

認知症安全対策チェックリスト

家庭や施設での一般的な安全対策

- 室内や廊下は見通しが良くなるよう整理整頓をして、明るく保つ。
- 玄関の履物や玄関マット、キッチンマット、延長コードなど、つまずきの原因となるものを取り除く。
- 段差がある場合はスロープを設置する。
- 立ち上がる時の支えになるように、肘掛けのある椅子を使用する。
- 本棚やタンス、大型テレビなどの大きな家具は固定する。
- 薬、アルコール、マッチ、鋭利なもの、小型の電化製品や工具など、危険性のあるものは、しっかりと鍵のかかる引き出しに保管する。
- ストーブ、アイロンなどの家電製品は、目につかない場所に保管するか、必要のないボタンに触らないように目隠しをする。
- 自分で鍵をかけて閉じこもらないよう、認知症の方ご本人の部屋のドアの鍵を外す。
- 家族の貴重品は認知症の方ご本人の手の届かないところに保管する。
- 外に続くドアや窓に徘徊防止ロックをつける。
- 名前や住所、電話番号など身分が分かるように服に名札を付けたり、手首にリストバンドを付ける。
- 行方不明にならないよう、認知症徘徊 GPS サービスに加入する。
- 嗅覚が低下している可能性も加味し、消火器に加え、一酸化炭素検知器、煙検知器を設置して定期的に点検する。
- 緊急時に備えて、地域の中毒 110 番等の電話番号を手元に置いておくか、携帯電話に保存しておく。
- 車の鍵は、鍵の掛けられる引き出しに保管する



洗面所、風呂場、洗濯機周り、トイレ

- 石鹸、歯磨き粉、歯ブラシ、義歯洗浄剤などは棚の中にしまう。
- 火傷を防ぐために、温水の温度を調整し、浴槽の温度は 40 度前後に設定する。
- シャワー、浴槽、トイレの手すりなど、滑りやすい表面に滑り止めシールを貼る。
- 洗濯用洗剤や漂白剤など全ての洗剤類は、認知症の方の目につかない場所に保管し、手に取れないようにする。
- 洗濯機や乾燥機には、不適切なものが入れられないように安全ロックを設置する。
- 転倒防止及び清潔な環境を保つため、トイレの床が尿で濡れていないよう清掃する。



食堂・台所

- 食卓には食べ物以外のものは置かない。
- 有毒な植物や、本物の食べ物と間違われるような果物の置物は極力廃棄する。
- 台所のテーブルやカウンターには、処方薬、調味料などを置かないようにする。
- 食器用洗剤はジュースや食用油などの食品や調味料類とは別の場所に置く。
- 電気ポットは確実にロックし、電子レンジや電気トースターなどのコンセントは抜いておく。
- 冷蔵庫の中はこまめにチェックし、食品は購入日を記入して、定期的に消費期限切れのものをチェックして捨てる。
- 包丁やハサミ等の刃物は出しっぱなしにせず、引き出しに保管する。
- 消し忘れによる火災などの事故を防ぐため、ガス・電気コンロなどは自動停止機能のある機器を使用する。
- ゴミ箱は蓋付きのものを使用する。
- ガスコンロの危険な使用を防ぐため、コンロを使用していないときは、つまみにガス栓誤操作カバーをつけたり、つまみを外したり、ガスを止めるなどの対策をする。
- 台所は介護者から見渡せるようにする。



寝室

- 火傷をしないように、電気毛布、暖房、ホットカーペットを使用する際は、十分注意する。
- ふとんを使用している際は、置き場所に十分注意する。
- ベッドの近くに着替えをしやすいための椅子を用意する。
- ベッドからの転落の危険性がある場合は、ベッド下に安全マットを敷き、ベッドに転落予防の柵を設置する。
- 夜中に起きてしまう傾向のある場合は、ベッド下にセンサーマットを敷く。
- 人が柵に登ったり、頭上から物が落ちることを防ぐために、タンスやクローゼットの柵は物が取りやすい高さのものにする。

