

救急医療週間

「あなたも救命の横綱に。」

…をテーマに9月9日「救急の日」を含む9月3日(日)～9月9日(土)までの一週間を救急医療週間とし、毎年全国的に行われている運動です。

「救急の日」及び「救急医療週間」は、救急医療及び救急業務に対する町民の正しい理解と認識を深め、かつ、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的としています。

期間中、当消防本部においても9月7日(木)救急技能展示訓練(久米島町消防本部車庫内にて)、9月8日(金)救急フェア(JA久米島支店駐車場内)が実施されました。



(9月7日救急技能展示訓練:自動心臓マッサージ器及び薬剤投与を行っています。)

町民の皆さんも一緒に救急医療に対し理解を深め、応急手当講習会等にも参加してみませんか?!

久米島町消防本部では様々な応急手当の講習会を実施しています。各事業所だけではなく、一般市民の方も講習会を受けることができます。町民の皆さんも是非とも応急手当講習会に参加し、知識と技術を身につけ命のパトンを繋いでいきましょう!!

小さな事でもかまいませんので、まずは消防本部までお問い合わせ下さい!(^^)!



「あなたも救命の横綱に!!」

～あなたの勇気ある一歩で救える命があります!!～

()は、平成29年累計

救急	49件	(288件)
風水害	0件	(1件)
火災	1件	(4件)
捜索	1件	(3件)
救助	0件	(2件)
その他	0件	(6件)
合計	51件	(313件)

8月 出動状況



※火災の早期発見と『逃げ遅れ』を防ぐために住宅用火災警報器を設置しましょう。住宅用火災警報器の交換の目安は10年です。定期的に動作の確認をしましょう。
○消防法及び市町村条例(平成23年6月施行)により、すべての住宅に火災警報器の設置が義務づけられました。

※火入れを行う地域の皆さんは必ず消防本部まで連絡するようお願いいたします。
※火事・救急・救助は119番へお願いします。

火事・救急・救助

☎119

消防本部 ☎985-3281

公立久米島病院だより

公立久米島病院 ☎985-5555
受付時間/8時30分～11時 13時～16時
休診日/日曜日・月曜日・祝日・年末年始



アルコールとのつき合い方

内科 山城清人



地域密着でほのぼの

先日、我が子の小学校の運動会へ参加して来ました。すっかりみんなと溶け込んでいて、そして天真爛漫に成長している姿をみる事ができました。また、運動会では「地域ぐるみで一緒に参加し、みんなで作り上げる」といった部分を強く感じました。病院でも地域の人と密着しているなあと感じる事がありません。ある方が体調不良で来院され、自宅療養。「●●さん、自宅療養で大丈夫なんだ、よかった」と看護師さんが喜んで、生活状況、家族の介護力を教えてくれたり。地域密着でこんなハートフルな病院はなかなかないです。地域とともに生きていく、社会性をもった人間という生き物は、関わりの中で

自分の位置を確認していくのでしよう。

地域づきあいとアルコール

ラジオ放送で、アルコールと健康についてお話しさせてもらう機会がありました。適量であれば、健康被害の少ないイメージのアルコールですが、飲み過ぎで予想されるアルコールの悪影響について話しました。アルコールによる肝障害、肝硬変、肝不全などの肝疾患、アルコールによる神経細胞を障害することによる神経障害や認知症。アルコールが関与する可能性のある悪性腫瘍(咽頭癌、喉頭癌、食道癌、肝臓癌、膵臓癌、大腸癌、乳癌、膀胱癌、膵臓癌など)、アルコールによる身体依存・精神依存、アルコールによる睡眠障害など、挙げればたくさん出てきます。ここまで内容はラジオでもお伝えしました。しかし一番伝えたいことをお話ししていないのに気づきました。

「こころとカラダ」

小児科 渡邊幸



心と身体は互いに大きく影響し合っています。どちらかが疲れていたら適度に休養を取ることが、心と身体の健康維持にはとても大切です。
心の不調は気づきにくい
風邪をひきにくい人として、ちゅう風邪をひく人があるように、心の疲れやすさや傷つき

やすさも人それぞれで、同じ出来事があっても傷つく人と全く平気な人がいたりします。以前、鈍感力という言葉が流行りましたが、これは「心を傷つきにくくする力」と言い換えられるかもしれません。

また、私たちは得てして身体の不調には気づきやすいですが、心の不調には気づきにくいものです。熱が出れば「すぐにでも横になりたい」と思いますが、心が傷ついても「まずはこの仕事を終わらせないと」と心を休める事をしなかつたりします。自然に傷が癒えてしまうこともありますが、それが蓄積されていくとだんだん心が疲れていきます。そうすると私たちはいろいろな方法でそれを癒そうとします。友達に愚痴をいったり、美味しい物を食べに行ったり、本を読んだり、いわゆる「ストレス発散」や「息抜き」です。鈍感力があって息抜きの方法が上手な人は心を健康に保つことが上手な人、と言えます。

子どもの「こころ」
では子どもはどうでしょう

か。子どもには様々なストレスを乗り越える力が備わっていますが、大人が思いもよらないことで傷ついたりする面もあります。そして心が傷つくと、自分はそのことに気づきにくく、表面化しにくいという特徴があります。その疲れや傷が負いきれなくなると「お腹が痛い」「頭が痛い」など心の疲れが身体の症状となって現れることがあります。特に「頑張り屋」で周囲に弱音をほさにくい子や、自分の感情を言葉で表現することが苦手な子に多く見られます。家庭で「おやつ?」と思うことがあったら、いつもより沢山話を聞いたり、ゆっくり過ごす時間を作ったり、楽しいことをしたり「何か困っていることはない?」と心の奥にあるものを聞いてみたりすると良いでしょう。それでも身体のサインが続く場合には、一度病院を受診してみましよう。病気が隠れていないかどうかの確認が必要で、す。そして、心の疲れがないかどうかを一緒に考えることも必要かもしれません。