



はじめに



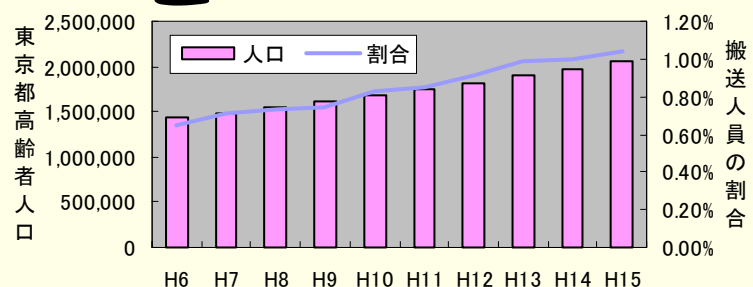
高齢者は加齢に伴う身体機能の低下のために日常の動作が負担になり、住宅内での思わぬ事故に遭遇しやすい。さらに、ちょっとしたことでも入院を伴う重大な事故につながりやすく、寝たきりや痴呆の原因になりやすい。そこで、本研究では、東京消防庁および厚生労働省によるデータを入力し、客観データによる分析を行った。高齢者が安心して安全な日常生活を送ることができるよう「家庭内事故」防止対策を提案する。

高齢者対策の事故防止効果と今後の展望




高齢者の家庭内事故は増加している！

高齢者人口は増加している。家庭内事故による東京都の高齢者搬送人員と東京都の高齢者人口より割合を算出すると、高齢者の家庭内事故は増加傾向にあることがわかった。(図1)



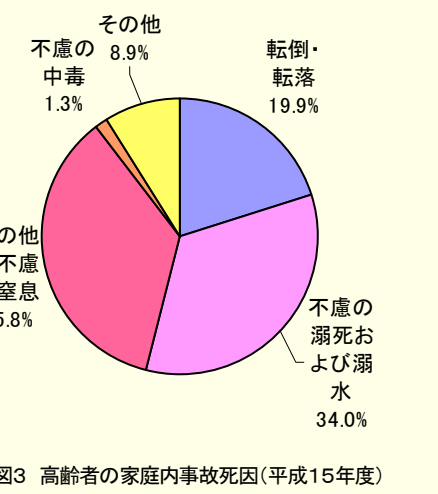
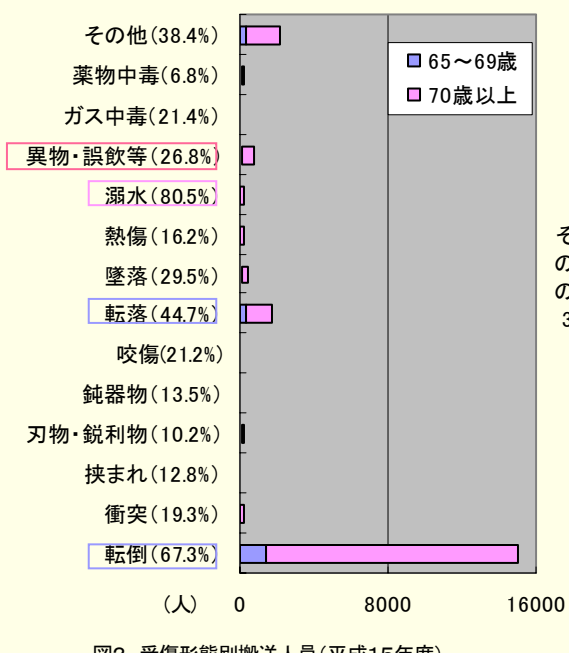
高齢者の家庭内事故の特徴は？



●高齢者の3大受傷形態

家庭内事故により搬送された高齢者を受傷形態別にみると「転倒」「転落」「異物・誤飲等」が多い。(図2) また、「溺水」の80.5%が高齢者で、特に高齢者に多発しやすいことがいえる。

