

令和6年度から、これまでの対面での講習に加えて、甲種防火管理新規オンライン講習「オンライン動画による講習と対面による実践講習を組み合わせたハイブリッド型講習」を開始しました。令和7年度からは、新たに防火・防災管理新規オンライン講習が追加され、今後も各種防火・防災管理等オンライン講習の開始を予定しています。

ここでは防火・防災管理者の役割、及び防火・防災管理等オンライン講習の申込方法と実施要領を取り上げます。

防火管理者・防災管理者とは

防火管理者

多数の者が出入りする建物の管理権原者（建物の所有者・管理者・占有者などのうち、管理についての権原を有する者）に対し、防火管理の中核を担う防火管理者を選任し、消防計画を作成させ、その計画に基づく消火・通報・避難訓練の実施などの防火管理に必要な業務を行わせることを、消防法で義務付けています。

防火・防災管理等講習の申込み方法

防火・防災管理者になるためには、消防法で定められた資格が必要となります。この資格を取得する方法の一つが、「防火・防災管理等講習」です。

防災管理者

高層・大規模建物の管理権原者に対し、防災管理の中核を担う防災管理者を選任し、防災管理に係る消防計画を作成させ、その計画に基づく避難訓練の実施など、防災管理上必要な業務を行わせることを消防法で義務付けています。なお、防災管理者は、防火管理者と同一の者でなければなりません。

防火・防災管理等講習の申込みは、WEB（行政オンラインシステム）のみで受け付けています。申込締切は講習日の2週間前ですが、満席になり次第、受付終了となります。インターネット環境がない方に対しては、職員がWEB申込を代行しています。

