

救急事故を防ぎましょう

今年も残すところ1カ月あまりとなりました。これからの季節、救急車の出動が一年で最も多くなる時期を迎えます。この時期に多い救急事故の傾向や注意点を知り、事前に対策を立てておきましょう。

入浴中の事故の予防について

- ▶あまり長湯せず、湯温は39℃～41℃くらいにしましょう
- ▶脱衣所や浴室の室温が低くならないようにしましょう
- ▶食後すぐの入浴や深夜の入浴は避けましょう
- ▶高齢者が一人で入浴する場合は、時々声をかけて様子を見るようにしましょう

風邪やインフルエンザなどの予防について

- ▶外から帰ったら、うがいとせっけんを使った手洗いを習慣付けましょう
- ▶人ごみを避けましょう（人ごみの中に行く時はマスクを着けましょう）
- ▶咳やくしゃみをする時は、マスクやハンカチで口、鼻を覆いましょう
- ▶バランスの良い食事と十分な睡眠を取りましょう

飲酒による事故の予防について

- ▶自分の適量を知り、その日の体調にも注意しましょう
- ▶短時間のうちに多量の飲酒（一気飲み）はしないようにしましょう
- ▶周囲の人は、酔った人に付き添って一人にしないようにしましょう
- ▶酔った人が吐いた場合、喉に詰まらせないように注意しましょう

休日や夜間に診察してくれる病院をお探しの時は、「救急医療情報コントロールセンター」にお問い合わせください。オペレーターが、24時間体制でご案内いたします。

029-241-4199

インターネットを使い、休日夜間の対応病院や当番医が知りたい時は、下記サイトから、最新の情報を確認できます。

茨城県救急医療情報システム <http://www.qq.pref.ibaraki.jp/>
とちぎ医療情報ネット <http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/>

お子さんが急な病気ですぐに受診させた方がよいか、様子を見てからでも大丈夫か、不安な時は「茨城子ども救急電話相談」にご相談ください。

電話番号 プッシュ回線の固定電話、携帯電話から **#8000**
すべての電話から **029-254-9900**

相談日時 午後6時30分～午後11時30分
ただし、日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）は午前9時～午後5時

●●●●● ドクターヘリ離着陸時のご注意 ●●●●●

県では平成22年7月からドクターヘリの緊急運航が開始され、本市では今年の10月までに、160件近くの出動要請をしています。ドクターヘリ離着陸場所として主に市内の学校のグラウンドなどを指定しています。ヘリの離発着時には消防隊員が安全管理に十分注意を払っていますが、大きな音や風圧に伴う砂ぼこりが発生します。近づくことは大変危険ですので消防隊員の指示に従ってください。また、洗濯物等がぼこりにより汚れたり、飛ばされたりすること考えられますので付近の皆さんのご理解、ご協力をお願いします。