

救急事故の多くは事前の予防対策によって未然に防ぐことができます。  
当センターでは、身近に起こる事故を予防する対策として、「予防のための  
応急手当訓練」を始良市消防本部のご協力のもと毎年実施しております。

今年は、11月10日(日) 10:00~11:30

36名の方に参加していただきました。



始良市消防本部中央消防署 始良分遣所

第2救急消防隊長 永山 明彦(講師)

# 事故の事例や予防対応策についての講義



## 転倒・転落事故の特徴

- 転倒・転落事故は救急事故原因の第1位
- 体の機能が低下し始めた高齢者に多く発生する
- 発生場所は家庭内の敷居・浴室・トイレでの転倒、階段・踏み台からの転落が多い
- 骨粗しょう症も重なり、骨折から長期入院が必要になる



70代女性

居間のこたつ布団で足を滑らせ転倒  
大腿骨を骨折したもの



## 窒息事故の特徴

- 生命に直接関係する、緊急性が高い事故
- 高齢者の窒息原因は「もち」「肉類」が多い
- 救急隊到着時点で、心肺停止になっていることが多い
- 窒息事故予防には「安全な環境作り」が重要

- 食事の際は、お茶や水を飲んで喉を湿らすなど、水分と一緒に食べるようにしましょう

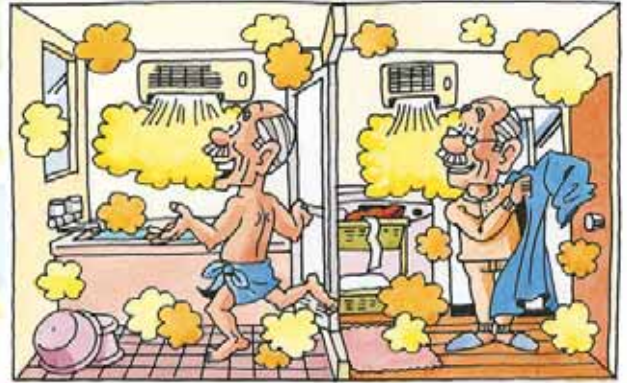


- 高齢者と一緒に食事する場合、家族の方は異変がないか気を配りましょう



## ヒートショック事故の特徴

- ヒートショックとは・・・  
周囲の環境の急激な温度変化により、体に大きな負担がかかること
- ヒートショックが起こる代表的なもの・・・  
冬期の入浴時
- ヒートショックは、脳出血、脳梗塞、心筋梗塞といった、重い病気につながる
- 正しい知識と環境の整備で「予防」できる



脱衣所の温度と浴室内の温度に差がないようにしましょう  
また、暖かい居間などとの温度差を少なくしましょう

## 熱中症の特徴

- 熱中症は気温・湿度・直射日光などと密接に関係
- 水分を摂る習慣がない人、クーラーを点けずに家で過ごす人、日中野外で作業する人などが犠牲に
- 筋肉の痙攣、血圧の低下、最悪の場合は意識がなくなり、生命に係わる場合がある
- 28℃以上、高湿度、無風の日には要注意！



高齢者は暑さへの耐性が低下しています  
熱中症にかかりやすいという認識を持ちましょう  
また、屋内でも発生することを知しましょう

## 始救あんしんキット

- ・市では、高齢者や障害者の緊急時の備えとして、始救あんしんキットの無料配布をしています。
- ・始救あんしんキットの中に、あんしん携帯カードを入れて冷蔵庫に保管しておけば、緊急時に救急隊が情報を基にしてスムーズな救命活動を行うことができます。
- ・万が一に備え、活用しましょう。



### 始救あんしんキットに入れるもの



- ① 救急あんしんカード  
・緊急連絡先  
・かかりつけ医  
・服薬情報等
- ② 写真（裏面にお名前をご記入下さい）
- ③ 健康保険証のコピー
- ④ その他医療情報のコピー（診察券等）



# AEDを使って心肺蘇生の説明



参加者の方から「具体的でわかりやすい講義と実技だった」など感想をいただきました。

高齢者の窒息、入浴中の事故、熱中症など突然死の原因であり、日頃から予防することが重要です。

ご自身や大切なご家族が安全で健やかな生活が送れるように「予防救急」に努めましょう。

始良市消防本部の皆様、ご協力ありがとうございました。

