



vol.16

「九月九日」は何の日？

市消防本部
☎ 330123

皆さんは、九月九日が何の日か存じですか。

九（きゅう）と九（きゅう）で「きゅうきゅう」、すなわち「救急の日」です。

市内で一一九番に通報して、救急隊が到着するまでに平均六分程度かかります。その間に、適切な応急手当てが施されれば、より多くの人の命を救うことができます。救急車が来るまでに、どんな行動をとればいいのか、「救急の日」を前に、応急手当ての基礎知識を確認してみましょう。

早い通報

危険な状態と判断したら、急いで一一九番通報することが大切です。意識がおかしい、顔色が悪い、唇が紫色、冷や汗をかいている、呼吸の仕方がおかしい...といった「危険な兆候」が読みとれたら、何よりもまず、一一九番

安全な場所へ

事故の場合などは、まず安全な場所に移動する。

意識を確認

「大丈夫ですか？」と呼びかけ、肩をたたいて確認する。意識がある場合は、本人が楽な姿勢をとらせる。

気道を確認

意識がない場合は、気道を確認する。

呼吸を調べる

自分の顔を傷病者の鼻に近づけ、呼吸や吐く息を感じとる。胸や腹部の動きも見ると

人工呼吸

呼吸がなければ、人工呼吸を二回行う。

心臓マッサージ

循環のサイン（呼吸、せき、体の動き）を見て、なければ心臓マッサージを行う。マッサージを十五回して人工呼吸を二回実施する。これを救急隊が到着するまで続ける。

※人工呼吸、心臓マッサージといった心肺蘇生法については、消防署で応急手当て講習を随時開いていますので、ぜひ習得しておきましょう。

「自分が手を出して、何かあったらどうしよう」などと迷っている時間はありません。たとえ心臓マッサージの技術がなくても、移動を手助けしたり、応援を呼んだり、話しかけたり、暑ければ日傘をさしてあげたり...。できることはいくらでもあります。人の命を大切にすることを持ちましょう。

消防に関する意見・質問は

・北消防署 ☎ 330119
・南消防署 ☎ 330119
・濃南分駐所 ☎ 520119
へどうぞ。

悩んでいませんか？

～ファミリー・カウンセラーがアドバイス～
vol.28

高齢者にかかわる悩みごと

A. 家族の理解を大切に お互い助け合い協力関係を築く

再婚については、あなたと相手の方の意思が尊重されなければなりません。しかし、年齢を重ねると、気持ちは若々しくても、体力がついていなくなるのが現実です。二人が孤立しないためにも、家族からの理解や周囲の人たちの協力は欠かせません。特に、今後生じるであろう扶養や相続問題に関しては、子どもたちとじっくり話し合い、相続については、公正証書遺言を作成することも一つの方法ではないでしょうか。

そしてもう一度、二人が求める結婚生活を考えてみてください。男性が女性の家事能力を過大に期待した

り、女性が男性の経済力に寄りかかったりするなどの、相手に依存することを目的とした結婚では、うまくいくはずはありません。

共通の趣味を楽しむと同時に、それぞれが今まで大切にしてきた領域を認め合うことも必要です。お互いが経済的、精神的に自立しているのなら、高齢者同士の結婚は、必ずしも入籍という形式をとらない同居であってもよいのではないのでしょうか。

（カウンセラー・古口晴子）

Q. 結婚をめぐる問題

4年前に妻と死別し、現在は、長男夫婦と同居しています。趣味で始めた絵画教室で、ある女性と親しくなり、再婚を考えるようになりました。長男は再婚に反対ですが、同じ60代同士、気楽に生活したいのです。新しい生活のために、どのようなことに気を付けたらよいのでしょうか。