

応急手当の確認はこちら！（心肺蘇生法・止血・やけどの手当・のどの異物除去など）

▶札幌市消防局HP http://www.city.sapporo.jp/shobo/SYOUNBOU/OUKYU/oukyu_main.html

▶携帯版 <http://www.119.or.jp/>

応急手当が分からないときは

呼吸や心臓が止まったときの応急手当として、心肺蘇生法（心臓マッサージと人工呼吸）と電気ショックを与えるAED（自動体外式除細動器）があります。ほかにも出血、やけどなどの症状によって、さまざまな応急手当があります。通報時に適切な応急手当が分からない方には、指令員が状況に応じて説明をします。状態の悪化を防ぎ、助かる命を確実に救うためにも、ご協力をお願いします。

救命講習会の受講を

適切な応急手当を覚えるためには、市内の消防署などで行っている無料の救命講習会（下表）を定期的に受講するのが効果的です。厚別消防署では、救急隊員や消防団員を講師とした講習会を行っています。参加人数が十人以上の場合は講師を派遣しますので、お住まいの地域で受講が可能です。詳しくは厚別消防署（☎892-2100）までお問い合わせください。

消防団を知っていますか？



消防団員は、他に職業を持ちながら「自分たちのまちは自分たちで守る」という意識のもと地域で活動しています。厚別区は百三人の消防団員が、災害活動はもちろんのこと、応急手当での指導、火災予防、自主防災組織への指導育成などを行っています。

救命講習を支える「厚別消防団救命指導サポート隊」

平成十九年八月、応急手当の知識を広く区民に普及させるため「厚別消防団救命指導サポート隊」が結成されました。メンバーは、厚別区の消防団に所属する応急手当普及員の資格を有する会社員や主婦の女性団員十人です。リーダーの高澤るり子さんは「私たちは、常に応急手当に関する新しい情報を学んでいます。皆さんも救急の事態に備えて、救命講習を受けてみませんか」と話します。

厚別区内で開催される救命講習は厚別消防署救急隊と連携で行っていますが、これからはサポート隊が講師として区民の救命講習に協力していきます。



▶心臓マッサージの指導をする高澤さん（写真右）



▶子育てボランティアから15人が参加した講習会の様子

夜間病院

- ▶札幌市医師会夜間急病センター
（中央区大通西19）☎641-4316
内科・小児科：午後7時～翌朝7時
耳鼻咽喉科・眼科：午後7時～11時
※その他の診療科はお問い合わせください
- ▶札幌歯科医師会口腔医療センター
（中央区南7西10）☎511-7774
歯科：午後7時～11時

休日病院案内（24時間）

- ▶北海道救急医療情報案内センター
フリーダイヤル：0120-20-8699
携帯・PHS：011-221-8699
HP <http://www.qq.pref.hokkaido.jp/>
- ▶札幌市消防局災害救急病院案内
自動案内：201-0099
HP <http://city.sapporo.jp/shobo/>
※各新聞朝刊にも掲載されます

夜間病院で確