

# とやま 市P連



富山市PTA連絡協議会広報紙「Ren」第83号

知っておきたい もしものときの対処法

命を守る Ⅱ夏編Ⅱ

PTAこんなことやります！やっています！！



会長 藤井 裕久

こんにちは。

本年度も、「地域の元気はPTAから！」という想いで、市P連の活動に取り組んでまいります。また、組織改革推進会議を新設し、市P連組織と事業の見直しを検討します。

子育て世代である私たち、この地域を愛し、地域に根ざし、いきいきとPTA活動をする事こそが、この地域や学校の元気につながると信じております。

一年間、共に手を取り頑張らしましょう！！



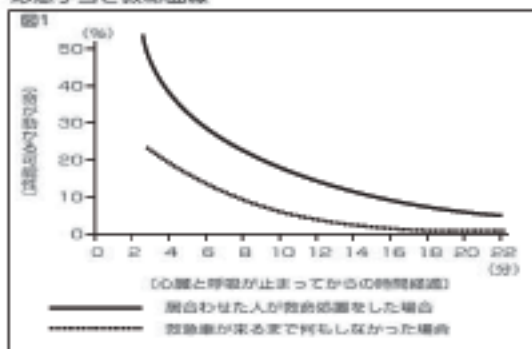
親子でリフレッシュ  
～フラワーアレンジメント教室～

6月12日(土) 鶴坂小学校

【発行日 2010.7.15】 発行/富山市PTA連絡協議会 編集/広報委員  
〒930-0002 富山市新富町一丁目2番3号 CiCビル3階「とやま市民交流館」内 TEL(076)411-7901 FAX(076)411-7902  
<http://www.pta-toyama.jp/>

# 応急手当が救命の可能性を高めます。

応急手当と救命曲線



# 知っておきたいもの

## + 命を守る +

### 救命のリレー



### 救命講習の様子



「救命のリレー」の4つのうち2つは、居合わせた人、つまりあなたの手にかかっているのです。

あなたがまずすべきことは、119番通報し、救命処置を始めることで、この大切な命を守る「救命のリレー」をスタートさせることです。

人の命を救うのは  
あなたの手と  
ひとにぎりの勇気！

広げよう救命の輪  
身につけよう  
応急手当

### これがAEDだぁ!!



心臓は何らかの原因で電気信号が乱れてしまうと、ブルブルとふるえる心室細動を引き起こします。

また、18歳以下の若い人でも、ボールが胸にあたりたり、サッカーなどの競技中にひじやひざがあたって、不整脈を起こし、心室細動になる可能性があります。

AED(自動体外式除細動器)は、この心室細動を起こしている心臓に対して電気ショックを与え、自動的に心電図を解析して、正常なリズムに戻すことのできる唯一の治療器具です。

救命講習では、心肺蘇生法・AEDについて詳しく学ぶことができます。

### AEDってなに?

※救命講習の申し込みは、最寄りの消防署に確認してください。

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| ●富山消防署 493-4141  | ●婦中消防署 466-2280  |
| ●中分署 441-8260    | ●山田分遣所 457-9119  |
| ●東部出張所 424-8431  | ●水橋消防署 478-0061  |
| ●南部出張所 429-5970  | ●大沢野消防署 468-1212 |
| ●北部出張所 451-4656  | ●細入分遣所 485-9119  |
| ●富山北消防署 437-7141 | ●大山消防署 483-1119  |
| ●和合出張所 435-0119  | ●小見分遣所 482-9119  |
| ●呉羽消防署 436-5040  | ●八尾消防署 454-2119  |

### AEDの使用で多くの命が助かっています。

※一般の方がAEDを使用した例

使用月	使用場所
H20・1	市体育文化センター
H20・9	総合公園サッカー場
H21・9	興南中学校グラウンド
H21・10	富山第一ホテル
H22・3	JR富山駅
H22・4	老人ホーム
H22・5	五福公園野球場

