

シリーズ  
防災安全  
No.39

## 火災その3 (万が一出火してしまったら)

まず、天井に火が燃え広がったら個人で消火するのはほぼ不可能です。避難するときは、燃えている部屋のドアを閉めて煙や炎の拡散を防ぎましょう。

### ・実は火より怖い【煙】

火災時に避難の障害になるのは煙です。火災時に発生した煙は横には秒速 0.3 m～0.8 m で移動しますが、上方向（上昇）は秒速 3 m～5 m で移動します。通常階段を歩いて上る速度が秒速 0.5 m 程度ですので階段室で煙から逃れるのは困難です。

### ・煙はなぜ怖い？

煙には有害物質が含まれています。代表的なのが一酸化炭素（CO）です。

一酸化炭素中毒は自覚するのが難しく、危険を察知できずに死に至ることが多いです。軽傷では、頭痛・耳鳴り・めまい・吐き気などが出ることがあります。対処が遅れると意識はあるが徐々に体の自由が利かなくなり昏睡状態になってしまいます。

### 安全に避難するためには

- ・複数の避難経路を普段からイメージしておく。
- ・煙の中を逃げるときは濡れたハンカチを鼻と口に当てできるだけ低い体勢で床面近くの空気を吸うようにする。
- ・万が一の時も慌てず落ち着いた行動を心がけましょう。



～ 災害時 その判断が 分かれ道 ～

シリーズ  
包括支援  
No.39

## こんにちは 八百津町地域包括支援センターです

### ～介護巡回相談会をご利用ください～

八百津町地域包括支援センターでは、5月から各地区の介護巡回相談会を行います。高齢者の介護や健康に関する悩みや、心配事、疑問等に対応します。日頃は地域包括支援センターの事務所で相談を受けていますが、遠方のために相談に来られなかった方もみえるかと思えます。

介護巡回相談会はお近くの役場各出張所で行いますので、ぜひこの機会にご利用ください。5月は以下の日程で実施します。相談の事前予約は不要ですので、実施日当日に各会場までおこしください。他の地区での実施も随時お知らせしていきます。



とき 5月7日(水) 午後1時30分～4時  
ところ 久田見出張所

- 地域包括支援センターの窓口や電話でも常時ご相談に対応しておりますので、ご活用ください。

#### <5月 お元気サロンの予定> (お申し込みが必要です)

- ・8日(木)、22日(木) お元気サロン八百津 午前9時30分～11時30分 場所：福祉センター

#### <5月 こころの相談の予定> (予約が必要です)

- ・19日(月) 高齢者のための「こころの相談」 午後から 個別に対応し秘密は厳守します。

#### 職員紹介 (センター長)

今年度4月から、センター長として地域包括支援センターに配属されました小川です。一日も早く業務を覚え、地域の声に耳を傾け、高齢者の方や介護者家族のみなさまのお力添えが出来るよう努めますので、よろしくお願いいたします。



お問い合わせ 八百津町地域包括支援センター ☎ 43-3267 または ☎ 43-2111 (内線 2566・2567)  
メールアドレス：houkatsu@town.yaotsu.lg.jp