



令和8年2月号

この号の内容

- ページ 1～2 予防救急に取り組もう
- ページ 3 大船渡市林野火災を教訓に
- ページ 4 危険物管理、大丈夫ですか？
- ページ 5 消防技術競技会
- ページ 6 山岳救助訓練



岩沼消防署だより
【広報誌】

予防救急に取り組もう！

～予防救急とは～

救急車で搬送される病気やケガの中には、日常生活の中で、ちょっとした注意や心がけで**予防できるもの**も多くあり、これらの「**事故を未然に防止すること**」を言います。

○高齢者の転倒・転落について

その中でも、不慮の事故で救急搬送された事例を分析したところ、家庭内や屋外での転倒や転落による事故が多く、約80%以上が高齢者です。年齢とともに筋力やバランス感覚の低下により転びやすく、骨折や頭部外傷等の大きな怪我に繋がります。

実際にあった救急事例を参考に、**事故予防と対策**に取り組みましょう！

○実際にあった救急事例（転倒・転落）

- ・庭で枝を剪定しようと高さ約50cmの脚立に乗ろうとしたところ、バランスを崩して転落した。
- ・自宅の階段から転落し、身動きがとれなくなった。
- ・ベッドから転落し、足の痛みで歩くことができません。
- ・深夜にトイレから出た際、廊下で躓き転倒し、腰部を受傷。
- ・お風呂上りに浴室で滑って転倒し、頭をドアにぶつけ意識状態が悪い。



○事故予防と対策

- ・居室内や廊下など滑りやすいところには、マット等を敷いて予防に繋がります。
- ・暗い中で行動すると事故の危険性が高まりますので灯りをつけて行動しましょう。
- ・椅子の上や脚立に乗るときは、補助者をつけるなどして、バランスを確保しましょう。
- ・ベッドの下に転落時の衝撃緩和のためクッションを設置しましょう。
- ・滑りやすい廊下や階段などに手すりをつけましょう。
- ・荷物を持ったまま階段を移動することはやめましょう。



岩沼地域メディカルコントロール協議会で 2026 年「救急ご用心」カレンダーを作 成し、総合南東北病院からご提供を受けました。

救急ご用心カレンダーは昨年から作成しているもので、1年間の事故や病気の対策ポイントが一目でわかるよう
になっています！今年はより見やすく改良し、岩沼市、亘理町、山元町の福祉事業所等へ配付しました。

