



区民のページ「ちゅうおう」

2007

<http://www.city.sapporo.jp/chuo/>

ご存じですか 「救急の日」



「リスキュー」
札幌市消防局キャラクター



9月9日は「99」の語呂合わせから、救急業務や救命処置について理解と認識を深める「救急の日」とされています。

今月号では、救命処置に重要な役割を果たすAED エーイーディーを紹介します。

編集：中央区市民部総務企画課広聴係 〒060-8612 札幌市中央区南3条西11丁目
☎011-231-2400 (内線224) Fax011-231-6539

「区民のひろば～中央区からのお知らせ～」 ラジオノスタルジア (FM78.6MHz)

毎週月曜午後0時30分～

「中央区だより」 ラジオカロスサッポロ (FM78.1MHz) 毎週金曜午前10時10分～

人口 209,940人 (前月比 +521)
男 93,910人 女 116,030人
世帯数 114,255世帯 (前月比+415)
平成19年8月1日現在



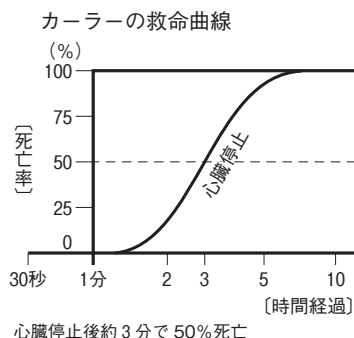
救命の連鎖

「AEDによる救命処置で一命を取り留めた」というニュースを目や耳にしたことがありますか。

救命専門医M・カーラーの救命曲線（左表参照）によると、心臓停止の傷病者を三分間放置したときの死亡率は五十割になります。

このことから、次の四つの行動を速やかに行うことが、命を救う重要なポイントとなります。

- この四つの行動は「**救命の連鎖**」（チェーン・オブ・サバイバルChain of survival）と呼ばれ、連続して行うことが大切です。
- ① **早い通報**
 - ② **早い心肺蘇生**
 - ③ **早いAEDによる除細動**
 - ④ **早い医療処置**



AEDとは？

AED（Automated External Defibrillator）の略で、「自動体外式除細動器」と訳されています（写真下）。

電源を入れると音声で操作方法が指示されます。付属の電極パッドを傷病者に張ると自動的に心電図を解析し、除細動が必要な場合にのみ電気ショックを加える仕組みで、安全・確実に除細動が行えます。

除細動の必要性

心筋梗塞などにより突然倒れたときは、心臓が不規則に震え全身に血液を送り出すことができない状態（**心室細動**）となるため、放置すると死に至ります。

このようなときは、一刻も早く心臓に電気ショックを加え細動を取り除く（**除細動**）ことが最も有効な処置です。



除細動までの時間が一分遅れるごとに**生存退院率（※）**が七割低下するといわれているため、早期に除細動を行う必要があります。

○AEDを設置している中央区内公共施設（平成19年7月31日現在）

設置場所	住所	設置場所	住所
札幌市役所本庁舎	北1西2	旭丘高等学校	旭ヶ丘6
中央区役所	南3西11	星園高等学校	南8西2
中央健康づくりセンター	南3西11	豊水すすきの駅	地下鉄東豊線
中央区体育館	大通東5	バスセンター前駅	地下鉄東西線
円山総合競技場	宮ヶ丘3	西11丁目駅	地下鉄東西線
中島体育センター	中島公園1	西18丁目駅	地下鉄東西線
大倉山ジャンプ競技場	宮の森1274	円山公園駅	地下鉄東西線
中央卸売市場	北12西20	西28丁目駅	地下鉄東西線
教育文化会館	北1西13	幌平橋駅	地下鉄南北線
コンサートホールKitara	中島公園1-15	中島公園駅	地下鉄南北線
市民ギャラリー	南2東6	すすきの駅	地下鉄南北線
札幌市資料館	大通西13	大通駅（2カ所）	駅コンコース
日新小学校	北8西25	さっぽろ駅（2カ所）	駅コンコース
宮の森小学校	宮の森4-6	電車事業所	南21西16
大倉山小学校	宮の森3-13	豊平館	中島公園1-20
三角山小学校	宮の森4-11	養護老人ホーム 長生園	大通西19
中島中学校	南12西7	中央消防署	南4西10
啓明中学校	南9西22	桑園出張所	北4西22
柏中学校	南21西5	大通出張所	大通東5
向陵中学校	北4西28	豊水出張所	南9西5
伏見中学校	南16西17	幌西出張所	南11西21
中央中学校	北4東3	山鼻出張所	南23西10
宮の森中学校	宮の森1-16	宮の森出張所	宮の森2-11
山鼻中学校	南23西13	大通公園管理事務所	大通西7
中央幼稚園	北2西11	円山公園管理事務所	宮ヶ丘3



