入院される患者さんへ
-減らそう転倒転落-

＊入院では、手術や注射、点滴などで、思った以上に体力が低下し、体がうまく反応できず、転びやすくなります。
＊今までできていたからと思わず、ふだん以上の注意を心がけましょう。
＊少しでも不安に感じられたら、遠慮なく看護師をお呼び下さい。

転倒予防にご協力をお願いいたします。

公立藤田総合病院
FUJITA GENERAL HOSPITAL

公立藤田総合病院 編集　／　株式会社ケアコム ＆ 株式会社ケア環境研究所 編集・制作

入院中のお願い
～患者さん、ご家族の方へお願い～

転倒転落は、骨折や頭部の強打による後遺症から介護が必要になる原因に挙げられます。また転倒転落によって、痛みや怪我にとどまらず、歩行への自信喪失、再転倒への恐怖につながるとされています。

入院中に発生する転倒転落の原因は、加齢に伴う筋力の低下やバランス力の低下、入院という特殊な環境の変化に伴う一時的な混乱、そして病気による症状、治療による影響などがあります。
また、皮膚機能の低下や骨粗鬆症（こつそしょうしょう）によっても、怪我や骨折がおこりやすくなります。

当院では、転倒の約６５％が一日のほとんどを過ごすベッド周囲で起きています。トイレに行こうとした、物を取ろうとしたなど、ふだんならなんでもない動作でも、慣れない環境、病気や手術、お薬の影響で思ったように身体が動かず、あるいは力が入らず転倒してしまうことがあります。

安全で快適な入院生活を過ごしていただくことや、安全な治療をしていただくために、このパンフレットをよくお読みいただき、患者さんおよび家族の方の転倒転落対策へのご理解とご協力をお願いいたします。

目　次

	ページ
1. 転倒転落の要因	・・・・・2
2. 転倒転落の場面	
病室内	・・・・・3-5
トイレ	・・・・・6
病室外	・・・・・7
3. もしも転んだら	・・・・・8
4. 皆さんへのお願い	・・・・・9
5. 転倒予防と職員のかかわり	・・・・10

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital & CARECOM CO.,LTD. 2025

1.転倒転落の要因

次のような場合、転倒しやすくなります。
定期的に状況を確認させていただきます。

点滴など
チューブ類がある

手や足にしびれや
痛みなどがある

トイレの回数が多い

めまいやふらつきがある

睡眠薬の服用

手術の後など

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital & CARECOM CO.,LTD. 2025

