

年始の救急事故を防ごう

明けましておめでとうございます。今年も1年間、旬な話題と防災について皆さんに分かりやすく情報を提供していきますので消防署だよりをよろしくお願ひします。平成22年初めのテーマは、「年始の救急事故を防ごう」です。

救急出動は12月や1月の出動が他の月に比べて多いことをご存知でしたか？この時期に救急要請が急増する原因としては、以下の4つの要因が冬季に多発するためだと考えられています。救急事故の発生を未然に防止するために、救急事故の傾向や注意点を知り、事前に対策をたてておくことが大切です。

風邪やインフルエンザなどの 冬季に流行する病気

●予防のポイント

- ア. 外から帰ったら、丁寧に手洗い・うがいをする。
- イ. 人ごみを避ける。(やむをえず人ごみに出る時はマスクをする)
- ウ. 咳やくしゃみをするときは、マスクやティッシュペーパーなどで口と鼻を覆う。
- エ. バランスの良い食事をする。
- オ. 十分な睡眠をとる。



飲酒による事故

●予防のポイント

- ア. 自分の適量を知り、その日の体調にも注意する。
- イ. 短時間のうちに多量の飲酒（一気飲み）はしない。
- ウ. 飲酒の無理強いはいしない。
- エ. 酔った人には付き添い、一人にしない。
- オ. 酔った人が吐いた場合、のどに詰まらないように注意する。
- カ. アルコールは、薬物であることを知っておく。



入浴中の事故

●予防のポイント

- ア. 長湯をしない。
- イ. 湯温は39℃～41℃くらいにする。
- ウ. 脱衣場や浴室の室温が低くならないようにする。
- エ. 食事直後の入浴は血圧が低下するため、時間が経過してから入浴する。
- オ. 深夜の入浴は、浴室温と湯温の差が大きく、倒れた際に周囲に気づかれにくいいため避ける。
- カ. 心肺の慢性疾患や高血圧症を持つ人は半身浴が望ましい。
- キ. 高齢者が一人で入浴する場合は、時々声をかけて様子を見るようにする。



餅や食べ物による窒息

●予防のポイント

- ア. 餅・肉などは、小さく切って食べやすい大きさにする。
- イ. 急いで飲み込むことなく、ゆっくり噛んで食べる。
- ウ. 食事は、なるべく家族と一緒にする。



この他にも、急な病気やケガで「救急車を呼んだほうがいいかな？」と迷った時には、小児の場合は、毎日19時から23時まで開設している小児救急医療電話相談（短縮ダイヤル#8000）をご利用ください。時間外や成人については、松前消防署までご連絡ください。併せて、救急車の適正な利用のためにご協力をお願いします。

平成22年松前町消防出初式

日時 1月10日(日)
 オープニングセレモニー 10時10分～
 開式 10時30分～
 場所 松前公園多目的広場
 (雨天の場合は松前公園体育館)

※新型インフルエンザの影響により、プラスバンドの演奏や少年消防クラブの参加はありません。ご了承ください。

☎ 松前消防署 ☎ 984-3404