



2013. 12. 19 放送（抜粋）

早いですね。今年も半月を残すのみとなりましたね
これからの日々は大掃除やお正月の準備に追われ、何かしら気持ちばかりが焦ってしま
います。

新年号として広報紙広報 119 を皆様にお届けできますように、ただいま準備中ですが、こ
の中で、今回の応急手当の連載は、ヒートショックを取り上げています。
ヒートショックというのは、暖房の効いた部屋から寒い廊下に出たりした時に、身体が温
度変化についていけず、血圧が変動し、意識消失などを起こす状態です。
心筋梗塞や脳卒中の要因となることも考えられます。

ヒートショックは、11月から4月の気温が低い時期に発生しやすい傾向にあります。
平成24年中に浴室、浴槽や脱衣所も含まれますが、この場所で発生した救急事案のうち9
人の方が亡くなっています。

平成25年は10月、11月の2か月間で7人の方が亡くなられています。
約70%が65歳以上の高齢者の方となっています。

入浴中の事故を起こす原因として急激な温度変化が身体に悪影響を及ぼすヒートショ
ックが考えられます。

では、浴室でのヒートショックはどのようにすれば予防できるでしょうか？

- ① 浴室を暖めておく。できる限り温度差をなくすこと。
- ② 昼間の気温の高い時間帯に入浴すること。
- ③ 浴槽のお湯の温度を低めに設定すること。
- ④ かけ湯や半身浴を組み合わせて入浴方法を工夫すること。
- ⑤ 入浴する時は、家族に知らせてからにすること。
- ⑥ 入浴中には、時々声掛けをすること。

などが考えられます。

大切なご家族をヒートショックによる事故から守るために、以上のことに気をつけてい
ただきますようお願いいたします。

年末年始は、長いお休みとなる方も多くいらっしゃいますし、世の中が全体的にウキウ
キムードのため、事故も発生しやすいようです。くれぐれも気をつけてください。救急
車の出動が1件もないことを祈りたいと思います。

来年、平成26年1月7日は消防本部点検式が開催されます。

場所は豊前市荒堀の京築広域圏消防本部庁舎前広場です。
時間は10時からです。
お時間のある方や興味のある方は是非、見にいらしてください。
お待ちしております。

一年を振り返って・・・

それでは皆様よいお年をお迎えください。
また来年元気にお会いしましょう。

京築広域圏消防本部 総務課 総務係
