思い出に残る楽しい夏を過ごすために

水辺での事故にご注意!!

問い合わせ　消防本部　☎54－0119

いよいよ夏本番。

夏休みのプランはもう立てましたか？夏は、海に、山に、川に、そしてプールにと出かけ、水とふれあう機会が多くなる季節。海水浴や水遊び、釣りなどのサマーレジャーが盛りだくさんです。

しかし、楽しいレジャーもちょっとした「不注意」から大変な事故につながることも少なくありません。

夏休み前に、水難事故に関する注意を再確認し、楽しいサマーレジャーを満喫しましょう。

◆川の事故

常陸大宮市には那珂川、久慈川、緒川などの清流があり、地元の人はもちろん、県内外からの観光客も多数訪れます。特に、アユ釣りシーズンには関東一円から多くの太公望で賑わいます。

しかし、その反面毎年のように水難事故も発生しています。

釣人が流されたケースや、川の中州でキャンプ中、上流での出水により孤立したケースもあります。いずれも防災ヘリコプターで救助（ピックアップ）されました。

原因には、遊びや釣りに夢中になり、急流や深みなどの危険箇所に入ってしまったり、危険度に対する認識不足や、自分の泳ぐ力の過信などが考えられます。

◆プールの事故

市内のプールでは、過去に大きな事故はないようです。プールサイドを走って転倒したための頭部打撲や、浅いプールでの飛び込みによる軽度な負傷が発生した程度です。

これは、教諭や監視員の徹底した安全管理のたまものです。

準備体操はもちろん、水泳時間中の休憩や体調の把握に至るまで、水の事故に対する危険度をしっかり認識しているからこそといえます。

◆海の事故（海難）

海は、プールなどと違い波や潮の流れがあるため、泳いでいると体に強い負担がかかり、知らない間に体力を奪われがちです。また、海流には沖に向かう「離岸流」という流れがあり、浜や岸から遠く流され、最悪の場合そのまま溺れてしまうケースも少なくありません。

海水浴では、定められた遊泳エリアを守り、体調が良くない時などは無理をして泳がないようにしましょう。

また、海水浴場（ビーチ）では、ジェットスキーやヨットなどが遊泳者と接触し、大事故につながるケースもあります。定められたエリアで、周囲に十分注意して安全運転を心がけましょう。

釣り場は、足元が濡れて滑りやすく、波が押し寄せることもあり、海への転落事故が起こりやすい場所も多くあります。天気が悪くなることが予想される時には、直ちに釣り場から避難しましょう。

☆保護者の方にお願い

一、危険な場所や子供だけで水遊びをさせない。

一、危険な場所や子供だけでの水遊びを見かけたら注意する。

一、水辺では子供から目を離さない。

一、浮き輪を使っているからと安心しない。

一、自宅の近くで遊んでいるからと安心しない。

☆大人の方への注意

一、体調が普段と違うと感じた時や睡眠不足の時は、水に入らない。

一、飲酒後の遊泳は絶対に避ける。

いろいろある水の事故

万が一の事を考えましょう！

溺水とは？

私達は、魚のようにエラ呼吸ではなく、肺から酸素を取り入れる呼吸を行っているので、顔面が水中に没すると呼吸ができなくなり（窒息）、血液（動脈血）に含まれる酸素が欠乏した状態（低酸素血症）になります。これによって、体の各組織への酸素の供給が不十分となり、そのまま心臓が止まってしまえば「溺死」となります。

「溺水」とは、このようになる一歩手前で、低酸素血症にもかかわらず生命徴候がある場合を指します。

溺水の原因

溺水の原因は年齢によって様々です。それぞれの原因を理解し、年齢に合わせた予防策をたて、事故を未然に防ぎましょう。

■乳幼児期

救急の分類上では一般負傷としている、家庭内での浴槽の事故が最も多く、親の注意によって防止できるものです。

子どもは大人に比べて頭が重いので、浴槽を覗き込んでそのまま水中に転落、または浴槽の蓋（ふた）に乗って遊んでいて落ちる事故が多くあります。浴槽と同様に、ベランダから転落する場合もよくあります。

