

# 9月9日は救急の日

救急の仕事や救急医療体制を皆さんに正しく理解してもらうため、9月9日を「救急の日」、この日を含む一週間(9月4日～10日)を「救急医療週間」とし、全国的に普及啓発運動が実施されます。

この「救急の日」を通じて、救急車の正しい利用や、家庭でできる応急手当について考えてみましょう。



## 救急車の適正利用について

問合せ 消防本部 救急G ☎23-0119

近年救急車の適正利用について取り上げられていることは皆さんもご存知かと思えます。これは、救急件数の増加に伴い、重症患者への対応が追いつかないことを示しています。

例えば、津島市消防本部では現在3台の救急車で救急事案に対応していますが、軽症の傷病者に救急対応しているときに、緊急に処置が必要な重症の傷病者から救急要請があった場合、後者への対応が遅れる事態も考えられます。

「軽微な症状だけれど病院に行く交通手段がない」「どこの病院に行ってもいいかわからない」などの場合は、タ

クシーの利用や救急医療情報サービス、消防本部に問い合わせるなどの方法があります。

救急車の利用については、あくまでも市民の皆さんの判断に委ねるしかありません。本当に救急車を必要としている人が待っています。皆さんのご理解とご協力なくして、この問題の解決はできません。これを機会に救急車の適正利用についてご協力をお願いします。



### 地域の救急医療

地域の救急医療を守るために心掛けること

かかりつけ医を持ちましょう

体調が悪いとき、まずは、かかりつけ医に相談し、適切な医療機関を受診するようにしましょう。

症状によっては、専門医や総合病院を紹介してもらえます。

診療時間内を受診しましょう

より充実した診療を受けるには、診療体制の整った診療時間内を受診しましょう。

感謝の気持ちを伝えましょう

日々の診療に追われる医師を始め、医療関係者を元気づけるのは、皆さんの感謝の言葉です。

状況に応じた救急医療体制

休日や夜間の救急医療体制を、病気やケガの症状や緊急度に応じて整備しています。

軽症患者：第1次救急医療

①平日夜間診療(海部地区急病診療所)  
平日夜間の内科・小児科は、海部地区急病診療所で、診療を行っています。

②休日在宅当番医

土・日曜日、祝日の外科は、津島・海部両医師会の開業医が当番制で、診療を行っています。

③休日急病診療所(津島地区休日急病診療所)

日曜日、祝日の内科・小児科は、津島

地区休日急病診療所で、診療を行っています。

診察の結果、入院や手術などの治療が必要な場合は速やかに第2次救急医療機関へ転送されます。

重症患者：第2次救急医療

第1次救急医療で対応できない、入院や手術を必要とする救急患者を診療するものです。

重篤患者：第3次救急医療

特に生命に危険を及ぼすような重篤救急患者を診療するものです。

問合せ

・津島市保健センター

☎23-1551

・愛知県救急医療情報センター

☎26-1133

・津島市消防本部

☎23-0119

・海部地区急病診療所

☎25-5210

・津島地区休日急病診療所

☎24-3611



## 応急手当が命を救う

私たちは、いつ、どこで、突然のけがや病気に襲われるかわかりません。そんな時に、家庭や職場でできる手当のことを応急手当といいます。その場に居合わせた人がいかに早く応急手当を行うかという事が、病人やけが人の命を救う重要なポイントです。

けがや病気の中で最も重篤で緊急を要するのは、心臓や呼吸が止まってしまった場合です。このような場合に、そばに居合わせた人ができる応急手当のことを救命処置といいます。成人の場合の救命処置の手順は、次のとおりです。

### ①反応を確認する

倒れた方の耳元で「大丈夫ですか」または「もしもし」と大声で呼びかけながら、肩を軽くたたき、反応があるかないかを見ます。

### ②助けを呼ぶ

反応がなければ、大きな声で「誰か来て!人が倒れています!」と助けを求めましょう。

協力者が来たら、119番通報とAEDを持ってくるように具体的に依頼しましょう。



### ③呼吸の確認をする

倒れた方が「いつもと違う呼吸」をしていないかを確認しましょう。

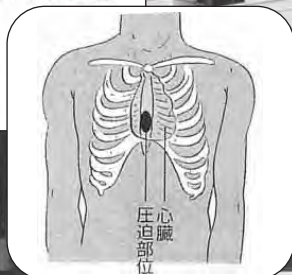
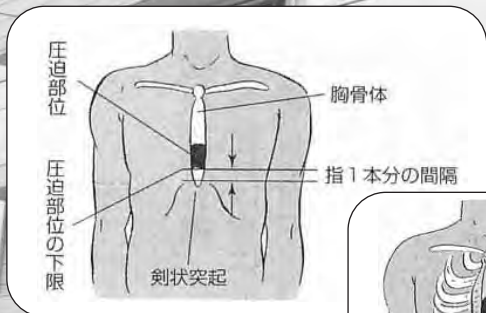
傷病者のそばに座り、10秒以内に胸や腹部の上がり下がりを見て、いつもと違う呼吸をしていないか判断します。