▲AED本体と付属品

AEDで人命救助

8月7日（火）中央区内のスポーツクラブのプールで、運動をしていた60歳代の男性が心肺停止になり、同クラブのインストラクター2人が、AEDを使用した救命処置を行いました。

このクラブに対し、今回の救命処置と日ごろの応急救護の取り組みについて、8月22日（水）中央消防署（前田實署長）より感謝状の贈呈がありました。



▲支店長（中央）と救命処置を行ったインストラクター（両端）

※生存退院率：心室細動の状態に陥った人が生存して退院する確率



特集 ご存じですか「救急の日」

AEDの設置施設

区内でAEDを設置している公共施設は五十カ所あります（右ページ表参照）。

そのほかにホテル、スポーツクラブ、ショッピングモールなど計四十カ所にも設置されています。

これらの施設は、救命処置のできる知識を身につけた職員・社員が来場者などに救命処置を行うことができます。

また、目印としてこれらの施設には、「さっぽろ救急サポーター」のステッカー（左図参照）が施設の入出口に張ってあります。このステッカーが張ってある施設のAEDは付近を通りがかった人など、どなたでも使用することができます。



▲AEDを設置している施設はこのステッカーが目印

救命講習会について

（財）札幌市防災協会では、いざというときにAEDを使用した救命処置ができるよう、市民を対象とした無料の救命

講習会を行っています。

また、十人以上の場合、指導員が出向いて講習会を実施することもできます。

（詳細）（財）札幌市防災協会（白石区南郷通6丁目北2-1）
☎（861）1211、ホームページ（<http://www.119.or.jp>）



普通救命講習Ⅰ・Ⅱ（申込必要）	
内容	胸骨圧迫や人工呼吸の方法、AED（自動体外式除細動器）の使用方法和交通事故などで出血している方に対する止血方法を習得できます。
時間	Ⅰ：3時間コース Ⅱ：4時間コース
対象	市内に居住または勤務する16歳以上の方
日程	毎月「9」のつく日（9日・19日・29日） ※土・日曜日、祝祭日を問わず実施（12月29日を除く）
場所	札幌市民防災センター（白石区南郷通6丁目北2-1）

119番通報

呼吸をしていない、心臓が動いていない、大量に出血しているといった一刻を争う事態に居合わせたときは、まず「119番通報する」ことが重要です。通報が早ければ早いほど、救急隊員による救命処置を早く受けることができます。



救急通報の際は…

- ① 救急車の要請であること
 - ② 急病またはけがをしている人の性別、およその年齢、人数、状況
 - ③ 発生現場の住所・目印になる建物など
 - ④ 通報者の名前・電話番号を落着いて正確に指令員に伝えてください。
- また、指令員が通報者に救命処置の実施をお願いする場合がありますので、ご協力をお願いします。



119番通報の前に…

救急車、本当に必要ですか？

～救急車の適正利用にご協力願います～

たとえば、こんな使い方していませんか？

入院・通院で呼んでいませんか？



タクシーがわりに利用していませんか？



夜間・休日の病院がわからないという理由で利用していませんか？

タクシーがわりに利用していませんか？



本当に必要としている人のために、みなさんご協力をお願いします

問い合わせ先

中央消防署警防課

救急担当（南4西10）

☎（215）2130

情報 オアシス

区役所関連施設

市コールセンター ☎222-4894

中央区役所 ☎231-2400 (南3西11)

