

健康長寿のまちづくり

家庭内での転倒事故に気をつけましょう



家庭で多い転倒事故

高齢になると足腰が弱くなる、平衡感覚が衰えるなどバランス機能が低下してきます。
また、視力低下、認知症の発症、薬の副作用などにより転倒のリスクが高くなります。
屋内は安全だと思いがちですが、屋外より事故が多いことがわかっています。
高齢者が転倒し骨折すると寝たきりになりやすく、寝たきりは要介護状態になるリスクが大きいので、注意が必要です。

屋内の転倒事故例

- 階段を踏み外し転落
- ベッドから転倒、転落
- じゅうたん、こたつ、毛布、コードなどに足をとられて転倒
- 風呂場で滑って転倒
- 玄関などの段差につまずいて転倒



屋内での転倒事故を予防するために

- カーペットなどは床全体に敷き詰める、または端が浮かないようにしっかり固定する。
- コード類や障害物は歩く動線上に置かない。
- 階段や段差の大きいところは必要に応じ手すりを設置する。
- 浴室、階段などはすべり止めを設置する。
- 夜間足元を照らすライトを設置する。
- すべりやすいスリッパやくつ下をはかない。



転倒をしないために、足腰を鍛えることも大切です。膝の伸展、スクワットなど自分でできる範囲の筋力アップ運動を生活の中に取り入れましょう。

●問い合わせ先 上毛町地域包括支援センター(げんきの杜内) TEL 84-7322(内線431)

令和2年度 豊前市外二町清掃施設組合 リサイクル講座受講生募集

- 講座名 もらってウレシイ新聞バッグ作り
ハサミ、新聞紙1日分(カラーページ有)を準備ください。
- 開催日 令和3年1月8日(金)10:00~12:00
- 場所 豊前市外二町清掃センター
(豊前市大字八屋322-45)
- 募集人数 12名
- 申込期間 12月7日(月)~28日(月)※土、日を除く
- 受付時間 8:30~16:30
- 申し込み・問い合わせ先
豊前市外二町清掃センター TEL 82-2192

豊前市家庭支援チーム「ふくrin子育て」

- 日 時 12月12日(土) 13:30~15:00
- 場 所 天和会館(豊前市大字天和392-1)
- テ ー マ 「片付けなさい」とも言わない、片付けの習慣
- 講 師 一般社団法人 倫理研究所
樋口 満子 氏
- 参加費 400円(テキスト代・お菓子代)
※マスク着用でのご参加をお願いします。
※新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては、変更または中止させていただくことがあります。
- 問い合わせ先
家庭倫理の会豊前市(丸山) TEL 090-7467-1614

12月の買い物バスツアー 参加者募集

~自宅の近くから商業施設まで送迎します~

- 対象者 概ね65歳以上の買い物を楽しみたい方(付添の方も参加できます)
※介助を必要とせず買い物ができる方とします。
- 参加費 無料 ※送迎バス以外の費用は各自でご負担ください。
- 申し込み 電話で、氏名・住所・電話番号をお知らせください。
申込締切後、当日の迎えの時間を連絡します。



開催日	目的地	申し込み締切
12月11日(金)	道の駅しんよしとみ(大ノ瀬) フレスポくぼてんタウン(豊前市大字今市)	12月9日(水)
12月22日(火)	ゆめマート(豊前市大字岸井)	12月15日(火)
お迎え 9:00~ 買い物 10:30~11:30 送り 11:30~		

- 注意事項 当日は検温の上、マスクの着用をお願いします。
※発熱や体調不良の場合は、参加をご遠慮ください。車内での飲食や大声での会話はお控えください。
※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、バスツアーを中止とさせていただく場合があります。

●申し込み・問い合わせ先 長寿福祉課 福祉医療係 TEL 72-3188(内線215)

年末の大掃除などで多量にごみが出た場合は、清掃センターへ直接持ち込んでください

年末の清掃センターの受け入れ体制は以下のとおりです。「資源とごみの分別ガイドブック」をご確認いただき、正しく分別して持ち込んでください。
なお、町のごみ収集日はガイドブックの収集日程表をご確認ください。

12月28日(月)~30日(水)	受け入れ(8:30~16:30)
12月31日(木)	受け入れ(8:30~12:00)

- 清掃センターに直接搬入した場合、ごみ処理手数料が別途必要です。
- 問い合わせ先
住民課 住民福祉係 TEL 72-3116(内線143)
豊前市外二町清掃センター TEL 82-2192

年末年始のし尿など汲取り受付日程

12月29日(火)	平常業務
12月30日(水)~1月3日(日)	休み
1月4日(月)	午前中のみ(7:30~12:00)

◎年末の電話またはFAXによる申し込みについてのお願い

年末の受付については、大変混雑致しますので12月の月初めから早めのご連絡をお願いします。業務時間外は、留守番電話での受付もしております。緊急時はご連絡ください。

なお、年内の受付は12月24日(木)までとさせていただきます。

- 申し込み・問い合わせ先
株豊前清掃社 TEL 83-2634 FAX 82-3749

ふくおか人権ホットラインについて

福岡県では、誹謗中傷や差別的な取扱いなど同和問題をはじめとするさまざまな人権問題で悩んでいる方に、弁護士が法律的な観点で助言を行う電話法律相談を実施しています。
相談料は無料で、秘密は厳守します。

- 相談日時 毎月第4金曜日 15:00~18:00
- 電話番号 092-724-2644

- 問い合わせ先
福岡県福祉労働部人権・同和对策局調整課 TEL 092-643-3325