防火・防災管理等オンライン講習の流れ

防火・防災管理等オンライン講習の申請（オンライン）から、オンラインによる講習を経て実践研修を修了するまでの流れをまとめます。

令和7年度防火・防災管理新規オンライン講習日程

令和7年度の防火・防災管理新規オンライン講習の日程は表の通りです。実践研修の会場はすべて阿倍野防災センターとなっています。なお、オンライン講習と併せて、従来の

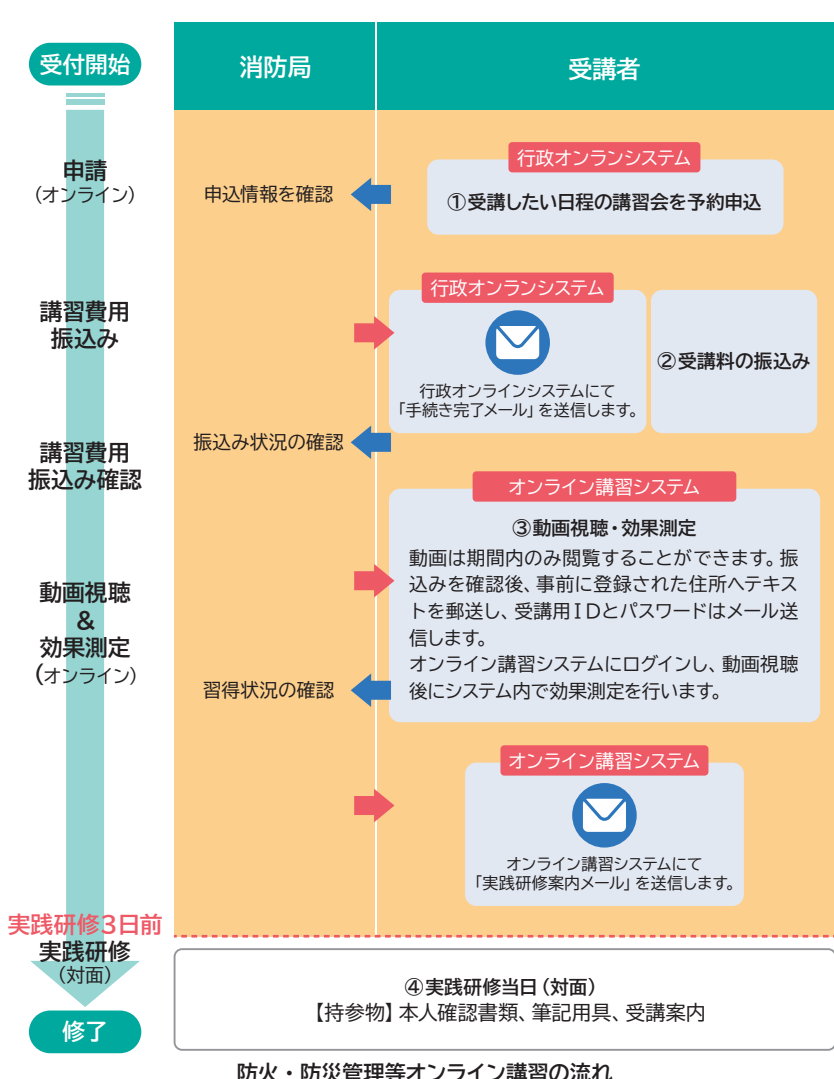


表 令和7年度防火・防災管理新規オンライン講習日程表(令和7年7月～9月)

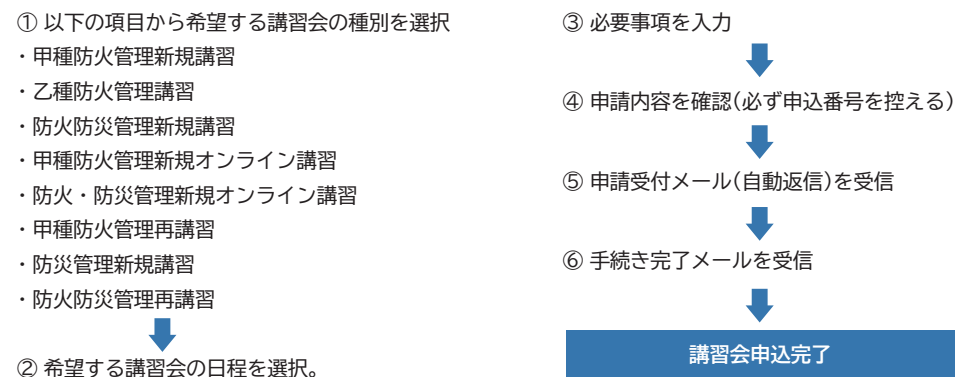
実施回	申込受付期間	振込締切日	動画視聴期間	実践研修日時
第20回	2月3日(月)～6月10日(火)	6月17日(火)	7月13日(日)～7月22日(火)	7月26日(土) 14時～16時
第22回	2月3日(月)～6月25日(水)	7月2日(水)	7月29日(火)～8月7日(木)	8月11日(月) 14時～16時
第27回	2月3日(月)～7月21日(月)	7月28日(月)	8月23日(土)～9月1日(月)	9月5日(金) 14時～16時
第31回	2月3日(月)～8月5日(火)	8月12日(火)	9月7日(日)～9月16日(火)	9月20日(土) 14時～16時



防火・防災管理等講習のご案内

対面講習も引き続き開催しています。防火・防災管理等講習の日程等の詳細については、大阪市公式ホームページよりご確認ください。

ホーム画面の「申請できる手続き一覧」から、「個人向け手続き」もしくは「事業者向け手続き」を選び、キーワード検索で「消防講習」と入力。検索結果から「防火・防災関係講習会の申込」に進む。



行政オンラインシステムによる講習会申込手続きの流れ

現場に活かす！救急救命士国家試験問題

救急救命士を目指す者が挑む国家試験。その中でも**救急隊員が活動する現場において知っておくべき知識**や内容を紹介していきます。今月は心電図の異常所見に関する問題です。傷病者のバイタルサインのほか失神の原因検査に必要な知識として心電図を正しく理解するために早速解いてみましょう！