中央保健センター ☎511-7221 (南3西11)

中央区土木センター ☎614-5800 (北12西23)

中央区民センター ☎271-1100 (南2西10)

旭山公園通地区センター ☎520-1700 (南9西18)

大通公園まちづくりセンター ☎251-6353 (北1西9)

東北まちづくりセンター ☎251-8119 (北2東2)

苗穂まちづくりセンター ☎261-3669 (北1東10)

東まちづくりセンター ☎241-1696 (南2東6)

豊水まちづくりセンター ☎521-0204 (南8西2)

西創成まちづくりセンター ☎521-2384 (南5西7)

曙まちづくりセンター ☎511-0116 (南11西10)

山鼻まちづくりセンター ☎511-6371 (南23西10)

幌西まちづくりセンター ☎561-3256 (南11西14)

西まちづくりセンター ☎561-7124 (南6西13)

南円山まちづくりセンター ☎561-2472 (南9西21)

円山まちづくりセンター ☎611-3367 (北1西23)

桑園まちづくりセンター ☎621-3405 (北7西15)

宮の森まちづくりセンター ☎644-8760 (宮の森2-11)

国民健康保険料の 納付相談について

今月末は平成19年度国民健康保険料第4期の納期限です。お忘れのないように納付願います。

なお、国民健康保険料を納付できない事情がある方は、納付相談にお越しください。
〔詳細〕 保険年金課収納一・二係 ☎(231) 2400

「市電沿線ぶらりまちあるきマップ」第5号を配布します

市電に関するエピソードや沿線の歴史、文化、自然など市電沿線の魅力資源を訪ね歩く「市電沿線ぶらりまちあるきマップ」第5号を9月25日(火)から中央区役所をはじめとする区内公共施設や北海道・

中央老人福祉センター 口腔機能向上事業

▽内容 歯科衛生士による口腔清掃、摂食えん下、発声訓練などの指導。
▽期間 10月～平成20年3月の第2水曜日午後1時～3時(全6回)。
▽会場 中央老人福祉センター(大通西19・社会福祉総合センター2階)。

▽対象 口腔機能の低下している方(むせる、硬いものが食べにくい、口の渇きが気になるなど)。特定高齢者の方優先。
※介護保険認定者を除く。
▽定員・費用 10人・千800円(教材費)。
▽申込 10月3日(水)までに同センターにお申し込みください。

地区センター行事

〔詳細〕 中央老人福祉センター(大通西19・社会福祉総合センター2階) ☎(614) 1001
▽内容 「黒岩静枝ジャズコンサート」。深く熱く、心にとやさしく響く「スーギー」と黒岩静枝さんの歌声を堪能しましょう。
▽日時 10月8日(祝)午後2時～3時30分(午後1時30分開場)。
▽会場 旭山公園通地区センター。

オータムコンサート

PMFの修了生を中心として結成された「ポログ」の演奏をお楽しみください。
▽内容 演奏者：木管五重奏団ウィンドアンサンブル「ポログ」。曲目：歌劇「カルメン」より(ビゼー作)、3つの小品

〔詳細〕 旭山公園通地区センター ☎(520) 1700
※当日は一般車両の駐車場の利用不可。来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

〔詳細〕 中央区民センター運営委員会事務局 ☎(271) 1100
当日、直接会場へ。

交通事故発生件数

	発生件数	死者数	傷者数
中央区	1,140 (-166)	7 (+5)	1,366 (-185)
札幌市	6,249 (-995)	32 (+9)	7,528 (-1,247)

