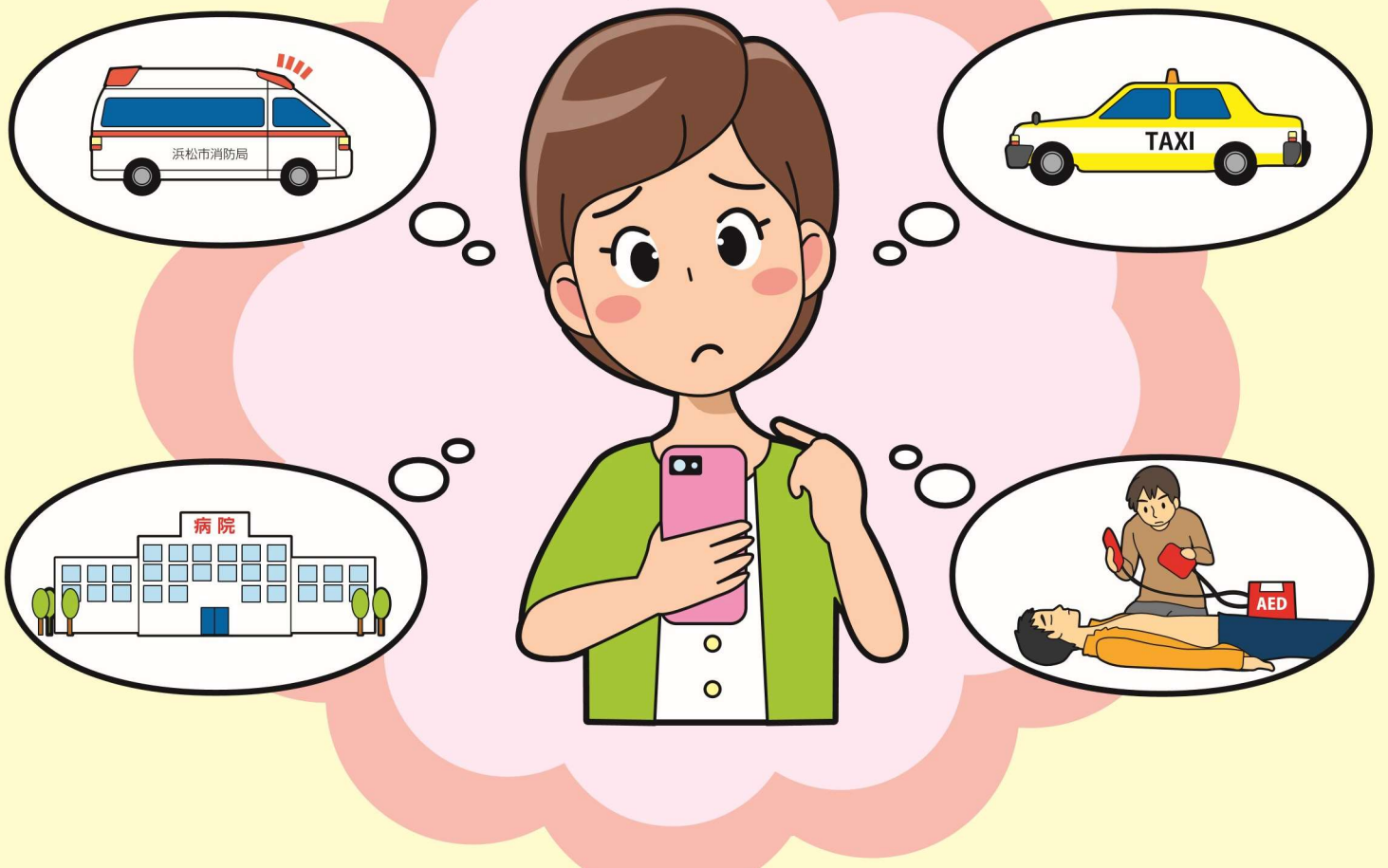


いちいちきゅう

119救急ガイド

～救命リレー あなたの手から～



お問い合わせ先

警防課	053-475-7562	西消防署	053-592-0134	浜北消防署	053-586-0119
中消防署	053-475-7561	南消防署	053-442-0119	天竜消防署	053-922-0119
東消防署	053-460-0119	北消防署	053-527-0119	消防総務課	053-475-7524

浜松市消防局・浜松市消防団

公式 Instagram・Facebook

皆様の「フォロー」「いいね」をお待ちしております。

浜松市消防局

公式Instagram

公式Facebook

浜松市消防団

公式Facebook



予防救急を心がけましょう!!

