

冬に多い高齢者の事故

入浴中の事故・餅での窒息に注意

事故を予防し、発生したときは慌てず冷静に対処しましょう。また、万一に備え応急手当を学びましょう。 ※1月の講習会日程は別冊情報ひろば3面に掲載

問 消防局救急課(☎025-288-3260)

意識が無い、普段と様子が違うときは

119番通報

入浴中の事故(ヒートショック)

※出典: 政府広報オンライン

ヒートショックとは、急激な温度変化により血圧が変動することで起こる健康被害です。失神や心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こし、新潟市内で毎年100人以上が亡くなっています。

例年、11~3月の寒い時期に多く発生しています。



どんな人がなりやすい?

- ・ 熱い湯や長湯が好きな人
・ 高血圧、糖尿病、不整脈などの持病がある人

予防のポイント

- ・ 脱衣所を暖める
・ 風呂のふたを開け、浴室を暖めておく
・ 湯温は41℃以下で、入浴時間は10分以内にする
・ 食後、飲酒後、服薬後すぐの入浴は控える
・ 入浴前に水分補給をする



応急手当

- ・ 湯に溺れないように浴槽の栓を抜く
・ 意識がなければ浴槽から引き上げる
・ 呼吸がない、または判断に迷うときは胸骨圧迫を行う

餅での窒息

※出典: 政府広報オンライン

どんな人がなりやすい?

- ・ 食事中むせることがある人
・ かむ力、のみ込む力が弱い人

予防のポイント

- ・ のみ込みやすい大きさにする
・ 食べるときはよくかむ



応急手当

- ① 手の付け根で肩甲骨の間を強くたたく(背部叩打法)
② 後ろから持ち上げ、腹部を上方へ圧迫する(腹部突き上げ法)
※反応がなければ胸骨圧迫を行う

市政



あす4日に開会

12月議会定例会

スマートフォンは
こちらから



提案される議案は、一般会計補正予算や条例の改正などです。

●会期 あす4日~12月22日(金)

問 議会事務局議事課(☎025-226-3395)

市政



一般行政(デジタル)、水道事務など
市職員を募集

令和6年4月1日採用の市職員を募集します。試験案内はあす4日から新潟市ホームページに掲載するほか、市役所本館案内、区役所、出張所などでも配布します。



●1次試験日 1月14日(日)

●申し込み あす4日~12月21日(木)に
新潟市ホームページから申し込み

スマートフォンは
こちらから



問 人事委員会事務局(☎025-226-3515)

Table with columns: 区分 (Category), 職種 (Job Type), 受験資格 (Eligibility). It lists requirements for general administration (digital) and water utility jobs.

文化・スポーツ・観光



中国の伝統舞踊や音楽を楽しむ
1/14(日) 新潟春節祭

スマートフォンは
こちらから



中国の旧正月を祝うとともに新潟と中国の交流を深めるため、中国の山東省青島市文化芸術団が伝統舞踊や音楽を披露します。



●時間 13時半~15時半

●会場 県民会館(中央区一番堀通町)

●定員 1,500人 ●参加費 無料

●申し込み 12月24日(日)までに往復はがきに催し名、代表者の氏名・住所・電話番号、同伴者の人数を記載し、〒951-8550、国際課(☎025-226-1677)内「新潟春節祭2024事務局」係へ

※はがき1枚につき5人まで。車イス席が必要な場合はその旨記載。新潟市ホームページ=右上=からも申し込み可。応募多数の場合抽選。12月26日以降順次、抽選結果を発送