

救える**命**を救うため
救急車の**適正利用**を
＼ お願いします！ ／



救急ガイド

救急車を呼ぶのはどんなとき

こんなときは



- ❗ 救急車を呼ぶほどでもないときの相談
- ❗ 不意のけがの応急手当
- ❗ 赤ちゃんが夜中に熱を出した
- ❗ メンタルヘルスに関する相談 など

松阪地区救急相談ダイヤル24

よいきゅうきゅう いーな

0120-4199-17

安心してお電話ください。

看護師・保健師・医師などがわかりやすくアドバイスします。

松阪市・多気町・明和町にお住まいの方が利用できます。



救急車を呼ぶかどうか
迷ったときは、
119番してください。



「救急ガイド」についてのお問合せ先

松阪地区広域消防組合消防本部 救急課

電 話 0598-25-1413

ファックス 0598-21-3080

松阪地区広域消防組合

目次

はじめに	1
もしものときに確認すること	2
ためらわずに救急車を呼んでほしい症状（15歳以下）	3
ためらわずに救急車を呼んでほしい症状（大人）	4
ためらわずに救急車を呼んでほしい症状（高齢者）	5
救急車の呼び方	6
救急車を呼んだときに知っておくと便利なこと	7
電話相談・病院案内	8
松阪地区の休日・夜間応急診療	9
家庭で起こる病気やけがの予防（子ども）	10
家庭で起こる病気やけがの予防（高齢者）	11
もしものときの応急手当	12

この「救急ガイド」の最新版は、松阪地区広域消防組合のホームページで公開しています。

松阪地区広域消防組合 救急ガイド

検索

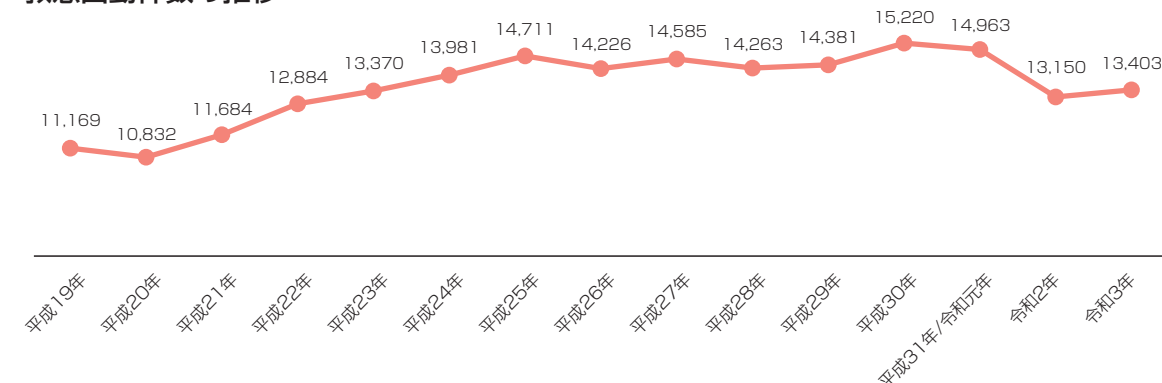


松阪地区広域消防組合 ホームページ

はじめに

令和3年の松阪地区（松阪市・多気町・明和町）の救急出動件数は、13,403件で、前年と比べて253件の増加、1日平均37件となり、1時間に1.5件の割合で救急車が出動したことになります。

救急出動件数の推移



救急車の出動が多くなると、最寄りの消防署からの出動ができなくなることもあり、救急車の到着が遅れ、救えたはずの命が救えなくなる可能性があります。

緊急性がなく、ご自分で病院や診療所に行けるときは、救急車以外の交通手段の利用や救急相談ダイヤル24の活用をお願いします。

症状やけがなどの状況から、急いで病院へ行った方が良いと思われるときは、迷わず119番通報してください。

「救急ガイド」は、ためらわずに救急車を呼んでほしい症状などについて、総務省消防庁がわかりやすく作成したリーフレットの掲載をはじめ、電話相談先や救急車を呼ぶときに知っておいてもらいたいことなどをまとめ、住民の皆様に活用していただくことを目的としています。



