

H23年8月16日現在

熱中症に気を付けましょう!!

まだまだ暑い日が続きます。熱中症を予防するためには、

- ①水分をこまめに摂る。
…水でも良いが、スポーツドリンクなどが最適。
- ②炎天下での長時間の作業や運動は控える。
…特に午後の気温が高い時間帯に注意が必要。
- ③部屋を閉め切らない。
…屋内にいても熱中症になります。

以上の3つが必要となります。

熱中症の応急処置として、

- ①涼しいところへ移動する。(日陰など)
- ②水分が摂れるようであれば摂る。
- ③首・脇・太ももの付け根などを冷やす。

などがあります。熱中症だと思ったら無理をせず十分な休養を取りましょう。

集中豪雨などの水災に備えましょう!!

今年は集中豪雨などの発生で、大雨警報や洪水警報が多く発令されています。万が一のため、下記の点に注意しましょう。

1. 天気の変化に備える!!

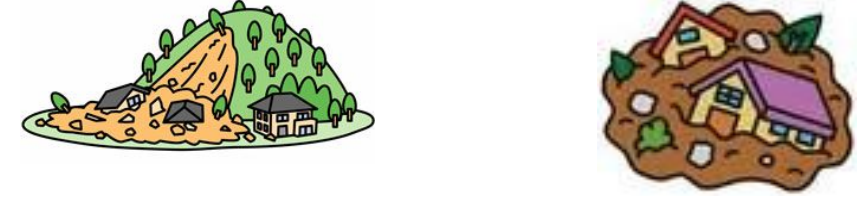
- 天気予報から
 - ・雷注意報、大雨・洪水の警報・注意報が出ている時、天気予報で「大気の状態が不安定」などの表現がある時は注意。
- 空の状態から
 - ・「急に真っ黒な雲が近づいてきた」、「雷鳴が聞こえる」、「稲光が見えてきた」などの場合は注意。
- 河川の状態から
 - ・「水かさが増えてきた」、「濁ってきた」などの場合は注意。
- 気象情報等の入手
 - ・インターネットに接続できるパソコン又は携帯電話など各種気象サイトの活用。

2. 浸水防止対策

- 側溝、排水溝の清掃
 - ・大雨時の冠水を防ぐには、日頃からの側溝、排水溝などの清掃を行い落葉やごみを取り除いておくことが有効です。また、側溝や排水溝には詰りの原因となる落葉やごみを入れないでください。

3. 土砂崩れの恐れのある場所に近づかない。

・これまでの大雨や地震の影響で、地盤が緩んでいます。がけ崩れや山崩れなどの土砂災害が発生する恐れがあるので、そういった場所には近づかないようにしましょう!!



平成23年度全国統一防火標語
「消したはず 決めつけしないで もう一度」

救急医療週間

9月9日は「救急の日」 期間9/3～9/9

救急医療週間とは、住民の皆様には救急医療や救急業務に対して正しい理解と認識をしていただくために実施される週間です。

週間中の主な行事

- ・救急講演会
 - ・上級救命講習(8時間)
 - ・心肺蘇生法コンテスト
 - ・乳幼児の心肺蘇生法
- など様々な行事が予定されております。詳しくは、遠野消防署ホームページの「救急医療週間」をご覧ください。



宮守小学校 社会科見学
6月15日に宮守小学校の4年生14名が社会科見学のため来所されました。消防車や救急車の中を熱心に見たり、消防のしくみを学んでいました。

7月15日にみやもり荘(写真左)と7月19日に高館の園(写真右)で避難訓練が行われ、7月25日にはみやもり荘で夜間の避難訓練が行われました。みなさん真剣な様子で訓練に臨んでいました。

