

令和4年12月27日

## 年末年始に増加する高齢者の事故に注意しましょう！

―浴室での溺水事故、餅による窒息事故、掃除中・除雪中の転倒・転落事故等に注意―

年末年始は寒さに加えて家族の帰省や会食、大掃除など普段と異なった行動をすることが多い時期です。そのような中、高齢者にとっては加齢に伴う身体機能や認知機能の低下、病気や薬の影響などの要因によって思いがけない事故が発生しています。

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を中心に、事故防止の観点からポイントをまとめました。

### ○浴室での溺水事故 ～冬季になるにつれ発生件数増加～

#### 〔事故を防ぐためのポイント〕

##### ◆入浴前の注意ポイント

- 1 脱衣所や浴室を暖めましょう。  
(断熱性の向上と暖房設備の導入を検討も)
- 2 こまめな水分補給をしましょう。
- 3 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。
- 4 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。



##### ◆入浴時の注意ポイント

- 5 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。
- 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しましょう。
- 7 浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- 8 浴槽内で意識がもうろうとしたら、気を失う前に湯を抜きましょう。

### ○餅による窒息 ～死亡事故の4割が1月に、約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 飲み物や汁物などを飲み、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飲み物や汁物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  
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。



### ○掃除中・除雪中の転倒・転落事故等 ～冬季に救急搬送が増加～

#### 〔事故を防ぐためのポイント〕

1 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。

2 年齢や個々の体力を勘案し、無理な作業は控えて整理しまし  
よう。

3 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付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  
っての作業も安定した場所で行いましょう。



4 除雪作業は無理せず二人以上で。用具の点検と安全対策を確実に行いまし  
よう。

5 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の詳細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「「除雪機の死亡事故」7割が誤使用・不注意～“安全機能 ON とエンジン OFF”が生  
死の分かれ目～」(令和4年12月22日)

[https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer\\_safety/caution/caution\\_066/](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/caution/caution_066/)

消費者庁 過去の高齢者事故に関する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/>