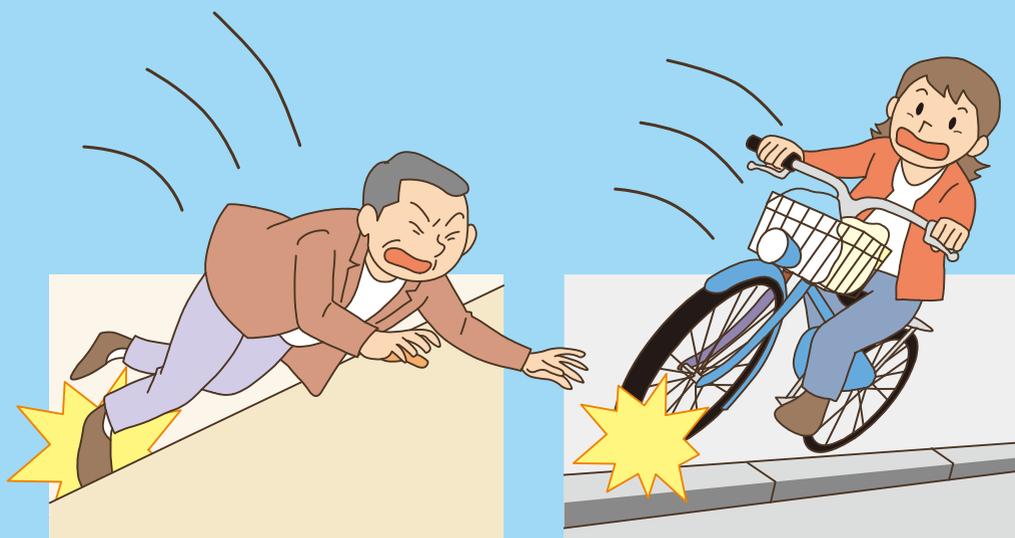


民生委員・児童委員活動における

# 事故防止 のための ヒント集



企画 全国民生委員児童委員連合会  
発行 損害保険ジャパン日本興亜株式会社  
株式会社福祉保険サービス

# はじめに

今日、住民の福祉課題の多様化のなかで、民生委員・児童委員に寄せられる期待が高まり、それに応じて活動の範囲も一層幅広いものとなっています。そのなかにあつて、何より大切と考えられることは、委員の皆さまが日々元気で、笑顔で活動いただけることです。

安心して委員活動を行なうための環境整備の一環として、委員活動中の不慮の事故に備えるために平成 26 年度に創設した「民生委員・児童委員活動保険」には、毎年度 500 件近くの事故が報告されています。活動中の事故の多くは、段差や階段等でのつまずきや踏み外しによる転倒ですが、骨折につながるケースも多くみられます。高齢期の事故は後遺障がいを伴うこともあり、その後の委員活動や自身の日常生活にも支障を及ぼしかねません。保険事故の分析からは、日頃からのちょっとした注意で防ぐことができる事故が多いことも明らかとなっています。

今回、その分析をふまえ、委員活動中に発生している事故の状況と、その防止のための注意点等をまとめた「ヒント集」を作成しました。ぜひ民児協の研修会や定例会等においてご活用いただき、活動中の事故防止に役立てていただければ幸いです。

