

～高吾北消防本部からのお知らせ～

☎ 高吾北消防本部(署) 電話 0889-26-2111

## お酒の飲み方に十分注意しましょう

気温が高くなり、歓送迎会などお酒を飲む機会が増えてくる季節となってきましたが、無理な飲酒による急性アルコール中毒には十分注意しておきましょう。

短時間のうちに大量に飲酒すると、血中のアルコール濃度が急激に上昇し、判断能力の低下、言語不明瞭、運動失調などの症状が出始め、重症化すると昏睡状態に陥り、最悪死に至ることもあります。

「私は大丈夫」と思っているその日の体調や環境により急性アルコール中毒の症状に陥ることもあります。久しぶりの飲酒や、飲酒経験が少ないなども注意が必要です。本人だけでなく、周りの人たちも注意しておきましょう。

### 急性アルコール中毒にならないために・・・

- ・ 一気飲みをしない、させない。
- ・ 飲酒の強要をしない、させない。
- ・ 自分の適量を知り、体調や体調によってお酒が飲めない場合は事前に周囲へ伝える。

### 急性アルコール中毒になってしまった場合は・・・

- ・ 衣服を緩めて楽な姿勢をとり、安静にする。
- ・ 嘔吐による窒息に備え、顔を横に向けて寝かす。
- ・ 呼びかけや、体を動かしても反応がない場合は、119番通報をして救急車を呼ぶ。

### 広告

## 土佐の鍼灸

m. もりさわ治療院

〒781-1151 土佐市中島 174

TEL.088-854-8988

9:00～20:00 【不定休】 要予約

## —ところニュース— <北海道 北見市>

### 地域のまちづくりを考える

～第44回 まちを語るつどい～

2月23日、多目的研修センターでまちを語るつどいが開催され、約80人の住民が参加しました。

基調講演では、NPO法人全国移動サービスネットワークの河崎副理事長が、住民互助による高齢者の移動や外出支援の取り組みについて、事例を交えて説明。

また、福祉や地域おこし協力隊、防災、常呂遺跡、常呂高校の活動発表の後には、参加者から地域への思いが熱く語られ、支え合う地域づくりについて考える機会となりました。



## 交通安全協会からのお知らせ



交通安全協会佐川支部・佐川警察署 電話 22-0110  
※交通安全協会は皆様の会費で運営されています。ご協力よろしくお願いします。

### 新入学児童に ランドセルカバー贈呈



交通安全協会は悲惨な交通事故を防ぐため、免許保有者から納めて頂いた会費を財源に、様々な交通安全活動を展開しております。

その1つに、新入学児童にランドセルカバーを贈呈しています。まだ通学路に慣れていませんので、暖かい目で見守ってあげてください。

### 春の全国交通 安全運動



実施期間

4月6日(土)～4月15日(月)

期間中、指導員・ボランティアの方が街頭指導してくれます。皆様のご協力よろしくお願いします!!

### 高知県収入証紙販売のお知らせ

交通安全協会では、『高知県の収入証紙』の販売を行っています。進学や、その他お手続きにともない証紙が必要になった際は、是非、佐川警察署内交通安全協会にてご購入よろしくお願いします。

～販売窓口ご案内～

平日のみ(土・日・祝祭日・年末年始は除く)  
● 8時30分～17時(12時～13時は除く)



『年間500円(×有効年)』で会員へ!

今月の「加盟店」ピックアップ紹介



中津溪谷 ゆの森

～温泉入浴料  
100円引き～

仁淀川町名野川258-1  
電話 0889-36-0680

※免許証と会員証を店頭で提示して下さい

## 地域安全アドバイス

高吾北地区地域安全協会事務局 電話 22-0560 (佐川警察署 刑事生活安全課内)

### お酒は20歳になってから!

4月は20歳未満飲酒防止強調月間です。



20歳未満の者がお酒を飲んではいけない5つの理由

- 1 脳の機能を低下させます。
- 2 肝臓をはじめとする臓器に障害を起こしやすくなります。
- 3 性ホルモンの分泌に異常が起きるおそれがあります。
- 4 アルコール依存症になりやすくなります。
- 5 20歳未満の者の飲酒を禁ずる法律があります。



春の歓送迎会等飲酒の機会も増える時期ですが、イッキ飲みなどで急激に大量の飲酒をした場合、急性アルコール中毒を起こし、意識障害や死に至る危険性もあるので過度の飲酒は控えましょう。