

9月9日は「救急の日」

令和7年9月7日(日)～9月13日(土)は救急医療週間

救急車の適正利用にご協力をお願いします

夜間・休日の診療時間外だった



どこの病院に行けばいいかわからない



救急車は無料だから



救急車を本当に必要とする人のために皆様のご協力とご理解をお願いします。

緊急医が分からない場合、休日は「長野市医師会」【<https://www.odajini.or.jp/weekend-doctor/>】

篠ノ井・川中島方面の緊急医は「更級医師会」【<https://www.sarashina-med.net/kamoku.html>】をご覧ください。

夜間は長野市民病院・医師会 急病センター TEL 026-295-1291 (毎日 19:00～翌 6:00) にお問い合わせください。

必ず事前に電話でお問い合わせの上、医療機関の指示に従って受診してください。

急な**病気**や**ケガ**等で
・救急車を呼ぶか
・病院に行くか

迷ったときには

長野県救急安心センター

#7119へ



(相談は無料です。通話料は
利用者の負担になります。)

受付
時間

平日 : 19時から翌8時まで
土・日・祝日 : 8時から翌8時まで

●緊急・重症の場合は迷わず **119** 番通報

こども (概ね15歳未満) の場合は

#8000へ

(受付時間: 毎日 19時から翌8時まで)

※ダイヤル回線、IP電話の場合は、「026-231-3021」にかけてください。

裏面もあります

こんな症状があったら迷わず救急車を利用してください

- 意識がない、呼吸がない ○顔の半分が動きにくい、しびれる
- 呂律が回らない、腕や足に力がはいらない ○突然の激しい頭痛、胸や背中・腹部の激痛
- 急な息切れ、呼吸困難 ○虫・ハチに刺されて全身に蕁麻疹が出ている、息が苦しい など・・・・

お子さんはこんな症状の時も

- 唇の色が紫色 ○顔色が明らかに悪い ○激しい咳、ゼーゼーして呼吸が苦しそう
- 頭をぶつけて出血が止まらない、意識がない、けいれんがある ○嘔吐が止まらない など・・・・

応急手当の方法を身につけましょう！



講習会のコース

- 救急入門コース（90 分間）
- 普通救命講習Ⅰ（3 時間）
- 普通救命講習Ⅱ（4 時間）
- 普通救命講習Ⅱeラーニング（3時間）

長野市消防局では心肺蘇生法、けがの手当等を習得する救命講習会を行っています。受講を希望する方は事前の申し込みをお願いします。詳しくは広報ながの、長野市役所ホームページをご覧ください、お近くの消防署・分署へお問い合わせください。

気温・湿度の高い日は冷房を適切に使い熱中症に気をつけましょう

クマの目撃情報が多く屋外での活動には十分注意しましょう

『急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし』（2025 年度全国統一防火標語）

長野市消防局 中央消防署 飯綱分署 TEL 026-239-2119

高齢者を火災から 守る運動



令和7年9月14日（日）から9月20日（土）まで「高齢者を火災から守る運動」を実施します。火災による高齢者の被害を軽減するため、「敬老の日」に合わせて、火災予防運動を実施しています。



着衣着火にご注意ください！

コンロの火は見えている炎より大きな範囲で燃焼しています



目で見える炎（左図）よりも広い範囲（右図）まで炎がある。



ガスコンロで加熱中の鍋を赤外線カメラで見た様子（右が赤外線カメラの画像。緑の部分が炎）



独立行政法人 製品評価技術基盤機構(Nite)ホームページより引用

防災品を使用



着衣着火を防ぐためのポイント

- ◇火を扱う際は、燃えやすい素材の服を避け、防災製品を着用する。
綿、レーヨン、パイル地、フリース等の素材は避けるのが望ましいです。
- ◇袖口が広がった服は避ける。
- ◇火を使う際は、周囲に燃えやすいものを置かない。
- ◇表面フラッシュ現象に注意
表面が起毛している服は、燃え移ると一瞬で燃え広がる「表面フラッシュ現象」を起こしやすいため、特に注意が必要です。

万が一、着衣に着火してしまったら

落ち着いて、近くの水で消火するか、タオルなどで叩き消してください。
背中など手が届かない場合は、その場に倒れて転がり消火してください。

裏面へ



×

- ・灯油カートリッジのキャップは確実にしめましょう！
- ・近くで洗濯物を乾かさな！
- ・周囲に燃えやすいものを置かない！

ストーブ



×

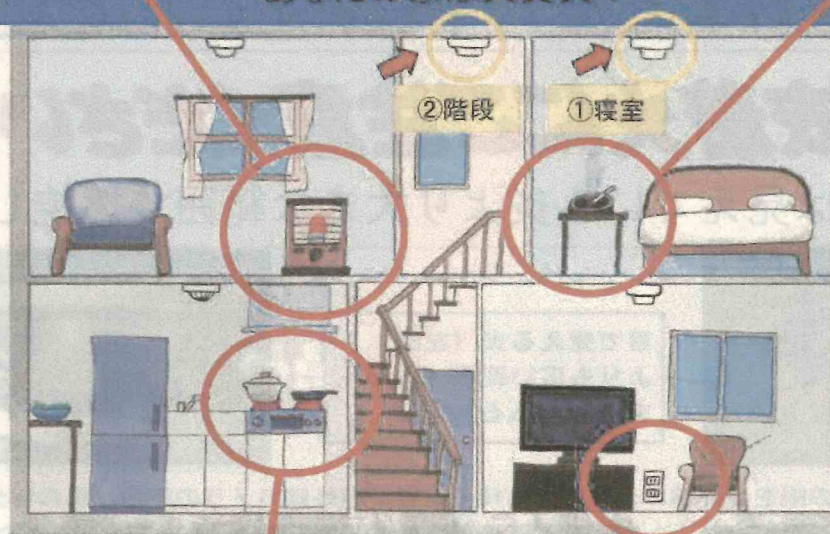
- ・寝たばこは、絶対にしない！
- ・吸殻は水で完全に消火してから捨てる！

たばこ

◎住宅用火災警報器は、設置後10年を目安に交換しましょう！

家庭の火災予防

あなたの家は大丈夫？



◎設置が義務付けられているのは
①寝室
②寝室が2階以上にある場合は階段の上部

◎住宅用火災警報器を設置しましょう！

コンロ



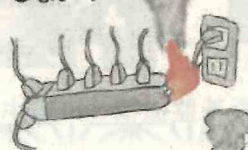
- ・調理中は必ず火が消えているか確認！
- ・お出かけ前、おやすみ前に、火の元点検を忘れない！

- ・調理中はコンロから離れない！
- ・会話やテレビ、スマホに夢中になって、火を使っていることを忘れない！

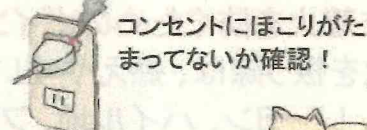


電気コード

定格容量を超えて使用しない！



コードを固いものの下敷きにしない！



コンセントにほころりがたまってないか確認！



コードを引っ張って抜いちゃダメ！



ペットがコードを噛んだり、引っ張ったりしないように注意！