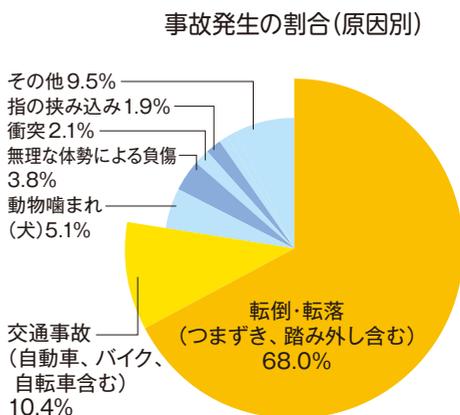
平成 29 年 4 月

全国民生委員児童委員連合会

# 民生委員・児童委員活動中には こんな事故が発生しています

## 7割は「転倒事故」

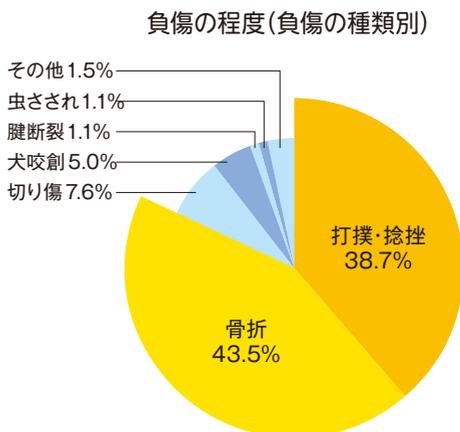
民生委員・児童委員活動保険（以下、「民生委員活動保険」）では、毎年度、500件前後の活動中の負傷事故報告が寄せられています。事故発生状況を分類すると、グラフのとおり「転倒」（転倒に伴う階段の転落等を含みます）が約70%と多数を占めています。以下、「交通事故」が約10%、犬などによる「動物噛まれ」が約5%と続いています。



平成28年度民生委員・児童委員活動保険事故データ

## 転倒は、重大事故につながっている

転倒事故は、活動の行き帰りや移動中などの路上のみならず、定例会や各種行事などで利用する建物内でも発生しています。転倒は軽く考えられがちですが、実は大きなケガにつながることも少なくありません。転倒に伴う骨折は数多く発生しており、後遺障がいを伴う場合も一定数みられます。なかには頭部を打ったことによる脳内出血での死亡事故も発生しています。

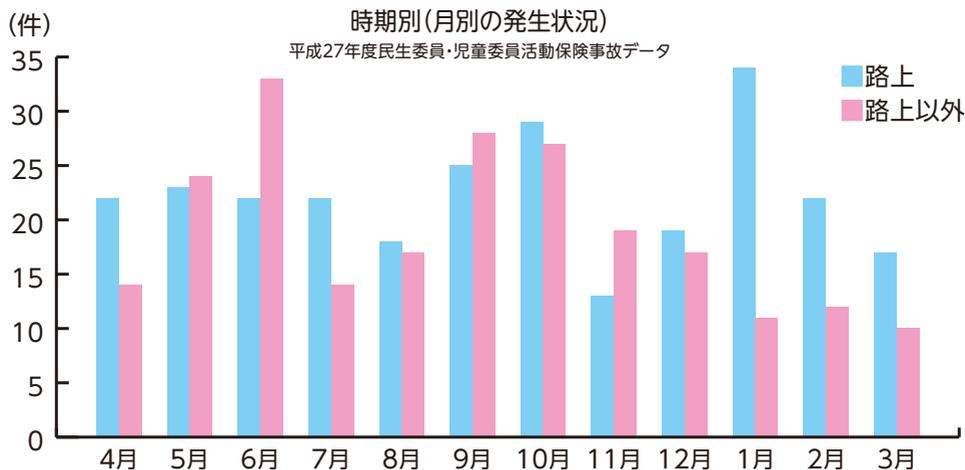


平成28年度民生委員・児童委員活動保険事故データ

# 事故は、 いつ、どこで 起きている？

## ●春、秋、そして1月は事故が多い

事故発生件数を月別で見ると、春（5月・6月）、秋（9月・10月）、そして1月、この5か月が他に比較して多く発生しています。



事故内容を細かくみていくと、それぞれの時期には特徴がみられます。春は、運動会をはじめ、地域や学校の行事に参加中の事故が多くなっています。行事に参加する時は、張り切りすぎてケガをしないよう注意しましょう。

