

甲賀広域行政組合消防本部からの情報を発信します！

『熱中症』



例年以上に警戒を！

これから気温と湿度が急上昇する本格的な夏を迎えます。特に今年は、新型コロナウイルス感染症の対策が続く中、マスクの着用や外出自粛による運動不足で熱中症のリスクが例年以上に高まっています！

『新しい生活様式』

における熱中症予防



新型コロナウイルス感染症による影響で、例年以上に熱中症リスクが高まっています。ことから、環境省と厚生労働省により、「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントが発表されました。下記のとおり、ポイントをまとめましたので、参考にしていただき、感染症対策とともに熱中症予防に努めましょう！

『脱水状態』をチェック！

脱水状態は、尿の色により自分自身で簡単に確認することができます。下記に掲載しているカラーチャートは、脱水レベルを尿の色によって判定し、どの程度、水分を必要としているかを示したものです。

このチャートを用いて、日頃からセルフチェックを行い、尿の色に合った対策をとりましょう。また、**のどが渴いていなくても、こまめな水分補給を心がけましょう！**

1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調節
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気確保しつつエアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



2 適宜マスクをはずしましょう

- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合にはマスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を



距離を十分にとりましょう



3 こまめに水分補給をしましょう

- ・のどが渴く前に水分補給
- ・一日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



4 日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定
- ・体調が悪いと感じた時は無理せず自宅で療養



5 暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



高齢者、子ども、障がい者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密(密集、密接、密閉)を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

新しい生活様式における熱中症予防行動のポイント

Facebook はじめました

甲賀消防 Facebook

<https://www.facebook.com/kokashobo.119/>



※上記QRコードで簡単にアクセスできます。

- ▼ **こんなときは、すぐに救急車を！**
- ▼ 自分で水が飲めない。
- ▼ 脱力感や倦怠感が強く、動けない。
- ▼ 意識がない。
- ▼ 全身のけいれんがある。



	OK!	正常です。いつもの水分補給を心がけましょう。
	こまめに給水を！	問題ありませんが、コップ1杯程度の水分補給をしましょう。
	早めに給水を！	軽度の脱水症状が認められます。1時間以内に250mlの水分補給をしましょう。屋外にいる場合や汗をかいている場合は、500mlの水分補給をしましょう。
	今すぐ給水を！	脱水症状が認められます。今すぐに250mlの水分補給をしましょう。屋外にいる場合や汗をかいている場合は、500mlの水分補給をしましょう。
	危険！	危険な状態です。今すぐに1,000mlの水分補給をしましょう。この色より濃い場合や赤/茶色が混じっている場合は、脱水症状以外の問題が考えられますので、病院で受診しましょう。

※Dehydration Urine Color Chartが発表した情報をもとに甲賀広域行政組合消防本部において作成

電話通訳センターを介した 三者間同時通訳

甲賀広域行政組合消防本部・消防署では、令和2年6月1日(月)から、**日本語のコミュニケーションが困難な外国人観光客など**に対して、119番通報時や災害現場における対応を円滑・的確に行うため、**民間電話通訳サービスを介した三者間通訳**による多言語通訳サービスの運用を開始し、指令までの時間短縮や今までできなかった口頭指導等の実施等が可能となりました。

【119通報時】には、本消防本部の通信指令課で通報を受け、それを電話通訳センターへ転送し、通訳を依頼することで、三者間同時通訳を行い、正確な情報を得ることが出来ます。

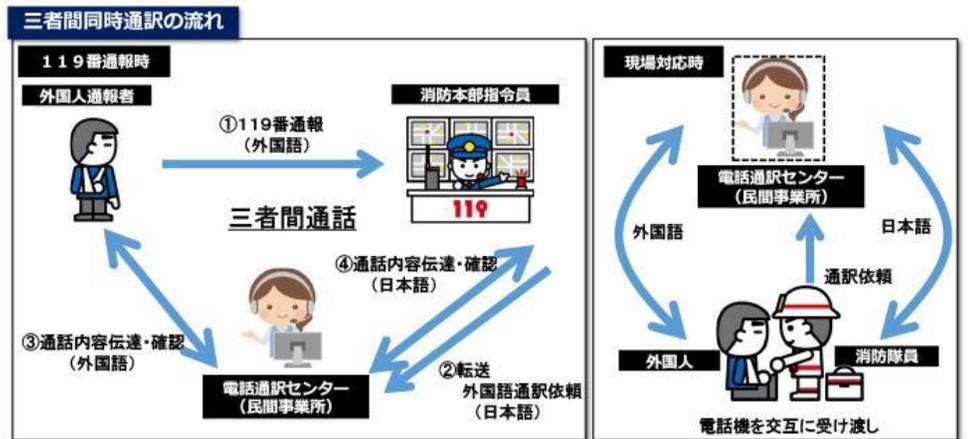
【災害現場】では、消防隊員と外国人の方が電話機を交互に受け渡し、通訳者が通訳しながら必要事項を聴取することで、消防隊員と外国人の方とのコミュニケーションを円滑に行うことが可能となります。

このほかにも、多言語音声翻訳アプリである「**救急ボイストラ**」、聴覚や発語に障害のある方への新しい緊急通報システムである「**NET119**」についても、既に導入し運用しています。

詳細については、本組合のホームページの「**コンテンツ**」をご覧ください。

Start of multilingual interpretation service at the time of the call 119 and the disaster site.

運用開始日
令和2年6月1日(月)
対応時間
24時間365日
対応言語(18か国語)
英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、マレー語、タガログ語、ネパール語、フランス語、ロシア語、ドイツ語、イタリア語、ミャンマー語、クメール語、モンゴル語



新人消防士

甲賀広域行政組合消防本部では、令和2年4月1日に10名の消防吏員を迎え、消防吏員として必要な知識や技術に関する教育を受けたため、4月6日から滋賀県消防学校に入校しました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、4月27日から同消防学校での教育が休止となり、一時的に本消防本部に帰任することもありませんでしたが、6月8日から再開となり、教育を受けられることとなりました。これからは暑さが本格化し、訓練はより一層厳しさが増していきますが、『雲外蒼天』というように、努力し乗り越えた先には、明るい未来が待っていると信じて頑張つてほしいと思います。彼らの寮生活が充実したものとなりますよう応援よろしくお願いします。



出水期を迎えます!

まもなく『**出水期**』を迎えます。台風や集中豪雨などの自然災害に備えて、各市町の『**防災マップ**』を活用し、日頃からお住まいの危険箇所を把握し、避難場所や避難経路を確認するとともに、非常時の持ち出し品のチェックなど、今できる対策をしておきましょう。また、避難所等への避難については、『**3密**』により、感染症のリスクが高くなります。指定されている避難所への避難だけでなく、可能な場合は、災害危険のない親戚や友人の家等へ避難することも考えておきましょう。

令和2年甲賀消防管内	
災害発生状況	
(5月末現在)	
火災	20件
救急	2,066件
救助	25件
その他	100件

Net119緊急通報システム
新規登録・登録内容変更

利用者登録が必要!

Net119緊急通報システムに係る新規登録及び内容変更手続き等については、本消防本部通信指令課で随時行っております。登録の際は、必ずご使用の携帯電話・スマートフォンをお持ちください。

なお、各消防署では登録ができませんので、来署されることのないようご注意ください。

【お問い合わせ先】
甲賀広域行政組合消防本部通信指令課
TEL : 0748-62-0119 FAX : 0748-62-3666