

中消防署からののお知らせ



家
の
中
で
の
転
倒
注
意
!



転倒から寝たきりになることも!



岡山市消防局マスコットキャラクター

「桃之助」

予防対策は裏面のポイントを見てね!

屋内での転倒を防ぐポイント

部屋の中は整理整頓!



意外と大事!

段差を少なくする工夫を!



つまづかないために!

階段の付近は明るく!



夜間の転倒多し!

手すりを設置

日頃から適度な運動



つまづいても大丈夫!

**無理せず
筋力アップ!**



日常生活の中には危険が隠れています。
ちょっとした注意と工夫で、健康な毎日を
過ごしましょう。



アンケートに
ご協力ください

岡山市消防局マスコットキャラクター

「桃之助」

お問い合わせ 岡山市中消防署 連絡先 086-275-1119