



今回は

転ばない環境づくり

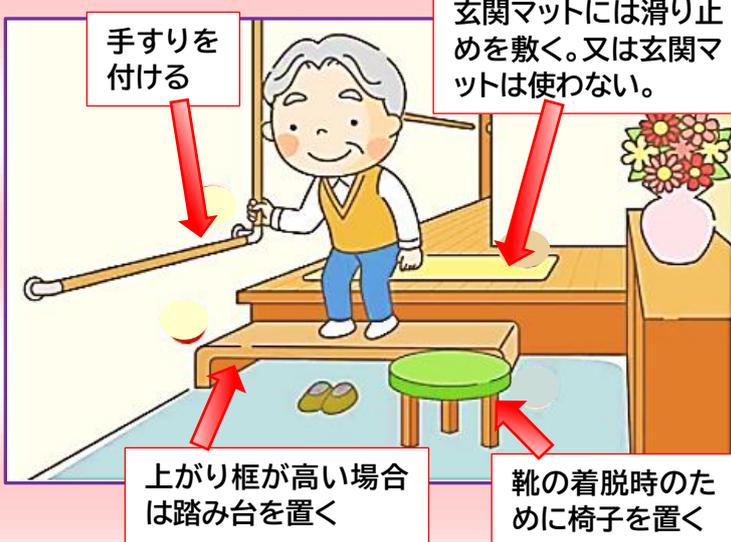
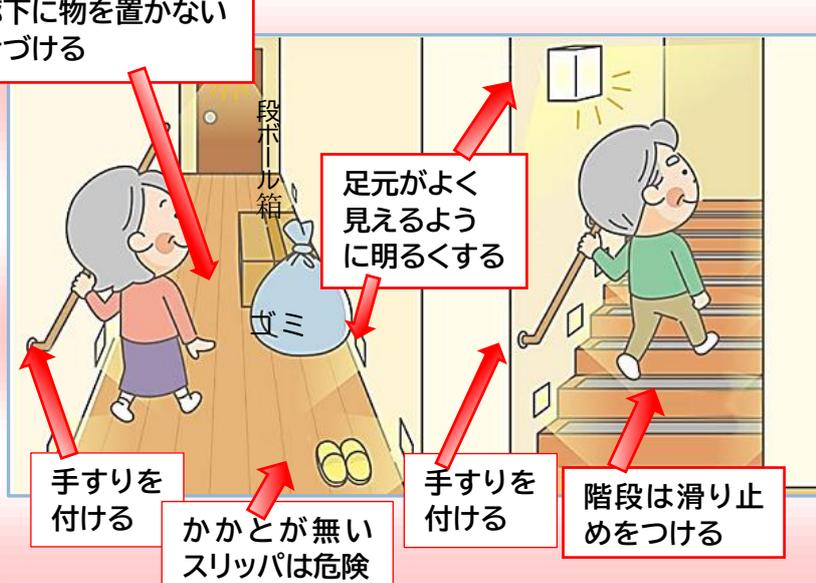
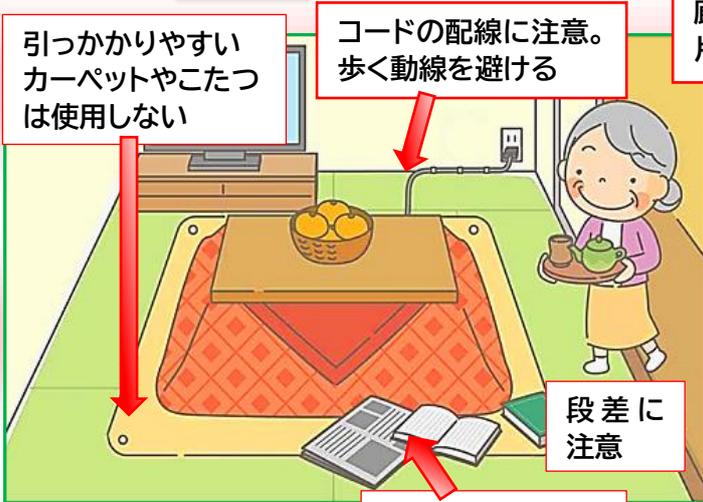
家の中を整えよう