**救急車の適正利用に
ご協力お願いします**



もしものときに確認すること

① 呼びかけによる反応の確認

倒れている人の肩をたたきながら、大きな声で呼びかける。

■ 呼びかけても、反応がない。

はい

② 呼吸の確認

倒れている人の胸とおなかの動きを確認する。

■ 普段どおりの呼吸をしていない。
息がない。または、判断に迷う。

はい

③ 会話の確認

■ 普通にしゃべれない。声が出ない。

はい

④ 顔色、くちびるの色などの確認

■ 顔色、くちびるの色が悪い。
冷や汗をかいている。

はい

上記以外の症状は、3ページから
5ページの「ためらわずに救急車
を呼んでほしい症状」へ



すぐに119番通報

「もしものときの応急手当」は12ページ、13ページへ

ためらわずに救急車を呼んでほしい症状 子ども(15歳以下)

子ども(15歳以下)

顔

- くちびるの色が紫色
- 顔色が明らかに悪い

頭

- 頭を痛がって、けいれんがある
- 頭を強くぶつけて、出血がとまらない、意識がない、けいれんがある

胸

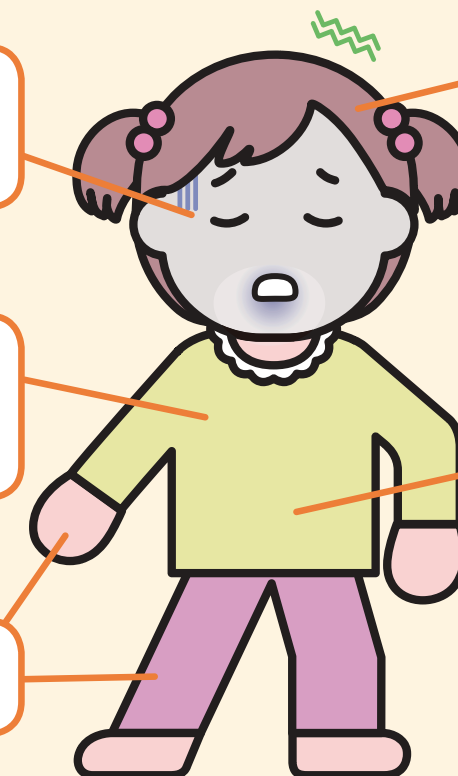
- 激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
- 呼吸が弱い

おなか

- 激しい下痢や嘔吐で水分が取れず食欲がなく意識がはっきりしない
- 激しいおなかの痛みで苦しがる
- 嘔吐が止まらない
- 便に血がまじった

手・足

- 手足が硬直している



意識の障害

- 意識がない(返事がない)またはおかしい(もうろうとしている)

けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても、意識がもどらない

飲み込み

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

じんましん

- 虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった

やけど

- 痛みのひどいやけど
- 広範囲のやけど

事故

- 交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた



生まれて3カ月未満の乳児

- 乳児の様子がおかしい

◎その他、お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

きゅうきゅうしゃ よ しょうじょう
ためらわずに救急車を呼んでほしい症状
(大人)

おとな

顔

- 顔半分が動きにくい、または、しびれる
- ニッコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
- ろれつがまわりにくく、うまく話せない
- 見える範囲が狭くなる
- 突然、周りが二重に見える
- 顔色が明らかに悪い

頭

- 突然の激しい頭痛
- 突然の高熱
- 支えなしで立てないぐらい急にふらつく

胸や背中

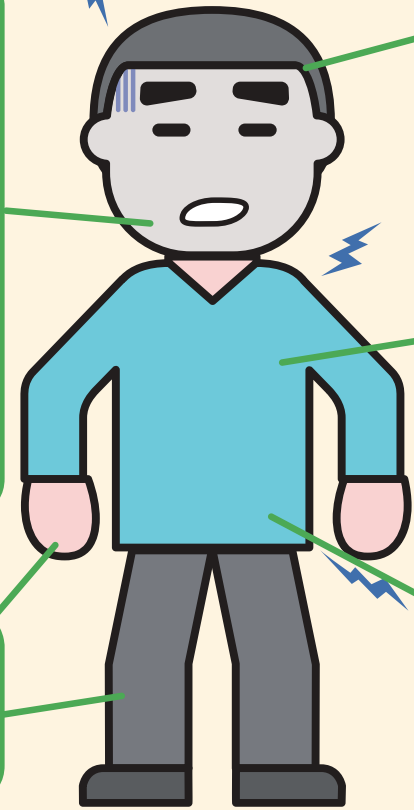
- 突然の激痛
- 急な息切れ、呼吸困難
- 胸の中央が締め付けられるような、または圧迫されるような痛みが2～3分続く
- 痛む場所が移動する

