

119番 だより



中央消防署 Tel 23-2013

地震対策は万全ですか

協働により九州一安心・安全なまちへ



火災・救急発生状況

種別	8月	累計	昨年比
建物	0	9	-8
林野	0	6	-6
車両	1	2	-1
その他	0	2	-4
救急	154	1213	+55

●地震による負傷要因

阪神・淡路大震災で、水や食料が不足して亡くなった人は一人もいません。亡くなった人の約80%が建物や家具の下敷きになったことによる圧死といわれています。

自宅で地震災害に遭ったとき、最も危ないのは、家具の転倒に巻き込まれることです。阪神・淡路大震災における震度7の地域では、全体の6割以上の部屋で家具が転倒し、散乱しました。けがをした人の約50%が家具の転倒によるものです。

震度5強以上の強い地震では、

テレビ、電子レンジなどの家電製品が落下したり、本棚やタンス・食器棚などの大きな家具が倒れることがあります。

家具類の転倒・落下は直接下敷きになるほか、転倒や落下をした家具類につまづいて転んだり、割れたガラスや食器などでの怪我や、家具がストーブに転倒して出火するなどの二次的な被害も引き起こします。

自分の身体を守るため、家族の命を守るために家具類の転倒・落下防止対策を実施しましょう。



元気の知恵袋

Vol.079

病院へ ちょっとした傷でも

ちょっとした傷を放っておくと、時としてとても大きな問題になることがあります。ここでいうちょっとした傷とは釘を踏んだ、犬に咬まれた、農機具で切ったなどの病院に行くか行かないか悩んでしまうような傷を指します。なぜこのような傷が問題になるのでしょうか。

キーワードは“ばい菌”です。人間の体にはばい菌と戦い、傷を治す治癒力が自然に備わっていますが、この作用を最大限発揮するためには傷をきれいな状態にしておく事がとても重要です。すなわち“洗う”ことがとても重要なのです。冒頭のような釘を踏んだときや犬に咬まれたときにできる傷は、一見とても小さなものですが奥深くまで達している事があり、そのような場合洗っても十分に洗い流すことができませんし、ばい菌を殺す薬も効果を発揮することができません。

やがて傷は赤くなり、腫れ、膿が出るいわゆる“化膿”した状態になります。それでも放っていたらばい菌はさらに深く入り、骨をむしばみ、最終的には腐ってしまいます。そうなってしまえば治療としては切断もやむを得ません。

また、土の中に生息するばい菌に“破傷風菌”というものがあります。破傷風菌に感染すると全身の筋肉が痙攣し、呼吸が出来なくなり現在でも命を落とす人がいるとても怖い病気です。破傷風は大きな傷だけでなくちょっとした傷で発生したとの報告もあるのです。

ちょっとした傷による怖い話をしましたが、早く病院を受診し適切な処置をすればこのような問題は限りなく減らす事が出来ると考えます。どうしようかな、と思ったときには気軽に傷を診せに来てください。



▲小林市立病院 整形外科 さいとう よしのぶ 医局長 齋藤 嘉信 さん

110番 だより



小林警察署 Tel 23-0110

全国地域安全運動



交通事故発生状況

種別	8月	累計	昨年比
人身	25	210	-49
物損	86	623	+29
死者	0	5	+2
負傷者	26	239	-76
全国死者	2670	(昨年同月比 -19%)	

平成24年度全国地域安全運動が実施されます。

【期間】

10月11日（木曜）
～20日（土曜）

【運動の重点】

- ◆自転車盗、万引きの防止
- ◆子どもと女性、高齢者の犯罪被害防止

小林警察署重点 家屋や車、自転車の施錠、自転車の二重ロックをお願いします。

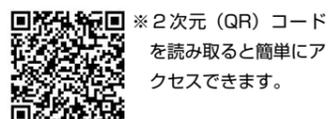
協働により「九州一安心安全なまち小林市」を目指して

小林市防災メール

に登録をお願いします。

◆登録方法（携帯電話）

①小林市ホームページ携帯版の防災防犯メール配信サービスにアクセスしてください。



※2次元（QR）コードを読み取ると簡単にアクセスできます。

②ページの案内に従ってメールを送信ください。返信されたメールから情報種別を選択し登録すれば完了です。

※メールが返ってこないなど不明なことは下記まで問い合わせください。

●問：総務課

Tel 23-0220

ヘルスメイトさんおすすめ 元気アップメニュー

Vol.079

手作りイオン水

200ccあたり 約34mg/L



▲食生活改善推進員の高妻昌子さん



●材料（1ℓ分）

- ・白湯（水でもよい）…1ℓ
- ・さとう（黒砂糖でもよい）…40g（大さじ4）
- ・塩…3g（小さじ約1/2）
- ・レモン汁……………1/2個分

●作り方

①材料を合わせるだけで、出来上がり。

●味なワンポイント

激しい運動、農作業などで汗をたくさんかいた時、発熱、熱中症などの脱水予防にイオン水を作ってみませんか。

市販に比べ必要なナトリウムが含まれ、糖分の量も少ないため体にもよく、また飲みやすくできています。レモンをゆずやかぼすなどに替えてみるのもよいでしょう。