

## 9月9日は救急の日

救急車は限りある資源です。  
本当に緊急を要する人が使えるよう  
利用方法を改めて考えましょう。

※いざという時のために、  
救急情報カードの更新もお忘れなく！



### ●救急車を呼ぶとき

救急出場件数は、全国的に増加傾向にあり、人口が減少傾向にある中、今後も増加する見込みです。その背景には、少子高齢化社会による高齢人口の増加があると言われています。

また、本来救急車を利用する必要がなかった人（明らかに軽症である場合の利用やタクシー代わりの利用）もいる可能性があります。そのため救急車の稼働率が上がり、緊急を要する人への対応が遅れてしまいます。いざという時、皆さん自身や家族の安心のために、救急車の適正な利用を心がけましょう。

救急車を呼ぼうか迷った時、診察可能な病院がわからない場合は、消防署（☎876-10119）までおたずねください。

### ●応急手当てで救える命があります

私たちは、いつ、どこで、突然のけがや病気におそわれるかわかりません。子どもの突然死の主な原因「けが、溺水、窒息」は、日常生活の中で十分に注意することで予防できるものです。成人の突然死の主な原因は、急性心筋梗塞や脳卒中です。これらの初期症状に気づき、少しでも早く救急車を要請することが大切です。

また、救急車が到着するまでの間、

その場に居合わせた人が必要な応急手当することで、救急隊員による応急処置と搬送、医療機関での治療というスムーズな連携につながります。

消防本部では、毎月AED（自動体外式除細動器）の取扱いを含む「普通救命講習」を開催しています。

### ●10月の普通救命講習

日時 10月25日（金）9時～12時（定員に達した場合、午後の部13時30分～16時30分を開催します）

場所 消防署地下講堂

対象 町在住在勤で15歳以上

定員 40人程度（先着順）

締切 9月30日（月）17時

申込み・問合せ 申請書に必要事項を書いて提出してください。

消防本部 ☎876-10119

内線222 FAX876-11263



▲日ごろから、AEDの位置を把握しておくのも大切です。

### ●いざという時の救急情報カード

かかりつけ医や服薬内容などの医療情報を記入したカード「救急情報カード」をご存じですか？ このカードを冷蔵庫にマグネット（磁石）などで貼っておくと、町消防署と医師の協力でその情報を救急医療に活用できます。

持病や服薬等の医療情報を確認することは、適切で迅速な処置につながり、また緊急連絡先の把握により、大切な情報の収集や親族などのより早い協力が得られます。

カードに記載する医療情報は、いつも最新のものに取り換えてください。新しいカードは、次のページ下部分を切り取って使うほか、町HPからダウンロード、または健康増進課までお越しください。

### ※なんで冷蔵庫に貼るの？

かけつけた救急隊員がすぐに救急情報カードを探し出す必要があります。そのため最適な場所が冷蔵庫です。ほとんどのお家で冷蔵庫は台所にあるので、カードがどこにあるかすぐに分かります。

問合せ 健康増進課 ☎内線2116

保健センター ☎875-11275

メリハリボディメイク教室  
～骨粗しょう症特集～

☎075-11428  
問合せ 練功普及会 黒田

日時 9月9日(月)13時30分～14時30分

場所 福祉文化会館大会議室  
費用 無料 定員 80人(先着順)

申込み 福祉課☎内線2334

認知症予防講演会  
理解して、予防に努めませんか?

健康増進教室  
催し



特に場所・問合せの明記がないものは、保健センター(☎875-1275)です。

日時 10月20日(日)10時～16時

場所 鎌倉市福祉センター

鎌倉保健福祉事務所の相談・教室

鎌倉保健福祉事務所では、認知症、こころの健康、アルコール、難病患者、エイズ、肝炎ウイルス、禁煙、薬物乱用等の相談を受け付けています。詳しくは神奈川県HPへ。問合せは鎌倉保健福祉事務所☎0467-124-13900へお願いします。

日時 10月4日、11日、18日、11月1日、8日(すべて金曜) 10時～11時 ※三日目は14時まで

費用 2500円(初回に徴収)

