

## Ⅱ 実践編

### 13 予防救急

#### (1) 説明のポイント

##### 【転倒と転落の予防対策】

- ①行動するときは部屋を明るくする。
- ②スリッパや靴下は滑りにくいものを履く
- ③部屋をしっかりと整理整頓しておく

##### 【誤飲の予防対策】

- 小さな子どもは、手にしたものは、何でも自分の口に入れてしまうため、子どもの手の届くところに危険なものを置かない。
- 高齢者の誤飲を防ぐためには、お餅など、喉に詰まりやすいものは小さく切って食べるようにする。



## II 実践編

### (2) 説明要領

※ 参考例文になりますので、適宜、修正してください。

#### 説明例文

みなさん、こんにちは。〇〇消防署（消防出張所）の〇〇です。

本日は、身近なところで起きるケガを予防する方法（予防救急）についてお話します。よろしくお祈いします。

ところでみなさん、救急車が呼ばれる原因で一番多いのは、急に体調が悪くなってしまった時の急病ですが、次に多いのは何だと思ひますか。

2番目に多いのは一般負傷です。一般負傷とは住宅内や屋外での転倒や転落、やけどや熱中症などが含まれます。

ケガなどによる救急搬送の統計を分析すると、注意をすることによりケガを防ぐことができたのではないかと予測される事案があります。

例えば、高齢者が転倒して負傷したことによる救急搬送のうち、半数以上が段差のない床や小さな段差などで転倒しています。こうしたケガによる事例をもとに、その防止策を考え実践していくことがケガの予防対策です。救急搬送事例を知り、事前に危険性を知っていれば、防止できたのではないかとと思われる事例が結構あるんです。

まず、すべての年齢層において多いのが転倒と転落です。

例えば、家の中では、電気機器のコードなどに引っかかる、引き出しが開いているタンスにつまずく、床に置いてある洗濯物に滑って転んでしまう。など、実際に今のような救急搬送事例もありました。

予防対策として、①行動するときは部屋を明るくする。②スリッパや靴下は滑りにくいものを履く。③部屋をしっかりと整理整頓しておくことが大切です。

また、小さな子どもは部屋に置いてある身の回りの物に興味深々です。手にしたものは、何でも自分の口に入れてしまいます。お金やボタン電池を飲み込んでしまった事例が見受けられます。予防対策として、とにかく子どもの手の届くところに危険なものを置かないことが大切です。物をのどに詰まらせる事案は子どもだけではなく、高齢者の方が食べ物のをのどに詰まらせてしまう事例があります。お餅など、のどに詰まりやすいものは小さく切ってたべることが予防対策といえるでしょう。

そして、もしのどに詰まらせてしまった時のために、その除去の方法も覚えておきましょう。他にも、ぶつかる、挟まれる、溺れる、など、色々な事例があります。「ケガの予防対策」をご覧いただき、事例をもとに防止策を考えてみてください。「ケガの予防対策」（冊子）では、様々な事例を紹介しています。事例を紹介することで、「ケガは防ぐことできる」という認識を深めていただくことができます。日頃からケガの予防対策を実践し、ケガや事故を予防しましょう。以上で説明を終わります。ありがとうございました。

## Ⅱ 実践編

### (3) 参考資料-教材 ア 予防救急

ケガなどによる救急搬送の統計を分析すると、注意をすることによりケガを防ぐことができたのではないかと予測される事案があります。例えば、高齢者が転倒して負傷したことによる救急搬送のうち、半数以上が段差のない床や小さな段差などで転倒しています。「予防救急」とは、こういった日常生活の中で、少し注意をすれば防ぐことができたと予測される事例を紹介することで、「ケガは防ぐことができる」という認識を深めていただくものです。

【参考】救急搬送事例から見たケガの予防対策

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/bousai-kyukyu-bohan/kyukyu/kegayobou/kegayobou.html>



### ① 転倒

1 こんな時、どのような事故が起きるか想像してみましょう。(危険予知トレーニング)

**事故予防のためのチェックリスト**

- 電気機器のコードは乱れていませんか。
- タンスの引き出しはしっかり閉じられていますか。
- 床に滑りやすいものが置かれていませんか。

**事故例**

- 扇風機のコードで転倒
- タンスの引き出しで転倒
- 床に置いていた洗濯物で転倒

— 転倒は各年代共通して最も多く発生しています。 —

### 2 主な事故 (実際あった事例です)

**高齢者**

- 浴室につまずいて転倒し、足を骨折
- 床マットで滑り転倒し、股関節を脱臼
- 鞆の床すプロックにつまずき転倒し、あごをケガ

**大人**

- トイレに行こうと低い部屋を移動中に転倒し、あごをケガ
- 毛糸の靴下を履いていたため床で滑り転倒し、腕を骨折

**子ども**

- 水に濡れた廊下に足を滑らせて転倒し、頭をぶつけた
- スケートボードをしていて転倒し、膝をぶつけた

**乳幼児**

- 床に置いていた毛布で足を滑らせ転倒し、頭をぶつけた
- 床に落ちていたビニール袋で足を滑らせ転倒し、頭をぶつけた
- 駐車場を歩行中に車輪止につまずき転倒し、頭をぶつけた

### 3 事故予防対策

**部屋を明るく**  
行動するときは部屋を明るくしましょう。

**滑らない対策**  
手すりを設置しましょう。また、スリッパや靴下は滑りにくいものを履きましょう。

**整理整頓**  
部屋の整理整頓を心がけましょう。

高齢者では、入院するような大ケガになることもあります。普段から部屋の整理整頓などを心がけ、事故防止に努めましょう。

## Ⅱ 実践編

### イ 参考資料

教材等	内容	備考
よこはま防災e-パーク (外部サイト)	火災、地震、風水害など、いざという時の備えを動画やミニテスト等の充実したデジタル教材で学ぶことができます。	参考リンク:よこはま防災e-パーク 3分シリーズ〈救急〉ケガの予防対策
家庭防災員研修テキスト (横浜市ホームページ)	家庭防災員研修テキストの救急研修にケガの予防対策などについて記載しています。	参考リンク: <a href="#">家庭防災員</a>
ケガの予防対策 (横浜市ホームページ)	救急搬送事例の一部とケガ予防対策についてご紹介しています。	参考リンク: <a href="#">ケガの予防対策</a>