※平成19年8月21日現在。()は前年比

福まちシンポジウム

いざというときに備え、普段からの見守り・日ごろからの見守りを通して、災害時などの福祉のまち推進センターの役割を考える。

中央区内において地域福祉に関係する機関・団体と各地区福祉のまち推進センターが災害時における住民相互支援のあり方を探る機会として開催します。

▽日時 9月13日(木)、20日(木)、10月18日(木)の午後1時30分～3時30分。

▽会場 教育文化会館3階研修室301(北1西13)。

▽対象 区内在住の方。

▽定員 各回20人。

▽申込 各回の前日までに中央区社会福祉協議会へお申し込みください。

▽詳細・申込 中央区社会福祉協議会
☎(281) 6113
FAX(208) 0881

子どもまつり

▽内容 ステージ発表、綱引き大会、花いちもんめ大会、ホールいっぱいだるまさんころんだ大会、出店、ゲームコ



☎(271) 1100

運営委員会事務局

▽詳細・申込 中央区民センター

場合は引き続き受け付けます。

多数時抽選。定員に満たない

場合は引き続き受け付けます。

開始30分前から整理券配布。

▽申込 9月19日(水)の午前9

時30分から同センター1階ギ

ャラリーで受け付け(受付開

でご持参ください)。

▽参加費 300円(昼食は各自

で持参ください)。

▽対象 区内在住か同センタ

ー囲碁開放を利用している方。

▽定員 各クラス24人。

▽会場 中央区民センター1

階娛樂室(南2西10)。

▽日時 9月27日(木)午前9時

30分開始。

▽内容 初級・中級・上級の

クラスごとにハンディ戦。

▽日時 9月27日(木)午前9時

30分開始。

▽会場 中央区民センター1

階娛樂室(南2西10)。

▽対象 区内在住・在勤の15

歳以上の方(中学生を除く)。

▽申込 9月12日(水)～20日(木)

の午前9時～午後5時に同セ

ンター1階窓口か電話で(土

・日可)。先着順。

第2期中央区民講座

▽日程等 下表の通り。

▽会場 中央区民センター(南2西10)。

▽対象 区内在住・在勤の15歳以上の方(中学生を除く)。

▽申込 9月12日(水)～20日(木)の午前9時～午後5時に同センター1階窓口か電話で(土・日可)。先着順。

開始時点で定員を超えた場合は抽選。定員に満たない場合は引き続き受け付けます。

▽受講料 9月12日(水)～20日(木)の午前9時～午後5時まで同センター1階窓口にご持参ください(土・日可)。

※納入された受講料は原則として返却できません。

都合により日程等を変更したり、受講者の申し込みが著しく少ないときは、開講を中止する場合があります。



▽詳細・申込 中央区民センター
☎(271) 1100

運営委員会事務局

☎(271) 1100

<第2期中央区民講座>

講座名	開催日時	定員	受講料	持ち物
①秋の紅葉自然散策 ～さくら山緑地・円山登山 ・盤溪市民の森～ <全3回>	10月4日(木)、11日(木)、 18日(木) 午前10時～午後0時30分	20人	2,300円	昼食、雨具、汗ふきタオル、 水、非常用具 ※現地までの交通費は自己負担
②はじめてのフラメンコ ～基礎を学ぶ～ <全4回>	10月24日(水)、31日(水)、 11月7日(水)、14日(水) 午後6時45分～7時45分	20人	1,200円	手持ちの革靴または運動靴 動きやすい服装

広告

【地区健康相談のご案内】

◆内容 【健康相談】 血圧測定・尿検査：相談希望の方、血液検査（脂質・肝機能・腎機能・血糖検査など）：40歳以上の方、心電図検査：40歳以上で医師が必要と認めた方。

【胸部検診】 胸部エックス線間接撮影：40歳以上の方。

【肝炎ウイルス検診】 B型・C型肝炎ウイルス検査：血液検査受診の方で次の要件に該当する方。

★肝炎ウイルス検査を受診するための要件は次の通りです。

(受診希望の方は氏名・住所・年齢を確認できるものをお持ちください)

●検診当日の満年齢が40歳の方。

●満41歳以上の方で過去に肝機能異常を指摘されたことがある方、広範な外科的処置を受けたことのある方または妊娠・分娩時に多量の出血をしたことのある方で定期的に肝機能検査を受けていない方。

