

転倒

テ ン ト ウ ム シ

無し運動



冬季転倒災害防止運動

☆1月～3月は冬季転倒災害防止強調期間です！！☆

10cm 以上の降雪で凍結し転倒災害が増加する傾向にあります。

降雪後の除雪、融雪対策は早めに行いましょう!!

～転倒災害防止の5か条～

- 1 ポケットに手を入れて歩かない！
- 2 雪道や凍った道は小股で歩く！
- 3 路面や床面に合った靴を履く！
- 4 時間に余裕を持った行動をとる！
- 5 日頃から足腰を鍛えよう！ 