2．転倒転落の場面　-病室内-

1．ベッドの端からすべりおちる

ポイント

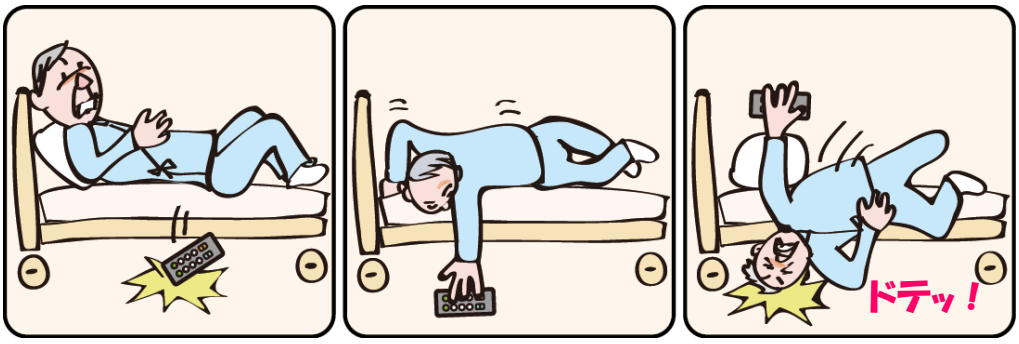
ベッド端は、すべりやすいので、深く腰掛けましょう。

2．床頭台の上の物を取ろうとして

ポイント

不安定な姿勢で物を取らないようにしましょう。

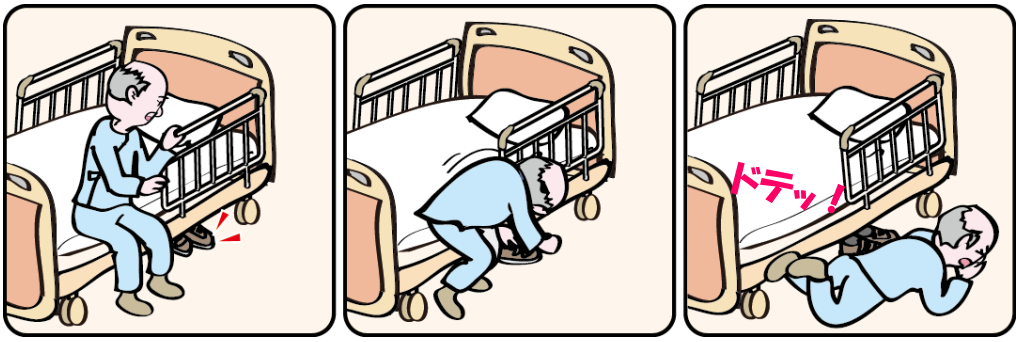
3．床に落とした物を取ろうとして



ポイント

寝たままで物を拾うことは危険ですのでやめましょう。

4．ベッド下の靴を取ろうとして



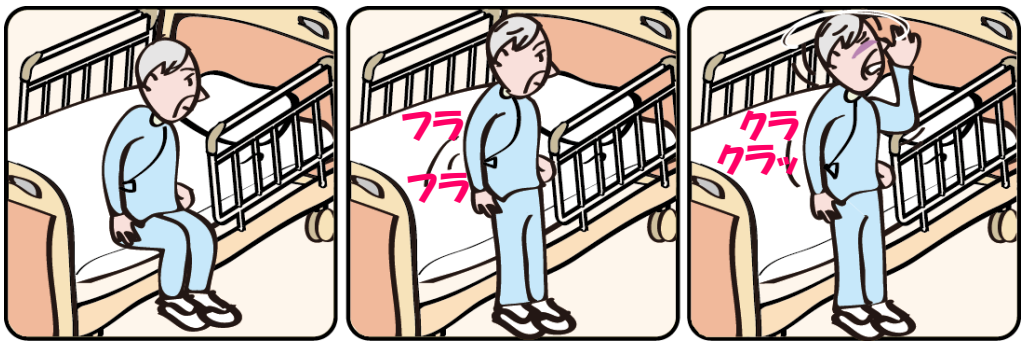
ポイント

床の物を取る場合は、看護師を呼びましょう。

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital & CARECOM CO.,LTD. 2025