※今までに肝炎ウイルス検査や肝炎の治療を受けたことのある方は、検査を必要としない場合があります。

※次のいずれかに該当する方は検査料金が免除されます。

●70歳以上の方（年齢を確認できるものをお持ちください）

●特定の障がいがある65歳から69歳までの方（老人保健法医療受給者証をお持ちください）

●市民税非課税世帯に属する方（市道民税課税証明書をお持ちください）

●生活保護世帯に属する方（生活保護受給証明書をお持ちください）

※65歳以上の方には問診票（生活機能自己チェックリスト）を記入していただき、医師による口腔内の視診や関節の触診などを実施します。

◆日時・会場 下表の通り。

月 日	受付時間	会場（所在地）
9月19日(水)	午前9時30分～11時	苗穂会館（北1東10）
	午後1時30分～3時	豊水会館（南8西2）

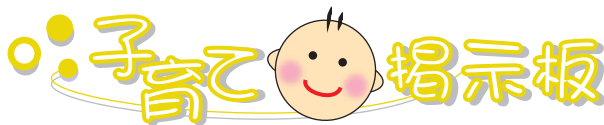
◆対象 職場などで健康診断を受ける機会のない方（「地区健康相談」と医療機関で実施している「すこやか健診」は、どちらか一方を年度に1回受診できます）。

◆費用 無料（ただし、心電図検査：1,200円、B型・C型肝炎ウイルス検査等：400円）。

◆申込 当日、なるべく空腹の状態でご来場へ。なお、健康手帳をお持ちの方は、忘れずにご持参ください。

【詳細】 中央保健センター健康・子ども課

☎511-7221



～子育てに役立つ情報を提供するコーナーです～

【子育て講座受講者募集】

就学前の乳幼児を育てている保護者のための講座です。

◆内容 「子どもの発達とメディア（ゲーム、テレビなど）との関係」（講師＝理学療法士）

◆日時 10月30日（火） 午後2時～3時30分。

◆会場 中央保健センター（南3西11）。

◆対象 0歳から就学前までのお子さんを育てている保護者（受講中は、お子さんをお預かりします）。

◆定員・費用 20人・無料。

◆申込 9月28日（金）午前9時から電話でお申し込みください。先着順。

【申込・詳細】 健康・子ども課子育て支援係

☎511-6399



【ポリオワクチン服用のお知らせ】

混雑緩和のため、お住まいの地域により実施日を指定しておりますので、ご協力ください。なお、体調不良など特別な事情のため、指定日にお越しになれない方は、他の実施日にお越しください。

◆日時 下表の通り。

◆会場 中央保健センター（南3西11）。

◆その他 駐車スペースが狭いため、自家用車でのご来場はできるだけご遠慮ください。

※詳細は、全市版22ページをご覧ください。

【詳細】 中央保健センター健康・子ども課

☎511-7221

月 日	受付時間	お住まいの地域
10月2日(火)	午後1時20分～2時50分	北1条～北6条・旭ヶ丘・界川・大通
10月5日(金)	午後1時20分～2時50分	南8条～南14条・中島公園・盤溪
10月15日(月)	午前9時20分～10時50分	南1条～南7条・伏見・双子山
10月22日(月)	午前9時20分～10時50分	南15条～南30条
10月23日(火)	午前9時20分～10時50分	北7条～北22条・円山・円山西町・宮ヶ丘・宮の森
10月29日(月)	午後1時20分～2時50分	上記の指定日に服用できなかった方

「秋の交通安全市民総ぐるみ運動」が9月21日(金)から30日(日)までの10日間実施されます。

けんこうフェスタ 2007 in ちゅうおう

入場無料

デザイン・イラストは札幌デザイナー学院の村上和沙さん・嶋崎孝行さん・田中館伊織さんの共同作品です



- ◆日時 9月28日(金) 午前10時～午後3時
- ◆会場 中央保健センター(南3西11) 1階・2階
- ◆内容 右表の通り。
- ◆申し込みが必要なもの ①禁煙支援コーナーのニコチンパッチの無料配布(先着15人)、②ベビーマッサージ体験(各回10人)。
- ◆申込 9月11日(火) 午前9時から電話で(ファクス不可)。
①☎511-7221、②☎511-6399。
- 〔詳細・申込〕 健康・子ども課
〒060-0063 南3西11 ☎511-7221 FAX 511-8499

「健康」に関する川柳を募集します！

- ◆応募方法 ファクスまたは官製はがきに川柳を書いて、9月25日(火)までに「中央保健センター保健師」あてにお送りください(消印有効)。
- 優秀作品には景品を差し上げます。