秋は、民児協の視察研修での訪問先における転倒事故などが多くみられます。慣れない場所での転倒事故などに注意が必要です。

1月は、訪問活動等において凍結した路面での転倒事故が多数を占めています。本格的な雪のシーズンを迎える時期であり、足元に十分注意が必要です。

# 事故は、 路上や訪問先、 行事会場が多い

事故は、路上、訪問先、行事会場の順で多く発生しています。

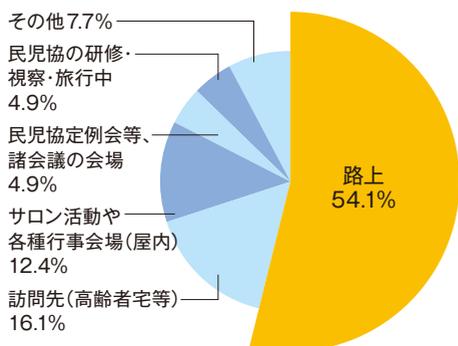
路上は、訪問先や定例会会場への行き帰りなど、さまざまな状況で発生しており、「転倒事故」が大多数を占めます。

訪問先での事故は、安否確認や友愛訪問で高齢者宅などを訪れた際、庭石や玄関の段差での転倒などが多くなっています。路上、訪問先とも、夕方や夜間は足元が見えにくいいため、転倒の危険が高まることに注意が必要です。

訪問先では、飼い犬にさわろうとして噛みつかれる事例も少なくありません。不用意に犬などのペットにさわろうとするべきではありません。

行事会場での事故は、サロン活動の会場、また地域行事に民生委員として参加しているなかで多く発生しています。「子育てサロン」で子どもと遊んでいるなかでバランスを崩し転倒する、軽食の調理中に火傷や切り傷を負うといった事例が多くみられます。また、小学校や地域の運動会に民児協代表で参加し、ケガをする事例もみられます。体力の過信は禁物です。

負傷事故の発生場所



平成27年度民生委員・児童委員活動保険事故データ

# こんな活動では、 こんな事故が 発生しています

活動中の事故の発生状況を見ると、活動に即した特徴的な事故もみられます。なかには、本来、民生委員・児童委員として行なう活動であるか疑問のあるものもみられますが、やむを得ず実施していることも多いと考えられます。活動内容に応じて発生しやすい事故を意識することで、その予防に一定の効果を発揮することが期待されます。以下、特徴的な事故を紹介しますので、参考にしてください。

## ① 訪問活動中

- 高齢者が立ち上がろうとした際に肩を貸したところ、2人とも倒れてしまい、下敷きになって腕を骨折した。
- 伸びた庭木を切ってほしいと頼まれ、脚立に乗ったところ、バランスを崩して転倒し、腰の骨を折った。
- 高齢者が重いゴミ袋を持ってないというので、かわりに運ぼうとして腰を痛めた。



## ② 民児協の定例会等

- 定例会の会場を設営しようと、積んであった折りたたみ式の長机を足の上に落としてしまい、足の指を骨折した。
- 定例会終了後、使用した長机を折りたたもうとした際に、指をはさみ、裂傷を負った。



### ③ サロン活動、子育てひろば等

- 子育てサロンで、子どもが飛びついてきてバランスを崩し転倒、足を骨折した。
- 民児協が協力している子育てひろば事業において、走り回っていた子どもと接触して転倒、腕を骨折した。
- 高齢者のいきいきサロンにおいて、電気ポットを倒してしまい、ポット内の熱湯を浴びて、火傷をした。
- 高齢者のふれあい給食会の準備中、コンロの鍋をひっかけてしまい、こぼれた油で、火傷をした。



### ④ 小中学校の訪問

- 校長等との情報交換会のために小学校を訪問したところ、モップがけ直後の廊下で滑って転倒、腕を骨折した。



### ⑤ 地域行事への参加

- 地域の年末のもちつき大会に民児協代表として参加し、蒸しあがったもちを取り出した際に、手のひらを火傷した。
- 地域の夏祭りの終了後、テントを片付けようとして、ポールを折りたたむ際に指をはさみ、骨折した。
- 小学校からの依頼により、民児協のメンバーで通学路の除草をしていた際、蜂に刺され、腕が腫れ上がってしまった。また、小型除草機を使用していた際に、誤って足に裂傷を負ってしまった。

