



まとい
消防瓦版纏 No.388
 富良野広域連合富良野消防署占冠支署
 56-2119

ガスボンベ、ライターの中身を確認し適切な分別を

ガスボンベや使い捨てライターの中身を残した状態での排出や、不適切な分別による排出等を原因としたゴミ収集車からの出火事例が、道内各地で確認されています。中身を残したガスボンベ等が収集車内で押しつぶされると可燃性ガスが車内に充満し、出火するリスクが高まりますので、これらのゴミの排出の際は必ず中身がないことを確認し、適切な分別方法で排出するようにしましょう。

幸いにも占冠村ではこのような火災事例はありませんが、再度各ご家庭で分別方法を確認し、遵守して頂くようお願いいたします。

『占冠村ごみの分別ハンドブック（ごみ分別辞典）』を確認

- ・**ガスボンベ**
 ガスを完全に使い切り、透明な袋に入れ、鉄類として出す。※缶には穴を開けないこと
- ・**ライター（使い捨てタイプ）**
 中身を使い切り、埋立ごみとして出す。
- ・**リチウムイオン電池**
 回収ボックスへ持っていく（埋立ごみ等に混ぜて出さない）



救急出場状況

(12月分)

交通事故	3件	(2人)
一般負傷	6件	(6人)
急病	5件	(5人)

12月計	14件	(13人)
累計	134件	(124人)

※ () 内は搬送人員

地域とともに コミュニティ・スクール情報
 ～トナム学校～

トナム学校では昨年1年間、占冠村や近隣の町在住の様々な分野の専門家にも講師をお願いし、「C Sとして地域と協働しつつ、さまざまなヒト・モノ・コトを活用した体験活動を重視し、トナムだからできる教育、トナムならではの特色ある教育」を推進しました。

学校支援地域本部事業としては、花の手入れの仕方等を学んだ花壇づくり（6月）、学校周辺の山菜を採取して味わった山菜学習（6月）、学校周辺の川の流を感じながら、生息する動植物について学習した自然体感占冠（7月）、クッションや小物カバーなどを作成した裁縫教室（12月）を実施。



村外講師にご協力いただいた学習として、チームでかけ声をかけ合ったカーリング教室（12月）、TV会議システムを使って中国の文化や言語について学んだ「国際感覚を身に付けるプログラム」（12月）を実施。



学校行事では、保護者も児童生徒と一緒に作戦を考えて盛り上がった保育所との合同運動会（9月）、ふらの演劇工房の方に演劇指導をしていただいた合同学芸会（10月）を実施。

1年を振り返ると、学校支援及び地域人材ボランティアの方々には、これだけ多くの機会に質の高い学びを提供していただきました。子ども達が様々な分野の専門家から学ぶことで、より深い学びになったことと思います。また、TV会議システムの活用で、遠く離れた方も学習することができました。

今後、GIGAスクール構想のもと、高速ネットワーク環境などが整備され、新たな教育の形が始まります。どんな学びの形になっても、それに対応できる子ども達に育てていきたいと考えています。また、「トナムらしさ」を失わないように、確かな力を身につけることができる教育を続けていきたいと考えています。

占冠村教育委員会 56-2182

複 数の病気を持つと、服用する薬の種類が増えます。特に高齢になるとその傾向があり、東京都では75歳以上の高齢者の約6割は、5種類以上の薬を服用していることが研究で明らかになりました。特に高齢者は、服用している薬が6種類以上になると、副作用を起こすリスクが高くなると言われています。必要以上の薬や不要な薬が処方されることで、多剤服用による有害事象のリスクが高まります。また、誤った方法での服薬で副作用を引き起こすこともあり、これらの問題につながる状態を『ポリファーマシー』と言います。高齢者の方は、『ポリファーマシー』と『残薬』に注意しなければなりません。



それでは、なぜ高齢者は副作用を起こしやすいのでしょうか。原因には、『身体機能の低下』と、『多剤服用』が挙げられます。高齢になると、肝臓や腎臓の働きが弱くなり、薬を分解したり、身体の外に排泄したりするのに時間がかかり、薬が体内に長く留まりやすくなります。その結果、薬が強くなりすぎるなどの副作用が起こりやすくなります。また、多くの薬を服用すると、薬同士が相互に影響し合い、効き目が変化したり、思わぬ症状を引き起こすことがあります。このように、『身体機能の低下』や『多剤服用』により高齢者は副作用を起こしやすいとなります。

次の症状にご注意ください



物忘れ、気分の落ち込み、眠気、食欲低下、ふらつき・めまい、おしっこが出にくい、便秘等、薬を服用していて、このような症状が気になる場合は、必ず医師や薬剤師に相談しましょう。特に、服用薬が新たに追加されたり、変更した後はご注意ください。

『ポリファーマシー』『残薬』に注意しよう

こんにちは
保健師です

住民課保健予防担当
 56-2122

POINT!

薬は必ず医師、薬剤師に相談を
 薬によっては、急にやめると症状が悪化したり、思わぬ副作用が出る場合があります。服用頻度を変更する際は、必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

相談する時に準備するもの
 服用中の薬、健康食品等は全て伝えましょう。また、症状の時期・内容も併せて伝えてください。

日頃からの注意点
 複数の病院に通院している方は、かかりつけの医師や薬剤師に処方されている薬を把握してもらうことが必要です。また、お薬手帳は一冊にまとめておいてください。

残薬を確認しよう
 長年通院が続いていると、自宅に余った薬が大量に見つかることがあります。多種類の薬を処方され、適切に服用することができないと、症状が悪化することがあります。その結果、さらに薬が追加される事例があります。残薬は、服薬過誤につながる恐れがあります。薬の不適切な服用を防ぐために、薬カレンダーの活用などで、適切に服用できる工夫をしましょう。また、残薬があるにもかかわらず、同種の薬を処方されると不要な出費につながります。残薬があれば、次の受診時に病院に持っていくなどしてください。



3月は自殺対策強化月間
 自殺対策基本法により、毎年3月は『自殺対策強化月間』として啓蒙活動が行われています。占冠村では、図書室に『いのちに関する本』の展示を行いますので、お立ち寄りの際はご覧ください。