おなか

- 突然の激しい腹痛
- 激しい腹痛が持続する
- 血を吐く
- 便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る

手・足

- 突然のしびれ
- 突然、片方の腕や足に力が入らなくなる



意識の障害

- 意識がない(返事がない)またはおかしい(もうろうとしている)
- ぐったりしている

けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても、意識がもどらない

けが・やけど

- 大量の出血を伴うけが
- 広範囲のやけど

吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

飲み込み

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

事故

- 交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた

◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合



きゅうきゅうしゃ よ しょうじょう
ためらわずに救急車を呼んでほしい症状
(高齢者)

高齢者

顔

- 顔半分が動きにくい、しびれる
- 笑うと口や顔の片方がゆがむ
- ろれつがまわりにくく、見える範囲が狭くなる
- 周りが二重に見える

頭

- 突然の激しい頭痛
- 突然の高熱
- 急にふらつき、立ってられない

胸や背中

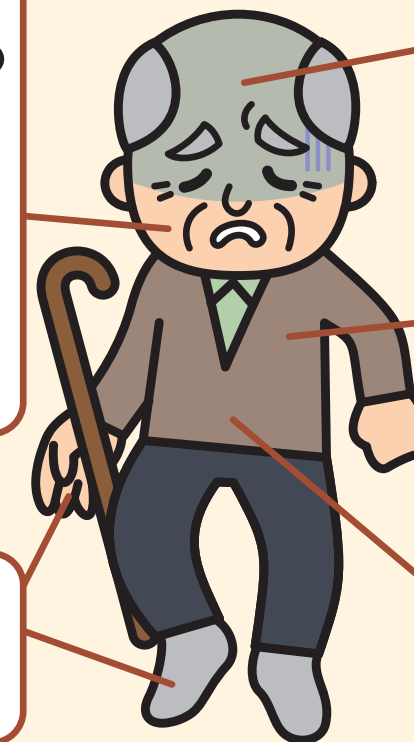
- 突然の激痛
- 急な息切れ、呼吸困難
- 旅行などの後に痛み出した
- 痛む場所が移動する

おなか

- 突然の激しい腹痛
- 血を吐く

手・足

- 突然のしびれ
- 突然、片方の腕や足に力が入らなくなる



意識の障害

- 意識がない(返事がない)またはおかしい(もうろうとしている)

けいれん

- けいれんが止まらない

けが・やけど

- 大量の出血を伴うけが
- 広範囲のやけど

吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

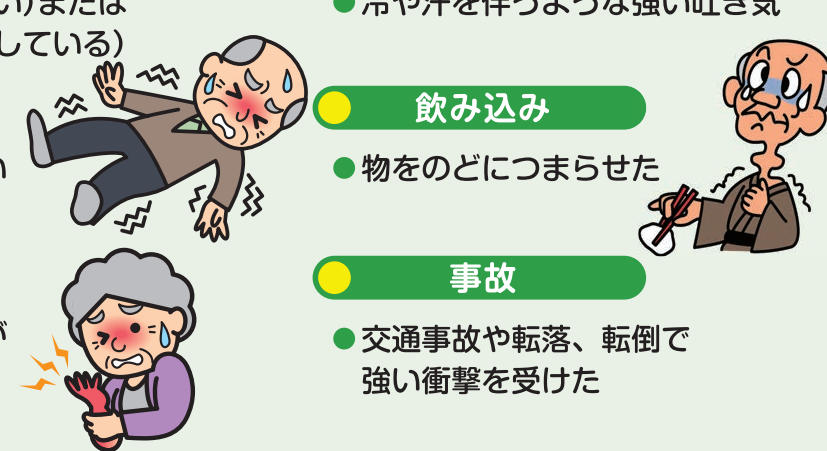
飲み込み

- 物をのどにつまらせた

事故

- 交通事故や転落、転倒で強い衝撃を受けた

◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合
◎高齢者は自覚症状が出にくい場合もありますので注意しましょう。