**活動中の危険を意識して、行動しましょう！**

# 転倒は 重大事故に つながります

転倒事故の防止は非常に重要です。転倒事故の恐ろしさは、それまでの暮らしを一変させてしまうことにあります。足や腰の骨折につながる場合も多く、後遺障がいにより「寝たきり」になったり、それまでできていたことができなくなるということが生じます。特に大腿骨の骨折は、痛みが強いことや歩けないこと、入院治療を要すること等により、ストレスが急激に増加して「認知症」のきっかけになるといわれています。

転倒防止については、まず日常の体調維持・体力づくりが重要です。ラジオ体操や筋力トレーニング、ウォーキング等、ご自身にあった運動を生活習慣の一つとして取り入れることで、転倒しにくい体を維持しましょう。

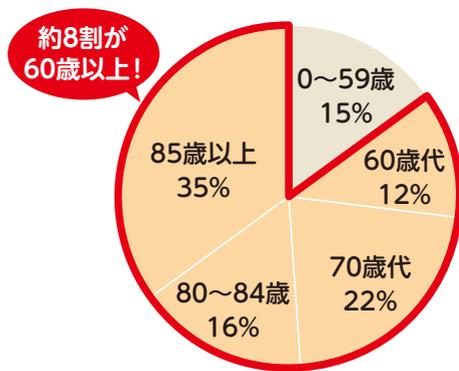
## ● データから分かる転倒の実態

不慮の事故における「転倒・転落」

死亡原因	総数	死亡割合
不慮の事故	38,306人	100.0%
交通事故	5,646人	14.7%
<b>転倒・転落</b>	<b>7,992人</b>	<b>20.9%</b>
溺死・溺水	7,484人	19.5%
窒息	9,356人	24.4%
煙、火災	940人	2.5%
有害物質	612人	1.6%

(平成27年 厚生労働省 人口動態統計より)

年齢別 転倒・転落の死亡数



(平成20年 厚生労働省 人口動態統計より)

転倒防止のため、活動場所では足元の段差に注意し、事故防止を心がけましょう。

## ● 屋内の転倒リスクを軽減するためのヒント

### 〈環境〉

段差に注意する、照明を明るくする、コード類はできるだけ撤去する、床や階段に散らかっているものを片付ける、階段では可能な場合は手すりの側を歩く。

### 〈身につけるもの〉

視力に応じたメガネを着用する、歩行感覚を鈍くするスリッパは避ける、等



## ● 屋外の転倒リスクを軽減するためのヒント

### 〈環境〉

障害物(階段(段差)・穴・傾斜、放置自転車・看板・電柱・ポール・街路樹など)に注意する、濡れている路面・床に注意する、周りの人に注意する(接触、押される危険など)

### 〈身につけるもの〉

リュックサック・ポシェットを使用する、帽子を着用する(熱中症予防)、はきなれた靴をはく、ヒールの低い靴・滑り止めのついた靴をはく、両手に荷物をもたない、等



# 自転車運転中 の事故は 重大事故に

近年、自転車運転中の事故が増加し、重大事故も多くなっています。

自転車事故の防止のためにルールやマナーを遵守することはもちろんですが、次のような備えをすることによって事故の危険性を減らすことができます。

## ●自宅近辺・交差点に注意！

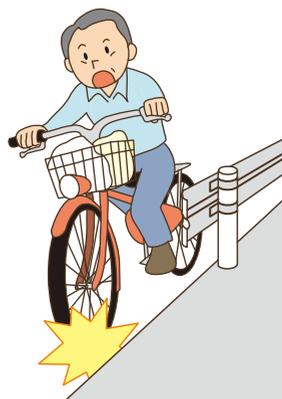
自転車による死傷事故の多くは、自宅から1キロメートル圏内で発生しています。慣れや気の緩み、油断は大敵です。また、信号のない交差点では特に注意が必要です。

## ●子どもの予期せぬ動きに注意！

自転車運転中の事故では、「子どもとの接触事故」や「子どもを避けようとして転倒する事故」が多く発生しています。「周りを見ていない」「急に飛び出す」など、子どもの動きには特に注意しましょう。

