

交通事故防止 「アンダー90作戦」展開中

庄原警察署では、人傷事故を年間90件以下に抑える数値目標を設定し、各種交通事故抑止活動を展開中です。

●庄原市内の交通事故発生状況(平成27年5月末)

人傷事故	29件	(-5)
死者	1人	(-1)
負傷者	42人	(-9)
物損事故	301件	(-20)

()は前年同期比

庄原市内の交通事故の特徴

○**単路(一本道) 事故が多発**

全事故の約6割が単路で発生しています。続いて、駐車場内事故、交差点事故となっています。

○**単独(自損) 事故が多発**

全事故の約6割が単独衝突事故です。続いて出会い頭事故、追突事故となっています。

事故防止のポイント

- 運転中は常に注意力を保って、脇見運転をしないように注意する。
- 長時間の運転となる場合は、適宜休憩を取る。
- 体調が悪いときは運転を控える。

●カーブや坂道の手前では十分減速する。

●速度は控えめに「急ハンドル」「急ブレーキなど」急のつく運転は慎む。

●子どもや高齢者、自転車のそばを通過する場合は間隔を十分にとり、接触しないよう注意する。

●お互いに「ゆずりあいの精神」で、心にゆとりを持って運転する。

駐車場での注意点

●道路外だからと安心せず、事故の多い場所と思つて気をつける。

●近くの車の陰から人や車が急に飛び出してくるので、最徐行で安全確認を徹底する。

●バック発進時の事故が多いため、前進で発車できるように駐車時にはバック駐車する。

飲酒運転の根絶

飲酒運転は重大事故の原因となる悪質・危険な犯罪です。飲酒運転による悲惨な交通事故をなくすため、一人一人が飲酒運転を「しない」「させない」「許さない」という強い意識を持ち飲酒運転根絶の取り組みを実践しましょう。

母子保健 だより



こんなことはないですか？

授乳中の「乳腺炎」 トラブル

保健医療課健康推進係 ☎0824・73・1255

今回は授乳中のトラブル「乳腺炎」についてのお話です。症状を知って、当てはまることがあれば早めに対処しましょう。

《症状》

- 乳房の部分的なしこり・痛み・赤み
- 発熱
- 乳頭に白い栓(白斑)ができる。
- 白っぽかった乳汁が黄色く黄緑色になる。
- おっぱいが詰まると乳質が変わるので赤ちゃんが嫌がることもある。

《予防方法》

- 脂肪分の多い高カロリーの食事になり過ぎないようにする。(比較的高カロリーの低い和食のメニューを取り入れる)
- 甘いもの、脂っこいおやつを取りすぎにも注意する。(アイスクリーム、チョコレート、生クリームなど)
- なるべく授乳間隔が4時間以上空かないようにする。

《対処法》

- 症状のある方の乳房を度々吸わせ、赤ちゃんが飲まないときは搾って出す。
- 症状が強い場合は、産婦人科、助産所、母乳外来で乳房マッサージや診察を受ける。
- 痛みがある場合は、しこりなどの部分を保冷剤などで冷やす。(冷やすことで痛みが緩和しやすい。)

また、「乳腺炎」にならないように予防することも大切です。予防方法を見て、日常生活を振り返ってみてください。

◆市内の相談先
産婦人科・母乳相談
庄原赤十字病院
☎0824・73・3111

助産所
瀬戸照美助産所
☎090・3178・1519

