



太助と学ぼう！

～予防救急～ Vol.3



予防救急とは…日々増えている救急搬送の中には、「もう少し気を付けていれば」「事前に対策しておけば」というような、未然に病気や怪我を防ぐことができたかもしれないというものがあります！そのような病気や怪我を未然に防ぐためにほんの少し気を付けることを「予防救急」といいます！ここで紹介しているのは、過去に救急車で搬送された中で多かった例です。

よくある事故事例①：熱中症

予防方法：家の中でも熱中症になります。部屋の中は風通しを良くするか、無理をせず早めにエアコンなどを使って室温が上がりにくいように注意しましょう！

また、真夏に外での作業は要注意！

こまめに水分と塩分を補給して、無理をせず、日陰の風通しの良い所で休憩をとるのがポイントだね！



よくある事故事例②：転倒による怪我

予防方法：滑りやすい所や何かにつまづいたりして転倒する事故がよくあります。普段から階段などの家の中の段差や、道路などのすべりやすいところには注意しましょう！

よくある事故事例③：入浴中の事故

予防方法：冬場のお風呂は要注意！脱衣所との温度差は心臓にとっても負担がかかります！また、足元にも注意が必要です！濡れたタイルは滑りやすくなっているから転ばないように気をつけましょう！家族のみんなできまめに声を掛け合うことがポイントです！



予防方法をみんなで考えて、健康で元気な生活を送るための環境を作りましょう！

救急車の適正利用にご協力よろしくお願いします。

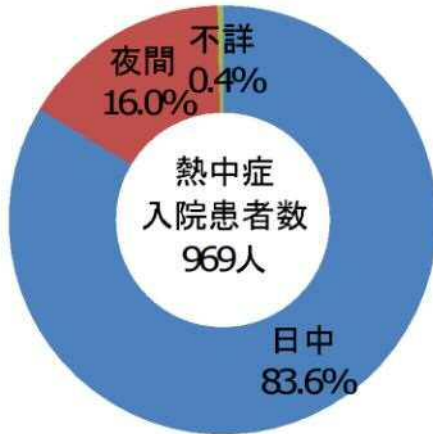
発行元：川崎市消防局麻生消防署



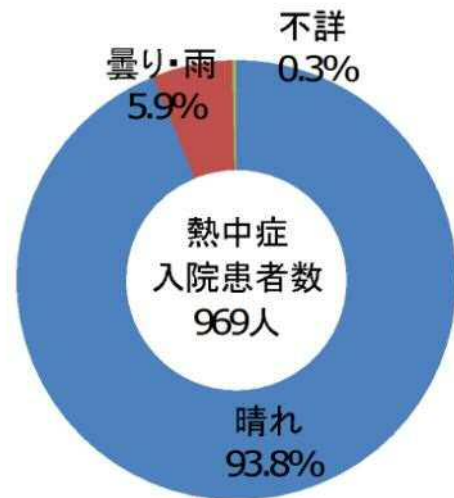
「熱中症の注意点と対策」

「熱中症」は、屋外で運動をしていなくてもなる場合があるのでどんな場所でも注意が必要です。
屋内にいるから熱中症にかからないということはありません。
暑い中でエアコンや扇風機を使わずにいると、室内にいても熱中症になってしまうことがあります。
無理をせずに適度にエアコン等を使用し、室温を下げて体温調節を行いましょう。
適度に水分と塩分を補給し、脱水状態にならないように気をつけましょう。

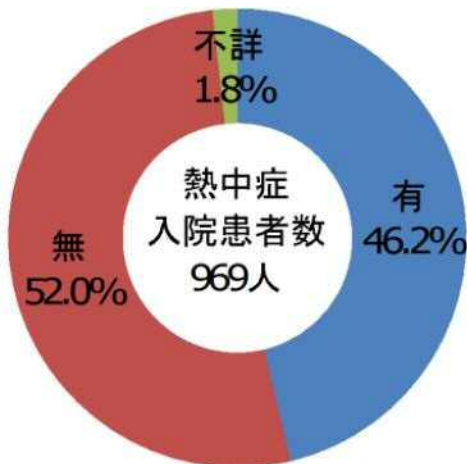
発症時間帯別(割合)※



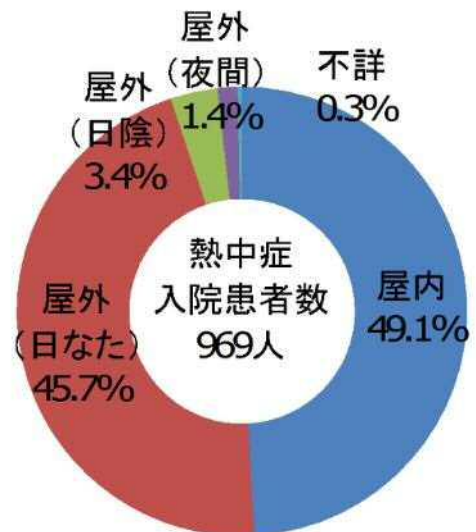
発生時の天気(割合)※



運動の有無(割合)



発生場所(割合)



* ここでいう「発症」とは、自覚症状や他覚症状が認識されたときのことを指し、「発生」とは、発症に最も影響を及ぼしたと考えられる一連の過程のことを指します。