## ●自分の体に合った自転車に乗る！

自分の体に合った自転車とは、「またがったときに両足の先が地面につく」「ハンドルを握ったときに少し前傾姿勢になる」ものといわれます。自分の体に合っていない自転車では、万が一のときに、足で支えることができず、転倒事故につながります。今の自転車が自分の体に合っているかをもう一度確認しましょう。



# 活動中の 自動車事故を なくそう

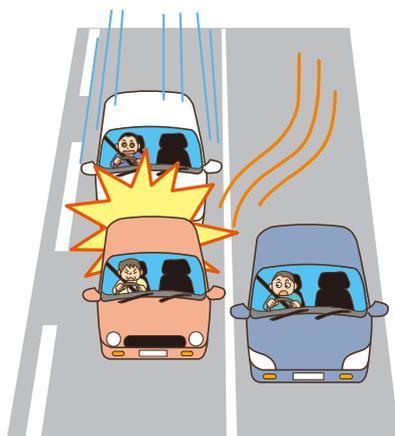
## ●加齢とともに増加する事故

加齢に伴い、情報収集を行う感覚機能や判断を行う知的機能、運動機能が低下し、一時停止の不履行や直進車の見落とし、距離やスピードの見誤り、アクセルとブレーキの踏み間違いなど事故を起こしやすくなります。

長年の運転経験があり運転に自信をもっていたとしても、「慣れ」が「油断」を生み、事故を招きやすくなります。

## ●高齢運転者に多い事故は？

- ✓ 駐車場などでのバック時の事故
- ✓ 交差点などでの右折時の接触事故
- ✓ 直進時の出会い頭の事故



## ●こんなケースも要注意！

- ・ 方向指示器を出すタイミングが遅れ、車線変更をしようとして後続車に追突される
- ・ ブレーキの遅れや急ブレーキによる追突
- ・ アクセルとブレーキの踏み間違いによる急加速
- ・ マットがブレーキペダルの下に入り込むことによるブレーキの不作動

**それぞれが重大な事故につながる可能性があります！**

# 不用意に犬に 近づかない

訪問活動中の事故として多いものに、犬に噛まれてケガをするというものがあります。訪問先で飼っている犬に、かわいさのあまりつい手を差し出してしまうことがあります。しかし、犬は特に初めて見る人を警戒し、噛みついてくることがあります。その衝撃から転倒につながるケースもあります。



## ●知らない犬には近づかない

犬は、知らない人を侵入者や怖い人ととらえる場合があります。鎖につながれている犬、柵の内側にいる犬、車の中にいる犬、寝ている犬、餌を食べている犬、おもちゃで遊んでいる犬、子犬の世話をしている犬には、近づかないようにしましょう。

## ●犬の不快感やサインを見逃さない

犬は表情や身体の様子でその時の気分を表わすといわれます。身体をこわばらせている、頭や耳を引っ込めている等のサインに気がついたら、犬から離れましょう。

## ●知らない犬に出会ってしまったら…

危険と感じたときは、あわてずゆっくりと犬の視界の外に移動しましょう。

## ●活動中に犬に噛まれたときは…

- ①まず、噛まれた傷口を水道水で十分に時間をかけて洗います。ケガの応急処置をするとともに病院で専門医の診察を受けることが必要です。噛まれた傷が深く、出血が多い場合、清潔なガーゼなどで圧迫止血をし、手を噛まれている場合は、心臓よりも高い位置に上げることで出血をおさえることができます。
- ②噛んだ犬が狂犬病予防注射を受けて注射済票を交付してもらっているかどうかを、飼い主に確認してください。

# 蜂に注意

春から夏にかけては、活動中に蜂に刺されるケースが少なくありません。たとえば、学校からの依頼で民児協として通学路の除草活動を行なう際などに多くみられます。

蜂に刺されると、その毒により腫れが生じ、痛みも伴います。個人差はあるものの、通常、痛みは数時間から1日程度でなくなります。その後、かゆみを伴うしこりが残り、それも数日程度でなくなります。

