



火の用心の習慣化を

これからの季節は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなります。火の取扱いには十分注意し、火の用心に心がけましょう。

■住宅防火

建物火災による死亡者のうち住宅火災による死亡者の割合は87%にものぼり、ほとんどの死亡者が住宅火災によるものといえます。このことから住宅の防火対策がいかに重要かが分かります。また、65歳以上の高齢者が上記の死亡割合に占める割合は67%で過半数を占めています。

■住宅防火の9のポイント

- ①寝たばこやたばこの投げ捨てをせず、たばこの火はしっかりと消す。
- ②ストーブの付近には燃えやすい物を置かず、給油するときは火を消す。
- ③料理をしているときはその場を離れず、離れるときは火を消す。
- ④家の周りは整理整頓をし、放火されないように気を付ける。
- ⑤子どもに火遊びをさせない。
- ⑥電気器具を正しく使い、たこ足配線をしな。電気コードの上には重い物を置かない。
- ⑦コンセントをこまめに掃除する。
- ⑧住宅用火災警報器を設置する。
- ⑨高齢者や身体の不自由な人は近所同士で助け合う関係を築く。



■消火器の使い方

火災でも小さな火のうちには十分消火ができます。初期消火を行い被害を最小限に抑えましょう。

◆消火器とは・・・

消火器にはいろいろなタイプがありますが、代表的なものに粉末を放出するものと消火薬剤を放出するものがあります。大きさも大小いくつかあり、消火能力に差があります。

◆消火器の使い方について・・・

消火器は非常に簡単な操作で使用できます。

- | | | |
|----------|-------------|----------------|
| ①安全ピンを抜く | ②ホースを火元に向ける | ③レバーを強く握り噴射させる |
|----------|-------------|----------------|
- 消火器の使用には、次のことに気をつけましょう。
- | | |
|-------------------------|----------------------|
| ①消火器は炎ではなく火元を狙い放射しましょう | ②姿勢を低くして放射しましょう |
| ③火元から1.5mから2m離れて放射しましょう | ④炎が天井に移ったら早期に避難しましょう |

◆消火器の注意事項・・・

- ①消火器の有効期限は5年もしくは8年で消火器により若干異なります。手持ちの消火器を確認して取り換え時期を確認しましょう
- ②屋外などに置く場合はケースなどに入れましょう。そのまま放置すると容器が腐食し大変危険です
- ③容器の腐食した消火器は爆発などの危険もありますので、絶対に使用しないでください。容器の底の部分などにも腐食は生じます。しっかりと確認しましょう。腐食がある場合は、購入先若しくは防災設備業者に相談をして確実に廃棄してください

これだけは
知っておきたい
**いのちを
守る
7つのポイント**

3つの習慣

- ◆寝たばこは絶対にやめる。
- ◆ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ◆ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- ◆逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ◆寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災製品を使用する。
- ◆火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ◆お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

INFORMATION Book

中央公民館
図書室からの
お知らせです。

ほん 大好き



中央公民館図書室 ☎42局7200番

今月新しく入りました。

※12月の新刊は、1日(月)からの貸出となります。

●一般の本

動物園の王子 (作=中沢 けい)
忍者月輪 (作=津本 陽)
大晩年-老いも病いも笑い飛ばす! (作=永 六輔)
平蔵狩り (作=逢坂 剛)
二千七百の夏と冬 (作=萩原 浩)
達人が選ぶ名湯60選

●子どもの本

おめんです2 (作=いしかわ こうじ)
おふろ (作=新井 洋行)
ふたつのいちご (作=林 明子)
アンパンマンとカラコちゃん (作=やなせ たかし)
びんのなかのともだち (作=垣内 磯子)
3人のまじょとドラゴン (作=おおとも やすお)

中でもこの本が **オススメ**です。



フォルトゥナの瞳

作=百田 尚樹

その男には、見たくないものが視えた。他人の「死」が。「運命」が。だが―。大切な人たちの「死」が視えたとき、あなたなら、どうしますか？



ベルナルさんのぼうし

作=いまい あやの

くまのベルナルさんには友だちがいません。いつもひとりぼっちです。ある日、ベルナルさんのぼうしにキツツキが穴をあけて…。繊細な絵でつむぎだす、やさしい物語。



だいじょうぶ
だいじょうぶ
作=いとうひろし

小さい頃に、おじいちゃんと一緒に帰った散歩の時教えた新しい発見や楽しい出会いは、困ったことやコワイ事にも遭遇していき事につながる事でした。その時、おじいちゃんのつぶやくおまじない「だいじょうぶだいじょうぶ」で、たくさん乗り

