

おこっぺしょうぼう



119



令和3年6月発行 No.50

発行：紋別地区消防組合消防署興部支署

〒098-1607 興部町旭町

TEL 0158-82-2136 FAX 0158-82-2400

✉ syoubou@town.okoppe.lg.jp

火災想定訓練を行いました！



4月14日に建物2階で火災が発生し逃げ遅れがいるとの想定で訓練を行いました。ホースの延長要領や要救助者の検索・救出方法を確認しました。無線機や空気呼吸器を装備して、より現場を意識した訓練となりました。



住宅用火災警報器を設置しよう！！



どうして住宅用火災警報器が必要なの？

全国的に火災による死者数は住宅火災が最も多く、令和2年は住宅火災によって862人が命を落としており、その半数の431人は、就寝中など火災の発生に気づけず逃げ遅れによるものです。

逃げ遅れによる死者を防ぐために、火災の発生をいち早く感知して知らせてくれる住宅用火災警報器の設置が必要です。

令和2年建物火災による死者数980人
(放火自殺者等を除く)

住宅火災以外
11%

住宅火災
89%(862人)
(うち431人が逃げ遅れ)

～あって良かった！住宅用火災警報器①～

奏功事例①

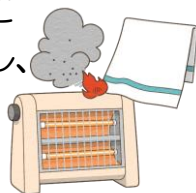
タバコを吸ったまま寝てしまい、吸い殻が布団に落ち燃え上がってしまった。しかし火災警報器が鳴動し急いで初期消火を実行したため、大事にはいかなかった。



～あって良かった！住宅用火災警報器②～

奏功事例②

就寝中に掛け布団が電気ストーブに触れ、布団が焦げその煙によって火災警報器が鳴動し、急いで水をかけ大事にはいかなかった。



設置する場所は寝室です！

2階に寝室がある場合は階段上にも必要となります。下図を参考にもう一度確認しましょう！！



住宅用火災警報器はお近くの家電量販店、ホームセンターにてお買い求め頂けます。
火災から命を守るためにも、この機会に設置をお願いします。

コロナと熱中症の対策を！

まだまだ涼しい6月ですが、これからどんどん気温が高くなり夏本番を迎えます。今年も引き続き、コロナウイルスから身を守りつつ熱中症対策を行いましょう。

熱中症対策の鍵「暑熱順化」 しょねつじゅんか

暑さから体を守る体づくりのことを「暑熱順化（しょねつじゅんか）」といいます。徐々に体を暑さに慣れさせることにより体温の上昇に素早く体が反応して体から熱を逃す力が増します。

- ・ウォーキングなどの汗をかく運動
- ・15分程度、40度近くのお湯に浸かる
- ・入浴中に浴槽の蓋を半分閉めてサウナ効果を高める

これらを毎日行うことで、夏に向けた体づくりができます。

去年は外出自粛による運動不足や、ステイホームなどの影響で暑熱順化が進まないことに加え、コロナ下でのマスク着用もあり、例年に比べ熱中症のリスクが高まりました。今年も同様の悪影響が重なることが考えられるので注意が必要です。



マスクと熱中症

マスクの着用が熱中症のリスクになることも頭に入れておきましょう。

マスクをすると通常に比べ呼吸が妨げられ、熱が逃げにくくなります。特に子どもはその影響が顕著に見られますので要注意です。

マスクをしていると口の渇きを感じにくく、水分補給が不十分になり、気づかないうちに脱水が進む危険性もあります。暑い時には人ごみを避け、適度に水分補給を行い、正しいタイミングでマスクをはずすことも必要です。



マスクを外す正しいタイミング

熱中症にならないためには、マスクを外してもよいタイミングをしっかりと把握し、適宜外すことも必要です。



- ・屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）がある時はマスクをはずす
- ・マスクを着用したままの激しい運動は避ける
- ・のどが渇いていなくてもこまめに水分を取る

熱中症予防のポイント

暑さを避けましょう



- ・涼しい服装や、日傘・帽子の活用
- ・体調が悪くなったら、涼しいところへ
- ・外で涼むときは日かげを使いましょう

こまめに水分を補給しましょう



目安は1時間ごとに水分補給



- ・1日あたり1.2Lを目安に
- ・起床後や入浴前後にも水分補給
- ・大量に汗をかいた時は塩分補給

感染症対策にご協力ください



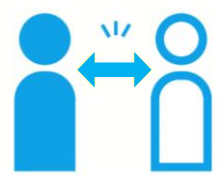
マスク着用



こまめな手洗い



こまめな換気



ソーシャル
ディスタンス