



令和 6 年 7 月号

この号の内容

ページ 1～2

救命講習会受講者募集

ページ 3

プレアライバルコールを実施します

ページ 4～5

熱中症を予防しましょう

ページ 6

宮城県消防救助技術指導会に
出場

亘理消防署だより

【広報誌】

救命講習会 受講者募集

目の前で誰かが倒れてしまったとき、あなたは助けることができますか？

特別な資格がなくても、誰にでも行えるのが応急手当です。

万が一の事態に備えて、応急手当を学んでみませんか？



倒れた人に反応がない場合、心臓が止まった「心停止」となっている場合があります。

心停止になると、時間が1分経つごとに、助かる可能性は約10%ずつ低下していきます。

現在の救急車の到着時間は全国平均で**10.4分**。

その場に居合わせた人が、1分でも早く救命の手当を始めることが重要です。

巨理消防署では**毎月9日**に普通救命講習Ⅰを開催しています。巨理郡内、岩沼市にお住まいの方、または勤務されている方であれば、どなたでも受講可能です。

普通救命講習会の種類

普通救命講習Ⅰ（3時間）

主に成人に対する心肺蘇生法、AEDの使用法、気道異物除去要領及び止血法について学びます。

普通救命講習Ⅱ（4時間）

普通救命講習Ⅰの内容に加え、筆記・実技試験があります。福祉施設や公共交通機関等に勤務している方など、業務等で一定の頻度で心停止の傷病者に対し応急の対応をすることが想定される方が対象です。

普通救命講習Ⅲ（3時間）

主に小児・乳児・新生児に対する心肺蘇生法、AEDの使用法、気道異物除去要領及び止血法について学びます。

※上記の講習会は、応急手当 WEB 講習を事前に実施することによって、講習の受講時間が1時間短縮となります。

その他に、上級救命講習会（8時間）や、小学校高学年以上を対象とした救命入門コース、救急講話や応急手当の講習も実施しています。

毎月9日以外にも、まとまった人数（おおむね5名以上）でのお申込みで講習会を実施しておりますので、お気軽に巨理消防署までお問い合わせください。

問い合わせ：巨理消防署救急係

TEL：0223-34-1155



7月1日より、あぶくま消防本部では、救急隊によるプレアライバルコールを実施します。

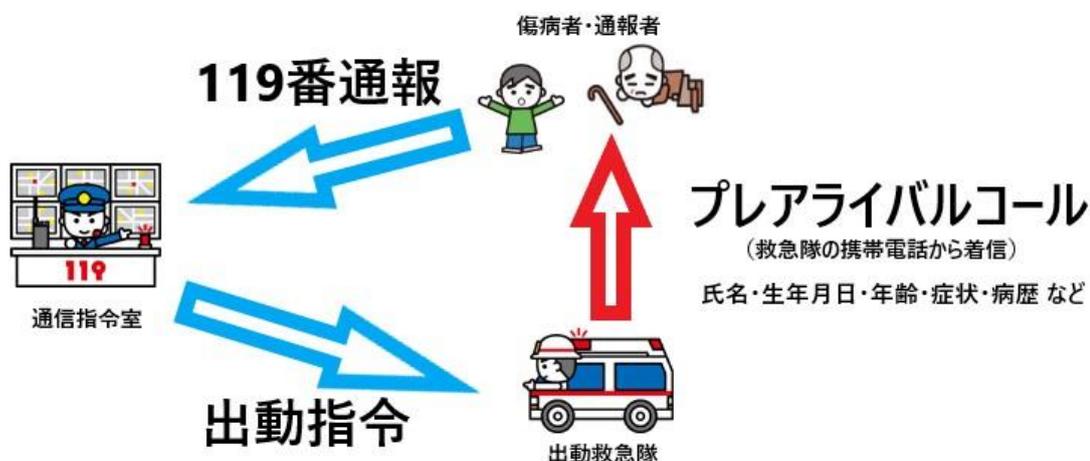
プレアライバルコールとは？

救急車が救急現場へ向かっている途中に、通報者、関係者に対して救急隊が所有している携帯電話から追加情報聴取の電話連絡をします。

救急隊が現場でスムーズに活動を行い、傷病者を病院に搬送するまでの時間を短縮することを目的とし、救急車が現場に到着するまでの間に情報収集を行うことです。

何を聞かれるの？

- ・ 傷病者の状態：意識・呼吸の有無、会話可能か等
- ・ 傷病者情報：氏名、年齢、生年月日、既往歴・掛かりつけ病院等
- ・ 準備してほしいもの：保険証・お薬手帳・診察券
- ・ その他：発生場所、進入路等の確認



熱中症を予防しましょう!!



熱中症って何？

熱中症は、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能が働かなくなり体内に熱がこもった状態を指します。



室内での熱中症に注意!!

室内でじっとしていても、室温が高くなり熱中症になることがあります。

こんなことを心がけましょう



暑さを避ける

- ・涼しい服装、日傘、帽子
- ・エアコンや扇風機を使いましょう
- ・窓を開け風通しを良くしましょう



こまめに水分補給

- ・1時間ごとにコップ1杯（室内でも）
- ・入浴前後、就寝前、起床後に
- ・大量の汗をかいたら、塩分も



暑くなる前に、暑さに慣れる

- ・無理のない運動で暑さに体を慣らす
- ・定時の体温測定と健康チェック
- ・体調が悪いときは、自宅で静養



新しい生活様式の対策

- ・エアコンは止めずに、こまめに換気
- ・屋外で少なくとも2m以上人と距離がとれるときは、マスクを外しましょう
- ・マスクをする時は、強い負荷の作業や運動を避けましょう

熱中症の症状

初期

立ちくらみ・こむら返り
大量の発汗

頭痛・吐き気・だるさ

重症

意識もうろう・けいれん
高体温

こんな時は、ためらわず、がまんせず**救急車**を！！



- 自分で水分補給ができなかったり、力が入りづらい、動けない場合
- 意識がない（いつもと様子がおかしい）、全身のけいれんがあるなどの症状

応急手当

- ・涼しい場所に移動して、衣服を緩め、安静にさせる。
- ・エアコンや扇風機で風を当てる。
- ・首の脇（頸動脈）、わきの下、太もものつけね、膝うらなどを冷やす。
- ・常温の水を霧吹きなどで体に吹きかけ、うちわなどで扇ぐ。

（冷水はかけないでください。）

※意識状態が悪い場合は、窒息の危険があるので無理に飲ませないように注意して

自分で水分が摂れば、水分と塩分を補給しましょう。

※意識状態が悪い場合は、窒息の危険があるので無理に飲ませないように注意してください。

令和6年度

宮城県消防救助技術指導会

令和6年7月2日に宮城県消防学校で開催された「宮城県消防救助技術指導会」に、亘理消防署から障害突破訓練、ほふく救出訓練の2種目に出場し入賞を果たしました。



宮城県消防救助技術指導会とは、宮城県内の救助隊員が一同に会し、日ごろの訓練で培った精神力・体力・救助技術を競い、学ぶことを通じて他の模範となる救助隊員を育成することを目的とし、毎年夏に宮城県消防学校で開催されています。

ここで優秀な成績を収めたチームは、東北大会・全国大会といった上位大会へ進むことができます。