児童、生徒の事故は、学校、家庭、課外活動など色々な場で起きています。すぐに医師による治療が受けられるとは限りません。予防、事故が起こった場所での適切な応急手当が重要です。

熱中症、水の事故等で突然心停止などが起こったときの心肺蘇生法とAEDの使用について特集しました。命を守ることに一つ一つ一緒に考えてみましょう。

# いものときの対処法

＝夏編＝



## 熱中症

夏休みを迎え、スポーツ教室や地区行事等で子どもたちを指導やお世話をする機会が多くなることでしょう。熱中症を未然に防ぐために何ができるでしょうか。また、もし発生してしまったらどうすればよいのでしょうか。



◆熱中症とは◆  
【症状】

軽症	重症
〈脱塩症〉 〈脱水症〉 ・四肢や顔面のけいれん ・筋肉痛 ・全身倦怠感 ・めまい ・吐き気 ・顔面蒼白 ・痙攣	〈熱射病〉 ・高体温 ・発汗停止 ・意識障害

夏休みを迎え、スポーツ教室や地区行事等で子どもたちを指導やお世話をする機会が多くなることでしょう。熱中症を未然に防ぐために何ができるでしょうか。また、もし発生してしまったらどうすればよいのでしょうか。

【発生しやすい時期】  
7、8月の気温の高い時期  
午前10時～午後4時の間  
梅雨の合間に突然気温が上がったとき  
梅雨明けの蒸し暑い日  
部活動では合宿の初日や休  
日明けの練習日  
※部活動終了後の帰宅途中に起きることもあります。

◆熱中症を防ぐために◆  
①体調が悪い場合は無理をさせない。(体調が悪くなったときは我慢せず指導者に話せる環境づくりも大切。)  
②こまめに水分を補給する。  
③服装は、身体で吸湿性や通気性のよいものを、屋外では帽子を着用する。

※屋内スポーツやクーラーのない部屋、車内での発生例も多く報告されています。屋外でなくても油断は禁物です。

◆発生したら◆  
【意識状態の確認】  
意識があっても応答が鈍かったり、言動がおかしかったりする場合、重症と考えると一刻も早く病院へ搬送します。

◆冷却処置◆  
重症の場合、できるだけ早く体温を下げるのが大切です。首や脇の下、足の付け根などの太い血管を冷やすと効果的です。

【水分補給】  
意識に問題がない場合、脱塩症時は生理食塩水(1ℓに9gの食塩)、脱水症時は市販のスポーツドリンクなどを補給すれば通常は回復しますが、吐き気や嘔吐などで水分補給ができない場合は病院で点滴を受けます。



## 水の事故

夏になると水に接する機会が増える時期です。水のあるところが必ず事故発生の危険があるということを、忘れてはいけません。保護者として心がけておきたいこととして、水のある場所では、子どもはいつも以上に興奮するということです。興奮すると、予測できない行動をとりやすくなります。「子どもからは目を離さない」「子どもだけで海に近づかせない」の原則を覚えておきましょう。

また、救助の際は、溺れている人の救助は消防職員や、ライフセーバーなどの専門家に任せるのが原則です。自分が救助に入水することは、二重事故になる可能性が非常に高いからです。

◆プール・海での注意点◆  
プールでは、監視員の警告は危ないことを教えてくれていることを忘れないでください。

海では、浅瀬から急に深くなつて足がとられたり、波にのまれぬように注意しましょう。もうひとつは、離岸流です。これは岸から沖に向かう潮流で、この流れに乗ってしまうと大人でも助けにいけないほど沖