とくに注意が必要なのはスズメバチです。毒性が強く、「アナフィラキシーショック」と呼ばれる重篤な症状を生じる場合があります。最悪の場合、命に関わることもあります。8月から10月は繁殖期で、とくに危険です。巣に近づくだけで攻撃されることもあります。



## ●蜂に刺されたら…

- ・まずはその場から数十メートル離れましょう（巣から離れる）。
- ・刺された傷口を流水でよく洗いましょう。針が残っている場合は、そっと針を取り除きます。その際、針に毒が残っている場合があるので注意しましょう。
- ・傷口の周囲をつまんで圧迫し、傷口から毒をしぼり出しましょう。
- ・抗ヒスタミン成分を含むステロイド軟膏などを塗りましょう。
- ・患部を濡れタオルなどで冷やし、安静にしましょう。
- ・過去に蜂に刺されて具合が悪くなったことがある場合、また、めまいや動悸、息切れ、手足のしびれなど、具合が悪いと感じたら、ただちに医療機関を受診しましょう。

# 熱中症 などに注意

ちょっとした注意で防げる事故に熱中症があります。夏場に炎天下で長時間活動をしていると、大量に汗をかき、体内の水分や塩分が失われていきます。その状態が続くと、けいれんやめまいなどの熱中症の症状が表われ、命を落とすことさえあります。

熱中症の予防には、体内から失われた水分・塩分の補給が大切です。定期的に休憩をとり、しっかりと水分・塩分補給をしましょう。また、屋外での活動の際は帽子の着用を心がけましょう。

## 熱中症予防のために効果的な食べ物・飲み物

- 塩あめ
- 梅干
- スポーツドリンク
- 経口補水液



# 災害時の 活動における注意

近年、地震や火山噴火、台風・豪雨など、自然災害が相次いでいます。災害時要援護者の支援体制構築は全国的な課題となっており、民生委員・児童委員の協力も期待されています。

災害時の活動については、とくに十分な注意が必要です。民生委員・児童委員としての使命感からつい無理をしがちですが、それが自分を危険な状況に陥らせることもあります。また、規模の大きな災害では、避難生活が長期にわたります。民生委員・児童委員自身も被災者の一員であり心身の負担は小さくありません。くれぐれも無理のない活動を心がけましょう。

## ● 発災時の避難、安否確認活動で注意したいこと

- ・ 発災時は、まず自分と家族の身を守ることを第一に考える。
- ・ 地震では津波の発生の有無を必ず確認し、津波注意報や警報が出た場合には率先避難する。
- ・ 地震後の安否確認活動は余震に注意し、足元や周囲に注意する(がれきやブロック塀の倒壊など)。
- ・ 台風や豪雨の際は、早期の避難を心がける。ただし、夜間の避難はかえって危険を伴う場合があるので注意が必要。
- ・ 動きやすく、安全な服装を心がける。荷物は最小限として、背中に背負うことで両手が使えるように心がける(長袖・長ズボン、ヘルメット着用、軍手・手袋、底の厚いはき慣れた靴、笛(ホイッスル)の携帯など)。



1

歩行中は  
ちょっとした段差でも  
つまずきに  
注意しましょう

2

夕方、夜間の  
訪問活動は  
特に足元に  
注意しましょう

3

活動時は、  
はき慣れた  
滑りにくい靴を  
はきましょう

4

自転車の  
急ハンドル、  
急ブレーキは  
避けましょう

5

車を運転する時は、  
周囲に注意し、ゆとりを  
もって車線変更や  
ブレーキ操作を  
行いましょう

6

子育てサロンでは  
走り回る子ども  
との接触に  
注意しましょう

7

定例会では  
準備、片付け時の  
長机の落下などに  
注意しましょう

8

重いものを  
持ち上げる際は  
ゆっくりと無理をせず  
行いましょう

9

健康を過信せず、  
体調が悪いときは  
無理をしないように  
しましょう

10

災害発生時は、  
自分と家族の  
安全確保を第一に  
優先しましょう

民生委員・  
児童委員活動  
安全のための  
**10大**  
ポイント