

体動かし表情和らぐ



避難生活での健康維持のため、体操する避難所のお年寄りや子どもたち
＝27日午前10時10分、輪島市門前町の門前西小



北陸電力は二十七日、能登半島地震に伴い発電設備を点検した結果、賀原発1号機で七個、2号機で二個の水銀灯落下していたと発表。2号機では、水銀の破片が使用済核燃料貯蔵プールや、原子炉内に落下した可能性があるため、引き続き点検を行い、必要があれば収束する。
2号機では、整流板取り付け中だった低圧

「エコノミー」予防に体操

能登半島地震で輪島市門前町の避難所となった門前西小の体育館で二十七日、エコノミークラス症候群を予防するため、金沢市保健所から派遣された保健師が、避難者に手足の曲げ伸ばしなどの体操を指導した。見よう見まねで体を動かし始めると、それまで不安げな面持ちで座り込んでいたお年寄りの間にも笑顔が広がった。

金沢の保健師が避難所へ

が悪くなり、血の固まりがでやすくなる。血栓が肺の血管に詰まると肺塞栓となり、避難所では体を動かさずにいる状態では発症のリスクが懸念されている。体操を指導した保健師の川尻美智代さんは「体を動かさないと、血液循環が悪くなります。できるだけ立つて歩いて」と避難住民に呼び掛けたり、上半身を前後に曲げたり、その場で足踏みをする運動のほか、二人で交互に体をさすったり、もんだりするマッサージも指導した。

子ども、お年寄り すっきり気分転換

体操に参加した中村喜子さん(八三)は「周りに人おるし体を丸めてねんながら、朝起きると足がこじょうな感じになる」と言いき、体操が気分転換になった様子。門前西小の新四年生となる米田彩華さん(五)は「走り回りたいけど、こは狭いからできない。体操は楽しんで」と笑顔を見せた。
二〇〇四年の新潟県中越地震では車内避難していた被災者がエコノミークラス症候群を発症し、死亡する例が相次いだ。

避難所では保健師の指導でエコノミークラス症候群の予防体操(北国07.3.27) —新潟中越地震の教訓から—



3月30日(地震から5日目)の北国新聞に掲載された道路情報

耐震補強済みの公共建物



輪島市役所門前支所(旧門前町役場)



穴水小学校

大きかった木造建築の被害



門前町走出の興禅寺



門前町道下の木造家屋



目に付いた 土蔵の被害



緊急出版

北國新聞社

能登半島地震

特別報道写真集

2007.3.25

M6.9の深い爪痕
がんばれ能登!

収益の一部を「能登半島地震
災害義援金」に寄付します。

災害の報道写真集
を緊急出版

2007. 04. 12.
(地震から18日目)

