

# 消防だより



久米島消防  
☎985-3281

## 沖縄県消防司令センター

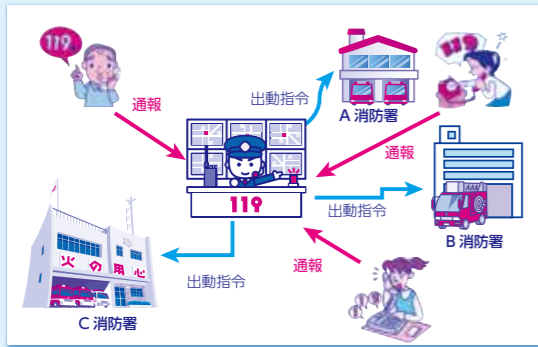
### 1 119番通報の受け付け場所が変わります

これまで、それぞれの地域の消防本部が受け付けていた火事や救急などの119番通報について、平成27年10月から一部の市町村を除き、嘉手納町字屋良1220番地にある比謝川行政事務組合ニライ消防本部内の沖縄県消防指令センターで受け付けます。

※久米島町は平成28年2月10日運用開始です



### 2 沖縄県消防指令センターとは



沖縄県消防指令センターは、各消防本部が共同で設置した施設です。

沖縄県消防指令センターでは、管轄する市町村からの119番通報を一括して受け付け、通報内容等から災害地点、火災や救急、救助などの災害種別を決定、出動部隊を編成し、管轄消防本部の消防隊・救急隊等へ出動指令や現場活動の支援などを行います。

### 3 119番通報の方法

119番通報の方法はこれまでと変わりありません。

ただし、消防指令センターでは、複数の市町村からの119番通報を受け付けますので、119番通報時に住所を告げる場合には、**市町村名**を含めてお伝えください。

※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。

○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が義務づけられました。

11月出動状況( )は、平成27年累計

- 救急……25件(339件)
- 風水害……0件(8件)
- 火災……0件(3件)
- 捜索……0件(1件)
- 救助……0件(1件)
- その他……0件(13件)

合計 25件(365件)



## 大同火災より車椅子の寄贈がありました

大同火災海上保険株式会社より久米島町へ車椅子2台の寄贈がありました。社会貢献活動の一環として、毎年継続して寄贈が行われており、本町においては、7回目、述べ14台の寄贈となります。仲里庁舎を訪れた新城支社長は、「役場を利用される高齢者などのニーズも高いと伺いました。地元の企業として、お役に立てれば幸いです」と話し、大田町長は、「大切にさせていただきます」とお礼を述べました。



# 公立久米島病院だより



## 高齢者の健康シリーズ③

—高齢者と糖尿病—

病院長

深谷

幸雄・管理栄養士

西平

早織

それでは今回は高齢者の糖尿病についてお話ししましょう。糖尿病は空腹時の血糖(126以上)、随時(食後)血糖(200以上)、HbA1c(6.5以上)などの数値で診断されます。HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)というのは一ヶ月前から検査をした日までの毎日の血糖値の平均を表しており、糖尿病を治療する際には最も参考にする検査値です。目標の値は6.5で、その値まで下げていくのが治療になります。しかし最近の研究では、若い人の場合はこの目標値でいいのですが、高齢者の場合はこの目標値ではかえって予後を悪くすることがわかってきました。一つには低血糖の危険性です。一日や二日の高血糖は害になりませんが、低血糖は短時間でも意識をなくしたり、転倒の原因になったりと危険なことが多いのです。特に認知が進んでくると服薬の管理が不安定になったり、低血糖の症状が出にくく、突然意識をなくしたりします。また度々の低血糖が認知症を悪化させたりします。HbA1cの目標を6.5に設定する

と、予備力のない高齢者は、何かあるとすぐ血糖は70をきってしまいます。それで最近では高齢者の場合は、HbA1c 7.5以下をおおよその目標にするようにコントロールするようになっています。

さてこれからは管理栄養士の西平さんに加わってもらって高齢者の食生活についてクイズを出してみよう。

**\*糖尿病クイズ**「多く食べると良い食品はどれでしょう？」①果物、②野菜、③魚介類：答え②野菜。野菜(食物繊維)を毎食とり、先に食べるようにしましょう。食物繊維は、食後の血糖値の急上昇を防ぎます。また、コレステロールを低下させ、便秘改善になります。糖尿病治療の基本は食事療法です。より良い血糖コントロールのためにも、3食規則正しく食事をとるように心がけましょう。

**\*脂質代謝異常クイズ**「脂肪を控えた食事が大切ですが、他に注意する食生活は？」①朝食をとらない②濃い味を好む③食べ過ぎる：答えは来月にお伝えしますね。

## AD/HD…注意欠陥タイプについて

発達障がいを知ろうシリーズ④

小児科医 渡邊 幸

前回、注意欠陥・多動性障がいAD/HDには多動性タイプ、注意欠陥タイプ、混合型タイプ、があると話しましたが、今回は注意欠陥タイプについてお話ししたいと思います。

「注意欠陥タイプ」では「興味がないものに注意を向けることができない」のが特徴です。その結果、①集中力が続かない、②気が散りやすい、③忘れっぽい、などの症状が現れます。このタイプの場合は多動性タイプのように目立つ症状がないため、AD/HDと気づかれにくいのが特徴です。しかし、多動性は成長にともない徐々に消えるのとは反対に、不注意の性質は残りやすく、気づかれないままに成人になると職場で大変苦労することになります。

「集中力が続かない」ことにより、宿題や興味のない課題などに長時間とどろくことが困難、漢字練習など同じ事を繰り返すことが苦手、物事を計画的に行うことができないなどが生じます。逆に好きな事には集中しすぎるのも特徴で、そのような時には話しかけられても気づかなかったり、次の行動になかなか移れなかつたりします。

「気が散りやすい」ことにより、授業中に窓の外の様子や物音などに気をとられ授業に集中できない、ぼーっとしている事が多い、細かいところまで注意をはらえない、などが生じます。その結果、テストでも問題文を最後まで読まない、ケアレスミスが

多い、点や「はね」などに注意を払わない、文章の途中で字が抜けるなどでなかなか実力を発揮できません。

「忘れっぽい」ために、授業に必要な物が無い、宿題や大事な課題がなく、物の管理ができない、整理整頓ができない、今やるべき事を忘れて他の事を始める、などが生じます。

これらの特徴は幼児期には目立ちにくく就学してからはつきりすることが多いため、小学校に入ってから子どもは勉強や学校生活に困難を感じ始めることが多いです。注意欠陥タイプだとわかれば家庭でも学校でもできる対策は沢山あり、それにより本人が自信をつけていくことで学校や勉強に対するやる気も出て来ます。具体的な対策については次回お話しします。

〈久米島町の発達障がい相談窓口〉  
・親子支援事業・役場福祉課(担当 新垣) ☎985-17124  
・公立久米島病院 小児科外来  
〈出産による医師交代のご案内〉  
公立久米島病院小児科の渡邊医師は1月10日～5月31日まで出産・育児のためお休みとなります。

この間、1月から赴任予定の小西恭子医師が小児科を担当いたします。  
ご不便をおかけする事もあるかと思いますが、ご理解のほど宜しくお願いいたします。