2．転倒転落の場面　-病室内-

5．立ち上がったら、めまいやふらつきが



ポイント

座って看護師を呼びましょう。

6．ポータブルトイレを使おうとして

ポイント

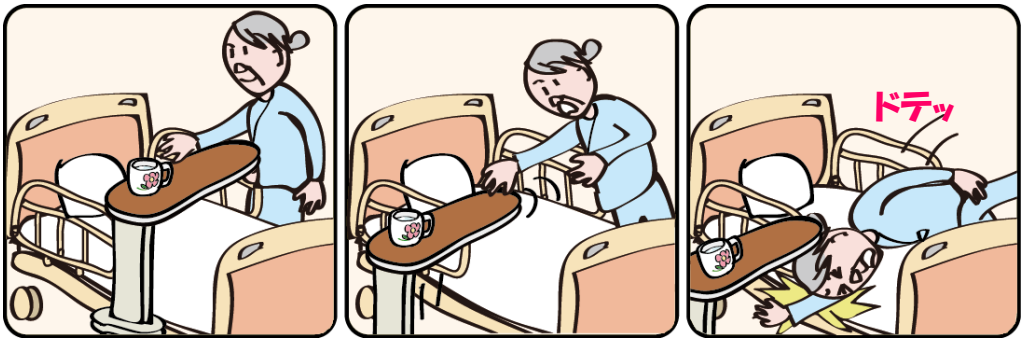
ベッド柵等、しっかりつかまりましょう。

7．体の支えにカーテンをつかむと

ポイント

カーテンにはつかまらないようにしましょう。

8．テーブルが動いてしまい



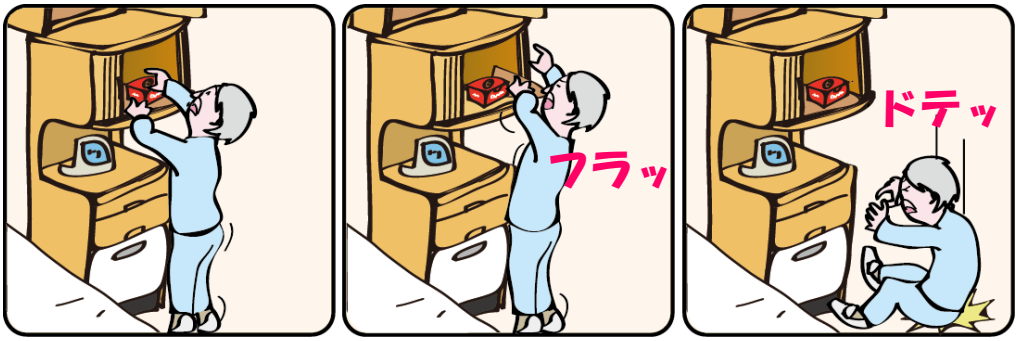
ポイント

テーブルは動きますので、つかまらないようにしましょう。

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital & CARECOM CO.,LTD. 2025

