

中泊119

平成19年11月号

「火の用心」 防火パレードの実施

10月15日(月)、秋の火災予防運動の一環として、防火パレードを実施しました。町民の防火意識を高める為、中里消防署、消防団や幼年婦人防火クラブなどの各団体が参加して毎年実施しているものです。

パレードは、幼稚園児らによる防火演技や演奏を行い、元気いっぱい『火の用心』を呼びかけ、沿道に詰めかけた町民から盛大な拍手をうけていました。



小泊小学校で 避難訓練実施

9月20日(木)小泊小学校で、理科室から出火という想定で避難訓練が行われました。訓練は、消防本部への出火の通報で始まり、校内放送で避難指示を聞いて速やかに避難をし、煙幕訓練では、児童達は煙の中を実際に避難することを体験しました。



避難する生徒たち



煙幕訓練

火事/救急/救助は
119番
五消本部病院照会
34-4999番
中里消防署
57-2370番
小泊消防署
64-2375番

3名の消防士 この人紹介

今年4月採用で、9月21日に青森県消防学校初任教育の課程を卒業し、中里消防署に勤務となり頑張っている3人を紹介いたします。



抱負

消防士 白塚 勇人

早く一人前の消防士になるために毎日の努力を怠らず、常に向上心を持って頑張っていきます。宜しくお願いします。



抱負

消防士 佐藤 文俊

安全で住み良い地域であるために町民の方々に信頼される消防士になれるよう一生懸命頑張ります。宜しくお願いします。



抱負

消防士 塚田 裕

消防職員としての自覚をもち、常日頃から訓練、勉強をし、町民の方々から信用していただけるよう一生懸命頑張っていきます。宜しくお願いします。

学生による職場体験学習

10月3日、4日の2日間、小泊中学校の生徒2名、10月10日、12日の3日間にかけて五所川原農林高等学校の生徒1名が小泊消防署に職場体験学習のため訪れました。

職場体験学習は、生徒の職業観・勤労観の育成や学習と職業との関係についての理解、コミュニケーション能力の向上などの目的のために行っています。

生徒たちは、放水訓練や心配蘇生法・車両点検・車両清掃など率先して仕事をこなし、一生懸命に頑張りました。



心肺蘇生法



放水訓練



防煙・禁煙・分煙推進ポスター

未成年者の喫煙予防と、地域における禁煙及び分煙の推進を目的に、小学6年生を対象に「防煙・禁煙・分煙推進ポスター」を作成して戴き、「なかどまり町民祭」にて展示しました。
最優秀賞1点、優秀賞3点、入選10点です。

◆入賞作品◆

◎最優秀賞

鈴木あずささん(中里小学校)



◎優秀賞

荒関 葉さん(中里小学校)



◎優秀賞

佐野雅也君(武田小学校)



◎優秀賞

平山 華子さん(薄市小学校)



町内の小・中学校において、毎年、「防煙教室(喫煙防止教室)」を実施しています。
子供たちは、お医者さんたちからタバコに含まれている有害物質についてや、健康への悪影響を学んでいます。タバコは依存性があり、やめようと思っても、簡単にはやめられません。
未成年の子供たちには、**▼1本目のタバコに手を出さない勇気を！**
▼周囲からタバコをすすめられても、断る勇気を！
▼タバコの煙のあるところには近づかないこと！

これらが大事であることをメッセージとして伝えていきます。
大人のみなさん、未来ある子供たちの健康を守るため、地域で無煙環境の輪を広げていただきたいと思います。

生徒の感想

◆今までは、タバコを吸っている人だけに害があって、その周りにいる人にはそんなに害がないと思っていましたが、そうでは

はなく周りに居る人にもすごく害があることを知りました。タバコを簡単にやめられないのは、ニコチンという物質のせいであることを知ったので、私は大人にしたいです。(中里小学校児童)

◆タバコは、副流煙でタバコを吸っていない子供や赤ちゃんにもすごく影響を与えるし、ぼくは将来スポーツ選手になりたいので、タバコは吸わないようにしたいです。(薄市小学校児童)

◆タバコにはいろいろワナがあるので、そのワナにははまらないようにしたいです。(小泊小学校児童)

