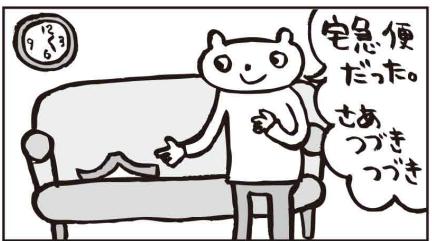


『健康』

ワンポイント アドバイス

知っていますか？

救急車の呼び方



急な病気や事故は、いつ起こるかわかりません。救急車の呼び方を日頃から頭に入れ、万が一の場合に備えましょう。

○救急車を呼ぶときは。

①火事ですか？ 救急ですか？ 「救急です」と伝える。
②住所はどこですか？ 来てほしい住所や目印になる建物を伝える。

③どうしましたか？

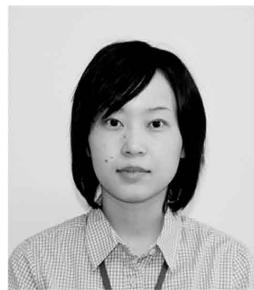
誰が、どのようにして、どうなったかを簡潔に伝える。分かる範囲で意識や呼吸の有無を伝える。

④あなたの名前と連絡先を教えてください。

通報者の氏名と連絡可能な電話番号を伝える。

119番通報すると、指令員が救急車の出動に必要なことを順番に質問します。あわてず、ゆっくりと伝えましょう。

【お問い合わせ】 健康福祉部 健康課 (☎ 662-3167)



濱 和子 保健師

話番号を伝える。

※その他、持病やかかりつけの病院などについて、尋ねられる場合があります。

○救急車到着までにできること

①指示された応急手当を行う。
②人手があれば、救急車が到着したときの誘導や搬送路の確保を行う。

③保険証、診察券、普段飲んでいる薬（お薬手帳など）、財布等の準備をする。

持病やかかりつけ医、普段飲んでいる薬などは、メモにまとめておくと便利です。

※医療機関へ向かうときは、火の元の確認や戸締まりを忘れないようにしましょう。

【お問い合わせ】 健康福祉部 健康課 (☎ 662-3167)

(☎ 662-7603)

この企画は、地域包括支援センターです

認知症市民公開講座を開催しました

養父市では認知症の正しい理解の普及啓発に取り組んでおり、昨年度に引き続き、今年度も7月1日に八鹿文化会館ホールにて『みんなで取り組む認知症の人と家族にやさしいまちづくり』を開催しました。

第一部では、『認知症の人を理解し、お互いがしあわせに暮らせるまちを目指して』と題して認知症介護研究・研修東京センターの永田久美子さんによる特別講演がありました。永田さんが実際に認知症の方々に関わってこられた経験から、認知症の人の心情について教えていただきました。「認知症の方はただ支えられる一方ではなく、地域で働き、地域を支える一員として活躍されており、地域とのつながりが切れないことが大切だ」と話されました。元気な時には気づきにくい「地域とのつながり」は、認知症になつた時に安

心・快・元気の源になるということです。元気なうちから、地域とのつながりを保つていくことが大切だと感じました。参加者からは「支え合える地域、支えていただける施設の取り組みが聞けて心強く思つた」「新しい事を知ることができて良かった」「4人の発表で元気をもらうことができた」などたくさんのお意見・感想をいただきました。



講演する永田久美子さん

今回の市民公開講座の内容は、10月7日に開催する『みんなで元気フェスタやぶく健康福祉まつり』でパネル展示する予定です。

今回の市民公開講座の内容は、10月7日に開催する『みんなで元気フェスタやぶく健康福祉まつり』でパネル展示する予定です。