

今年も残すところあと1週間になりました。年末年始は何かと忙しく体調を崩しがちですが、重大な病気やけがの可能性がある場合は、「119番」に通報してください。早めの気づきと通報が大切な命を救います。今年最後のおたよりは、救急車の適正利用についてご案内します。

みなさま、来年もよろしくお願いいたします。



**こんな時は、119番「救急車」を呼びましょう**

救急車は、病気、けがや交通事故などで緊急に診察や治療を受けなければ生命に危険が及ぶ傷病者のために消防署に配備されています。

軽い病気や緊急性がない救急要請が増えてしまうと1分1秒を争う重症傷病者への対応が遅れ、命の危機を招く恐れがあります。しかし、いつもと違う様子や症状がみられた時は、ためらわずに救急車を呼んでください。

**ためらわずに救急車を呼んでほしい症状**

- 頭**
- ・突然の激しい頭痛
  - ・突然の高熱
  - ・支えなしで立てないくらい急にふらつく

- 顔**
- ・顔半分が動きにくいまたはしびれる
  - ・にっこり笑うと口や顔の片方がゆがむ
  - ・ろれつが回りにくい、うまく話せない
  - ・顔色が明らかに悪い
  - ・視野が欠ける
  - ・突然、ものが二重に見える

- 手足**
- ・突然のしびれ
  - ・突然、片方の腕や足に力が入らなくなる

- 胸や背中**
- ・突然の激痛
  - ・急な息切れ、呼吸困難
  - ・胸の中央が締め付けられるまたは圧迫されるような痛みが2~3分間続く
  - ・痛む場所が移動する

- 腹**
- ・突然の激しい腹痛
  - ・持続する激しい腹痛
  - ・吐血、下血がある



**通報は あわてず、ゆっくり、はっきりと**

通報の例(○消防署 ●通報者)

- はい消防署 119 番です。火事ですか？ 救急ですか？
- 救急です。
- 救急車が向かう場所と建物などの名前を教えてください。
- △△町△△番△△号 △△アパートです。
- 具合が悪い方の年齢と性別は？
- 50歳の男性です。
- どうされましたか？
- 急に胸が苦しいと言って、動けなくなりました。
- 意識はありますか？
- ありますが、もうろうとしています。
- 以前に病気をされたことはありますか？
- 3年前に□□病で□□病院に入院していました。
- わかりました。最後にあなたのお名前、電話番号を教えてください。
- ◇◇◇◇です。電話番号は ◆◆◆◆です。



## 【 1 月 の 予 定 】

<p><b>1/4 月 御用始め</b></p>	<p><b>16 土</b></p>
<p><b>5 火</b></p>	<p><b>17 日 日本海寒鱈まつり 10:30～15:00</b>  <b>会場: 鶴岡銀座商店街特設会場</b>          ※ 問合せ先: 鶴岡銀座商店街振興組合事務局          ☎0235-22-2202</p>
<p><b>6 水</b></p>	<p><b>18 月</b></p>
<p><b>7 木</b></p>	<p><b>19 火</b></p>
<p><b>8 金 編み物教室 &amp; 健康相談 9:30～11:30</b>  <b>会場: 宝田住宅集会所</b>          ※ 編み物に加え、布地を使ったソーイングや健康相談ができます。          ※ 出入り自由ですので都合のいい時間においでください。          ※ おしゃべりだけでも OK です。「ホッと一息」できる場所です。  <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b>  <b>会場: 鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)</b>          ※ 避難者相談であることを伝えてください          16:00～18:00 (要予約)          ※ 申込み) 山形法律相談センター          ☎ 023-635-3648  <b>こころの健康相談 13:30～14:30 15:00～16:00</b>  <b>会場: にこ♥ふる</b>          ※ 「眠れない日が続いている」「気分が沈み元気がない」「閉じこもりがちで心配」などでお困りの方ご相談ください          ※ 無料ですが、予約が必要です          鶴岡市健康課 ☎ 0235-25-2111 内線 364</p>	<p><b>20 水</b></p>
<p><b>9 土</b></p>	<p><b>21 木</b></p>
<p><b>10 日 週末寺小屋 13:30～15:30</b>  <b>会場: にこ♥ふる3階 栄養指導研修室</b>          ※ 小学1年生から高校生までの学習支援です          ※ 申込み、問)          子ども支援ボランティア「チーム飛躍(ひやく)」          ☎ 0235-64-1768          Eメール: <a href="mailto:jjmori@hotmail.co.jp">jjmori@hotmail.co.jp</a></p>	<p><b>22 金 編み物教室 9:30～11:30</b>  <b>会場: 宝田住宅集会所</b>  <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b>  <b>会場: 鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)</b></p>
<p><b>11 月 成人の日</b></p>	<p><b>23 土</b></p>
<p><b>12 火 避難者相談会 12:30～15:00</b>  <b>会場: 鶴岡市役所 4 階ロビー</b>          ※ 出入り自由な相談会です。          ※ お昼休みも OK です。</p>	<p><b>24 日</b></p>
<p><b>13 水</b></p>	<p><b>25 月</b></p>
<p><b>14 木</b></p>	<p><b>26 火</b></p>
<p><b>15 金 編み物教室 9:30～11:30</b>  <b>会場: 宝田住宅集会所</b>  <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b>  <b>会場: 鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)</b></p>	<p><b>27 水</b></p>
	<p><b>28 木</b></p>
	<p><b>29 金 編み物教室 9:30～11:30</b>  <b>会場: 宝田住宅集会所</b>  <b>法律無料相談(山形県弁護士会)</b>  <b>会場: 鶴岡法律相談センター(勤労者会館内)</b></p>
	<p><b>30 土</b></p>
	<p><b>31 日</b></p>

一足早い年賀状をお送りします。  
みなさま、良いお年をお迎えください。