第46回（令和5年3月）D問題

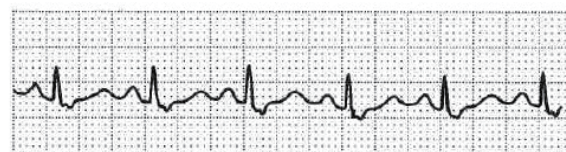
78歳の女性。夜食を食べている際、急に意識を失ったため、家族が救急要請した。
救急隊到着時観察所見：意識清明。呼吸数16/分。脈拍90/分。血圧120/80mmHg。SpO₂値98%。特に症状を訴えない。過去にも同様の発作を経験している。心電図モニター波形を別に示す。不整脈と高脂血症の薬を服用している。

この病態に関係すると考えられる、この心電図上の異常所見はどれか。1つ選べ。

- 1 P波消失 2 異常Q波 3 ST上昇 4 テント状T波 5 QT延長

ヒントレベル 心電図の基本波形

- P波 → 心房の興奮
- PQ間隔 → 房室伝導時間
- QRS波 → 心室の興奮
- T波 → 心室興奮の回復
- QT間隔 → 電氣的収縮時間



心電図モニター波形

ヒントレベル 心房細動

洞結節から発した電氣的刺激が心房内に伝播する（脱分極）のを示す陽性（上向き）の波であるP波が正常な心房収縮がない心房細動では欠損する。

ヒントレベル 心筋梗塞

ST上昇型急性心筋梗塞では時間の経過とともに心電図所見が変化していく。発症直後にはT波が増高し、数時間後にはST上昇、12時間後では異常Q波がみられる。

ヒントレベル QT延長症候群

遺伝性疾患や電解質異常、薬剤などの影響でQT間隔が延長することがあり、トルサードポアンツ型の心室頻拍や心室細動を生じやすく、失神や痙攣の原因となるほか、突然死のリスクがある。QT間隔は心拍数が増えると短縮するため、補正QT間隔（QTc）を用いる。

解答・解説

解答 5. QT延長

心電図は、すべてのQRS波がP波を伴っており、RR間隔は規則正しく並んで不整はない。異常Q波、ST上昇、テント状T波はいずれも認めない。QT間隔は実測で11mm（0.44秒）であり、RR間隔から補正QT間隔を計算すると0.57秒となり、延長している。RR間隔の midpoint よりも右側にT波がある場合はQT延長と判断してよい。

（参考・引用 株式会社へるす出版「第46回 救急救命士国家試験問題 解答・解説集」）

株式会社 栗本鐵工所（加賀屋工場・住吉工場）

株式会社栗本鐵工所は、明治42年の創業以来、「水と大気と生命の惑星、地球を大切に、人間社会のライフラインを守る」という企業理念のもと、お客様満足第一のモノづくりに徹して、社会のインフラ整備、ライフラインや産業設備の拡充に貢献している企業です。

加賀屋工場、住吉工場は、住之江自衛消防協議会の発足当初からご加入いただき、「自分の職場は自らが守る」という自衛消防隊の理念のもと自主防災力の向上に積極的に取り組んでいます。特に、実践的な消防技術が求められる自衛消防技術練成会において両工場は、すべての種目で優勝を競い合うという高い消防技術を有しており、企業全体

隊長コメント

定期的に消火訓練を行い、従業員の初期消火技術の向上を目指しています。今後も、地震・災害に対しての予防処置を再確認し、安全で安心して働ける工場づくりに努めてまいります。（七野隊長）

毎年防災訓練・消防訓練を実施し、自衛消防に対する意識向上と啓発に努めております。今後も地域防災活動へ積極的に参加してまいります。（永井隊長）

としての高い防災意識は、他の事業所の模範となっています。また、住吉工場は令和6年3月に災害対策に必要な協力を行う「住之江区防災パートナー」に登録し、区の地域防災を支えています。

自衛消防隊紹介

加賀屋工場
ひちの
七野 隆志 隊長



住吉工場
永井 義郎 隊長



女性防火クラブだより

阿倍野区

未来の安全を築く

阿倍野区では、10名の女性支部長のもと総勢145名のクラブ員が、地域を守るため日々奮闘しています。この活動は、私たちの安全に欠かせない地域全体の防火意識を高める重要な役割を果たしている」と自負しております。

