



デジタル活用支援事業(総務省)

デジタル活用支援事業(総務省)を活用した 出張スマホ教室を開催します!

・開催講座:SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)の使い方について (各講座の定員:8名まで)

出張スマホ教室	開催場所	開催日	時間	講師	お申込み先
石川地区公民館 2F第2研修室 (うるま市石川曙2-1-52)		12/15 (金)	14:00~ 15:00	ドコモ ショップ	0120-556- 030
うるま市生涯学習文化振興センター ゆらてく 1F 研修室4 (うるま市字仲嶺187番地)		12/20 (水)	14:00~ 15:00		0120-196- 868
勝連地区公民館 2F研修室2 (うるま市勝連平安名3047番地)		12/21 (木)	14:00~ 15:00		0120-556- 030

・出張スマホ教室のお申込みについて...各開催場所のお申込み先へ電話にてお申込みください。

※各開催場所の定員上限に達した場合は、申込受付を停止いたします。

- ・「指定の研修を受けた講師」が丁寧に説明します。
- ・受講者に年齢制限はありません。また、出張スマホ教室では商品やサービスを販売することはありません。
- ・参加費は無料です。
- ・スマートフォンをお持ちでない方は、スマートフォンの貸出が可能です。お申込みの際にお知らせください。

ちょっとした応急手当術(けいれん編) うるま市消防本部

けいれんは、全身にみられる場合と体の一部にみられる場合とがあります。原因としては、脳血管障害、頭のけが、てんかん、熱中症などがあり、こどもでは発熱などで起こることが多いです。

症状

- 急に手足を固くして突っ張る。
- 手足の筋肉が自分の意志と無関係に収縮する。
- 呼吸困難となり、顔面は蒼く、チアノーゼが見られることが多い。
- 嘔吐・失禁する場合もある。



応急手当

- 衣服を緩め、楽に呼吸ができるようにします。
- 嘔吐物などで窒息の恐れがあるときは、顔を横に向けて気道を確保します。
- 身体を愛護的に抑制する(けいれんにより外傷を負う恐れがある)
- けいれん中に舌を咬まないように何かを口に入れたりしない(誤嚥の危険性がある)

救急車を呼ぶ目安

- けいれん発作が5分以上続く。
- 呼吸の状態がおかしい。
- けいれんが止まっても、意識がもどらない。
- 発作中にけがをした。