

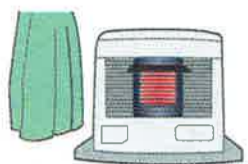
# 火災の備え

日頃から火災を発生させないようにするとともに、万が一火災が発生したときに備え、対応を身につけましょう。

## 火災の心得

火災の原因は、多くは不注意によるものです。防火の習慣を身につけましょう。

### 普段から防火の習慣を身に付けましょう。



ストーブの周りに物を置かないようにしましょう。



火を使っているときはそばを離れないようにしましょう。



寝たばこやポイ捨てはしないようにしましょう。



家の周りにごみを置かないようにしましょう。



たき火、野焼きをしないようにしましょう。



コンセントの周りをキレイにしましょう。



子どもの手の届くところにマッチやライターを置かないようにしましょう。



就寝前は指し点検で火の元などを確認しましょう。



簡易火災報知機や消火器を設置し、防火訓練にも参加しましょう。

## 津波が引き起こす火災

平成 23 年の東日本大震災では津波によって火が着いた油や漂流物が燃えるなどの火災が起きました。火災発生を防ぐためにも避難前の電気・ガスの確認を行いましょう。

### TOPICS



メモ

## 火災が起きた時は

通報・初期消火・避難が原則です。逃げ遅れないよう注意しましょう。

### 火災発生 早く知らせる

大きな声や音を出して火災の発生を周囲に知らせましょう。小さな火でも必ず 119 番に通報してください。



### 燃え広がる前 初期消火

火が横へ広がっているうちは初期消火が可能です。消火器のほか座ぶとんなど身近なものを利用して消火しましょう。



### 燃え広がったら 早く逃げる

火が天井まで広がったら避難してください。タオルなどで口や鼻を覆い、煙を吸わないよう姿勢を低くして避難しましょう。



## 消火器の使い方

### TOPICS

- 1 ピンを抜く**  
安全栓を引き抜く
- 2 ホースを外す**  
ホースをはずし火元に向ける
- 3 火元に噴射**  
レバーを強く握って火元に噴射する

## 応急手当

突然の災害の際は公的救急機関がすぐに駆けつけられるとは限りません。万一のときに対処できるよう、応急手当の方法を覚えておきましょう。

### TOPICS

### 人が倒れていたたら

- 1 意識確認**  
意識がなければ、大きな声で救急車を呼ぶように周囲に助けを求める。
- 2 気道の確保**  
仰向けに寝かせる。片方の手を額に、もう片方の手の人差し指と中指を下あごの先に当てて持ち上げ、頭を上にとらす。
- 3 呼吸の確認**  
気道を確保したまま頬と耳を傷病者の鼻や口に近づけて呼吸の有無を調べる。
- 4 人工呼吸**  
呼吸がなければ人工呼吸を開始する。鼻をつまんで口を覆い、ゆっくりと息を 2 回吹き込む。
- 5 心臓マッサージ**  
乳頭と乳頭の間に片方の手の付け根を置き、他方の手をその上に重ねる。1 分間に 100 回の速さで 5cm 程圧迫する。30 回の心臓マッサージと 2 回の人工呼吸のサイクルを繰り返す。

### 出血

出血部分にガーゼ等を当て、圧迫する。感染予防のためビニール手袋などを使用するのが望ましい。

### やけど

衣服を無理に脱がさずそのまま冷やす。水ぶくれは破らない。冷やした後はきれいな布などで保護し医療機関へ。

### 骨折

折れた部分に添え木、板、傘などを当てて固定し、医療機関へ。

## AEDの活用を!

AEDは、心臓マヒを起こして倒れた人の命を救うことができる器械です。AEDが身近にある場合は、状況を見てAEDによる応急手当を優先的に行いましょう。



## 災害時要援護者の支援

高齢者、障がい者、乳幼児、妊婦の方など災害時に手助けが必要となる人を災害時要援護者と言います。地域のみなさんで支援していきましょう。

### TOPICS

### 高齢者・寝たきりの方

**支援方法** 緊急時は背負って、複数で対応  
どのような支援を必要としているのか、確認して対応しましょう。



**要援護者は...**  
日頃服用している薬、健康手帳などを身近に置いておきましょう。

### 耳が不自由な方

**支援方法** 筆談、身振り、手話で正確に伝える  
相手の正面から話せば口の動きでわかる人もいます。しゃべることができても聞こえない人もいますので、確実に伝わるよう書いて確かめましょう。



**要援護者は...**  
筆談用のメモ、筆記用具、笛、ブザーなどを身近に置いておきましょう。

### 目が不自由な方

**支援方法** ひじのあたりを持ってもらい、半歩前をゆっくり歩く  
近くにいる人に、移動する時の誘導の協力をお願いし、対応しましょう。



**要援護者は...**  
白杖や点字器を身近に置いておきましょう。

### 毛布と物干し竿を使った 応急担架の作り方

- 1 毛布を物干し竿に巻きつけ、1/3の位置で固定する。
- 2 物干し竿を折り、十分に余裕をとる。
- 3 完成した応急担架。