持ち物 飲み物、フェイスタオル、三日目はエプロンとふきん2枚と三角巾

動物愛護のついで2013

「シニア期の食事管理について」や「伴侶動物の高齢化社会に向けて」の講演をします。15歳以上の犬、猫、8歳以上のウサギ・フェレットの長寿動物の表彰をしますので、希望する人は今月末日までにお近くの湘南獣医師会会員病院まで。

骨粗しょう症は、適度な運動と適切な食事で予防することができます。全5回のうち4回はインストラクターによる運動の指導、三日目のみ管理栄養士による食生活の話と調理実習です。

日時 10月4日、11日、18日、11月1日、8日(すべて金曜) 10時～11時 ※三日目は14時まで

費用 2500円(初回に徴収)

持ち物 飲み物、フェイスタオル、三日目はエプロンとふきん2枚と三角巾

動物愛護のついで2013

「シニア期の食事管理について」や「伴侶動物の高齢化社会に向けて」の講演をします。15歳以上の犬、猫、8歳以上のウサギ・フェレットの長寿動物の表彰をしますので、希望する人は今月末日までにお近くの湘南獣医師会会員病院まで。

骨粗しょう症は、適度な運動と適切な食事で予防することができます。全5回のうち4回はインストラクターによる運動の指導、三日目のみ管理栄養士による食生活の話と調理実習です。

救急情報カード

私は、この情報を、緊急時に救急隊、消防隊及び搬送先の医療機関等が活用するのことに同意します。

記入日	年	月	日
ふりがな			
氏名			
住所	葉山町		
電話番号	—		
性別	男・女	血液型	A・B・O・AB
生年月日	明治・大正・昭和・平成	年	月 日
緊急連絡先	1	氏名	続柄
		住所	
		電話番号	
緊急連絡先	2	氏名	続柄
		住所	
		電話番号	
緊急連絡先	3	氏名	続柄
		住所	
		電話番号	
病歴	無・有( )		
かかりつけ医	名称		
	電話番号	—	
	名称		
	電話番号	—	
現在服用薬	無・有( )		
アレルギー	無・有( )		
備考			

## 平成25年度 特定健康診査・長寿健康診査・がん検診等のご案内

☆特定健康診査・長寿健康診査（受診期限は2月28日）・がん検診等（受診期限は3月31日）は、年度に1回受診してください。

☆特定健康診査以外の検診は、加入している医療保険に関係なく、受診できます。

☆受診の方法は、保健センターなどで受ける集団検診（下記の日程・場所で実施）と、契約医療機関で受ける施設検診の二通りがあります。施設検診の実施医療機関については、保健センターにお問い合わせください。

☆集団検診については、75歳以上の人は保健センターのみでの受診となります。

がん検診だけを集団検診で受けてみたい場合は、ハガキでお申し込みください

おもち	うら
249-0003	
逗子市池子字棧敷戸 1892-6	・住所 ・氏名（ふりがな） ・生年月日
逗葉地域医療センター 行	・検診当日の年齢 ・連絡のつく電話番号 ・検診希望日 第1希望日 月 日 第2希望日 月 日
	・希望検診名 例：○検診 肺炎検査

50円切手を貼ってください

場 所	日にち	平成25年			平成26年	
		10月	11月	12月	1月	2月
葉山町保健センター		15日(火)	13日(水)	2日(月)	7日(火) 31日(金)	7日(金)
		21日(月) 29日(火)	9日(土) 27日(水)	6日(金)	9日(木) 29日(水)	12日(水) 27日(木)
逗子市保健センター						
逗子市役所		-				16日(日) 乳がん検診はありません
受付期間（各初日から最終日までの消印有効）		9月1日～7日	10月1日～7日	11月1日～7日	12月1日～7日	1月1日～7日

※子宮頸がん検診は、□の日のみ実施しています。他の検診については、「各種健診(検診)内容」の集団の欄にあるもの全て実施しています。  
※各種健診(検診)の結果は健康管理を目的として、町(健康増進課)に提出されます。

各種健診(検診)の内容は広報はやま7月号11ページをご覧ください。

問合せ 集団検診の当日キャンセルや施設検診の医療機関について 保健センター ☎875-1275  
集団検診申込み後の問合せについて 逗葉地域医療センター ☎873-7752

# 救急情報カード



葉山町

こちら側を表に冷蔵庫にマグネット（磁石）等でお貼りください。