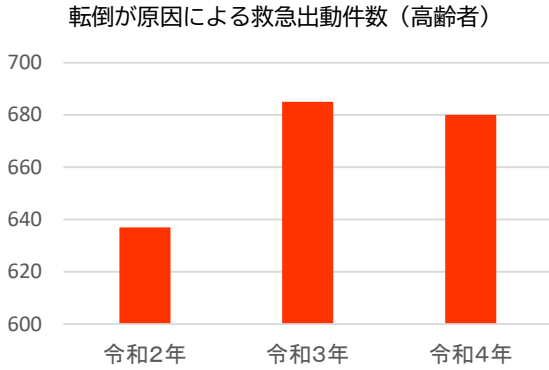


～転倒防止について～



※飯塚地区消防本部年間平均救急件数約9060件

近年高齢者(65歳以上)の転倒による救急事案が増加しています。
転倒の原因の1つとして「フレイル」が考えられます。

～フレイルとは～



年齢とともに心身の機能や活力が低下し、周りの変化などに対応しにくくなり、転びやすい状態となります。

高齢の方が転んで骨折すると、入院などにより認知機能が低下したり、退院しても骨折を繰り返さないように外出を控えたりして、心身の活動が低下するため、ますます転びやすくなり、悪循環を来します。

～転倒予防のために～

- 1 運動して筋肉を維持しましょう。
- 2 食事ですっかり栄養を摂取しましょう。
- 3 部屋の照明を明るくして足元が見える環境にしましょう。
- 4 部屋の片づけをして床に物を置かないようにしましょう。
- 5 屋内では踵のあるルームシューズを履きましょう。

2024年3月発行 消防通信

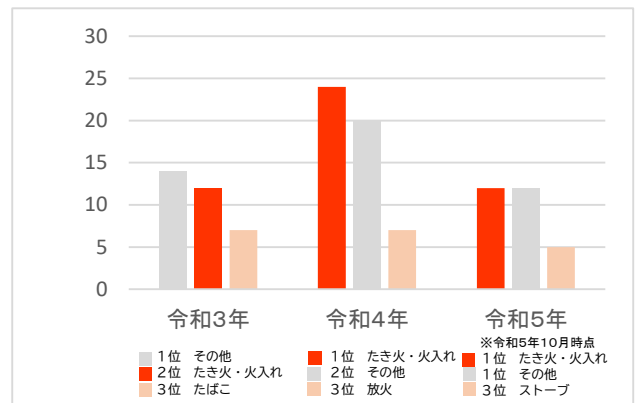
～火災予防について～
～転倒防止について～

飯塚消防署 ☎22-7602
片島分署 ☎23-2211
嘉麻分署 ☎57-0399
桂川分署 ☎65-0321

～火災予防について～

令和6年春季全国火災予防運動が実施されます！
【令和6年3月1日（金）～3月7日（木）】

当管内の出火原因の多くは、「たき火、ごみ焼き等の火入れ」です。



ゴミ等を焼く「野外焼却」は、廃棄物処理法で**原則禁止**されています。

～たき火、火入れを行う時の留意点～

- 1 燃えやすい物を乾燥させ、時間帯及び風の強さ・風向きに注意しましょう。
- 2 燃やす量を少量にし、必要最小限にしましょう。
- 3 消火の準備をしましょう。
- 4 完全に消火するまで、目を離さないようにしましょう。