救急車の呼び方

119番通報すると、通信指令員が救急車の出動に必要なことを順番にお伺いします。すべてお伺いする前でも救急車が出動します。
あわてず、落ち着いて答えてください。



119番です。
火事ですか？救急ですか？

救急です。



救急車が向かう住所を教えてください。

松阪市〇〇町●●番地です。



どうしましたか？
意識はありますか？

おじいさんが胸の痛みを
訴えて倒れました。



おいくつの方ですか？

70歳です。



あなたのお名前と連絡先を
教えてください。

私の名前は、□□です。
電話番号は、080-…です。

※その他、詳しい状況、持病、かかりつけ病院などについて尋ねられることがあります。答えられる範囲で伝えてください。
※上記に示したやり取りは、一般的な聞取り内容です。

1 救急であることを伝える

119番通報をしたら、まず「救急です」と伝えてください。

2 救急車に来てほしい住所を伝える

住所は、必ず市町名から伝えてください。
住所がわからない時は、近くの大きな建物、交差点など目印になるものを伝えてください。

3 具合の悪い方の状況を伝える

誰が、どのようにして、どうなったと簡潔に伝えてください。
わかる範囲で、意識・呼吸の状態を伝えてください。

4 具合の悪い方の年齢を伝える

具合の悪い方の年齢を伝えてください。
わからない時は、「60代」のように、おおよそで伝えてください。

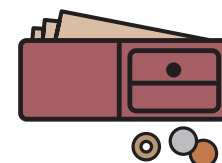
5 お名前と連絡先を伝える

あなたのお名前と119番通報後も連絡可能な電話番号を伝えてください。
場所が不明な時などに、問合せることがあります。

救急車を呼んだときに知っておくと便利なこと

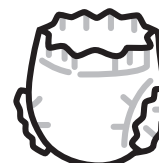
救急車が来るまでに、**準備しておく**と便利なもの。

- 保険証
- 診察券
- お金
- おくすり手帳
- 履物



乳幼児の場合はさらに

- 母子健康手帳
- 紙おむつ
- ほ乳瓶
- タオル



救急車が来たら、**こんなことを伝えてください。**

- 事故の状況や具合が悪くなってから救急隊が到着するまでの様子や変化
- おこなった応急手当の内容
- 具合が悪い方の情報

持病、かかりつけの病院やクリニック、
普段飲んでいる薬、医師の指示など

- 持病、かかりつけの病院などは、
日頃からメモにまとめておくとう便利です。

持病は●●●
かかりつけ病院は ▲▲▲病院
普段飲んでいる薬は ■ ■ ■

確認は
はじめに
すること

子ども
の症状

大人
の症状

高齢者
の症状

救急車
の呼び方

救急相談
医療情報

休日・夜間
応急診療

事故防止
子ども・高齢者

応急手当

でんわそうだん びょういんあんない
電話相談・病院案内

松阪地区救急相談ダイヤル24

松阪市・多気町・明和町にお住まいの方が、急な病気やけがで病院を受診した方が良いか、また、不安なので相談したいなどメンタルヘルス・育児・介護の相談などにご利用ください。

電話 **0120-4199-17**
相談時間 24時間 365日 無料

みえ子ども医療ダイヤル#8000

子どもの急な病気、薬、事故に関することについて専門相談員が電話相談に応じます。

電話 **#8000**
相談時間 毎日19時30分から翌朝8時00分まで

三重県救急医療情報センター

救急車を呼ぶほどではない急な病気やケガなどのとき、「今、診てもらえる」医療機関を24時間365日案内しています。

電話 **059-229-1199**

全国版救急受診アプリ「Q助」

症状の緊急度を素早く判定!!!
救急車を呼ぶ目安に!!!

