

救急業務や救急医療への理解を深めていただくために、毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間（今年は9月9～15日）を「救急医療週間」と定め、全国でさまざまな取り組みが実施されます。

加西消防署管内の実施事業

●優良救急隊員表彰

北はりま消防組合消防長表彰 9月10日（月）
市医師会長・加西消防署長表彰 9月11日（火）

●普通救命講習会 随時開催

●広報活動 市内巡回、広報誌、ポスター、加西消防署前の電光掲示板など

普通救命講習会「あなたが救命リレーのスタートを」

加西消防署は、毎月第3日曜日（9:00～12:00）に心肺蘇生法やAEDの取り扱い方法などを学ぶ「ハートtoハート講習会」を開催しています（定例講習会加西消防署開催月を除く）。各種団体については、第3日曜日以外の日でも受け付けています。

AED（自動体外式除細動器）をお貸しします

加西消防署は2台のAEDを貸し出しています。イベント会場にAEDを配置して、参加者や来場者の安全のため、ご利用ください。

貸し出しには、応急手当普及員または普通救命講習修了者が1人以上必要です。

救急車の正しい利用にご協力を

突然の事故や災難に遭遇すると、人は誰でも慌ててしまいますが、救急車を要請する前に「救急車が本当に必要かどうか」を考えてください。

軽い病気やケガ、タクシー代わりの要請などで救急車が出動中に、1分1秒を争う重症患者が発生した場合、救急車の到着時間が遅れ、悲惨な結果になることも考えられます。救急車の正しい利用に、ご理解とご協力をお願いします。



突然死を防ぐためには

突然死の原因には、大人は主に心臓発作と脳卒中、子どもはケガ・溺水・窒息などの「不慮の事故」があります。

以下のような症状が出た場合は、早めの対応を心がけてください。

- ・心臓発作・・・胸の真ん中の強い痛み、胸が締め付けられるような圧迫感、息切れ、冷や汗など
- ・脳卒中・・・体の片側に力が入らない、しびれ、言葉がうまく話せない、物が見えにくい、激しい頭痛など

●突然死の予防方法

- ・症状が出たら早期に救急車を要請し、医療機関で受診する（早いほど助かる可能性が高くなります）。
- ・子どもから目を離さない。

●暑い日は熱中症に注意

熱中症で死亡することもあります。こまめな水分補給と室内の適切な温度調整で予防をしてください。

三つの「ない」を学び、認知サポーター誕生

問合せ先／長寿介護課☎42-8788 fax42-8955
kaigo@city.kasai.lg.jp

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を見守る応援者です。

7月13日、加西中学校で、認知症サポーター養成講座が開催されました。講師は、研修を修了し登録されている「キャラバン・メイト」らが務めました。参加した1年生と教諭ら83人は、スライドやグループワークを通じ、認知症の症状や認知症の方・家族の気持ちを学び、認知症への理解を深めました。



自分たちのできることを考える生徒

認知症の方への対応のポイントは、3つの「ない」です。一つ目は「驚かせない」、必ず前から話しかけましょう。二つ目は「急がせない」、一度にさまざまなことを話すとパニックになってしまうためです。三つ目は「自尊心を傷つけない」、認知症の方は何も分からないわけではありません。相手の心を思いやりながら話すことが大切です。

講座修了後、生徒にサポーターの証し「オレンジリング」が配られ、新たな認知症サポーターが誕生しました。認知症の方を、温かく見守り、優しくサポートする心を育ててもらえたらと思います。

睡眠時無呼吸症候群について

睡眠時無呼吸症候群 (SAS) は、眠っている間に呼吸が止まる病気です。息が止まると血液中の酸素濃度が低下して、全身性疾患を引き起こす原因になったり、眠りが浅く寝不足になるため、日中居眠りをしたり交通事故を引き起こす確率が高くなります。この病気は、睡眠の質だけでなく生活習慣病 (高血圧、心臓病、脳卒中、糖尿病など) や重大な疾病の引き金となる可能性があるため、早期発見・早期治療が大事です。

●症状は

自分では息が止まっていることに気付かない人が、ほとんどで、いびきがうるさいなど周りの方 (家族など) からの指摘や、日中の強い眠気や倦怠感から気が付くことがあります。主な症状は、①いびきをかく、②いびきが止まり、大きな呼吸とともに再びいびきをかきはじめ、③夜中に何度も目が覚める、④起床時に口が渴いている、⑤起床時に頭が痛い、ズキズキする、⑥熟睡感がない、⑦日中に強い眠気がある、⑧いつも倦怠感や疲労感がある、⑨集中力が続かない・・・など。

市立加西病院では、睡眠時無呼吸症候群のスクリーニング検査としてパルスオキシメータを行っています。指先にセンサーを装着して寝ていただき、血液中の酸素の状態と脈拍数を測定し、睡眠中の無呼吸を予測するもの

で、検査費用は 3 割負担の方で 300 円です。それ以外に、指先に加え鼻に呼吸のセンサーを付け、血液中の酸素・



パルスオキシメータ

呼吸の状態を測定する簡易検査 (検査費用 2,700 円)、病院に泊りして脳波・筋電図・心電図・呼吸・血液中の酸素などさまざまな生体信号を測定して行う精密検査 (PSG 検査) があります。1 つでも睡眠時無呼吸症候群の症状のある方は、内科外来受診の上、検査を受けてみてください。(中央検査科 渡辺浩志)

加西病院だより第 31 号 (8 月発行) について

- ・外科の紹介ページに掲載している蛇の写真 (5 頁) について、掲載誤りがあるのではないかとのお問い合わせがありました。この写真については、(一財) 日本蛇族学術研究所より提供をいただいた写真であり、名称と写真についても事前に確認をしていただいております。ご理解の程よろしくお祈いします。
- ・院長のあいさつ (2 頁) 中、勤務時間を「午前 8 時半～午後 15 時 15 分」としていましたが、「午前 8 時半～午後 5 時 15 分」の誤りでした。
- ※加西病院だよりの発行が半年に一回であるため、かさい広報にて訂正してお詫びいたします。

平成31年4月採用 加西病院職員を募集

問合せ／加西病院総務課 ☎42-2200

●募集職種

職種	採用予定人数	受験資格
看護師	2 名程度	昭和 54 年 4 月 2 日以降に生まれた方で、看護師の免許を有する方、または平成 31 年 国家試験において同免許を取得予定の方
介護福祉士	4 名程度	昭和 44 年 4 月 2 日以降に生まれた方で、介護福祉士の免許を有し、介護福祉士としての実務経験が 1 年以上ある方
理学療法士	若干名	平成 1 年 4 月 2 日以降に生まれた方で理学療法士の免許を有する方、または平成 31 年 国家試験において同免許を取得予定の方

●受験申込・試験日程

受験申込	提出書類	加西病院所定の受験申込書や受験票など ※詳細は募集要項をご覧ください。
	受付期間	8 月 17 日 (金) ～ 9 月 28 日 (金)
	申込先	〒 675-2393 (住所表記不要) 加西病院総務課 (病院東館 2 階)
試験日程・種目	共通・看護師 (第 1 回) / 10 月 13 日 (土) 筆記試験、面接 看護師 (第 2 回) / 10 月 16 日 (火) 筆記試験、面接	

※募集要項や受験申込書は、加西病院ホームページからダウンロードできます (加西病院でも配布しています)。