

その他の災害編

落雷編

遠くで雷の音がしたら、すでに危険な状況です。自分のいる場所にいつ落雷してもおかしくありません。雷は発達した積乱雲に伴って発生し、近くに高いものがあるとこれを通して落ちる傾向があります。大きな建物の中か、列車やバス、車の中に避難しましょう。

安全な場所

鉄筋コンクリート建築物、バス、列車
自動車(オープンカーを除く)

危険な場所

グラウンド、ゴルフ場、屋外プール、
堤防や砂浜、海上などの開けた場所や、
山頂や尾根などの高いところ

落雷時の 注意点

- 雷は積乱雲の位置次第でところを選ばずに落ちる。
- 開けた場所や、山頂や尾根などでは人に落雷しやすくなる。
- 木のそばにいと、木に落ちた雷が人に飛び移ることがあるので、木のすべての幹、枝、葉から2m以上は必ず離れる。
- 避難するときは姿勢を低くし、持ち物は体より高く突き出さないようにする。
- 屋外に比べれば木造建築の内部は安全だが、すべての電気器具や天井・壁から1m以上離れるとさらに安全である。
- 雷の活動が止み、20分以上経過してから移動するようにする。

竜巻編

竜巻は、短時間で大きな被害をもたらすことがあります。もし、近くで竜巻が発生するか、その予兆を感じたらすぐに避難してください。

落雷、ひょうなどの雷注意報が出た場合にも竜巻に警戒してください。

また、竜巻注意情報の発表から約1時間は警戒を怠らないようにしてください。

真っ黒な雲が近づいてくる
雷の音が聞こえる
ヒヤッとして冷たい風が吹いている



竜巻が近づいてきたら

屋外にいたら…

- ① 近くの頑丈な建物に避難する。
- ② 避難できない場合は物陰やくぼみに身をふせる。
- ③ シャッターが開いていたら閉める。
- ④ 物置や車庫・プレハブ(仮設建築物)への避難は危険。



屋内では…

- ① 窓やカーテンを閉め、窓から離れる。
- ② 大きなガラス窓の下や周囲は大変危険。
- ③ 家の1階の窓のない部屋に移動する。
- ④ 頭から布団をかぶる、丈夫な机やテーブルの下に入るなど、身を小さくして頭と首を守る。



知っておきたい 応急手当

小さな傷

- 1 傷口を水道水か石鹸水で洗い流す。



- 2 消毒液を塗り、ガーゼか救急ばんそうこうを貼る。



骨折

- 1 折れた部分を副木などで固定する。



- 2 前腕や上腕部の骨折は、三角巾などを使って上下の関節が動かないように固定する。



大きな傷

- 1 感染防止のためビニール袋を用い、傷口を清潔なガーゼなどで強く押さえて止血する。



- 2 それでも止まらないときは、両手で体重を乗せながら圧迫止血し、急いで病院へ。



- 3 手足を切断されるような大出血の時は、幅の広い止血帯を使って止血する。



- 4 止血した時間をメモしておき、医師に報告する。



やけど

- 1 できるだけ早く水道水などの清潔な流水で十分に冷やす。



- 2 傷に勢いよく当てないようにする。



- 3 衣服が皮膚にくっついていようなときは、無理にはがさないでそのまま冷やす。



- 4 冷やしたあとは、清潔なガーゼなどでおおう。薬を塗るのは禁物です。やけどがひどいときは急いで病院へ。



心臓マッサージ

- 1 胸の(上下・左右)の真ん中を自安に手を置き、もう一方の手を重ねる。
- 2 肘を伸ばして垂直に圧迫する。
※両手で胸が3~5cm 沈むくらい圧迫。



AEDの使い方

※ 心臓の筋肉がけいれんを起こす「心室細動」を電気ショック(除細動)で正常な状態に戻す機器です。AEDは電源を入れると、機械から音声で操作手順の指示が出ますので、初めての人でも簡単に使用できます。また、電気ショックが必要かどうかの判断も自動で行い、必要がなければ指示を出さず、間違ってもボタンを押しても電気ショックは与えられません。※AED…自動体外式除細動器