事故を未然に防ぐ取組を「予防救急」と言います。

ご自宅内で起きる事故の中には「ほんの少しの注意」や「事前の対策」で防げることがあります。事故の原因を知って、未然に防ぎましょう!!

高齢者と子供に多い事故は・・・

転倒

風呂場、段差、洗面所段差、玄関、廊下など

- 段差につまずかないよう気をつけましょう。
- 少しの段差や濡れた床などで転ぶ可能性があります。
- 転倒を防ぐために整理整頓を心がけましょう。
- 階段、廊下、玄関、浴室など滑り止め対策をしましょう。



転落

階段、ベッド、脚立、椅子、窓、ベランダなど

- 階段などには手すりを配置しましょう。
- ベッドにも転落防止の柵をつけましょう。
- 脚立などを使用して作業をする時は補助者に支えてもらいましょう。
- 転落防止の柵をつけたり、踏み台になるものを置かないようにしましょう。



窒息・誤飲

食物(餅・肉等)、薬等の包装、たばこ、電池など

- 細かく調理。ゆっくりよく噛むことで窒息予防
- お茶などの水分を取りながら食事をしましょう。
- 急に話しかけて、あわてさせないように気をつけましょう。
- 飲み込めそうなものは、子供の手に届くところには置かないように注意しましょう。



ぶつかる

家具、人、柱、ドア、机の角、テーブルの角など

- 慌てず、周りをよく見て行動しましょう。
- 通路などに物を置かないようにしましょう。
- 暗いところは十分な明るさを確保しましょう。
- 角の部分はやわらかいもので保護しておくなど、ぶつけてもいいように工夫しましょう。



そのほか子供に多い事故は・・・

ひっかける



ブラインドの紐、
水筒のストラップなど

手の届かないところに置き、
ひも付きのものは外して遊
ばせるようにしましょう。

やけど



アイロン、熱い飲みものなど

やけどのおそれのあるものは
子供の手の届かないところへ
置くようにしましょう。

おぼれる



風呂場の水、
ビニールプールなど

水深が浅くても溺れます。
少しの時間でも目を離さない
ように注意しましょう。

119番通報のポイント

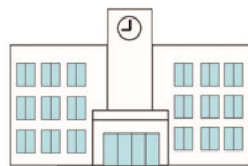
119番通報をすると、指令員が救急車の出動に必要なことを、順番にお伺いします。緊急性が高い場合は、すべてをお伺いする前にでも救急車が出動します。

- 1 「救急」であることを伝える。
- 2 救急車に「来てほしい住所又は場所」を伝える。
- 3 具合の悪い方の「症状」を伝える。
- 4 具合の悪い方の「年齢」を伝える。
- 5 あなたのお名前と連絡先を伝える。

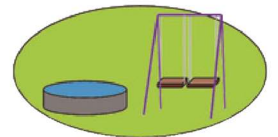
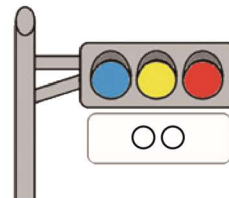
浜松市内での119番通報は消防指令センターで全て受け付けています。



住所がわからないときは、近くにある建物や信号機、公園など目標になるものを教えて下さい。
(例: 橋・お店・グラウンドなど)

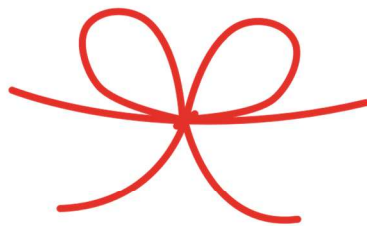


〇〇小学校



〇〇公園

浜松市 Net119 緊急通報システムのご案内



動画でわかるNet119
緊急通報システム(手話あり)
【株式会社アルカディア作成】

Net119は、スマートフォン等からインターネットを利用して119番通報ができるサービスです。聴覚や言語機能の障害によって音声での会話が困難な方が、いつでもどこからでも通報場所を管轄する消防本部へ、音声によらない通報をすることができます。

