

# 広報 119

2018秋号 vol.26

平成30年度全国統一防火標語

『忘れてない？  
サイフにスマホに  
火の確認』



## 伝えたい！この手で救える命！

9月15日、千厩町内のショッピングセンターを会場に救急の日の街頭広報が開催され、買い物に来たお客さんを対象に心肺蘇生法を体験していただきました。

命の大切さや心肺蘇生法を身につけるには、幼いころから学ぶことがとても大切です。

一関市消防本部のホームページ

WEB  
で検索

一関消防

検索



一関市消防本部HP  
メール、アプリの登録はこちらから

火災などの災害情報の問い合わせ

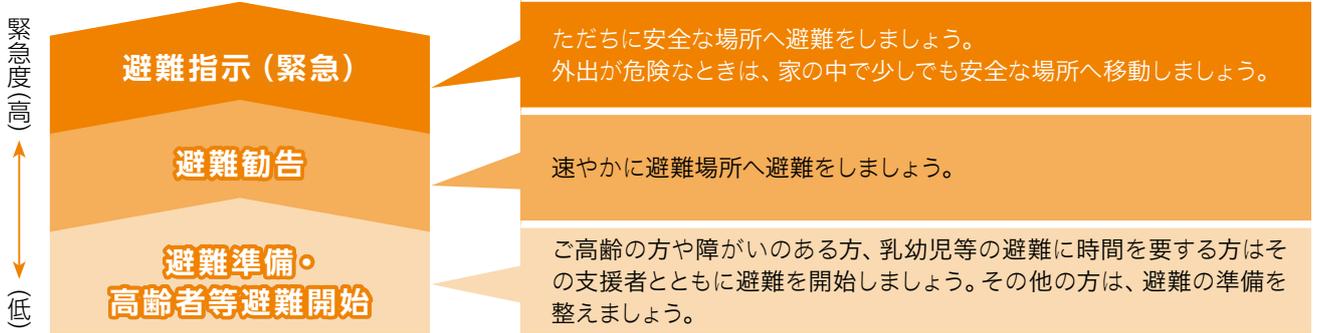
TEL 0180-991199

みんなで行こう!

# 普段から災害に備えよう!

平成30年7月豪雨や北海道胆振東部地震など、災害が後を絶ちません。この機会に、災害への備えを始めましょう!

## 命を守るための情報 (市町からの避難情報)



必ずしも、この順番で発令されるとは限らないので、注意しましょう。  
また、これらの情報が発令されていなくても、身の危険を感じる場合には避難を開始しましょう。

テレビやラジオで  
情報収集しましょう!



電池の準備もお忘れなく

## 家庭の備えは 大丈夫ですか?

災害が発生したら、パニックになります。どのような災害に遭っても対応できるようにご家庭で準備しましょう。

### 3日分以上の備蓄品を準備しよう

#### 家族で防災会議を開こう

- 家族一人ひとりの役割を決めよう!
- 非常持出品と備蓄をチェックしよう!
- 避難場所や経路を確認しよう!
- 集合場所、連絡方法を決めておこう!
- タンスや冷蔵庫を固定しよう!

- 非常食 (レトルト食品や缶詰など)
- 水 (大人一人あたり1日3リットルが目安です)
- カセットこんろ、カセットボンベ
- 衣類 (上着、下着、てぬぐいなど)
- 生活用品 (ゴミ袋、使い捨てカイロなど)
- その他 (生理用品や離乳食、常備薬など)



これらは一例です。ご家庭に合ったものを考えて揃えましょう!

## 防災活動に参加しましょう!

各地域では、避難所運営訓練や救命講習会などを開催しています。積極的に参加して、災害に備えましょう。

#### 萩荘2区避難所運営訓練(一関)

萩荘2区自主防災会による避難所運営訓練が6月17日に江川公民館で行われ、16人が参加しました。

参加者からは「訓練は大変だったけど、今後のためにやって良かった」という声がありました。



#### 土砂災害に対応する防災訓練(大東)

大東町大原の2自主防災組織による防災訓練が8月26日に大東勤労者体育センターで行われ、36人が参加しました。

2つの組織が協力して訓練を行うことができ、訓練終了後には、訓練の改善点を議論しました。



#### 藤沢町婦人消防協力隊救命講習会(藤沢)

藤沢町の婦人消防協力隊員を対象とした普通救命講習会が9月2日、9日、15日の計3回開催されました。

この講習会は毎年、日本防火・防災協会が救命や応急手当の技術を習得させる目的で全国各地で開催しています。参加者は、気道確保や人工呼吸などの方法を実技で学びました。



# 平成30年秋季全国火災予防運動

- ◆実施期間 11月9日～11月15日の7日間
- ◆防火標語 『忘れてない?サイフにスマホに火の確認』

## 家庭でできる

### 住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

#### 3つの習慣

- (1) 寝たばこは、絶対やめる。
- (2) ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- (3) ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