次のいずれかの場合には、「いつもと違う呼吸」と判断します。

- 胸や腹部の動きが無い場合
- 約10秒間確認しても呼吸の状態がよくわからない場合
- しゃくりあげるような、途切れ途切れに起きる呼吸がみられる場合

### ④胸骨圧迫

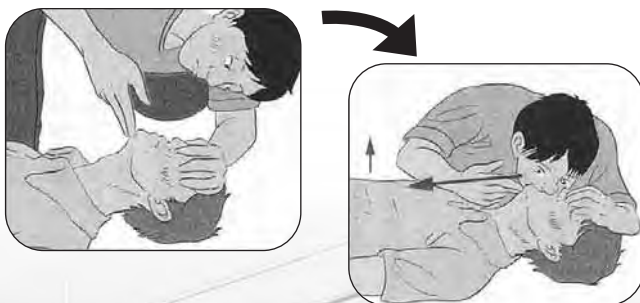
いつもどおりの呼吸がないと判断したら、ただちに胸骨圧迫を開始します。



圧迫する位置は、成人男性の場合、胸の左右真ん中にある胸骨の下半分を、重ねた両手で「強く、速く、絶え間なく」圧迫します。圧迫の強さは、胸が約5センチ沈むまでしっかりと圧迫します。圧迫の速さは、1分間に100~120回の速いテンポで、30回連続して絶え間なく圧迫します。圧迫と圧迫の間は、倒れた方の胸がしっかり戻るまで十分に力を抜きましょう。

### ⑤人工呼吸

30回の胸骨圧迫終了後、口対口、人工呼吸により息を吹きこみます。その際に気道確保をして肺に空気を通しやすくします。気道確保要領は頭を後ろにのけ反らせ、あご先を上げます。息を吹き込む回数は2回までとし、胸が上がらない場合にもすぐに胸骨圧迫を再開してください。



また、倒れた方の顔面や口から出血している場合や、口と口を直接接触させて人工呼吸を行うことがためられる場合には、人工呼吸を省略し、胸骨圧迫のみを続けましょう。

### ⑥心肺蘇生

胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ(30対2のサイクル)を、救急隊に引き継ぐまで絶え間なく続けましょう。この間にAEDが準備できれば、AEDの音声指示に従い、並行して使用してください。

### ⑦AED

AEDは、心臓が小刻みに震えて全身に血液を送ることができない状態の時に、心臓に電気ショックを与えて心臓を正常に動かせるための医療機器であり、一般の方でも使用することができます。

人工呼吸や胸骨圧迫などの心肺蘇生に加え、AEDを使用することで、命が助かる可能性が高くなります。

# 保健センターからのお知らせ

## 9月10日は世界自殺予防デーです

平成26年度の40歳未満の自殺者数は6,581人で、全自殺者数2万5,218人の約26%です。近年の全自殺者数は減少傾向ですが、40歳未満の自殺者数の減少幅は他の年齢層に比べて小さく、深刻な問題です。

また、15歳から19歳までの死因の第1位は「自殺」です。日本では、毎年300人前後の小中高校生が自殺で命をなくしています。かけがえのない命を守るために、周囲の方にもできることがあります。

### 身近な人のSOSには「きょうしつ」

苦しんでいる方のためにできることがあります。「きょうしつ」をキーワードに、まず話をじっくり聴き、抱え込まずに信頼できる方に相談しましょう。

- ① 気付いて
- ② 寄り添い
- ③ 受け止めて
- ④ 信頼できる方に
- ⑤ つなげよう

### サインに気付く

- ・身体サイン  
疲れやすい、食欲がない、眠れない等
- ・心のサイン  
イライラする、好きなことに興味がなくなる、笑えなくなる等
- ・行動のサイン  
朝起きられない、過食や拒食、急な欠席、飲酒や喫煙等