福祉事務所から利用者の家族へ配付して頂きます。

こちらもご覧いただき、予防救急に取り組みましょう。

2026年「救急ご用心」カレンダー

～大切なあなたの命を守るために～



救急は119番

1月	日	月	火	水	木	金	土	2月	日	月	火	水	木	金	土	3月	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3		1	2	3	4	5	6	7		1	2	3	4	5	6	7
	4	5	6	7	8	9	10		8	9	10	11	12	13	14		8	9	10	11	12	13	14
	11	12	13	14	15	16	17		15	16	17	18	19	20	21		15	16	17	18	19	20	21
	18	19	20	21	22	23	24		22	23	24	25	26	27	28		22	23	24	25	26	27	28
	25	26	27	28	29	30	31										29	30	31				
1月は「もち」にご用心 正月は餅を食べる機会が多く、高齢者では窒息を起こすことがあります。 窒息に気がついたらすぐに119番通報を！ 救急車が来るまでにやること ・横を向けて背中を強くたたく ・仰向けにして胸の下を両手で突き上げる ・呼吸が無くなれば心臓マッサージを行う								2月は「脳卒中」にご用心 脳卒中を発症するとさまざまな症状が出現します。 次の症状が1つでも出現したら119番通報を！ ①突然の頭痛、嘔吐を伴う頭痛 ②上肢や下肢の筋力低下（麻痺） ③ろれつが回らない、会話ができない ④意識障害								3月は「ぜんそく発作」にご用心 春先や秋口は「ぜんそく発作」を起こしやすい季節です。 息苦しさが持続すると病院での治療が必要です。 息ができなく苦しいときは119番通報を！							
4月	日	月	火	水	木	金	土	5月	日	月	火	水	木	金	土	6月	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4						1	2			1	2	3	4	5	6	
	5	6	7	8	9	10	11		3	4	5	6	7	8	9		7	8	9	10	11	12	13
	12	13	14	15	16	17	18		10	11	12	13	14	15	16		14	15	16	17	18	19	20
	19	20	21	22	23	24	25		17	18	19	20	21	22	23		21	22	23	24	25	26	27
	26	27	28	29	30				24	25	26	27	28	29	30		28	29	30				
									31														
4月は「交通事故」にご用心 4月は新学期が始まるので「交通事故」が多い月です。 ケガに対する処置は、出血部をハンカチやタオルで強く圧迫します。 四肢に変形があっても無理に戻さない。 頭痛、胸痛、腹痛がある場合はすぐに119番通報を！								5月は「けいれん」にご用心 けいれんは熱性けいれん、てんかん、脳疾患などで起こります。 大部分のけいれんは5分以内で治まりますので構わずに付き添って下さい。 以下の場合には119番通報を！ ・5分以上のけいれん・繰り返す・意識が戻らない・呼吸が不規則・顔色が悪い・頭部打撲・嘔吐								6月は「食中毒」にご用心 6月は気温と湿度が高く細菌が増えやすい時期です。 食べ物の衛生管理に充分気を付けましょう。 O-157菌のように重症化すると死に至ることがあります。特に、子供や高齢者は注意が必要です。 食中毒予防の3原則は、「つけない」「ふやさない」「加熱処理」です！							
7月	日	月	火	水	木	金	土	8月	日	月	火	水	木	金	土	9月	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4						1	2			1	2	3	4	5		
	5	6	7	8	9	10	11		2	3	4	5	6	7	8		6	7	8	9	10	11	12
	12	13	14	15	16	17	18		9	10	11	12	13	14	15		13	14	15	16	17	18	19
	19	20	21	22	23	24	25		16	17	18	19	20	21	22		20	21	22	23	24	25	26
	26	27	28	29	30	31			23	24	25	26	27	28	29		27	28	29	30			
									30	31													
7月は「熱中症」にご用心 熱中症は高温・多湿な環境に居ることによって体内の水分や塩分が失われることで起こります。めまい、嘔吐、頭痛、歩行困難、けいれん、高熱、意識障害死へと進みます。十分な水分と塩分の補給が必要です。 めまい、頭痛、歩行困難時には119番通報を！								8月は「水難事故」にご用心 8月は「水難事故」が多い月です。 川では流れが早い、急に深くなる、足が滑りやすい、急に増水する。海では游泳禁止区、離岸流、悪天候などに注意が必要です。 監視員のいる場所での游泳や、ライフジャケットを着用して事故を防ぎましょう。 川・海遊びの際は子供から目を離さない！								9月9日は「救急の日」です 「倒れている人」を発見したらどうしますか 1.意識の確認 2.呼吸の確認 3.119番通報 4.人を集める 5.心臓マッサージ 6.AED装着 一刻をあらそう状況です！ 迅速な119番通報と心臓マッサージを！ ※ 救命講習会を受講しましょう！							
10月	日	月	火	水	木	金	土	11月	日	月	火	水	木	金	土	12月	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4						1	2	3		1	2	3	4	5	6	
	4	5	6	7	8	9	10		8	9	10	11	12	13	14		7	8	9	10	11	12	13
	11	12	13	14	15	16	17		15	16	17	18	19	20	21		14	15	16	17	18	19	20
	18	19	20	21	22	23	24		22	23	24	25	26	27	28		21	22	23	24	25	26	27
	25	26	27	28	29	30	31		29	30							28	29	30	31			
10月は「ハチ」にご用心 ハチに刺されるとアナフィラキシー反応を起こして死亡することがあります。 全身発赤、舌粘膜の腫れ、呼吸困難、血圧低下、意識障害など急激に起こります。 アナフィラキシー反応はハチだけでなく食べ物、医薬品など私達の身の回りのものでも起こります。 アナフィラキシーは急に重症化するので即119番通報を！								11月は「胸痛発作」にご用心 「胸痛」は狭心症や心筋梗塞などの心臓の病気や大血管の病気などで発生します。 胸が締め付けられるような痛み、背中や肩に放散する痛み、冷汗を伴う胸痛は緊急性が高いです。 「胸痛発作」は短時間で重症化するので119番通報を！								12月は「入浴」にご用心 入浴関連死は冬場に多く発生します。 急激な温度差により血圧が変動し、意識消失してしまうヒートショックと言われる現象が起きます。 1.お湯の量は胸元まで 2.お湯の温度は42度以下 3.脱衣所と浴室の温度差を少なくする 4.入浴時間は15分以内 5.飲酒後の入浴はダメ 浴槽内で気を失っていたら栓を抜いて119番通報を！							

提供：総合南東北病院 岩沼地域MC協議会

大船渡市林野火災を教訓に

林野火災注意報・警報を創設

国では、令和 7 年の大船渡市などでの大規模林野火災を踏まえて、林野火災注意報や林野火災警報を創設しました。

林野火災注意報や林野火災警報は、市町村の火災予防条例で規定され、市町村長が林野火災の危険性に応じて発令するもので、全国の市町村で運用を開始し、注意喚起の強化が図られます。

「林野火災注意報」:降水量や乾燥といった条件により林野火災が発生・延焼しやすい危険な状況です。発令時には、その地域では屋外での火の使用を控えるよう努める必要があります。(罰則なし)