小中学校の防火教育、地域の防災訓練への参加、応急手当の普及啓発活動、住まいの防火防災診断など、クラブ員は常にリーダーシップを意識し、情熱をもって活動しています。特に、地域の子どもたちや住民に対して行う防火教育は、「未来の安全を築く」をスローガンに、阿倍野区の未来の地域安



全への重要なステップとなっています。

今後とも、女性防火クラブ員の活動がさらに広がり、より多くの人々が防火の重要性を理解し、本活動へ参加いただけることを願っています。



心の健康を考える

こんにちは！新緑が美しい季節になりましたね。

忙しい毎日の中で、心の健康を意識することはとても大切です。今回は、日常生活に取り入れやすい「心の健康を整える方法」の一つとして「マインドフルネス」についてご紹介します。

マインドフルネスとは

仏教の瞑想に由来する概念で、「今この瞬間」に注意を向ける状態のことを指します。過去や未来のことを考えず、現在の瞬間に意識を集中させることで、心の平穏を得ることができます。

効果

ストレス軽減：ストレスの原因となるネガティブな思考を和らげ、心を落ち着かせる効果があります。
集中力の向上：現在の瞬間に集中する練習を続けることで、日常生活でも集中力が高まります。
感情の安定：自分の感情を客観的に観察できるようになり、感情の波に振り回されにくくなります。
睡眠の質向上：リラックス効果があるため、睡眠の質向上が期待できます。

実践方法（呼吸法）

1 静かな場所を見つける

できれば静かで落ち着ける場所を選びます。椅子に座るか、床に座ってもかまいません。背筋をリラックスした姿勢を保ちます。

2 目を閉じるか、半開きにする

目を閉じることで、外部の刺激を減らし、内面に意識を向けやすくなります。半開きで床を見つめるのも良いです。

3 自然な呼吸に注意を向ける

深呼吸をする必要はありません。自然な呼吸のリズムをそのまま観察します。吸う息と吐く息に意識を集中し、お腹や胸が膨らんだり縮んだりする感覚を感じます。

4 思考が浮かんできたらそれに気づく

呼吸に集中している間に、思考や感情が浮かんでくる場合があります。

それに気づいたら、ただ「今、こういう思考があるんだな」と認識するだけにします。ジャッジしたり、追いかけてたりせず、呼吸に意識を戻します。

5 数分間続ける

最初は数分から始めてみましょう。慣れてきたら少しずつ時間を延ばしてみます。



心の健康を整えるためには、日常生活の中で少しずつ意識的に取り組むことが大切です。自分に合った方法を見つけて、心豊かな毎日を送みましょう。

消防 漢字 ガール

Fire Fighter Kanji Girl

【雨】

意味：あめ。あめふり。あめのように降り注ぐもの。



皆さん、こんにちは、「消防漢字ガール」の淀橋文子です。今月の漢字は「雨」。「雨」は、天の雲から水滴が滴（した）り落ちる様子を表した象形文字で～す。

音読みは「ウ」、訓読みは「あめ」、「あま」、常用漢字表外では「小雨（こさめ）」や「霧雨（きりさめ）」のように「さめ」とも読みます。画数は「8画」、部首は「あめかんむり（雨冠）」で、ご存知のとおり、雲・雪・霧・霞など、天候や気象状況を表す漢字の基になっていますよね。

天の雲から水滴がはたたり落ちる様子

田→雨→雨→雨



ところで、最近はニュースなどで「線状降水帯」という言葉を耳にすることが多くなりました。線状降水帯の停滞が集中豪雨を引き起こし、毎年のように甚大な災害が発生しています。地球温暖化の影響とも言われる線状降水帯ですが、発生メカニズムに関してはまだまだ未解明な点が多いそうです。



ということで、そんな「線状降水帯」の発生予測は勿論のこと、雨雲レーダーで日頃の雨雲の状況や台風の予報円もリアルタイムで確認できる「大阪防災アプリ」をご紹介します。「大阪防災アプリ」は、災害時における避難所の開設状況、プッシュ通知による防災情報の配信、60分前から15時間先の未来の降水強度分布予測や台風の進路予測などを閲覧することができる雨雲レーダー。もしもの時に備えて避難場所への経路や浸水想定区域等を確認できる防災マップのほか、ブザーやスマホライトなど、役立つ機能を備えた多言語対応のアプリケーションです。

