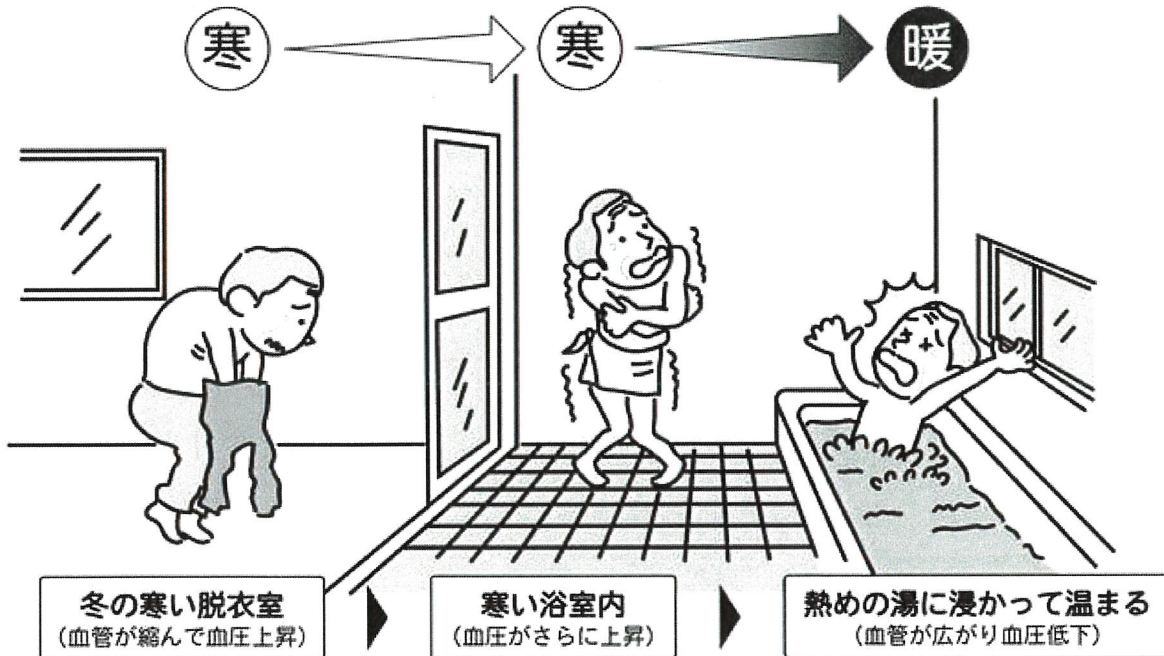


## 浴室での事故

### 大人の浴室事故を防ぐために



冬場に起こりやすい浴槽での事故として**ヒートショック**があります。**ヒートショック**とは急激な温度の変化によって血圧が大きく変動するなど、身体に大きな負荷がかかることで起こり、失神、不整脈などの症状が見られます。重症の場合は死に至ることもあります。持病がない健康な方にもヒートショックは起こります。

### 予防としては・・・

1. 入浴前に、脱衣場や浴室を温める
2. お湯の温度は41℃以下湯に漬かる時間は10分までを目安に
3. 浴槽から急に立ち上がらない
4. アルコールが抜けるまで、また、食後すぐの入浴は控える
5. 入浴する前に同居者に一声掛けて、見回ってもらう



### 子どもの浴室事故を防ぐために

1. 子どもが1人で浴室に入らないように！

浴室のドアは閉めておくこと。鍵をかけたり、幼児用の柵を置けば安心です。浴槽にはしっかりとフタをきちんとしておくこと。子どもが小さいうちは、入浴後の残り湯は必ず捨てましょう。

2. 入浴中の子どもから目を離さない！

親がシャンプーしている間に、子どもが溺れる事故等も発生しています。子どもをお風呂に入れる時は、決して目を離さないで下さい。

3. 浴室以外の水にも注意！！

子どもは10cmの深さの水でも溺れてしまいます。バケツなどの水も放置せずに捨てるようにしましょう。子どもは洗濯機にも興味を持ちます。洗濯機の近くに台になるような物を置いてはいけません。子どもの目線で危険な場所がないか先回りして気をつけてください。事故を防止する環境作りが最も大切です。