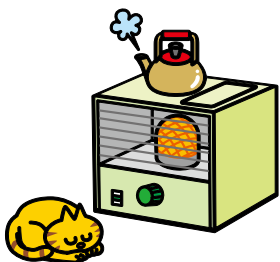


# 119番 だより



中央消防署 Tel 23 - 2013

## 暖房器具は正しく使用して



### 火災・救急発生状況

種別	10月	累計	昨年
建物	1	20	+10
林野	0	12	+6
車両	0	3	+1
その他	1	7	+3
救急	163	1510	-17

朝・晩も冷え込み、肌寒い季節となりました。本格的な冬の到来に備え、石油ストーブ・石油ファンヒーターなどの暖房器具を使用する家庭が増える季節です。

これらの暖房器具に潜む危険性を認識し、正しい使用に心がけましょう。

### 石油ストーブや石油ファンヒーターなどの正しい使い方

- ① 使用する前に、使っている暖房器具が、リコール対象商品でないかを確認しましょう
- ② 不良灯油は使用しないでください。異常燃焼や故障の原因になります
- ③ ストーブの近くに洗濯物や新聞、雑誌などの燃えやすいものを置かないようにしましょう
- ④ スプレー缶をストーブの上や温風のおたる場所に置くと、破裂する恐れがあるのでやめましょう
- ⑤ 給油は、火が付いていないことを確認してからしましょう
- ⑥ 不完全燃焼による一酸化炭素中毒を防ぐため、定期的に部屋の換気をしてください

普段の心がけで火災を未然に防ぐことができます。一人一人が暖房器具の安全な使用を心がけて、火災のない安心安全なまちづくりを目指しましょう。

# 元気の知恵袋

Vol.093

## 低温やけどに注意しよう

今回は、これからの季節に注意する必要がある低温やけどについて解説します。

低温やけどは、ゆたんぼなどのような温かく感じる温度のものに長時間皮膚が接することで、熱いと感じないまま、やけどになってしまうものです。60度で5秒程度、50度で3分程度、44度で6～10時間で、皮膚が損傷を受けるといわれています。特に脳卒中後で感覚が鈍っていたり、糖尿病があり末梢神経障害のある人、泥酔状態などで痛みなどに気づかなかつたりすると、ゆたんぼなどが体に長時間にわたり触れた状態になってしまうため、低温やけどをおこす可能性が高いようです。低

温やけどの場合には、受傷後の早い時期に軽いやけどのように見えても、時間が経過するにつれて皮膚の内部や皮下脂肪などが壊死し、深いやけど（重傷）になってしまうことがあります。

体温より暖かい程度の温度のものに長時間体が触れ続けることでやけどをするため、ゆたんぼなどを使う際には、体から離し、触れていない状態にすることが必要です。また湯たんぼ以外でも電気毛布やアンカ、カイロでの発症も報告されていますので、寒くなってきたこれからは十分に気をつけましょう。低温やけどをした場合には、なるべく早く専門の医療機関を受診してください。



▲市立病院 救急科 医員 川井 望 さん

# 110番 だより



小林警察署 Tel 23 - 0110

## 年末年始の地域安全運動実施



### 交通事故発生状況

種別	10月	累計	昨年
人身	38	287	-2
物損	99	848	+57
死者	0	4	-1
負傷者	51	361	+27
全国死者	3452		(昨年同月比 -24)

### 年末年始の地域安全運動 12月1日(日曜)～1月3日(金曜)

今年の県内の犯罪情勢は、発生約8割を占める窃盗犯が昨年より大きく減少しており、一定の成果は得られているものの、一方では県民の不安をかきたてる凶悪犯罪や、年々その手口が巧妙化している「高齢者を狙った振り込め詐欺」が増加傾向にあるなど、県民の間に「治安が向上した」との実感があるとは言えない状況です。

これから年末年始にかけて人・物・金の動きが多くなるため、それを狙った強盗、ひったくりなどの凶悪犯罪の発生が懸念されます。

皆さんも、戸締り、自転車などの二重ロックなど、防犯意識を高め、犯罪から身を守りましょう。

### 運動の重点 ～地域の安全は自分たちの手で

- 「金融機関」「コンビニ」などを対象とした強盗事件などの犯罪防止
- 「ひったくり」「自転車盗」「万引き」などの身近な犯罪の防止
- 子どもと女性、高齢者の犯罪被害防止

## ヘルスマイトさんおすすめ 元気アップメニュー

Vol.093



▲ヘルスマイト 小川 優子 さん



## 切り干し大根の白和え

1人当たりエネルギー 101kcal

### ●材料 (2人分)

- ・切り干し大根・・・10g
- ・豆腐・・・・・・・・1/4丁
- ・大根葉・・・・・・・・40g
- ・ニンジン・・・・・・・・15g
- ・すりゴマ・・・小さじ2
- ・味噌・・・・・・・・小さじ2
- ・砂糖・・・・・・・・小さじ2強

### ●作り方

- ①切り干し大根を水に漬ける。固い時はタンサン（重曹）を入れて数分茹でると柔らかくなる。食べやすい大きさに切っておく。大根葉は茹でて2割幅に切っておく。ニンジンは千切りし、茹でておく。

- ②豆腐、ごま、味噌、砂糖を合わせ、①を和える。

### ●味のワンポイント

切り干し大根は、食物繊維やカルシウム、鉄分などが豊富な食材です。豆腐の柔らかさに切り干し大根のシャキシャキ感がよく合います。ぜひ作ってみてくださいね。