総務省消防庁「Q助」案内サイト

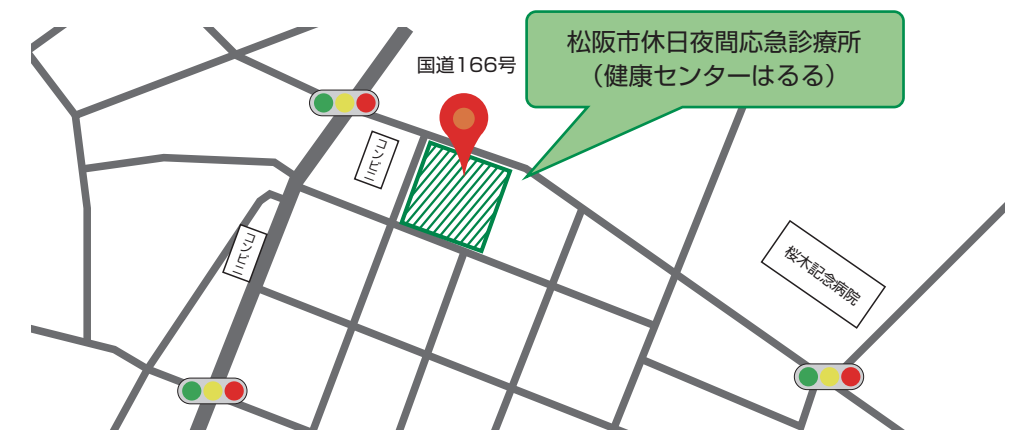


まつさか ち く きゅうじつ やかんおうきゅうしんりょう
松阪地区の休日・夜間応急診療

松阪市休日夜間応急診療所

電話 **0598-23-1364**
診療時間・診療科目
毎日（内科・小児科）
20:00から22:30
日曜祝日（内科・小児科・外科）
9:00から12:00
14:00から17:00

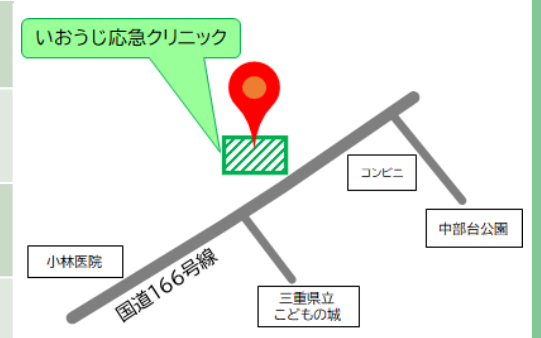
診療時間	月～金	土	日・祝
9:00-12:00	—	—	○
14:00-17:00	—	—	○
20:00-22:30	○	○	○



いおうじ応急クリニック

電話 **0598-31-3480**

診療時間	火	木	金	日・祝
8:30-20:00	—	—	—	○
12:30-20:00	—	○	—	—
18:30-翌7:30	○	—	○	—



休診日：月・水・土

※祝日の場合は、曜日に関係なく診察しています。

※診察時間が変更になる可能性がありますのでホームページをご確認ください。

確認は
はじめに
すること

子ども
の症状

大人
の症状

高齢者
の症状

救急車
の呼び方

救急相談
医療情報

休日・夜間
応急診療

事故防止
子ども・高齢者

応急手当

家庭で起こる病気やけがの予防(子ども)

誤飲

★予防のポイント

- ピーナッツやあめ玉などは、子どもの手の届かないところへ置きましょう。
- 子どもの口に入る大きさのおもちゃは、与えないようにしましょう。
- 薬や洗剤などは、子どもの手の届かないところへ置きましょう。
- たばこや灰皿は、子どもの手の届かないところへ置きましょう。



やけど

★予防のポイント

- スープなどの熱い料理は、子どもの手の届かないテーブルの中央に置きましょう。
- やかん、アイロンなどのやけどに繋がる熱い物を子どもの手の届くところへは置かないようにしましょう。
- ファンヒーターやストーブは、手を触れないように柵を設けましょう。

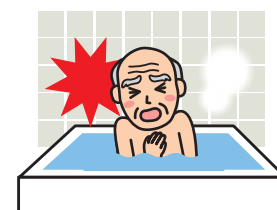


家庭で起こる病気やけがの予防(高齢者)

入浴中の事故

★予防のポイント

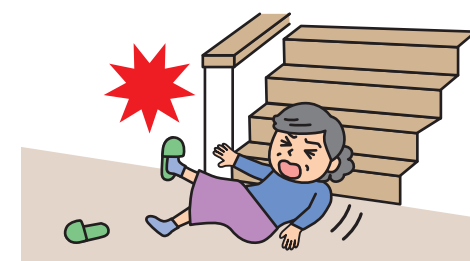
- 急な温度変化がないように、脱衣所だけでなく浴室も暖めて入浴しましょう。
- 入浴前後は、十分に水分補給をしましょう。
- 入浴するときは、家族に一声かけてから入りましょう。家族は、頻繁に声をかけましょう。
- お風呂から出るときは、急に立ち上がりずゆっくり出ましょう。
- 飲酒している、体調が悪い、睡眠薬を飲んだ場合は、入浴を控えましょう。



