

## 仙台市地震防災アドバイザー室へようこそ!



いつもご覧いただきありがとうございます。

今回の更新で**30回目**となりました。

100万人の防災!

「生き残り」「生き延びる」ための地震対策を始めましょう!

### ■ラップフィルムは食品を包むだけ?

平成 20 年 12 月 10 日掲載

次の宮城県沖地震で想定される負傷者の数をご存知ですか?

**仙台市域で4,663人です。**

もちろん、全ての人が救急車で搬送を必要とするわけではなく、自分たちで病院などへ向かうこともあります。その間の処置は「自分で」「家族に」「近くの人へ」行う『自助』が必要です。

そこで仙台市消防局では応急手当の講習会を開き、「心肺蘇生法」、「外傷の手当」などを市民の皆さんに習得いただいております。

この講習会では、もちろん



三角巾

や



などを

添え木

使用した基本を学びますが、「家や身近にこれらが無かったらどうする?」をご紹介します。

使うのは「これ」



ラップフィルムです。

地震のとき、慌てて転んでしまったり、物が倒れてきて「骨折」「捻挫」などのケガを負ってしまったり、そのような時に、三角巾などの代わりにラップフィルムを使う方法があります。

今回は「左前腕を骨折してしまった。」という想定で手当てを行います。

・準備はフィルムの取り出しだけです。

箱から取り出し、切歯も外します。



取り出したほうが巻きやすくなります。  
歯はカッター代わりに使います。

骨折の場合、折れた骨がずれてしまうことで、非常に大きな痛みを生みますので、しっかりと固定する必要があります。

添え木の代わりに、使い終わったラップフィルムの巻き芯を利用します。新聞紙などを折りたたんだものや、厚手の雑誌でも結構です。



巻き芯を支えてもらった方が  
巻きやすいです。



添え木は新聞や雑誌でも代  
用できます。



雑誌の場合、腕を包むように  
します。

・患部の下に添えて、その上からラップフィルムを巻きます。



ラップフィルムは多少ずれて  
も大丈夫。  
途中で切れても継ぎ足せま  
す。



巻く回数に決まりはありませ  
ん。動かなければ大丈夫で  
す。



まるでギブスのようです。

・移動に備えて、体に固定します。

肩からたすきがけに数回巻けば、三角巾を使ったようにしっかりと固定できます。



これはあくまでも応急処置です。なるべく早く医療機関に向かいましょう。  
(そのためにも、災害時に掛かる医療機関は複数の病院を考えておきましょう。)

今回ご紹介したのは、災害時に身近なものを使う「一例」です。

皆さんも身近なものがどう役に立つか考えられてはいかがでしょうか？

**迫りくる「宮城県沖地震」に沢山の知識・技術を身につけて乗り切りましょう。**

【写真のモデルはミヤギテレビの外賀幸一アナウンサーでした。ご協力ありがとうございました。】