さらに、高齢者の家庭内事故死因(図3)をみると、「その他の不慮の窒息」「不慮の溺死および溺水」がともに3分の1を占め、重大な死因であることがわかる。このことから、高齢者の3大受傷形態は「転倒・転落」「異物・誤飲等」「溺水」であることがわかった。※「異物・誤飲等」は「その他の不慮の窒息」の一要因として区分



●事故多発場所

発生場所・受傷形態別搬送人員割合を求め1%未満を「×」、1%以上10%未満を「△」、10%以上20%未満を「○」、20%以上を「◎」と記号化しチェック表を作成した。(表1)「居室」での「転倒」事故が多発しており要注意であることがわかる。

表1 発生場所・受傷形態別チェックリスト

	居室	廊下	階段	トイレ	浴室	台所	庭
転倒	◎	△	△	△	△	△	△
衝突	×	×	×	×	×	×	×
挟まれ	×	×	×	×	×	×	×
刃物・鋭利物	△	×	×	×	×	×	×
咬傷	×	×	×	×	×	×	×
転落	△	×	△	×	×	×	×
墜落	×	×	×	×	×	×	×
熱傷	×	×	×	×	×	×	×
溺水	×	×	×	×	×	×	×
異物・誤飲等	△	×	×	×	×	×	×
ガス中毒	×	×	×	×	×	×	×
薬物中毒	×	×	×	×	×	×	×
その他	○	×	×	×	×	×	×

●「転倒・転落」要因

骨粗鬆症・すり足などの高齢期特有の症状や、身の回りの整理整頓不足等により些細なことで転倒しやすいために発生。軽くつまずいたり、すべったりするだけで重症につながりやすく、そのまま寝たきりになる場合もある。

●「溺水」要因

入浴中の事故は冬場に多く発生する。浴室内外の気温差や湯の温度が、心臓や脳血管等に影響を与えていると考えられる。動脈が老化し弾力性がなくなると、血圧が過剰に変動しやすくなるため、臓器への血流が十分に促されず疾患までは至らないが脳虚血状態等になり、意識障害に陥り水没する。

●「異物・誤飲等」要因

高齢者は食べ物を飲み込む機能が弱く、弾力のある餅や肉類のほかご飯などの食品でも喉に詰まらせ窒息に至る。また、うっかりや痴呆など味覚、視覚、嗅覚の衰えから食品ではない物を口しまうことで発生。

●住宅性能表示制度「高齢者等への配慮」との対応

高齢者等配慮対策等級の項目を「高齢者の事故防止のために最低限必要」「高齢者の事故防止のために必要」「車イス利用者や介護を要する対象者には必要」の3つを分析した結果、家庭内事故防止には等級2以上が有効と考えられる。特に「転倒・転落」事故防止対策になる。(表2)

●「バリアフリー住宅」との対応

「バリアフリー住宅にするためのチェックポイント」より、事故防止につながる住宅の配慮を分析した。(表3) 段差等の障害物をなくすことや手すりの設置等の項目が事故防止につながる。そのため、「転倒・転落」防止対策になる。

「溺水」については脱衣室に暖房器具を設置する項目があれば防止になるのではないだろうか。

そのほか、「異物・誤飲等」防止は住宅内整備では補うことはできず、食事および調理方法の工夫また薬品等の徹底管理が防止につながる。

●居室での転倒事故防止対策


居室での転倒事故が多いため、対策を図4に示す。

まず、住まい手(周囲の人および可能ならば高齢者自身)の意識改革と、周囲の人々の協力が基盤としてなくてはならない。

そして、住宅内整備として「手すりの設置」や「段差の解消」は身体機能が低下してから対策をしがちだが、「いざ」という時に備えることで事故防止となるため、早めの対応が望ましい。

「段差の解消」が住宅性能表示2~5級で求められる。「照明器具の利用」「延長コードは使わない」「敷物のめくれを直す」「スリッパは滑らないものを使う」ことが「バリアフリー住宅にするためのチェック項目」で求められている。居室は物が多くある場所で、それに「すべる」「つまずく」危険性が高いため、整理整頓など細かい配慮が必要である。