これらのサインに気付くためには、「普段の会話」を通して「いつもと違う」を感じる事が大切です。サインに気付いたら、声をかけてみましょう。

### 寄り添い受け止める

#### 相手の「辛さ」に寄り添い受け止める

打ち明けてくれたら、「話してくれてありがとう」と、相手の立場になって気持ちを聴き、受け止めましょう。

津島市では、悩んでいる人に気付き、見守るための方法を学ぶ「ゲートキーパー養成講座」を実施します。自分自身と身近な人のSOSに気付く方法を学びましょう。お問い合わせは保健センターへ。

### 信頼できる方につなげよう

サインに気付いた時は、より良い解決のために下記の相談機関に相談しましょう。

### 身近に相談できる場所があります

- ・こころの健康相談  
津島市保健センター  
☎23-1551  
平日(午前9時～午後4時30分)
- ・メンタルヘルス相談 津島保健所  
☎26-4137  
平日(午前9時～正午、午後1時～4時30分)
- ・あいちこころほっとライン365  
☎052-951-2881  
毎日(午前9時～午後4時30分)

問合せ 保健センター ☎23-1551

申込 9月21日(水)までに左記へ。

持ち物 健康手帳

受講料 無料

定員 70人(定員になり次第締切)

対象 市内在住・在勤の方  
床心理士)

講師 古井由美子氏(愛知医科大学  
病院 ところのケアセンター 臨  
床心理士)

内容 大切な命を守るため、悩んでい  
る方への声かけや傾聴のポイントに  
ついてのお話

日時 9月26日(月)  
午後1時30分～3時

場所 総合保健福祉センター

あなたも「ゲートキーパー」になりませんか？

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人のことを「ゲートキーパー」と呼びます。

### ゲートキーパー養成講座





津島市は、秋には「尾張津島天王祭の車楽舟行事」のユネスコ無形文化遺産の登録予定、平成29年3月1日には「市制施行70周年」を迎えます。このような絶好の機会のもと、観光の活性化と本市の魅力創出のため、「第8回愛知県観光交流サミットinつしま」を次のとおり開催します。

**日時** 10月1日(土) 午後1時30分～7時30分

**場所** 文化会館、津島駅西地域

**内容**

- ・サミット会議
- 「観光の広域連携」「ビッグデータ」等のキーワードを

もとに地域の魅力・認知度を高める手法およびそのプロモーションを考察する講演やシンポジウムを行います。

- ・山車蔵等を巡るスタンプラリー
- ・尾張津島秋まつり山車見学ツアー

※天候等により一部変更する場合があります。

**申込** 不要

**問合せ** 第8回愛知県観光交流サミットinつしま実行委員会(シティプロモーション課誘致・プロモーションG) 内線2355

## 尾張津島秋まつり駐車場と交通規制等のお知らせ

「尾張津島秋まつり」が10月1日(土)と2日(日)に開催されます。2日は多くの観光客が予想されますので、臨時駐車場を用意します。

また、2日(日)には神守町での「神守山車からくり披露」、津島駅前での「津島山車からくり披露」、「石採祭車競演」などの開催に伴い車両進入規制等を行います。規制等区域付近の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

### 駐車場

#### ●西小学校臨時駐車場

10月2日(日) 午後1時～8時

※天候などにより使用できない場合があります。

### 堀田家住宅

～ライトアップと津島アートスケープ展・  
紡町実行委員会JAZZコンサート～

**日時** 10月1日(土)、2日(日)  
午前10時～午後7時(受付終了)

**場所** 堀田家住宅

**内容** 江戸時代中期の町家建築内を会場として津島市近郊の作家が制作した絵画、染色等の作品を展示します。

※JAZZコンサートは10月1日午後3時～6時

**入場料**(堀田家観覧料) 一般300円、小中学生100円

**問合せ** 社会教育課生涯学習G 内線2283

### 交通規制・抑制区域

※山車等の運行に伴い通行ができない場合がありますので、皆様のご理解、ご協力をお願いします。

#### ●神守山車からくり披露

**抑制日時** 10月2日(日) 午前9時30分～正午

**抑制場所** 県道名古屋津島線の一部  
(神守町二ノ割の信号から神守町の信号)

#### ●津島山車からくり披露・石採祭車競演

**規制日時** 10月2日(日) 正午～午後3時

**規制場所** 名鉄津島駅前(駅前～藤浪町1の信号)

#### ●山車等の運行

**規制日時** 10月2日(日) 午後1時～9時30分

**規制場所** 天王通

#### ●一斉総車切

**抑制日時** 10月2日(日) 午後6時30分～8時

**抑制場所** 天王通1交差点を中心とした南北道路

### その他

その他の規制等については秋まつりリーフレットを参照してください。

### 問合せ

産業振興課観光・商工G  
内線2451