高齢者の転倒は約50%が家の中で起こっています

生活環境をチェックして
転倒の原因を減らしましょう



- ★「私は大丈夫」と思い込まない
- ★できる対策はきちんとしましょう
- ★年齢に応じた環境作りをしましょう



ポイント は **ぬ・か・づ・け**

ぬ

濡れているところは滑って転びやすい

床が濡れていたら放置せず拭きましょう

か

階段、段差はつまずいて転びやすい

階段には滑り止めを設置する
部分敷のじゅうたんはやめる

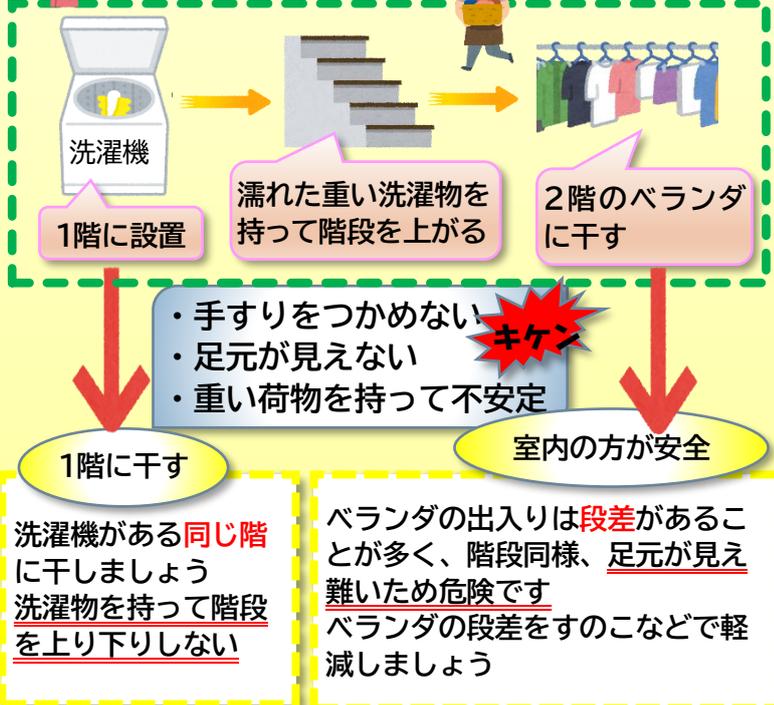
づけ

片づけていないところはつまずいて転びやすい

整理整頓を心がけ、すっきり暮らしましょう

行動は効率のいい動線で安全に！

例えば「洗濯」



転倒の原因は環境の他に、筋力低下、視力低下、注意力の低下や薬の副作用などもあります
予防可能なことは予防しリスクを減らしましょう

- ① 筋力、体力維持に努める
- ② 暗く見えにくいところは明かりを点ける
- ③ 服薬している薬の副作用を知る など

家族介護教室 開催のお知らせ

認知症について知ろう！

—認知症かな？と思ったら— 認知症の薬

3月17日木曜 14:00～

場所: 知立老人保健施設1F

講師: 薬剤師 佐野文章先生
東刈谷訪問看護ステーションゆらり

★要予約

0566-81-8880 (知立市西部地域包括支援センター)



感染対策をして実施します
当日、体調不良の場合参加できないことがあります



知立市東部地域包括支援センター

☎ 0566-82-8855

(FAX: 0566-83-4070)

場所: 知立市八ツ田町泉43

(知立市福祉の里八ツ田内)

担当地エリア
小学校区

*知立小学校*来迎寺小学校
*八ツ田小学校*知立東小学校

知立市西部地域包括支援センター

☎ 0566-81-8880

(FAX: 0566-83-7776)

場所: 知立市新林町北林44

(知立老人保健施設内)

担当地エリア
小学校区

*知立西小学校*猿渡小学校
*知立南小学校