わたしもインストールしてますよ。皆さんも、是非、使ってみてください。じゃあねー。



【今月の警防担当司令の迷言】

「淀橋。来月の合同訓練の資料、パワーポインターで作ってくれたかいな？」
 「はい、作成しました。」(司令、何度も言いますが「パワーポ・イ・ン・ト」ですよ。)

表彰 令和7年3月5日付け

非番日等における救急活動(賞与)

平野消防署	1部	警防担当
消 防 士	青木	駿和

令和6年9月28日、奈良県北葛城郡の店舗において、バイスタンダーによりCPRを施されている傷病者を発見したため、直ちに自身が消防職員であることをバイスタンダーに告げ、CPRの協力を申し出た。胸骨圧迫を行った後、既にバイスタンダーにより接続された自動体外式除細動器で除細動を実施したところ、傷病者に自己心拍が出現し、意識状態も回復した。その後、到着した救急隊に状況を正確に伝え、円滑に引き継いだ功績による。

救急活動(賞与)

西消防署	2部	新町小型タンク小隊
消 防 司 令	中谷	哲也
消 防 士 長	原谷	直努
消 防 士	竹之下	倅太

消 防 士	篠原	翔吾
-------	----	----

令和6年9月28日、西区のホテルの一室で発生した救急事案において、現場到着後、傷病者がCPAであることを確認したため、直ちにCPRを開始するとともに、除細動パッドを貼付し心電図を解析した。除細動の適応であったため除細動を実施し、CPRを継続した。その後、救急隊が到着したため、CPRを継続しながら搬出協力を実施した。なお、傷病者は搬出途中において自己心拍及び自発呼吸が出現した。これら一連の活動により、傷病者の良好な予後に大きく貢献した功績による。

救急活動(賞与)

平野消防署	2部	平野第1救急隊
消 防 司 令	熊澤	勉
消 防 士 長	近藤	宏昌
消 防 士 長	水谷	七央紀
令和6年11月5日、東住吉区の公		

園で発生した救急事案において、現場到着後、傷病者がCPAであることを確認したため、直ちにCPRを開始した。除細動パッドを貼付し心電図を解析したところ心室細動の波形を確認したため除細動を実施するとともに、CPRを継続しながら傷病者を救急車内へ収容した。救急車内収容後、食道閉鎖式エアウェイによる気道確保及び静脈路確保を実施した。薬剤投与後の解析で、傷病者に自己心拍及び自発呼吸が出現したため、医師からの助言をもとに人工呼吸のみを継続し、傷病者の容体管理に細心の注意を払いつつ早期搬送に努め、適切に傷病者を医師に引き継ぎ、傷病者の良好な予後に大きく貢献した功績による。

救急活動(賞与)

此花消防署	2部	西九条小型タンク小隊
消 防 司 令	加賀	朋司
消 防 司 令 補	領木	啓之
消 防 司 令 補	中野	亮
消 防 士 長	谷	潤二郎

令和6年11月30日、此花区の作業場で発生した救急事案において、現場到着時、バイスタンダーが傷病者に対し胸骨圧迫を実施しており、傷病者を観察した結果、傷病者がCPAであることを確認したため、

直ちにCPRを開始するとともに、除細動パッドを貼付し心電図を解析した。除細動の適応であったため除細動を実施し、CPRを継続した。救急隊が到着後もCPRを継続し、2回目の除細動を実施したところ、傷病者は現場において自己心拍及び自発呼吸が出現した。これら一連の活動により、傷病者の良好な予後に大きく貢献した功績による。

救急活動(賞与)

