



餅などによる窒息事故に注意

毎年12月から1月にかけて全国的にも餅料理などを食べ窒息する事故が発生し、病院へ搬送される方も多くいます。そこで窒息事故を無くすため下記のことにご注意しましょう。

《餅などによる事故を防ぐポイント》

1. 餅は小さく切って、食べやすい大きさにしましょう。
2. 急いで飲み込まず、ゆっくりと噛んでから飲み込みましょう。
3. 乳幼児や高齢者と一緒に食事をする際は、適時食事の様子を見るなど注意を払うよう心がけましょう。
4. いざという時に備え、応急手当の方法をよく理解しておきましょう。
5. もしも詰まらせてしまった場合、**直ちに119番通報**をしましょう。



【応急手当の方法】

チョークサインを出しているとき、声を出せないとき、顔色が急に真っ青になったときなどは、食べ物などにより気道が塞がれていることが疑われます。そのようなときは大きな声で助けを呼び、**119番通報**と**AED**の搬送を依頼し、直ちに気道異物除去を始めます。

「チョークサイン」
窒息を起こし、呼吸ができなくなったことを他の人に知らせる世界共通のサイン



『呼びかけに反応があれば』

1. まず咳をすることが可能であれば、できる限り咳をさせます。
2. 咳もできずに窒息しているときは、年齢・性別に関係なく実施可能な**背部叩打法**（はいぶこうだほう）を行きましょう。

【背部叩打法の実施手順】

1. 食べ物を詰ませた人が立っているか座っている場合は、やや後方から片手で詰ませた人の胸もしくは下あごを支えて、うつむかせます。
2. もう片方の手のひらの付け根で、傷病者の肩甲骨と肩甲骨の間を強く4～5回、早く叩きます。
3. 回数にとらわれず、異物が取れるか、反応がなくなるまで続けます。



※窒息してしまった場合、
迅速に119番通報をしましょう。

第30回鶴居防火ゲートボール大会について

12月12日に「第30回鶴居防火ゲートボール大会」が開催されました。この大会は、生涯スポーツであるゲートボールを通じて、健康の増進、親睦交流を図りながら防火意識の啓発を目的に実施しています。全4チーム22名が参加し、日頃の練習の成果を発揮し熱戦を繰り広げていました。加藤署長より今年で30回を迎える歴史ある本大会を継続される参加者への労いと、消火器と住宅用火災警報器の維持管理等について話がありました。（※住宅用火災警報器は10年が交換の日安です。）結果は以下のとおりです。

・優勝…上幌呂・準優勝…下幌呂・3位…幌呂



**雪も少なく、空気が非常に乾燥しています。
火気の取扱いには十分注意しましょう。**