おわりに



高齢者は危険と感じながらも、対策をしていない人が多い。それは、経済的事情や意欲の低下で住環境の変化を高齢者自身が望まなくなってきたことや、家の中は安全だという思い、長年暮らしている自宅に慣れているという安心感なども事故要因の一部でもあるといえる。そのうえ、高齢者は危険回避能力が劣るため、自身の身体機能の低下等を把握することは難しい。

そのため、周囲の人との協力により事故を防止しなければならない。そして、そのような意識改革と住宅性能表示やバリアフリー住宅への関心を高め、住宅内整備の早期対応により「家庭内事故」を防止することが望まれる。

表2 高齢者対策等級の家庭内事故防止対応

項目	場所	等級5	等級4	等級3	等級2	等級1
段差	同一階の部屋	居室とトイレ、洗面所、浴室	居室とトイレ、洗面所、浴室	居室とトイレ	居室とトイレ	居室とトイレ
	(ホムエレベーター設置されている場合)	(居室とトイレ)	(居室とトイレ)	(居室とトイレ)	(居室とトイレ)	(居室とトイレ)
	日常生活空間の床	設計寸法3mm以下 仕上げ寸法5mm以下	設計寸法3mm以下 仕上げ寸法5mm以下	設計寸法3mm以下 仕上げ寸法5mm以下	設計寸法3mm以下 仕上げ寸法5mm以下	設計寸法3mm以下 仕上げ寸法5mm以下
	玄関・ドア・勝手口等含む	室外側と20mm以下	室内側と5mm以下	室外側と20mm以下	室内側と5mm以下	室外側と20mm以下
	玄関上がりから	110mm(雑巾籠に存する玄関のもの180mm)以下	110mm(雑巾籠に存する玄関のもの180mm)以下	110mm(雑巾籠に存する玄関のもの180mm)以下	110mm(雑巾籠に存する玄関のもの180mm)以下	110mm(雑巾籠に存する玄関のもの180mm)以下
バルコニー出入り口	180mm以下の単純段差	180mm以下の単純段差または、手すりまたは250mm以下の単純段差か180mm以下のまたぎ段差	180mm以下の単純段差または、手すりまたは250mm以下の単純段差か180mm以下のまたぎ段差	180mm以下の単純段差または、手すりまたは250mm以下の単純段差か180mm以下のまたぎ段差	180mm以下の単純段差または、手すりまたは250mm以下の単純段差か180mm以下のまたぎ段差	180mm以下の単純段差または、手すりまたは250mm以下の単純段差か180mm以下のまたぎ段差
	浴室出入り口	設計寸法3mm以下 仕上げ寸法5mm以下	20mm以下	20mm以下の単純段差または、手すりまたは120mm以下かつ180mm以下のまたぎ段差	20mm以下の単純段差または、手すりまたは120mm以下かつ180mm以下のまたぎ段差	20mm以下の単純段差または、手すりまたは120mm以下かつ180mm以下のまたぎ段差
手すり	階段	両側に必要	片側に必要	必要	必要	必要
	トイレ	必要	必要	必要	必要	必要
	浴室出入り口	必要	必要	必要	必要	必要
	浴槽出入り口	必要	必要	必要	必要	必要
	浴槽	必要	必要	必要	必要	必要
	玄関	必要	必要	必要	必要	必要
転倒防止の手すり	脱衣室	必要	必要	必要	必要	必要
	バルコニー(1000未満の場合)	必要	必要	必要	必要	必要
	7階の窓台(750mm以下の場合)	必要	必要	必要	必要	必要
	3階以下の窓台(800未満の場合)	必要	必要	必要	必要	必要
通路の幅員	日常生活空間	850mm以下	780mm以上	780mm以上	780mm以上	780mm以上
	柱等の部分	800mm以上	750mm以上	750mm以上	750mm以上	750mm以上
	玄関	800mm以上	750mm以上	750mm以上	750mm以上	750mm以上
	浴室	800mm以上	650mm以上	600mm以上	600mm以上	600mm以上
	階段	勾配	6/7以下	22/21以下	22/21以下	22/21以下
高さ	居室	内法12m以下	内法12m以下	内法9m以上	内法9m以上	内法9m以上
	浴室(短辺の長さ)	内法1400mm以下	内法1400mm以上	内法1200mm以上	内法1200mm以上	内法1200mm以上
	浴室(広さ)	内法25m以上	内法25m以上	内法25m以上	内法25m以上	内法25m以上
	便所	短辺内法1300mm以上	短辺内法1300mm以上	長辺内法1300mm以上	長辺内法1300mm以上	長辺内法1300mm以上