北消防署	1部	北救急隊
消 防 司 令	岡下	直樹
消 防 士 長	松野	将矢
消 防 士	諏訪	友紀

令和6年12月4日、北区の駅構内で発生した救急事案において、現場到着時、先着の救命連携活動隊が、傷病者に対し既にCPRを実施しており、傷病者がCPAであることを確認した。自隊の自動体外式除細動器を装着し、CPRを継続したところ、傷病者に自己心拍が出現した。静脈路確保後、傷病者の容体管理に細心の注意を払いつつ補助呼吸を継続しながら搬送を開始したところ、病院到着前に傷病者は意識状態も回復した。これら一連の活動により、傷病者の良好な予後に大きく貢献した功績による。

救急活動(賞与)

北消防署	1部	北小型タンク小隊
消 防 司 令 補	堀尾	晴久
消 防 士 長	永田	優樹
消 防 士 長	小林	翔平
消 防 士	稲山	海輝

令和6年12月4日、北区の駅構内で発生した救急事案において、現場到着時、バイスタンダーが傷病者に対し、自動体外式除細動器の装着及び胸骨圧迫を実施しており、傷病者を観察した結果、傷病者がCPAであることを確認したため、直ちにCPRを開始した。救急隊到着後、救急隊の自動体外式除細動器を装着し、CPRを継続したところ、傷病者に自己心拍が出現した。さらに、傷病者は病院到着前に意識状態も回復した。これら一連の活動により、傷病者の良好な予後に大きく貢献した功績による。

救急活動(賞与)

令和6年12月29日、平野区の路上で発生した救急事案において、現場到着時、傷病者は意識レベルJCS30であったため、回復体位を取らせ呼吸状態の改善を試みたが、容態が急変しCPAとなった。直ちにCPRを開始するとともに自動体外式除細動器を装着した。救急隊到着

東住吉消防署	2部	杭全救急隊
消 防 司 令 補	倉本	章平
消 防 士 長	和田	洋明
消 防 士	白石	善己

後、傷病者を救急車内へ収容し、CPRを継続しながら救急隊が行う気管挿管による気道確保及び静脈路確保の処置協力を実施した。なお、傷病者は病院搬送前に自己心拍及び自発呼吸が出現した。これら一連の活動により、傷病者の良好な予後に大きく貢献した功績による。

火災現場における救助活動(賞与)

住吉消防署	2部	苅田小型タンク小隊
消 防 司 令 補	武田	征士
消 防 士 長	森田	誠
消 防 士 長	砂川	光
消 防 士	大塚	慎太郎

令和7年1月15日、住吉区の共同住宅で発生した火災現場において、現場到着後、直ちに出火室のある7階において放水体制を確立した。近隣住民から出火室に要救助者がいるかもしれない旨を聴取したため、炎と黒煙が激しく噴出する出火室へ室内進入し、消火と検索活動を同時に実施した。室内において倒れている要救助者1名を発見したため、後着の救助隊と協力し、徒手により迅速に屋外へ救出した功績による。

火災防ぎよ活動(賞与)

西成消防署	1部	海道指定消火隊
消 防 司 令	野中	修二
消 防 司 令 補	米倉	知克
消 防 士 長	松本	健
消 防 士 長	久保	俊祐

令和7年1月21日、浪速区の遊技場で発生した火災現場において、災害点北東側に直近部署後、関係者から火元建物に要救助者はいない旨を聴取したため、警防本部へ即報するとともに、早期に2線2口の放水体制を確立した。火元建物北側への延焼阻止を実施すると同時に、火元建物1階へ屋内進入し主火力を制圧した。また、その後はアーケード上から、火元建物の3階及び4階への放水を実施し、火勢が収まった段階で火元建物の3階へ屋内進入し主火力を制圧した。これら一連の活動により、被害の拡大を最小限に抑え、市民の負託に応えた功績による。

火災防ぎよ活動(賞与)

