

# みんなで **スポーツ!!**

体育指導委員のコーナー

## 私

たち、体育指導委員会では、スポーツ指導やイベントを開催するにあたり、まず安全に行えるよう務めています。そのためにも6月25日(日)、水口消防署で生命の危機に陥ったときに行われる応急手当の重要性と救命手当について研修しました。特にAEDを用いた心肺蘇生法の基本実技は、なごやかな中でも、全員が真剣なまなざしで受講しました。

皆さんも機会を見つけて受講してください。



△AEDを用いた心肺蘇生法の実技の様子

## 命にかかわる講習会

すでに心肺蘇生法を受講されている方へ



勇気をもって応急手当を！  
2～3年毎に再講習会を受けたいものです。

講習を受講された市民の方もAEDが使用できるようになりました

**AED**…… (Automated External Defibrillator)  
自動体外式除細動器 (電気ショック)

### 市内のAED設置場所

- 土山体育館
- 滋賀県南部振興局甲賀県事務所 地域健康福祉部

※市では、新たに3台のAEDを11月末に設置する予定です。多くの皆さんに利用していただけるよう設置場所を検討しています。

詳しくは…

問い合わせ 生涯スポーツ課  
☎ 86-8023 FAX 86-8380

## 腰痛・膝痛でお悩みの方へ…

現在腰痛、膝痛でお悩みの方、予防したい方のために教室を開きます。ぜひご参加ください。

### 腰痛・膝痛教室

日時：10月4日(水)・11月1日(水)  
14時～16時

場所：信楽保健センター1階

無料です!

**教室の内容** ・骨密度の測定 ・日常生活の注意点  
・栄養指導 ・体操

## 地域医療 だより

- 持ち物 ●バスタオル・水筒  
※動きやすい服装でお越しください
- 申し込み ●信楽中央病院に備え付けの参加申込書にご記入いただき、切り取って受付へお渡しください。電話でお申し込みいただいても結構です。
- 定員 ●20名

問い合わせ 信楽中央病院  
☎ 82-0249 FAX 82-3060  
信楽有線 3800