家庭内での転倒・転落

★予防のポイント

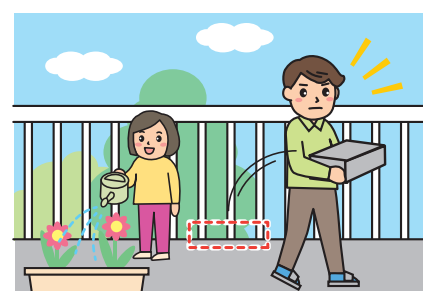
- 部屋では、新聞や雑誌などの滑りやすいものは常に整理しましょう。
- 靴下は、滑りにくいものを履きましょう。
- 夜間に足元を照らすライトを設置しましょう。
- 高齢者の居室は1階にして、なるべく階段を使わないようにしましょう。
- 階段には、手すりや滑り止めシートを設置しましょう。



転落・溺れる(屋内)

★予防のポイント

- ベランダには踏み台になるようなものを置かないようにしましょう。
- 階段やベッドには、転落しないように柵を設けましょう。
- お風呂は浴槽への転落の危険があります。お風呂の力を閉める、浴槽の水は抜いておくなどしましょう。



屋外での事故

★予防のポイント

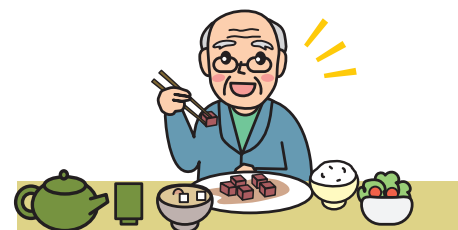
- 川、海、池、用水路は、子どもだけで行かせないようにしましょう。
- 高いところからの転落事故に注意しましょう。
- 駐車場内での事故に注意しましょう。
- 子どもはお母さんやお父さんの後を追います。道路を横断するときなどは、手をつなぎましょう。



窒息

★予防のポイント

- お餅、こんにゃく、大きな肉、パンなどは小さく切って食べましょう。
- あわてずによく噛んで、ゆっくり食べましょう。
- 一度にたくさんの量を口に入れるのはやめましょう。
- 食事のときは、お茶などの水分を用意しましょう。
- 食べ物や水分が飲み込みにくい人は、周囲の方が食事を見守りましょう。



熱中症

★予防のポイント

- 暑い日は冷房などを上手に使い、こまめな水分補給を心がけましょう。
- 梅雨明けで熱くなる日は、体が暑さに慣れていないため、注意しましょう。
- 暑い日は、できるだけ外出を避け、涼しいところで過ごしましょう。
- めまい、吐き気、頭痛などの体に異変を感じたら涼しいところに避難しましょう。



もしものときの応急手当

心肺蘇生法の手順

※JRC蘇生ガイドラインに基づく



倒れた人を発見!!

周囲は安全です

まわりの安全を確認

※胸骨圧迫

胸の真ん中を1分間に100～120回のテンポで、約5cm沈み込むように強く・速く・絶え間なく圧迫します。

1・2・3...30

救急隊員と交代するまで胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を繰り返します。

※気道確保して人工呼吸

※人工呼吸

講習をうけて、技術と意思がある場合には、気道確保をして約1秒かけて胸が上がるのが分かるくらい息を吹き込みます。

**AED
到着**



電源をいれてパッドを2枚はる

AEDの電源を入れたら、音声メッセージに従って操作します。

電源よし
服を脱がします
パッドを装着します

わかりますか?



反応の確認

反応がない

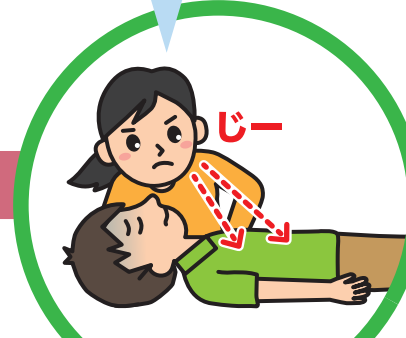
119番通報
AED、
お願いします

人がたおれています
誰か来てください



119番通報とAEDの手配

1・2・3...6 (10秒以内で)
ふだんどおりの呼吸なし
(判断に迷う場合も)



呼吸の確認



胸骨圧迫から再開

電気を流します
離れてください



※電気ショック
心電図の解析と電気ショック

※電気ショック

AEDが自動的に電気ショックが必要か判断します。

松阪地区広域消防組合では、救命講習会を定期的に行っています。
詳しくは、松阪地区広域消防組合ホームページをご覧ください。