

# 消防通信



No. 3

## ～浜通り、元通り！頑張ろう双葉～

発行日：平成24年 3月 1日

発行元：双葉消防本部 総務課

所在地：川内村大字上川内字早渡11-4

電話：0240-25-8523（代表）

双葉郡の皆様におかれましては、先の見えない避難生活に苦労なさっていると推察いたします。われわれ双葉消防本部は、皆様が避難された双葉郡内から火災を出さぬよう、昼夜を問わず警戒巡回の実施や3巡目の一時帰宅の対応を進めています。

今月で震災から1年の節目となりますが、長引く避難生活・放射線に対する除染活動とまだまだ課題が多く不安ばかりが募り、心身ともにお疲れと察しますが、住民と顔の見える活動を展開し、現有消防力を最大限に發揮し、双葉郡住民の安全と安心に寄与できるよう頑張ってまいります。



昨年9月から県内の応急仮設住宅を訪問させていただき、避難生活で不安に思っていることや、消防に関する意見を伺いました。

Q. 仮設住宅でストーブを使用していいのか？

A. 使用できます。法律でも規定はありません。

Q. 消火器の使い方が分からぬ。

A. 消防署へご連絡いただければ、取り扱いの指導へ職員が出向します。また、AED等の救急講習会も実施していますので、あわせてご連絡ください。

消防に対するご意見・ご質問等は、

下記へご連絡ください。

・檜葉分署 0240-25-2119

・川内出張所 0240-38-2119



## 仮設住宅へ AED が設置されています！！！

あなたはAEDをご存知ですか？このAEDとは、心筋梗塞などの心臓の病気で、心臓の筋肉が痙攣（ケイレン）しているときに電気を流し、正常な状態へ戻す手助けをする医療機器です。

## 心肺蘇生 (ガイドライン2010)

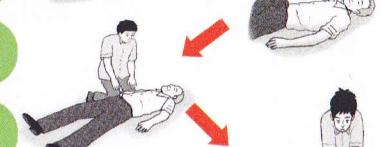
① 反応の確認

呼びかけて意識があるか？



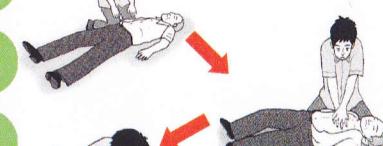
② 協力を求める

119番通報とAEDの手配



③ 呼吸の確認

普段通りの呼吸か？異なれば呼吸停止



④ 胸骨圧迫開始

胸の真ん中強く！早く！絶え間なく！30回圧迫



⑤ 人工呼吸開始

あご先を持ち上げ2回吹き込む



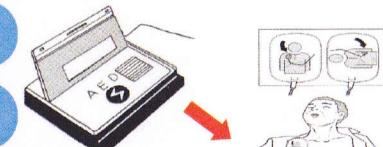
⑥ 心肺蘇生法継続

胸骨圧迫と人工呼吸を繰り返す

## AEDが到着したら!!

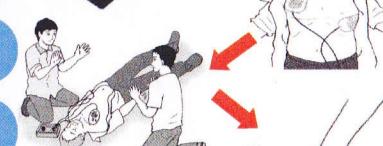
① 電源を入れる

音声案内に従う



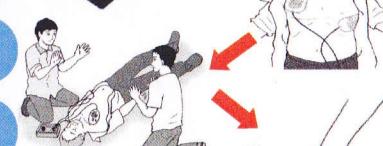
② 胸部の確認

ペースメーカー漏れ・貼付薬を確認



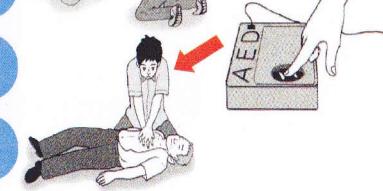
③ パッドの装着

右胸・左脇にしっかりと貼る



④ 解析が始まる

患者に触れないよう指示および確認



⑤ 電気ショック

感電防止のため離れるよう指示

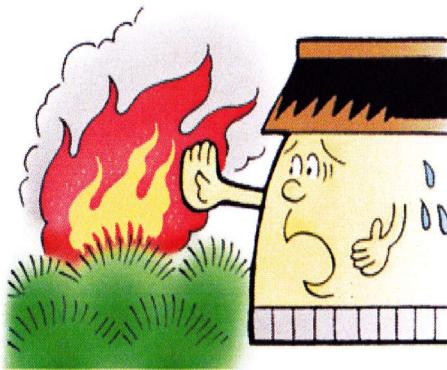


⑥ 心肺蘇生法再開

ショック後直ちに心肺蘇生を実施

# お知らせ版

## 3巡目の一時帰宅が実施されています。



ただいま、空気が乾燥し火災が起りやすくなっています。警戒区域内で火災が発生すると、発見の遅れから、大規模な火災に発展しやすく大変危険です。火の取り扱いには、普段以上に注意をお願いいたします。

### 一時帰宅の注意点は、次の通りです！

1. 警戒区域内の道路状態が震災により大変悪くなっています。特に橋の付近は段差の大きいところがありますので、走行には十分注意して下さい。
2. 電気による火災を未然に防ぐため、ご自宅の電気のブレーカーを落として下さい。
3. ご自宅周りや墓地を清掃された場合に、たき火は控えて下さい。
4. お線香・ローソクの取り扱いは控えて下さい。
5. たばこの投げ捨てはしないで下さい。
6. ガスコンロは使用せず、元栓を閉めて下さい。



一時帰宅実施日は、浪江消防署・富岡消防署を起点に巡回活動を実施しております。

# 健康だよい

今回の目標 急激な体温変化による病気の予防について！

私たちの体は寒さを感じると、熱を奪われないようにと血管を収縮させ体温の低下を防ごうとする機能が働きます。そのために、部屋の移動や浴槽から出たときに血管が収縮してしまい、心筋梗塞や脳梗塞を起こしてしまう原因となります。これらを予防する簡単な対策をご紹介いたしますので、ご参考にしてみてください。

- ①脱衣所と浴室を暖め、温度差を減らす。
- ②お風呂の温度を38～40度と低めに設定する。
- ③入浴の前後に、コップ1杯の水分を摂る。
- ④入浴前はアルコールを控えるようにする。
- ⑤室内でも衣類による防寒対策をとる。

### ⚠ 注意すべき方 ⚠

- ・高齢者の方や高血圧、糖尿、動脈硬化の持病の方、浴室に暖房器具がなく、脱衣所との温度差があるお宅では、十分注意してください。



### ～ 万が一、発症してしまったときの対応 ～

- 症状は頭痛（脳卒中）や胸痛（心筋梗塞）、意識障害が最も多く見られます。
- 上記の症状が疑わいたら119番通報をする！！
- 意識がなく呼吸が確認できなければただちに心臓マッサージを行ってください。