2．転倒転落の場面　-病室内-

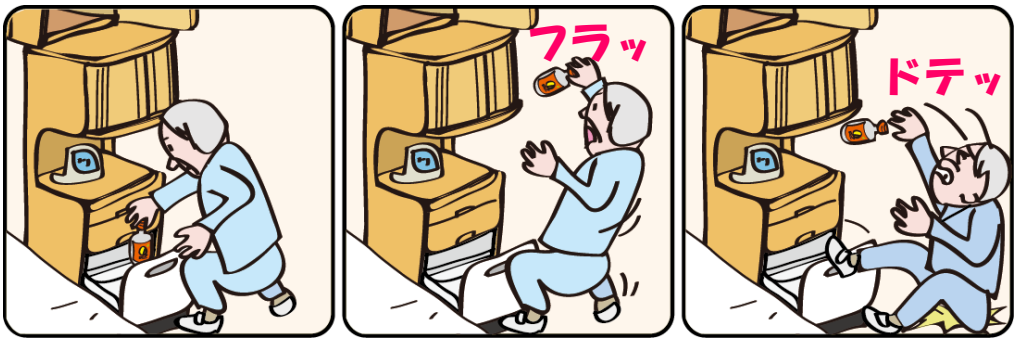
9．棚から物を取ろうとして



ポイント

無理な体勢は危険ですので、看護師を呼びましょう。

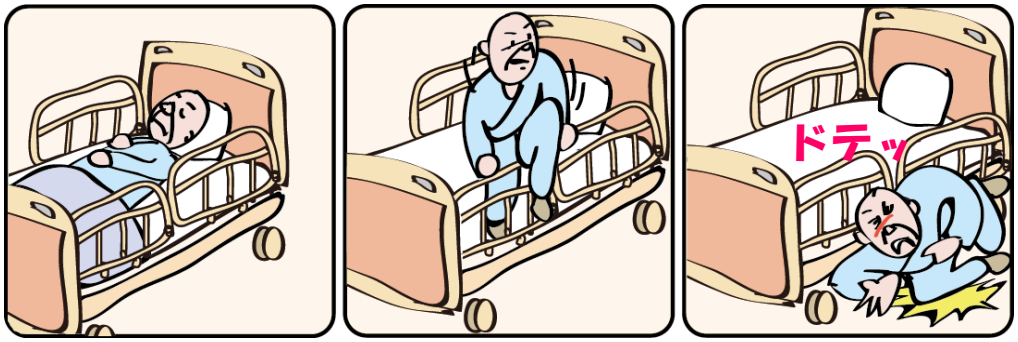
１０．しゃがんで物を取ろうとして尻もちを



ポイント

転びやすい姿勢なので看護師を呼んで取ってもらいましょう。

１１．柵を乗り越えようとして



ポイント

柵のないところから出入りしましょう。

１２．靴下や裸足で立つ、歩く（靴を履かず）

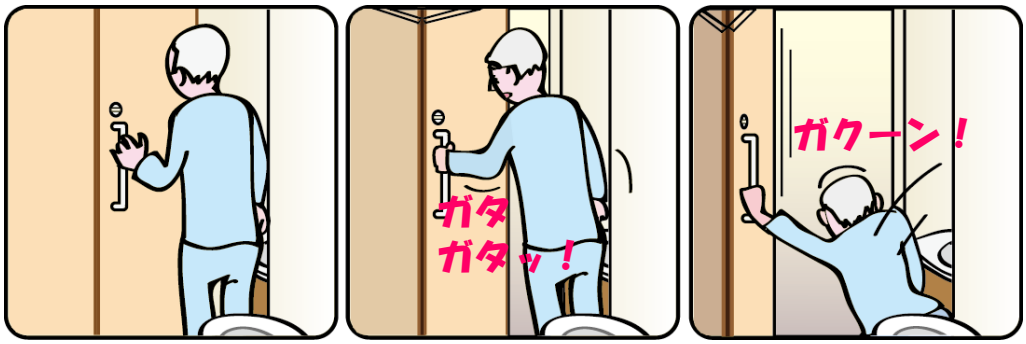
ポイント

立つときは必ず靴を履きましょう。

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital ＆ CARECOM CO.,LTD. 2025

