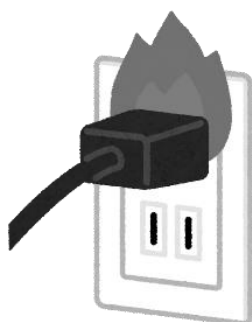


# ◎ 消防だより 12

## 年末の大掃除で 火災を予防しましょう！



### ●コンセントのホコリ



コンセントとプラグの隙間にホコリがたまると、「トラッキング現象」により出火することがあります。挿したままのプラグを一度抜き掃除しましょう！

### ●コンロ周りを綺麗に



グリル、換気扇、コンロ周りを汚れたままにしておくとホコリや油汚れに着火して火災になる危険性があります。

### ●暖房器具の掃除



ヒーター部分にホコリが溜まった状態での使用は火災に繋がるので注意しましょう！

### ●エアコンの掃除



エアコン内部の洗浄後に、洗浄液を十分に除去せず使用すると「トラッキング現象」により出火することがあります。専門業者に依頼することをおすすめします。

## 不要になった小型家電製品の捨て方

リチウムイオン電池の含まれる製品を『可燃ごみ』や『不燃ごみ』などに混ぜて捨てることで火災になるケースが多発しています。絶対に正しい方法で処分してください。

**処分は粗大ごみの  
回収日に**



# 冬場に潜む危険！ ヒートショックにご注意を！

ヒートショックとは、温度変化により体温や血圧が急激に変化してしまうことで、**心筋梗塞**や**不整脈・脳卒中**など命に関わる病気などを引き起こすことをいいます。

◇ 暖かいところ ⇒ 血管が拡張 ⇒ 血圧は下がる ↘

◇ 寒いところ ⇒ 血管が収縮 ⇒ 血圧が上がる ↗



## 予防対策

お風呂場は特にヒートショックが起こりやすい場所です。  
次の6つの対策を心がけましょう。

食事や飲酒の直後に入浴しない。  
消化やアルコールの影響で体に  
負担がかかります。



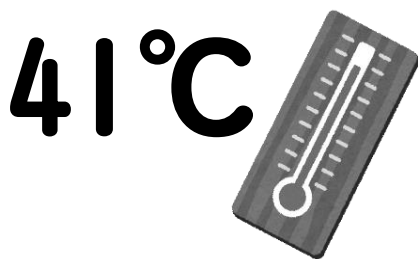
入浴前、入浴後には水分補給をする。  
300ml 程度の水を飲んでおくと  
血液がドロドロになるのを防ぎます。



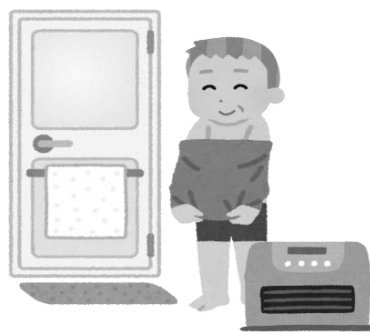
入浴前にかけ湯をする。  
お湯に入る前にかけ湯をすること  
で血圧の急変を防ぎます。



お湯の温度は41℃以下にし、  
浴槽から出るときはゆっくり  
立ち上がる。



脱衣所と浴室をあらかじめ温める。  
暖房器具を使ってできるだけ温度差  
をなくしましょう。



入浴前は、家族に声をかける。  
万が一のときに助けを呼んで  
もらえます。



## ◆消防マメ知識

マイナ救急ってご存じですか？

マイナンバーカード(マイナ保険証)を見せるだけで救急隊員が傷病者の  
医療情報等を閲覧する仕組みです。

話すのがつらい時、薬が何か忘れた時でも救急隊が適切に医療機関へ引き継ぐ  
ことができます。※救急隊員は、医療情報以外は閲覧することができません。

あなたの小さな説明書



◆市民の方からのギモン・質問を受付中!!メール、ハガキ等で消防署まで!

【発行元】〒675-1378 小野市王子町 809 小野市消防本部 予防課

☎ 63-0119(代表) ✉ syobo@city.ono.hyogo.jp