コーナー名	内容
禁煙支援コーナー	○ニコチンパッチの無料配布(診察の結果、適応外の人を除く)(午前10時～正午)
お口の健康コーナー	○唾液によるお口の中の簡単チェックと嚙む力測定 ○楽しく歯みがき！エプロンシアター歯ブラシプレゼント(①午前10時、②午前11時、③午後1時)
食育コーナー	○お勧め料理の試食(150人分・午前11時～なくなり次第終了) ○子ども向けおやつを紹介 ○体験！1日に取っている野菜の量を測ってみよう(先着50人に参加賞プレゼント)
子育てコーナー	○手作りおもちゃ体験 ○ベビーマッサージ体験 (6カ月未満児対象：①午前10時15分、②午後1時15分)(6～12カ月児対象：午前11時15分) ○ボードビル、大型絵本の発表(正午～)
健康ウォーキング	午前10時受け付け、10時30分開始 先着150人に参加賞プレゼント
無料マッサージ体験	午後1時～3時

がけ防災パネル展の開催について

9月1日は「防災の日」です。
札幌市では、市民の方へ、日ごろの防災意識を高めてもらうために、「がけ防災パネル展」を開催します。
今年は早くも、7月の台風4号や新潟県中越沖地震などにより土砂災害等が発生し、大切な生命や財産が失われています。
がけ崩れの危険はあなたの宅地の近くにもあります。
安全ですか、あなたの住まい。

日時：9月27日(木)～10月1日(月)。
午前9時～午後5時。
展示場所：中央区役所1階ロビー。
〔詳細〕：都市局市街地整備部宅地課
☎211-2512

高齢歩行者の交通事故防止

～高齢歩行者被害の交通事故の実態～

- ◆過去5カ年(平成14～18年) 死者：313人

多発時期 10月～11月
午後4時から
午後8時まで

どんな時に発生しているの？
○8割が道路横断中に被害に遭っています

6割以上が歩行者側にも
横断歩道外横断等の違反があるんだって。



横断歩道を利用しようかな

交通事故防止のワンポイントアドバイス

- 横断歩道を使って横断しましょう
- 横断中も、左右の安全を確認！
- 明るい色の服装をして夜光反射材をつけましょう

〔詳細〕：中央警察署(北1西5)

☎242-0110



豊平川ふれあいクリーン作戦^{ウィズ}withイカダ下り(7/15)



▲個性的な手作りイカダで川下り



▲イカダ下り大会マスコットキャラクター「豊吉」

札幌の夏の風物詩として市民に親しまれている「豊平川イカダ下り大会」が、豊平川（幌平橋～一条大橋間）で行われ、45チーム約200人が出場し、色とりどりの手作りイカダでゴールを目指しました。

また、大会に合わせて行った中央区主催の「豊平川ふれあいクリーン作戦^{ウィズ}withイカダ下り」では、イカダ下りの見物客など約350人が参加して、河川敷のごみを拾いました。ごみは、ゴール地点に集められ、45%用ビニール袋約20袋にもなりました。

河川敷のごみを拾う

参加者たち

みんなで遊ぼう！(8/2)

▶水遊びをする子どもたち



J R A 札幌競馬場（北16西16）ファミリー広場において、「サマーフェスタ」が開催され、近隣在住の親子連れなど約300人が夏の一日を楽しみました。参加した子どもたちは、「水遊びコーナー」や手作りの魚のおもちゃを釣る「さかなすくい」など12種類の遊びのコーナーで、大きな歓声を上げていました。

真夏の夜のひととき(7/25)



◀札幌交響楽団による
弦楽四重奏

浅野邸（南5西8）において、西創成親和会（^{まつのてつや}松野哲也理事長）と西創成まちづくりセンター主催による「講演会と音楽会」が開催され、地域住民など約60人が参加しました。円山動物園協会の^{ながあきお}長尾章郎理事の講演の後、札幌交響楽団員4人による弦楽四重奏コンサートが開かれ、参加者からはその美しい調べに大きな拍手が何度も起こっていました。