2．転倒転落の場面　-トイレ-

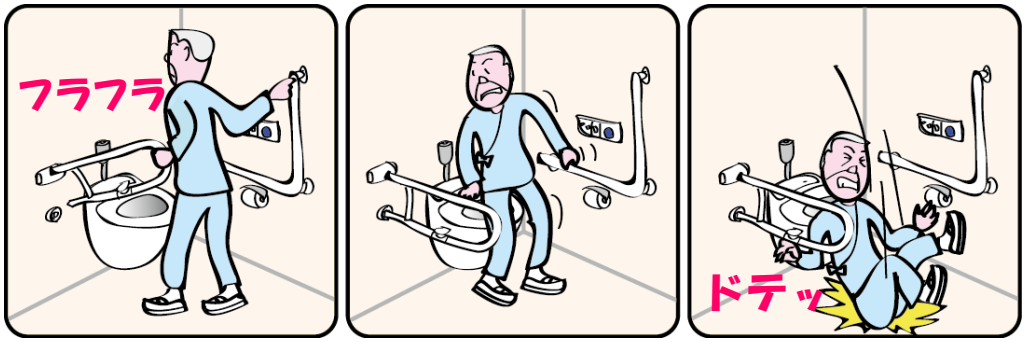
1．急にトイレのドアが開いてしまい



ポイント

トイレのドアは折りたたみ式です。静かに開け閉めしましょう。

2．便器に座る時に



ポイント

便器に座る時は、手すりをつかみゆっくり動きましょう。

3．立ち上がった時に

ポイント

勢いで転ぶことがありますので、しっかり手すりにつかまりましょう。

4．体を支えきれない

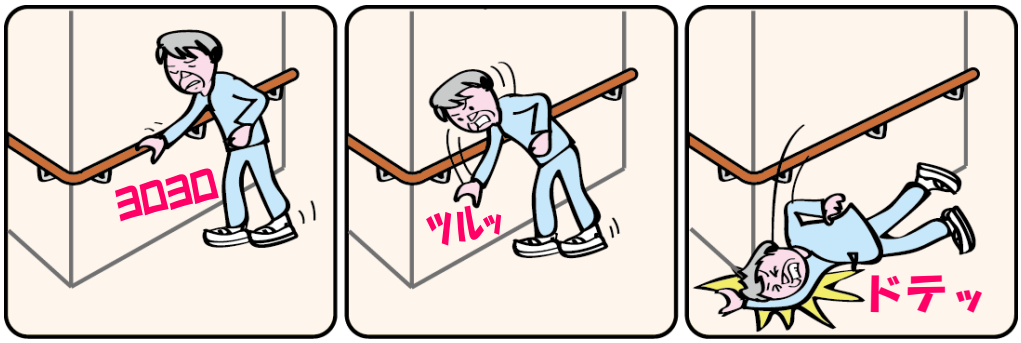
ポイント

大丈夫と思っても過信せずに看護師に介助をお願いしましょう。

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital ＆ CARECOM CO.,LTD. 2025

2．転倒転落の場面　-病室外-

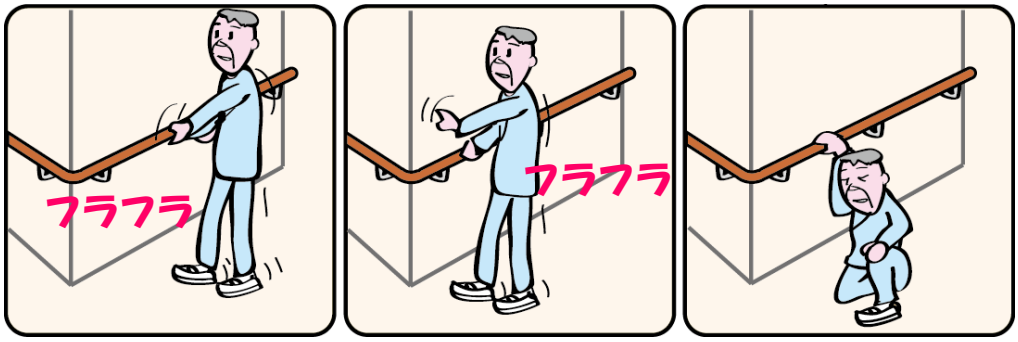
1．手すりをつかむ手に力が入らず



ポイント

うでに力がないと手がすべり、転倒の危険があります。

2．足や腰に力が入らない



ポイント

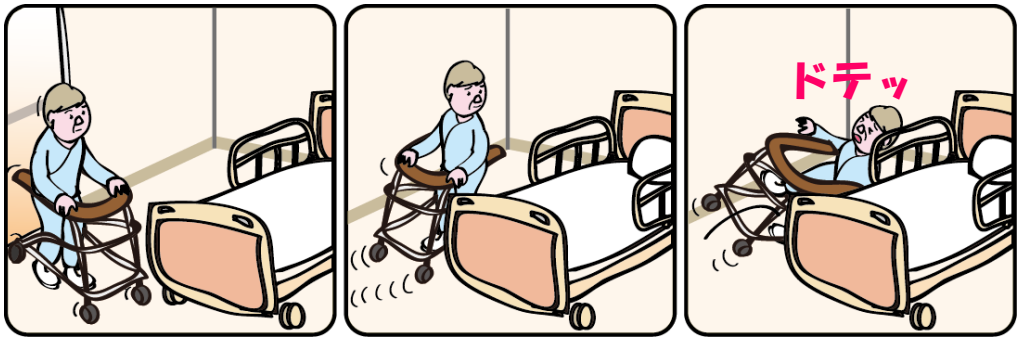
歩行中につらくなったら無理をせず看護師を呼びましょう。

3．急に立ち上がるとふらつく

ポイント

椅子などにつかまってゆっくり立ち上がりましょう。

4．歩行器でバックすると、こんなことに



ポイント

バックするのは危険です。前進しましょう。

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital & CARECOM CO.,LTD. 2025