◆タバコの有害物質について知らずにタバコを吸っている人は、タバコのことをたくさん知って、タバコをやめる人が増えて、タバコで死亡する人がいなくなればと思います。(中里中学校生徒)



うつ病について

うつ病は物事に興味や喜びを感じない、ゆううつで集中力や気力が出ない、不眠や食欲低下、疲労感などを主な症状とする病気です。ときには、悲観的になり死にたくなることもあります。うつ病は小児から老年期まで、どの年代でも起こる病気であり、6人に1人は発病するという調査もあります。

はじめのうちは、体の調子が悪いのでは？と感じて、内科などの医療機関を転々とし、検査しても異常がみられないので、周囲から「怠けているんじゃないの？」と誤解されたりすることも多いです。しかし、正しい診断と適切な治療がおこなわれれば、症状は回復します。

うつ病など、精神的に調子を崩すことはおかしなことではありません。からだの健康と同様にこころの健康にも心配りが大切です。おかしいな？と感じたら、お近くの精神科または心療内科などへご相談してみてください。



小泊中学校思春期体験学習

9月18日、小泊中学校3学年を対象に、妊婦体験教室を開催しました。

約10キロの妊婦シミュレーターを装着し、階段を歩いたり靴下をはいてみたり、妊婦の重さや動きにくさを体験しました。また、赤ちゃん人形を使って抱っここの仕方、衣服の着せ方・おむつ交換などの体験をしました。

生徒の感想

重い・腰に負担がかかる・妊婦はこんな重さで階段を歩いたり・風呂に入ったりかなり大変。わたしたちもお母さんがこんな大変な思いをしてうまれてきたんだなあ。



9月25日、小泊幼稚園で中学校3年生の生徒と園児がふれあい体験をしました。

幼稚園では、一緒に踊ったり、ゲームやおもちゃで遊びました。中学生の手作りのサッカーボールに子供達も喜び、お兄さん・お姉さんと一緒に楽しみました。

生徒の感想

とても可愛かった。そしておもしろかった。やばいくらいめごすぎだ！自由時間は、本を読んだあげた。すごく可愛かった。鬼ごっこしたり自分も子供になった気分だった。元気がいっぱい、けっこう大変でした。でも一緒にあそんで楽しかったです。

〈インフルエンザ〉と〈かぜ〉ここがちがう！

インフルエンザ		通常のかぜ
飛沫感染が中心、接触感染もある	感染経路	接触感染、飛沫感染
突然現れる38度以上の高熱、全身痛、悪寒、倦怠感、のどの痛みなど	主な症状	のどの乾燥感、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、せき、微熱など
強い。短期間に人から人へ広がる。	感染力	弱い。徐々に広がることが多い。
気管支炎、肺炎、脳炎など。	合併症	まれ。
急激な高熱で発症。	経過	ゆっくりと経過する。

インフルエンザに注意を

毎年、空気が乾燥した冬になるとインフルエンザが流行してきます。インフルエンザをただのかぜの1つとみていませんか。

◇インフルエンザにかからないようにするには？(予防方法は？)

- 1、感染経路を断つ
 - ・人ごみを避ける
 - ・外出時にはマスクをする
 - ・加湿器などで適度な湿度(50〜60%)を保つ
 - ・こまめに部屋を換気する
 - ・外出後はうがい、手洗いを忘れずにする
 - 2、免疫力や抵抗力をあげる
 - ・十分に睡眠をとる
 - ・バランスのよい食事をする
 - ・適度に運動し、厚着しすぎない
 - ・ワクチンによる予防接種を受ける(流行する前に受けることがポイント)
- ◇**予防接種の注意点**
- ・予防接種を受けてからワクチンの効果が出るまで約2週間十分な効果の持続は約半年間とされています。ワクチン接種の時期は流行する前の11〜12月上旬の間に1〜2回受けましょう。(12歳以下は原則2回、それ以上は1回でもよい。)



食育のお話

10月5日、中里の高齢者教室の方を対象に、3食きちんと食べることに、偏った食事をしないことなど、食育のお話をエプロンシアターを使っておこないました。

食育・たばこなどのエプロンシアターもありますので、ぜひ活用してください。

連絡は、小泊保健センター ☎64-3748まで。