西成消防署

1部 海道小型タンク小隊

消防司令補	上嶋 美久
消防司令補	野木 伸悟
消防士長	森本里世生
消防士長	細野 聖太

令和7年1月21日、浪速区の遊技場で発生した火災現場において、災害点北東側に現場到着後、事前任務通り直近隊への中継送水を実施するとともに、早期に火元建物の南側において1線1口の放水体制を確立した。火元建物の南面では2階から火炎及び黒煙が噴出している状況であり、路上からは有効な放水を実施することが困難と判断したため、折りたたみ式はしごを架梯して梯上放水を実施し、火勢が収まった段階で火元建物の2階へ屋内進入し主火力を制圧した。これら一連の活動により、被害の拡大を最小限に抑え、市民の負託に応えた功績による。

火災防ぎよ活動(賞与)

西成消防署

1部 西成小型タンク小隊

消防司令	高田 敦史
消防士長	平田 雄司
消防士長	嬰木 亮吉

消防士長 古井 凌平

令和7年1月21日、浪速区の遊技場で発生した火災現場において、災害点南側に現場到着後、火元建物の南側建物に延焼危険があったため、火元建物の南側建物へ屋内進入し、2階において壁の破壊作業と消火活動を繰り返し続けた。その後は、火元建物の3階及び4階へ転進し、消火活動を実施した。これら一連の活動により、被害の拡大を最小限に抑え、市民の負託に応えた功績による。

火災防ぎよ活動(賞与)

浪速消防署

1部 浪速出張所

小型タンク170小隊

消防司令補	鷲尾 拓哉
消防士	山下 亘輝
消防士	水口 暉歩
消防士	竹林 拓貴

令和7年1月21日、浪速区の遊技場で発生した火災現場において、災害点西側に現場到着後、火元建物の西側への延焼阻止を実施するため、早期に1線1口の放水体制を確立し、火元建物の南西側建物の2階から火元建物の西側への放水を実施した。また、同時に火元建物の西側建物の3階にさらにもう1口ホースを延長し、1線2口の放水体制で火元

建物の西側への延焼阻止を実施した。これら一連の活動により、被害の拡大を最小限に抑え、市民の負託に応えた功績による。

火災防ぎよ活動(賞与)

浪速消防署

1部 浪速出張所

小型タンク86小隊

消防司令補	富永 英一
消防士長	大石 義明
消防士長	石井 重則
消防士長	植木 昌紀

令和7年1月21日、浪速区の遊技場で発生した火災現場において、災害点北側に現場到着後、早期に放水体制を確立し、火勢が噴出する火元建物の西面及び火元建物の北面の3階開口部に放水を実施した。さらに火勢の状況及び他隊の筒先配備状況に応じて臨機に筒先転進を行い、火元建物の北側への延焼阻止を実施した。これら一連の活動により、被害の拡大を最小限に抑え、市民の負託に応えた功績による。

火災防ぎよ活動(賞与)

天王寺消防署

1部 天王寺小型タンク小隊

消防司令補	奥田健太郎
-------	-------

消防士長 難波 拓人
消防士 萬木 快生
消防士 遠藤 陽菜

令和7年1月21日、浪速区の遊技場で発生した火災現場において、災害点南側に現場到着後、火元建物の南側建物に延焼危険があったため、火元建物の南側建物へ屋内進入し、2階において1線2口の放水体制を確立した。小屋裏及び壁の破壊作業と消火活動を繰り返すとともに、もう1口のホースで東側開口部への排煙のための放水を実施した。これら一連の活動により、被害の拡大を最小限に抑え、市民の負託に応えた功績による。

予防業務の推進(賞与)

西淀川消防署

予防担当

消防司令	奥村 典子
消防司令補	山崎 宏彰
消防司令補	竹本 幸司
消防司令補	石川 理輝
消防士長	鐵井 将吾
消防士長	岡嶋 健史
消防士長	増田 稜

複数の危険物無許可貯蔵事業に対して、前例が少なく困難を極めるなか、危険物算定を確実に実施し、速やかに除去命令を発動して全ての危険物除去を実現させた。是正後も再

び消防法令違反が発生しないよう追跡指導を行い、新たな貯蔵場所の建設計画や警察等関係機関との連携により再発防止対策も実現させるなど、違反是正の重要性を深く認識し、市民が安心して暮らせる「災害に強いまち・安全な都市」の実現に大きく寄与した功績による。

