

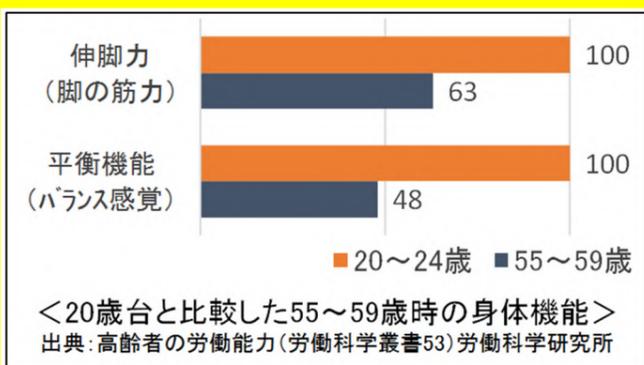
転倒危険！

通路の段差につまずき転倒
(災害事例より)

通路に置いてあった台車に気付かずつまずいて転倒
(災害事例より)



転倒による被災者の 8割が50歳以上 であり、50歳になると下半身の筋力とバランス感覚が大きく低下するため、思ったほど足が上がらずつまずきやすくなったりして転倒しやすくなります



全身の筋力の中で加齢により最も低下が大きいのが下半身の筋力で、さらに、バランス感覚は5割以上低下します
足を上げたつもりで段差につまずくことはありませんか？

片足立ちで靴下の脱ぎ履きはできますか？



あわてずにゆっくり歩く
『あゆむくん』

全員参加で転倒予防に取り組もう！

青森労働基準監督署

