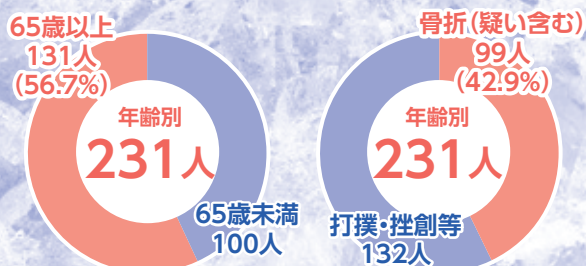


冬の身だしなみもあしもと 転倒防止も足元から

これから寒さと共に冬の訪れを感じる季節となります。毎年、積雪や凍結した路面が原因で転倒し受傷する事故が発生しています。

2018年から2022年の救急統計をみると、本組合管内で積雪・凍結路面で転倒し救急搬送された方は231人です。年齢別でみると131人(56.7%)の方が65歳以上の高齢者でした。症状別でみると99人(42.9%)が骨折(疑いを含む)と診断されたことがわかりました。



2018～2022年の救急統計を集計したもの

転倒時に階段等の高所からの滑落や、車両との接触など大きな事故につながる恐れもあります。

積雪や路面の凍結が予想される日は次のとおり靴の選び方や、歩き方のポイントを参考にしてください。



積雪または凍結路面での転倒の約半数は道路を歩いている時に発生しており、時間帯も午前7時から10時が多くなっています。朝の通勤・通学時間などは時間に余裕を持ち、慌てずに行動しましょう。

凍結 または 滑りやすくなる場所



転倒予防の歩き方

- 歩幅は小さく
- 靴の裏全体を付ける
- 両手をフリーにする

滑りにくい靴の選び方

- ゴム製のソール
- 登山靴
- スパイク付きソール など

ドクターからのプラスアドバイス

これからの季節、雪が降ったり、路面が凍結し、外出時の転倒のリスクが上がります。尻もちをついた時に、腰の骨や、太ももの骨を骨折することがあります。また、とっさに手をついた時に、手首の骨が骨折することもあります。腫れたり、痛みが続く時は、病院を受診してください。

頭をぶつけた時は、頭の中で出血している場合もあります。数ヶ月後に症状が出ることもあります。頭痛や吐き気の症状に注意してください。

一般財団法人
脳神経疾患研究所附属
総合南東北病院
外科医長
藁谷 暢 先生



やさしい日本語でふれあい119

かじ 火事 じこ 事故でのけが きゅう びょうき 急な病気

ばん でん わ
119番に電話しましょう
Emergency

ばん でん わ しゅうぼう でん わ
119番に電話を すると 消防に 電話が つながります

119番の話し方

例えば

わたし いえ かじ
私の家が火事です。
ばしょ
場所は▲▲です。
かい ばん へ や
▲階の▲番の部屋です。

とう お父さんが、胸が痛い
い たお
と言って倒れました。

聞
か
れ
る
こ
と

しゅうぼう かじ きゅうきゅう い
消防です。火事ですか？ 救急ですか？

ばしょ
場所は どこですか？

なまえ
あなたの 名前は？

どうしましたか？

あ
な
た
が
話
す
こ
と

かじ きゅうきゅう い
火事か 救急か 言います。

かじ きゅうきゅう ばしょ い
火事、救急の 場所を 言います。

なまえ い
あなたの 名前を 言います。

かじ びょうき い
火事や 病気について 言います。

本組合管内には現在3,906人の在留外国人が登録されています*。在留外国人の方は技能実習や技術・人文知識・国際業務等に従事する方など様々です。地震や台風など災害時は言語や文化の違いを超えて、互いに助け合うことが求められます。本組合は住民の皆さんが協力し地域全体の防災力を強化するために、柔軟かつ的確な消防行政サービスを推進してまいります。

*令和5年度版「福島県の国際化の現状」(令和6年3月福島県公表)より市町村別外国人住民数の本組合構成市町村の人数を集計したもの

きゅうきゅう
● 救急か わからないとき
びょういん
● どの病院にいけば
いいか わからないとき

#7119
に電話
しましょう