「子どもは覗き込むもの」、浴槽とは乳幼児にとっては危険な場所であると認識することが大切です。

予防策には、入浴後、お湯を抜いたり浴室を施錠するなどが有効です。

■学童期

この時期になると、プール、河川、海で夢中になって遊んでいるうちに誤って事故に遭遇する場合が多くあります。

水の流れや危険性について、日ごろから言い聞かせ、溺水の危険性を知識として身に付けさせることが大切です。

■壮年期以降

ほとんどが「安全を無視した水の事故」に尽きるようですが、この中には飲酒の上での事故も少なくありません。

「水の事故」のように見えて、その原因が実は脳卒中や心臓病であったり、自殺を企図しての場合であることもこの年齢層です。

また、持病のある人は指導者や仲間がいるところで水泳等を楽しむように心がけましょう。

水難ホスピタルケア（病院前救護）

医療機関で、溺水患者の治療を行なっての最終的な結果を左右する因子として、救助までの時間、飲んだ水の量、水温、傷病者の年齢などがあり、水没時間や心臓停止時間が生死に大きな影響を与えます。

つまり、病院での治療もさることながら、実は搬送される以前に行われる救助や処置が極めて重要であると、世界的にも言われています。

水難だけでなく、事故や急病に遭遇したとき、ホスピタルケアを学んでおくことが最も重要であることを十分理解しておきましょう。

常陸大宮市消防本部潜水隊

消防本部には、川や沼等での事故に素早い対応を目指す、潜水士の国家資格を持つ隊員８名がおり、定期的に装備品の点検、訓練を重ねて一層充実した活動を目指しています。

◀ 水難救助に備え那珂川で訓練する潜水隊

誰にでもできる 救命の手順 SUPPORT

人が倒れていたら

意識を調べる

↓ 意識がない

助けを求める

↓

気道の確保・呼吸を確認

ある → **回復体位にする**

↓ ない

人工呼吸を行う（２回）

→ **循環サインを調べる**
- ●呼吸をするか
- ●咳をするか
- ●動きがあるか

ない → **心臓マッサージと人工呼吸を行う（15：２）を４回繰り返す**

ある → **呼吸が不十分であれば人工呼吸を続ける（５秒に１回）**

→ **循環サインを調べる**

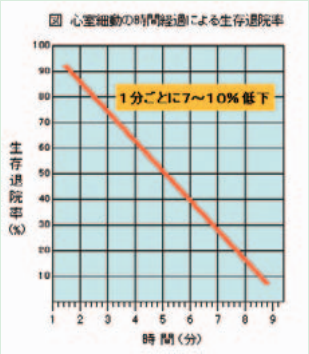
ある → 呼吸が不十分であれば人工呼吸を続ける（５秒に１回）

ない → **AED** → **心肺蘇生法を継続する**

■一般市民による除細動

これまでＡＥＤ（自動体外式除細動器）の使用は、医師、看護師、救急救命士に限られていましたが、平成17年7月1日から、現場に居合わせた一般市民（バイスタンダー）のＡＥＤ使用が認められました。

消防本部では、ＡＥＤの取り扱いを含めた救急救命講習会を随時受け付けています。各団体で受講してみませんか？



●申し込み先　東消防署　54-0119
西消防署　56-2119

一刻も早く除細動を行わなければならない理由

①心停止している傷病者の心臓のリズムは、除細動によって処置可能な「心室細動」と呼ばれるリズムであることが最も多い。
②心室細動に対する最適な対処法は、除細動である。
③時間の経過とともに、除細動の成功率はどんどん悪くなる。
④心室細動のリズムが持続する時間は数分間にすぎない。