

### 泉消防署からのお知らせ

## 救急車の利用方法にご注意ください

救急件数が急増しています。救急車は緊急のための車です。救急車の適正な利用にご協力をお願いします。

### 救急搬送にならないために、日頃からできること

- 📞 体調が優れなくなったら、我慢せず早めに病院を受診しましょう。
- 📞 引き続き、熱中症の予防に心がけましょう。



救急車を呼ぶべきか迷ったら、救急相談センターで相談できます。  
 #7119(または045-232-7119)から電話で相談してみてください。  
 また、右の二次元コードの救急受診ガイドでも緊急性を確認することができます。



心肺蘇生法や気道異物の除去などが無料で学べる「救急教室」を開催しています。詳しくは、電話で泉消防署にお問い合わせください。

けがや症状など緊急と思われるときは、迷わず119番通報してください

☎ 泉消防署警防課 ☎ 801-0119

## 9月21日～30日は「秋の全国交通安全運動」期間です！ 自分の交通ルールを見直してみましょう

季節は夏から秋へと移り、これから日没も徐々に早くなっていきます。暗くなり始めたら、事故防止のため自転車・自動車などは、早めにライトを点灯させましょう！  
 また、歩行者は、明るい色の服を着たり、反射材をつけるなどして、自分の存在を自動車などにアピールしましょう！

### 二輪車に乗る人はこちらもいかがですか？

### 二輪車講習会

- 日時** 10月28日(土)13時～15時  
※雨天中止
- 場所** 戸塚自動車学校(泉区新橋町2138)
- 主催** 泉青少年交通安全連絡協議会  
泉警察署
- 費用** 100円(保険料)
- 申込み問合せ** 10月13日(金)までに  
泉警察署交通課交通総務係へ  
☎ 805-0110  
※平日9時～16時



☎ 地域活動支援担当 ☎ 800-2397 fax 800-2507



## 元気なうちから「もしも」のときのことを考える！ 人生会議 をはじめてみませんか？

病気やけがで命の危険が迫った状態になると、多くの人が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることが、できなくなると言われています。もしものときに備えて、前もって受ける医療やケアに対する希望を、家族や信頼する人、医療・介護従事者と繰り返し話し合い、共有する「人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」をはじめてみませんか。

### どうやって始めたらいいかわからない人へ

「もしも手帳」と「私のおぼえがき」を配布しています！  
(配布場所:区役所2階209窓口、区内地域ケアプラザなど)



どちらもお薬手帳のケースに入る大きさです

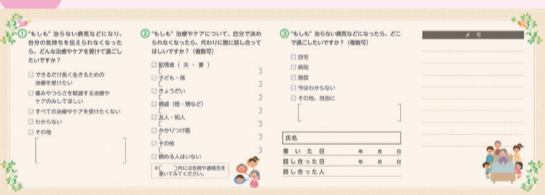
### もしも手帳

もしものときにどのような医療やケアを望むのかを前もって話し合い、あなたの思いを伝えるための手帳です。

#### 表紙



#### 中面



話し合いや時間の経過によって考えが変わることがあります。その際は書き直して、また話し合いましょう。

### 私のおぼえがき

からだの状態や緊急連絡先などを医療・介護の関係者と共有するための手帳です。



### もっと詳しく知りたい人へ

### 「人生会議」講演会を開催します！

令和5年度 泉区在宅医療市民啓発講座  
「自分の人生の最終段階はどうなるの? ~どこまで決めておくべきなの?~

- 日時** 10月5日(木) 14時30分～16時
- 会場** 泉区民文化センター テアトルフォンテ
- 定員** 区内在住、先着250人
- 講師** あかばね しげき 先生  
医療・介護連携のために  
(横浜市医師会 副会長)
- 申込み** 9月11日から電話か、名・番・〒を書いてFAXで泉区在宅医療相談室へ
- 問合せ** 泉区在宅医療相談室  
☎ 382-9810 fax 382-9811

☎ 高齢者支援担当 ☎ 800-2434 fax 800-2513