

衣服の「すそ踏み転倒」に注意！

冬真っ盛りで、衣服を着込む方も多くなっています。こうした中、丈の長いスカートやズボンなど、衣服のすそを思いがけずに踏んで、転倒する事故が起きています。

衣服の「すそ踏み」でこんな危険が！

- くるぶし丈のスカートをはいて階段を上がる時、すそを踏んで前に転んで手をついた。
- 夜中にトイレに行こうとして、パジャマのすそを踏み、たんすの角に頭をぶつけて出血した。
- ベッドから出てガウンを着てトイレに行こうとした際に、すそを踏み転倒しそうになった。
- 道路でマフラーを引きずっているのに気付かず踏んで転倒し、入院した。



シニア世代の転倒は重症化しやすいので、十分に注意しましょう！



転倒防止のポイント！

★サイズの合った衣服を着用しましょう！

ズボンやスカートを購入するときは、試着して長さを合わせましょう。また、体重の増減時は、ウエストのサイズが変わりやすく、知らないうちにすそを引きずっていることもあるので、注意しましょう。

★パジャマのゴムは要チェック！

寝起きや夜中のトイレの際に、パジャマのすそを踏んで転倒する事故が起きています。特にパジャマのゴムは緩みやすいので要注意です。

★マフラーやストールは身体から離さない！

長すぎるマフラーやストールを踏んだり、家具に引っかかけたりすると、大変危険です。上着の中に入れるなど、身体から離れないように身に付けましょう。



◎「シニア世代の身の回りの事故防止ガイド2 衣服・履物による転倒/着衣着火」では、事故防止のポイントをわかりやすく紹介しています。WEBでもご覧になれます。

「東京くらしWEB」

<http://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/zen/hiyarihat/senior2-140911.html>