に流されます。沖に流されたら最初は岸と平行に泳ぎ、流されなくなったら岸に向かって泳ぎましょう。

◆迅速な心肺蘇生法◆  
どんなに気をつけていても、もしもの事は起きるものです。溺れた人を救助した際は、水を吐かせるために上腹部を圧迫したり、水を吐かせることに時間を費やしてはいけません。意識がなければ気道確保をして、さらに正常な呼吸がなければ心肺蘇生法を実施します。傷病者が水を吐いた場合は、一度手を止めて傷病者の顔を横に向けて気道が詰まらないように水を吐かせてから、再度気道確保をして心肺蘇生法を繰り返します。もし、傷病者に動きや反応が出てきたら心肺蘇生法をやめて、楽な体位にして救急車が来るまで様子を観ま

海のもしものは/  
118番



海上保安庁

# PTA活動のハイライト

## だるもな！ちっくまな！！

### 小見っ子、白銀の大空へ

小見小学校

1月31日(日)晴れ、立山山麓、小見小学校庭のジャンプ台(昭和48年に完成)で、伝統の「校内ジャンプ大会」を開催した。白馬北小をモデルにつくった20メートル級ジャンプ台。その頂上のスタート台で凍りつく一年生。時間が止まった。(昔、父兄も飛んだ冬の儀式)親・友達・先生の祈りの声援。さあ、スタートだ。銀の龍の背を次々と滑る全校19名の小見っ子飛行隊。「ナイスジャンプ」。響きわたる声に、誇らしげな顔が光っていた。



### 夢に向かってステップワン

奥羽中学校



2月4日(木)「13歳の学び」を開催しました。一年生がさまざまな職種で活躍する人から仕事の厳しき、やりがいなどを学び、将来の進路選択に向けて視野を広げることを目的としています。

生徒はそれぞれの講師の先生から、仕事の内容や苦勞喜びを聞いたり、実際に調理実習などを体験しました。

「14歳の挑戦」の前に、仕事の意味をみつける貴重な機会となりました。

### みんなでウォーキング

奥田小学校

5月16日(日)奥田校下の各種団体と協力し、「春の歩こう会」を開催しました。PTAからは47名が参加しました。

「豊かな水、緑あふれる砺波散居村」と「生活の知恵と工夫の結晶」を見に行こう」というテーマのもと、JR城端線油田駅を出発し、チューリップ公園では日本最大の五連水車を見学し、砺波散居村ミュージアムでは生活の知恵や工夫を学ぶことができました。

昼食をとった後は、砺波駅まで元気いっぱい歩いてきました。天候にも恵まれ、先生方や地域の方々とも触れ合うことができ、楽しい一日を過ごしました。



### 激論？生徒会とPTA

山室中学校



6月3日(木)、生徒と交流を深め、より良い学校環境作りを目指す目的で、生徒会執行部とPTAの座談会が行われました。

生徒たちは、学校や先生、親に対して言いたいことや、趣味から政治問題まで幅広いテーマに関する生徒なりの意見をぶつけてくる一方、PTAからは、自分の子どもには言えないけど生徒に聞いて欲しいことを話すなど、素直に話し合える良い機会となりました。最後に生徒から、「またやりたい」「気遣い？」と言われてチョッピリ嬉しい大人たちでした。

今年度の市P連は  
こんな活動を  
予定しています。

#### ★総務委員会

会長情報交換会をはじめ、各種団体との懇談会を開催し、PTA活動を活性化します。

#### ★教育問題委員会

11月20日(土) 13時から「教育問題懇談会」を大久保ふれあいセンターで開催します。

#### ★生涯学習委員会

昨年度は新型インフルエンザにより中止となりましたが、今年度は11月に「中学生懇談会」を開催します。

#### ★厚生委員会

9月18日(土)「こどもたちの心と体の健康を考える集い」をファボールホールで開催します。

#### ★広報委員会

本号はいかがでしたか？次号でも単Pの活動紹介をとりあげます。記事募集中！

#### ★良書をすすめる会

親子で読んで欲しい素敵な本をたくさん紹介します。

#### ★組織改革推進会議

広域合併から6年目を迎え、これからの市P連の事業や組織の見直しを検討します。