予防業務の推進(賞与)

西成消防署

予防担当

消防司令	和田 有樹
消防司令補	藤守 孝次
消防司令補	伊藤 峰久
消防司令補	小寺 雄大
消防司令補	藤田 将
消防司令補	西 聖人
消防司令補	池添 圭祐
消防士長	四宮 達也
消防士長	庄子 哲徳
消防士	光田 七夢

必要な届出がなされていない高齢者福祉施設に対する福祉局との合同立入検査により認知した消防用設備等の未設置事案に対し、関係者が激しく抵抗し困難を極めるなか、粘り強く指導を継続し、違反を是正させた。

また、西成区内で発生した火災について、同様の火災発生を防止するために、火災発生のおそれのある器



※所属階級は事案発生日現在のものです



救急安心センターおおさか だより

夏がやってきます！ 

6月に入り梅雨の季節となりました。次第に暑い暑い夏がやってきます！

夏になれば海に行ったり、山に行ったりと楽しみも増えますね！そんな夏に注意したいのが「日焼け」！夏一歩手前ということで今回は、昨年救急安心センターおおさか（以下、「当センター」という。）に寄せられた「日焼け」に関する相談を2件紹介します。

①38歳男性（家族からの相談）

2日前に上半身を日焼けし、昨日皮膚科を受診したが本日痛みがひどくなった。
→当センターでは、救急車は必要ないが、今すぐ病院受診が必要との判定。

②33歳男性（本人からの相談）

一昨日および本日、プールに行き日焼けした。肩と背中の痛みが強い。
→当センターでは、救急車は必要ないが、今すぐ病院受診が必要との判定。

日焼けは「日光皮膚炎」と呼ばれ、サンバーンとサンタンの2種類があります。

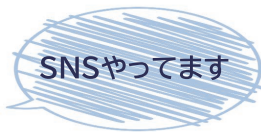
サンバーンは、紫外線曝露後、数時間～24時間程度で生じる赤くなる日焼け、サンタンは数日してから現れる黒っぽくなる日焼けです。

サンタンに比べサンバーンは肌へのダメージが深刻で、皮膚剥脱や水疱を伴うこともあります。また高熱や頭痛、吐き気などの全身症状を呈することもあり、症状がひどい場合は病院の受診も必要です。日焼けは熱傷のようなものなので、処置も熱傷に準ずるところが多いですが、有効性がはっきり証明されている治療法は存在せず、予防が大切な疾患です。紫外線対策としては①紫外線の強い時間帯を避ける、②日陰を利用する、③日傘を使う、帽子をかぶる、④衣服で覆う、⑤サングラスをかける、⑥日焼け止めを上手に使う、の6つの方法が環境省から提示されていますので参考にしてみてください。

「日焼け」の症状で救急車を呼んだほうがいい？今すぐ病院に行った方がいい？近くの病院はどこ？など困ったときは、救急安心センターおおさか（#7119 または 06-6582-7119）をご利用ください。

救急安心センター着件数（令和7年4月）

総着件数（1日当たりの件数）	26,360件（約878件）
対前年同月比	284件



編集後記

表紙のウラ側



写真は大阪・関西万博消防センターで勤務する消防隊員です。ヘルメットとところに「万博」の文字が見られますね。夢と希望が込められた大イベント。

その会場の安全を守る気概が後ろ姿から感じられます。

梅雨の季節、あじさいが見ごろを迎える頃ですね。

皆さまいかがお過ごしでしょうか。私はこの春から編集部に加わり、日々新鮮な気持ちで仕事に励んでいます。

真夜中に聞こえる救急車のサイレン、ニュースで見る救助活動、何気なく見聞きしていた世界に足を踏み入れると、そこには人命を守る「厳しさ」と人に寄り添う「優しさ」をもった方々ばかりでした。そして火災から私たちの生活が守られているのも、防火対策に尽力されている方たちのおかげなのだと実感しました。

最後に一言。蒸し暑い日が増えますが、心と体を整え一緒に乗り越えましょう！（M）