

消防署からのお知らせ

風水害への対策を！！

これからの時期は、10月ごろまで台風の接近や上陸が多くなり、大雨、洪水、暴風などの風水害に注意しなければなりません。近年では台風や集中豪雨などによる、河川の氾濫や土砂崩れによる被害が全国各地で発生しています。

台風や豪雨に関する気象情報に注意し、事前の備えと対策をとることで被害を最小限にできるようにしていきましょう。

1 台風や大雨の気象情報を事前に確認しておきましょう。

気象庁では、事前の避難や対策ができるよう台風や大雨に関する防災気象情報を随時提供しています。台風の規模や住んでいる地域の避難状況などの情報をいち早く知ること、早めの対策がとれるようにしておきましょう。

2 防災ハザードマップで危険箇所を確認しましょう。

防災ハザードマップとは、地震や土砂崩れなどによる災害予測地図であり、危険箇所や避難施設などを表示した地図のことです。平田村では土砂災害危険箇所を色分けで示し、避難場所と主要な公共施設を表示しています。あらかじめ危険箇所や避難場所を確認しておくことで、もしもの災害の際に危険な箇所を回避し、早めの避難行動をとることができます。

3 身の回りの備えをしておきましょう。

窓など必要に応じて補強したり、側溝や排水溝は掃除し水はけをよくし、風で飛ばされそうなものは飛ばないように固定したり、家の中に格納し家の外の備えをしておきましょう。また、雨や風が強くなってから、河川や用水路の様子を見に行くのは危険ですので、外出は控えるようにしてください。

防災用品をの

- ・懐中電灯や携帯ラジオ、予備電池、携帯電話の充電器
- ・飲料水や食料品（カップめんや缶詰、ビスケットなど）、救急用品や洗面用具
- ・衣類やタオルと毛布、防災ずきんやマッチ及びライター
- ・現金や印鑑と預金通帳

これらをリュックなどにひとまとめにし、いつでも持ち出せるようにしておきましょう。



9月9日は救急の日(救命講習会の開催日程)

開催日・時間	開催内容	開催場所	申込締切
8月23日(木) 9:00～	普通救命講習Ⅰ・Ⅱ	古殿町公民館	8月18日(土)
9月9日(日) 9:00～	普通救命講習Ⅰ・Ⅱ	たまかわ文化体育館	9月4日(火)
9月27日(木) 9:00～	普通救命講習Ⅰ・Ⅱ	玉川村就業改善センター	9月22日(土)
10月7日(日) 9:00～	上級救命講習	石川町公民館	10月2日(火)

○申込方法…受講日の5日前までに、電話またはFAXでお申込みください。

・石川消防署平田分署 (☎ 55-2213 FAX 0248-94-2079)

※受講希望者が5人に満たない場合は、講習会の開催を中止とさせていただきます。
詳しくは、石川消防署平田分署 (☎ 55-2213) にお問い合わせください。

公立小野町地方総合病院からのお知らせ



今回は、内科非常勤医師、林茂筆医師から「脱水症」についてお知らせします。



りん もひつ
林 茂筆 医師

気温が高くなると、脱水の救急患者が増えます。

人間は成人の身体の6割が体液からなっており、生命活動を行う上で欠かすことのできないものです。この体液が失われた状態を、脱水症といいます。

脱水症の症状は、

- ・軽度：めまいや口の中が渴いたように感じます。
- ・中度：頭痛、悪心が起こります。口の中や粘膜が強く渴き、唾液や尿量も減ります。
- ・重度：意識障害、痙攣、昏睡、錯覚等を引き起こします。

予防の要は、水分補給とミネラル補給です。普段の生活の中にこまめに水分をとる習慣を身につけましょう。就寝前、起きてすぐ、入浴前後、運動前後、運動中、飲酒後は必ず水分をとってください。自分で作れる脱水症の予防飲料は、1リットルの水に対して3グラムの食塩と40グラムの砂糖を加えます。

これからの時期、脱水症を起こさないようにいつも心がけてください。

林茂筆医師の診療日および受付時間 火曜日：午後3時～午後5時 木曜日：午後1時～午後3時
お問い合わせ先：公立小野町地方総合病院 総務課 ☎ 0247-72-3181 (代)

～夜間救急外来診療のお知らせ～

平日の夜間救急外来診療を行っています。受診の前に電話(72-3181)にて症状をお伝え下さい。
受付時間：平日午後5時～午後8時30分まで