越え僕も随分大きくなりました。人はいつか老いて行きますが、その中で、側に寄り添ってくれる人がいてくれる事が、老い行く事への不安や恐怖を和らげてくれそうと思わせてくれた本でした。



ペコロスの
母に会いに行く
作=岡野雄一

最近頻繁にニュースで取り上げられるようになったアルツハイマーや認知症ですが、父が亡くなったから少しづつ認知症の始まった母親、まだまだ自分の一日のスケジュールを立てて、大好きな畑仕事や大人のドリルをしたりと頑張っているが、母だけの力では立ちあち出来る奴ではない事は、子たち皆が解っているのだが！

この事がブレインになっている私だからなのだろうが、優しい長崎弁に親近感を覚えたり、絵の可愛さに生きる切なさを感じ、人には人それぞれ生き方も介護の仕方があると納得したりしました。文中に「うちがボケたけん父ちゃんが現われたとなら、ボケるとも悪か事ばかりじゃなかかもしれん」は、本当だろうか？今もって疑いは消えませんが。

句の本だな

春の桜、夏の海、秋の紅葉、冬の雪…。美しい四季が体感できるのは日本人の特権。そんな私たちだからこそ、読みたくなる「句の本だな」シリーズ「句の本だな」。

12月は「老いる事」をテーマに2冊の本をご紹介いたします。

紹介者は高辻光代さん(鞍手町文庫連絡会)です。



／12月の休館日は、2日(火)から4日(木)まで、8日(月)から10日(水)までです。

／開館時間は午前9時から午後5時まで／返却期限が過ぎている本は、至急返却ください

Dr. 中本の

くらで病院スタッフ
からの健康
アドバイスです

調子はいかが？

くらで病院 ☎42局1231番



ADVICE Health



どんな時に小児科を受診すればよいでしょうか？
(30歳・女性)

小児科の役割

小児科は子どもの総合診療を行うところです。総合診療とは、決まった症状や病気、臓器ではなく、患者全体を診療していくことをいいます。生まれてから大人になるまでの様々な症状や保護者の不安に対して診療をおこないます。

くらで病院小児科では生まれたばかりの赤ちゃんから中学生まで対応しています。熱や意識がおかしい、食欲がない、泣き止まないなどの全身の症状、咳や鼻水、くしゃみなどの呼吸の症状、吐き気や下痢、腹痛などのお腹の症状、動物に咬まれた、頭をぶつけたといった怪我、不登校や朝起きられないなど日常生活の

問題、といった様々な症状の診療に関わり、必要であれば外科や耳鼻咽喉科、皮膚科などの先生と一緒に診療していきます。また、乳幼児健診やワクチン接種、育児相談も対応しています。

病気になる前に…

小児科の診療の重要なことのひとつにワクチン接種があります。ワクチンの役割は、自分が病にかかるのを予防する、かかっても軽い症状ですむ、家族や保育園の友だちなどまわりにつさないことです。ワクチンの効果は、これまでの歴史が証明しているように、昔は麻疹や細菌性髄膜炎、百日咳に多くの子どもた

ちがかかり命を落としていましたが、ワクチンの普及により、ほとんどそういったことは見られなくなっています。定期接種だけでなく、任意接種も効果は大きく、どちらも接種することをおすすめしています。現在は多くのワクチンがありますので、接種だけでなく、スケジュールの立て方や、副作用などの様々な心配事に対する相談もおこなっています。

まずは小児科へ

小児科は子どもに起こる様々な問題を、予防・治療・アフターケアの3つの視点から対応し、より専門的な対応が必要な様々な専門機関

赤ちゃんから中学生までのことで、気になることや困っていること、ワクチン接種や健診受診のご希望があれば、小児科を受診してください。



【アドバイザー】

中本貴人さん・なかもとたかと・平成16年山口大学医学部卒業。平成18年九州大学医学部小児科入局。福岡こども病院、別府医療センターを経て、現在産業医科大学小児科医員。

～くらで病院からのお知らせ～

小児科を開設しました

くらで病院では、地域の皆さんからの要望が多かった小児科の外来診療を、11月より毎週月・水曜日に開設しています。診療時間帯は、学校や保護者の勤務の後に受診しやすいよう、午後2時から午後6時までとし、通常の診療に加え予防接種も実施しています。なお非常勤医師による診療であり、小児科はその特殊性から当該時間以外の診療は出来ませんので、あらかじめご了承ください。

