







# 予防救急だより

秋号（第8号）  
令和元年9月  
発行：消防救急課  
（51-3101）



救急車を呼ぶような大事にならないように、普段の生活の中に取り  
入れたいちょっとした予防法を、救急隊がご紹介します。

## 《実際にあった救急事例を参考に対策を！》

<p>【転倒防止】</p> <p>事例：段差につまずき転倒、股関節を骨折</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 室内の段差をなくす。</li> <li>• 手すりを設置する。</li> <li>• 部屋の整理・整頓をする。</li> </ul> 	<p>【入浴時の事故防止】</p> <p>事例：浴槽に顔が浸かった状態で発見</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 入浴する時は家族に声掛けする。</li> <li>• 事前に浴室を温める。</li> <li>• 入浴中は家族が時々声を掛ける。</li> </ul> 
<p>【窒息・誤嚥防止】</p> <p>事例：食べ物（もち・ゼリーなど）がのどにつままった</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• たくさんの量を口に入れない。</li> <li>• ゆっくりよく噛んで食べる。</li> </ul> 	<p>【火傷防止】 着衣着火</p> <p>事例：調理中に衣服が燃えて大やけど</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 火を使うときは袖や裾が広がっている服は避ける。</li> <li>• 火のついたコンロ越しの作業は行わない。</li> </ul> 

## 秋号の特ピックス

今回のテーマは交通事故です。  
夕暮れ時に多い理由、防止策は？  
裏面へGO！！



# 夕暮れ時は要注意！交通事故

太陽が沈む時間が日に日に早まり、秋の深まりを感じる今日この頃です。皆様も季節の変わり目に備え、体調管理などに気を配っていることと思いますが、この時期に注意していただきたいことが、もう一つあります。それは、秋から冬にかけて増加する交通事故です。特に重大な事故が多発する夕暮れ時は要注意！

## ★夕暮れ時に多発する理由



- ① 上空が明るく地面付近が暗くなる夕方。人の目は明るい部分を見てしまうため、歩行者に気付くのが遅れてしまいます。
- ② 車の右側から横断してきた歩行者との事故が多く発生。歩行者から見ると、反対車線を走る車は遠く感じ、無理な横断につながります。
- ③ 帰宅ラッシュで交通量が多く、1日の疲れが溜まっていて集中力が低下します。

## ★事故防止策



- 早めのライト点灯 ⇒薄暗いと感じたら迷わず点灯しましょう。
- 速度を落とす ⇒路上が見えにくいため、意識して速度を落としましょう。
- 右側に注意する ⇒ドライバーは左側を意識しがち。ヘッドライトも左寄りを照らす設定のため、右側への注意が低下します。
- 目立つ工夫をする ⇒歩行者や自転車はドライバーから発見されやすくすることが大切。目立つ色の服を着る・反射材をつけるなどの工夫をしましょう。

### 【救急隊コメント】

こんな時は**すぐに救急車を呼んで**ください！！

- 出血が止まらない。
- 動けない、意識がない、けいれんしている。