「林野火災警報」:林野火災注意報の条件に加えて、強風注意報が発表され、発生した林野火災が大規模化しやすい危険な状況です。発令時には、その地域では屋外での火の使用が禁止されます。(罰則あり)

皆さまへのお願い

特に冬から春にかけては、空気が乾燥し、枯れ草火災やたき火、野焼きなどが原因となる火災が発生しやすい時期です。

「少しなら大丈夫」「すぐ消せる」という油断が、思わぬ大火につながる可能性があります。

- ・ 枯れ草やごみの近くで火を使わない。
- ・ 風の強い日は、たき火や火入れをしない。
- ・ たばこの火は完全に消し、吸い殻は必ず持ち帰る。
- ・ 火を使った後は、必ず周囲を確認する。
- ・ 不審な煙や火を見つけたら、すぐに 119 番通報する。



火災は「予防」が何より大切です

一人ひとりの心がけが、地域全体の安全を守ります。

岩沼消防署では、今後も火災予防に関する情報発信を行ってまいります。住民の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



危険物管理、大丈夫ですか？



危険物とは

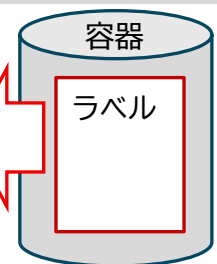
私たちの身近には、火災や爆発の原因となり得る「危険物」が数多く存在します。ガソリン・灯油・軽油、塗料、シンナー、消毒用アルコールなども消防法上の危険物に該当します。これらを**一定量以上**貯蔵・取り扱う場合には、消防の**許可**や**届出**が必要です。無許可での貯蔵・取り扱いは法令違反となります。

まずは確認！身近な危険物

カテゴリ	具体的な製品
燃料系	ガソリン・軽油・灯油・発電機用燃料
塗料・溶剤系	油性塗料・ラッカー・シンナー・うすめ液
接着剤型	有機溶剤系接着剤・ゴム系接着剤
消毒・清掃用	消毒用アルコール
スプレー製品	防錆スプレー・潤滑油スプレー

容器を見れば分かる危険物の確認方法

- 品名
- 危険等級
- 化学名
- 注意事項



危険物を貯蔵・取扱量は決まっています

危険物ごとに「この量を超えたら許可や届出が必要」という基準が定められており、これを“**指定数量**”といいます。

一般的な危険物の主な指定数量

種類	指定数量(少量危険物)	イメージ
特殊引火物(例:ジエチルエーテル)	50L(10L)	大きなポリタンク約3個
第一石油類(例:ガソリン、アセトン)	200L(40L)	携行缶約 10 個
第二石油類(例:灯油、軽油)	1000L(200L)	ドラム缶約 5 個分
第三石油類(例:重油)	2000L(400L)	ドラム缶約 10 個分
第四石油類(例:ギヤ油の一部)	6000L(1200L)	ドラム缶約 30 個分

許可・届出が必要になるケース

指定数量以上を貯蔵・取り扱う→消防の「**許可**」が必要。

指定数量の **1/5 以上**(個人宅は 1/2 以上)→「**少量危険物**」として消防に届出が必要。



※少量危険物は亘理地区行政事務組合火災予防条例に基づき規制されます。

ご不明な点がございましたら下記までご連絡ください。

岩沼消防署予防係

岩沼市末広1丁目6番32号

TEL0223-22-5172 FAX0223-22-5547

消 防 技 術 競 技 会



あぶくま消防本部では、令和 7 年11月 25日(火)に亘理消防署訓練場で、岩沼消防署・亘理消防署・山元分署合同の消防技術競技会を開催しました。

この競技会は、火災救助に関する内容を企画・立案・実施することにより、職員のスキルやモチベーション、チームビルディングの向上を目的としています。

当日は5チーム、計30名の隊員が競技会に参加し、各自で想定した火災に対して三連はしごやロープ等の資機材を活用し、消火活動を実施しました。今回の競技会を通じて、消防活動の再確認や隊員間の連携強化を図ることができました。



今後も継続的に各種災害を想定した競技会を実施し、災害対応能力の向上に努めてまいります。



山 岳 救 助 訓 練

あぶくま消防本部では、令和 7 年12月2日(火)、9日(火)の2日間、グリーンピア岩沼において、岩沼消防署・亘理消防署・山元分署合同で山岳救助訓練を実施しました。

この訓練は、山岳事故救助への知識及び技術を習熟し、災害対応能力の向上を目的として毎年実施しているものです。



2 日間で、34名の隊員が参加し、「登山をしていた男性が斜面から滑落して動けない」との想定で、自生している樹木にロープを用いて怪我人を救出するための方法を確認するとともに、活動隊員の安全確保について認識を共有することで隊員間の連携強化を図ることができました。