高齢者の事故防止のために最低限必要と思われる項目 高齢者の事故防止のために必要と思われる項目 車イス利用者等の対象者には必要

表3 バリアフリーにするためのチェック項目の事故防止対応

項目	転倒 すべり・つまづき	溺水	熱傷	車イス等
1) 玄関にはワンクッションの台を設置する				
2) 玄関マット・スリッパは滑らないものにする				
3) 床に段差をつくらない				
4) 手すりの設置				
5) 階段、廊下、控室には足元灯を設置する				
6) 廊下の幅は広めにする				
7) 家具への配慮				
8) 階段ワックスをかけない				
9) ドアノブは握りやすいものにする				
10) 延長コードは利用しない				
11) 浴室のトータル的な安全性				
12) トイレのドアは引き戸か外開きにする				
13) トイレはなるべく洋式にする				
14) 使いやすいキッチンにする				
15) 照明器具を利用する				
16) 暖房器具を正しく使用する				
17) リモコンをフル活用する				
18) 緊急時の連絡網の確保				

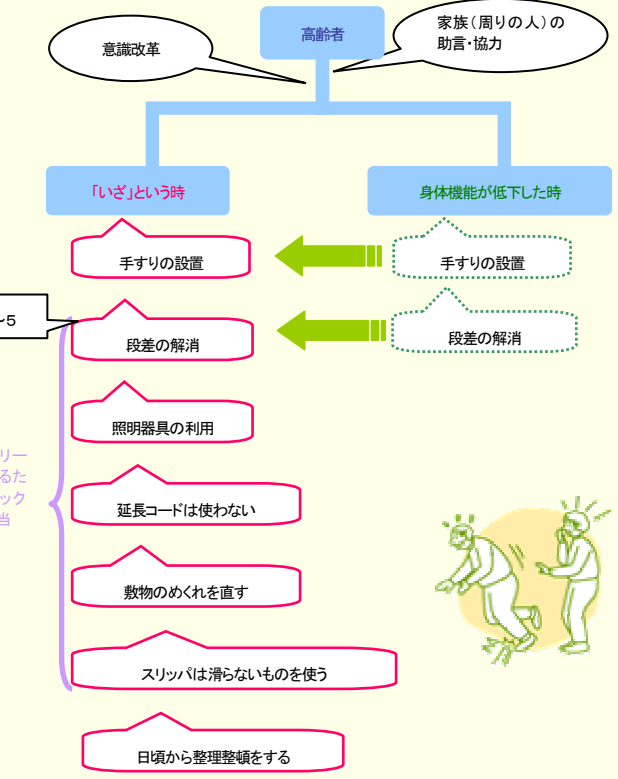


図4 居室での事故防止に向けた対策

高齢者は危険と感じながらも、対策をしていない人が多い。それは、経済的事情や意欲の低下で住環境の変化を高齢者自身が望まなくなってきたことや、家の中は安全だという思い、長年暮らしている自宅に慣れているという安心感なども事故要因の一部でもあるといえる。そのうえ、高齢者は危険回避能力が劣るため、自身の身体機能の低下等を把握することは難しい。

そのため、周囲の人との協力により事故を防止しなければならない。そして、そのような意識改革と住宅性能表示やバリアフリー住宅への関心を高め、住宅内整備の早期対応により「家庭内事故」を防止することが望まれる。

