15.22.29診療	内藤 梓 消化器内科・外科 5/9.23診療	

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等は当診療所へお電話にてお問い合わせください。
☎0248-53-2415
※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医はしらかわ情報センター(☎0248-23-9909)で確認いただけます。

※眼科は予約制となっております。
(事前に電話又は窓口にてご予約ください)
※5/4(月)~5/6(水)の外来は休診になります。
※5/14(木)午後の整形外科は休診になります。