#### 4つの対策

- (1) 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- (2) 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する。
- (3) 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- (4) お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

住宅用火災警報器は、概ね10年を目安に本体を交換しましょう！



## 冬の対策

### 4つのポイント

- ① 身体を冷やさないようにしましょう。
- ② 運動しましょう。
- ③ 3食ちゃんと食べましょう。
- ④ 手をよく洗いましょう。



高齢者では容易に肺炎に陥るため、特に注意が必要です。肺炎の原因菌の中でも多い肺炎球菌に対してはワクチンが有効です。65歳以上の方は予防接種の対象ですので、接種を強くお勧めします。いずれの感染症にも予防対策としてまず挙げられるのは、徹底した手洗いです。外出後、食事前、トイレ後などは石鹸を用いてよく洗い、流水で十分にウイルスを流します。手指だけでなく、手指の間、爪の間にもウイルスは付着しています。爪は短く切り、また不用意に不特定多数の人が触ったところは極力触れないようにすることは特に重要です。

## 清潔を保ち、健康維持

県立磐井病院 救急科長 片山 貴晶

これから冬にかけて、色々な感染症が流行します。通常の風邪に加え、インフルエンザや胃腸炎を引き起こすウイルス感染症です。感染症は免疫力が低下すれば発症しやすくなります。体温が低下すれば免疫力も低下するため、特に注意が必要です。肺炎の原因菌の中でも多い肺炎球菌に対してはワクチンが有効です。65歳以上の方は予防接種の対象ですので、接種を強くお勧めします。いずれの感染症にも予防対策としてまず挙げられるのは、徹底した手洗いです。外出後、食事前、トイレ後などは石鹸を用いてよく洗い、流水で十分にウイルスを流します。手指だけでなく、手指の間、爪の間にもウイルスは付着しています。爪は短く切り、また不用意に不特定多数の人が触ったところは極力触れないようにすることは特に重要です。

シリーズ第二十五回

# 須田医師（磐井病院）が救急功労者表彰を受賞！

平成30年9月10日（月）東京都内において、岩手県立磐井病院第一麻酔科長兼中央手術科長の須田志優医師が「救急功労者表彰（総務大臣表彰）」を受賞されました。

「救急功労者表彰（総務大臣表彰）」とは、救急業務の推進に貢献し、特に顕著な功績があった個人や団体に総務大臣から表彰されるものです。

須田医師は、長年、救急救命士をはじめとする救急隊員が行う病院実習において熱心な教育・指導を行い、一関地域の救急業務の質の向上に尽力されました。

また、救急講習にも積極的に参加され、地域の応急手当の普及啓発に大きく貢献されるなど、多大な功績が認められ受賞となりました。

なお、「救急功労者表彰（総務大臣表彰）」は、一関市では初の受賞となります。



須田志優 医師

## 救急車の適正利用にご協力ください！

救急車は、ケガや病気で命にかかわる方を病院へ搬送するための緊急自動車です。

### 救急車の台数には限りがあります！

症状に緊急性がなくても、「交通手段がない」「どこの病院に行けばよいかわからない」という理由で救急車を呼ぶ人がいます。いざという時のために！適正利用にご協力をお願いします！！

救急車  
必要なのは  
どんなとき？



### このような時はすぐに救急車を呼びましょう！

例えば…

- ・胸が激しく痛む
- ・突然の激しい頭痛
- ・意識がない
- ・交通事故（強い衝撃をうけた）



総務省消防庁HP  
救急車利用マニュアル

もっと知りたい方は  
QRコードを読み取ってね！



## 休日や夜間に具合が悪くなったときは、当番医を利用しましょう

### 休日当番医

診療日 日曜・祝祭日や年末年始等の休日  
診療時間 午前9時～午後5時

### 夜間救急当番医（成人・小児）

診療日 平日（月曜日～金曜日）  
診療時間 午後6時～午後8時

受診する際は、あらかじめ医療機関に電話してから受診してください。



一関市医師会HP  
当番医のお知らせ

発行日 ●平成30年10月25日  
編集 ●一関市消防本部  
〒021-0053 岩手県一関市山目字中野140-3  
TEL (0191) 25-0119 (代表)

### ～当番医の確認方法～

- ・電話：市役所（21-2111）、消防本部（25-0119）
- ・ホームページ：一関市医師会、一関市、一関市消防本部  
その他、広報いちのせき、当日の新聞でも確認できます。