3．もしも転んだら・・・

これくらい大丈夫、と思わず、
すぐに、看護師にお知らせください。

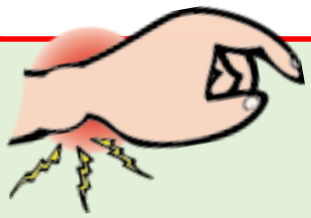
「転んだ」時に、「大丈夫」と思っていても、
早めに検査や処置をする必要があります。

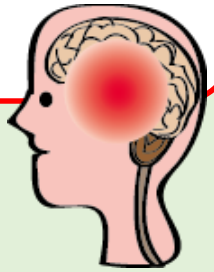
頭をうつ

尻もちをつく
腰をうつ

手をつく
膝をつく

骨折や打撲、
命に関わる体内の出血も
起こりえます





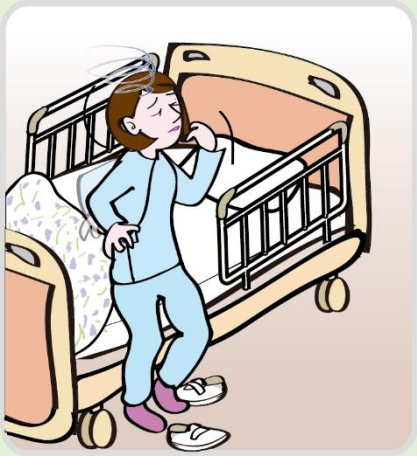
ぶつける・擦りむく

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital & CARECOM CO.,LTD. 2025

4.　皆さんへのお願い

こんな時は、遠慮せず、
ナースコールして、看護師を呼びましょう。

- 頭が痛い
- 気分が悪い
- 吐き気がする
- よく眠れない



- めまいがする
- 疲れる
- 力が入らない
- 足が震える
- ふらつく

◎ナースコールのボタンを押す、ひもを引く

▼スリッパやサンダル、かかとのない履物の使用はご遠慮下さい。

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital & CARECOM CO.,LTD. 2025

5．転倒予防と職員のかかわり

患者さんの転倒を予防するため、
職員はこんなことをしています。

看護補助者

看護師の指示のもと、入浴や食事介助など生活動作の見守りや介助を行います。

看護師

診療の補助、療養上の世話をする一番身近な存在です。

主治医

患者さんの治療全般の管理をしています。

薬剤師

痛みや、眠れない、めまいがするなど、お薬の見直しや調整を主治医と行っています。

臨床検査技師

検査時の体調変化を確認し、移動の見守りを行っています。

理学療法士

立つ、歩くなどの回復支援とふらつき、筋力などの確認をしています。

作業療法士

トイレ動作や入浴動作など、安全な日常動作を指導します。

栄養士

栄養指導、食物アレルギー、食味、食欲、喫食量の確認などをしています。

事務員

入院時の病棟案内や患者さんへの見守り、声かけを行っています。

清掃員

清掃を通し、床濡れなど滑りやすい状況がないように環境を整えています。

臨床工学技士

危険を防止するセンサーや器機の管理や配置をしています。

放射線技師

検査時の移動や移乗のふらつきや起立状態を確認し、見守りを行っています。

All Rights Reserved.copyright© Fujita General Hospital ＆ CARECOM CO.,LTD. 2025

入院される患者さんへ
-減らそう転倒転落-

２０２５年５月　第１版第１刷発行

編集：公立藤田総合病院　転倒転落対策チーム
編集・制作：株式会社ケアコム・株式会社ケア環境研究所

All Rights Reserved,copyright© Fujita General Hospital & CARECOM CO.,LTD. 2025

2025.05