

令和3年12月8日

## 高齢者の事故に注意し、年末年始を安全に過ごしましょう！

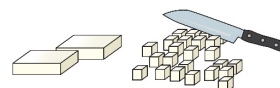
－餅による窒息、入浴中の溺水、掃除中の転落等に注意－

年末年始は家族の帰省や会食など、高齢者がいつもと異なった行動を取る時期です。消費者庁では、年末年始など冬のこの時期に起こりやすい高齢者の事故について、事故防止のための観点からポイントをまとめました。

### ○餅による窒息 ～死亡事故の4割が1月に、2割が正月三が日に発生！～

#### 〔事故を防ぐためのポイント〕

- 1 餅は、小さく切り、食べやすい大きさにしてください。
- 2 お茶や汁物などを飲み、喉を潤してから食べましょう。  
(ただし、よく噛まないうちにお茶などで流し込むのは危険です。)
- 3 一口の量は無理なく食べられる量にしましょう。
- 4 ゆっくりとよく噛んでから飲み込むようにしましょう。
- 5 高齢者が餅を食べる際は、周りの方も食事の様子に注意を払い、見守りましょう。



### ○入浴中の溺水 ～自宅の浴槽内での死者数は交通事故の約2倍！～

#### 〔事故を防ぐためのポイント〕

- 1 入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- 2 湯温は41度以下、湯につかる時間は10分までを目安にしましょう。
- 3 浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- 4 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避けましょう。
- 5 入浴する前に同居者に一声掛けて、意識してもらいましょう。
- 6 湯温や部屋間の温度差、入浴時間など普段意識しにくい部分について、温度計やタイマーを活用して見える化するようにしましょう。



○掃除中の転落等 ～大掃除をすることが多い12月に多く発生～

〔事故を防ぐためのポイント〕

- 1 脚立やはしごを使用した高所作業は極力控え、行う場合は広いステップや上枠がついた身体のバランスを取りやすい用具を使い、安定した場所で無理なく行いましょう。踏み台等を使つての作業も安定した場所で行いましょう。
- 2 滑りやすい場所で掃除をする際には転倒に注意し、足場が濡れている場合は事前に拭き取りましょう。
- 3 洗剤などの取扱説明、注意表示をよく確認し、正しく使用しましょう。



それぞれの事故に関するデータやアドバイス等は別添資料を御確認ください。  
(別添) 高齢者の事故に関するデータとアドバイス等

<参考> その他の高齢者に関する事故への注意喚起等

消費者庁「毎日が#転倒予防の日」(令和3年10月6日)

[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/caution/caution\\_055/#falldown](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_055/#falldown)

消費者庁「着衣着火に御用心！」(令和3年11月17日)

[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/caution/caution\\_055/#wearing\\_clothes](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_055/#wearing_clothes)

消費者庁 過去の注意喚起へのリンク

[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/caution/caution\\_055/#past](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_055/#past)

<本件に関する問合せ先>

消費者庁消費者安全課

TEL : 03 (3507) 9200 (直通)

FAX : 03 (3507) 9290

URL : <https://www.caa.go.jp/>