お問い合わせ

浜松市消防局 情報指令課

電話番号 : 053-475-7551

FAX : 053-475-7559

メールアドレス

hfdjoho@city.hamamatsu.shizuoka.jp

ためらわずに119

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

子供(15歳以下)

顔

- くちびるの色が紫色
- 顔色が明らかに悪い

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
- 激しいお腹の痛みで苦しがり、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) 又はおかしい(もうろうとしている)

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



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

やけど

- 痛みがひどいやけど ●広範囲のやけど

飲み込み

- 変なものを飲み込んで、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 ●高所から転落

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、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

頭

- 突然の激しい頭痛 ●突然の高熱
- 支えなくて立てないくらい急にふらつく

大人・高齢者

顔

- 顔半分が動きにくい、あるいはしびれる
- 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い
- 視野がかける
- 周りが二重に見える

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

腹

- 突然の激しい腹痛
- 持続する激しい腹痛
- 吐血や下血がある

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) 又はおかしい(もうろうとしている)



吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

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



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

119番通報をしたあとに…

救える命を救うためには、**応急手当**が重要です。
 応急手当が必要な場合は、消防局から電話で指示されます。

救急車が到着するまではどうしても時間がかかります。
 いざというときに、大切な方を救うためにも、**正しい応急手当**を身につけておきましょう。

心肺蘇生ができれば実施してください。



平均10.6分
 (令和4年)



お近くの消防署では**応急手当の講習**を行っています。
 消防署へお問い合わせください。



浜松市ホームページ

応急手当をしている人以外にも人手がある場合は、**玄関先などに案内に出ると到着が早くなります。**



こちらです!



救急車を呼んだら、**こんな物を用意しておく**と便利です。

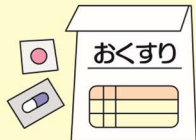
- ・ 保険証や診察券
- ・ お金
- ・ 靴
- ・ 普段飲んでいる薬 (おくすり手帳)



靴



お金



普段飲んでいる薬

(乳幼児の場合)

- ・ 母子健康手帳
- ・ 紙おむつ
- ・ ほ乳瓶
- ・ タオル



紙おむつ



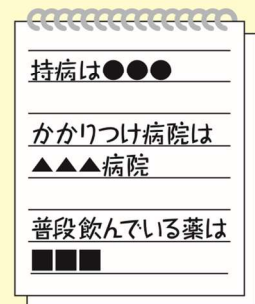
ほ乳瓶



タオル

救急車が来たら、**こんなことを伝えて下さい。**

- ・ 事故や具合が悪くなった状況
- ・ 救急隊が到着するまでの変化
- ・ 行った応急手当の内容
- ・ 具合の悪い方の情報 (持病、かかりつけの病院やクリニック、普段飲んでいる薬、医師の指示等)
- ・ 高齢者の方は「**あんしん情報キット**」を救急隊にお渡し下さい。



*持病、かかりつけの病院やクリニックなどは、日頃から「**あんしん情報キット**」やメモにまとめておくと便利です。

判断に迷った時は、救急受診アプリ Q助(きゅーすけ)

ご利用方法

急な病気やけがをしたとき、該当する症状を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応（「いますぐ救急車を呼びましょう」、「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」、「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」又は「引き続き、注意して様子を見てください」）が表示されます。その後、119番通報、医療機関の検索（厚生労働省の「医療情報ネット」にリンク）や、受診手段の検索（一般社団法人全国ハイヤー・タクシー連合会の「全国タクシーガイド」にリンク）を行うことができますようになっています。

全国版救急受診アプリ



緊急度に応じた必要な対応が表示されます。

- 赤 「いますぐ救急車を呼びましょう」
- 黄 「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」
- 緑 「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」
- 青 「引き続き、注意して様子を見てください」



ご利用にあたっての注意点

- アプリは、iOS8以上のiPhone端末、Android4.4以上のスマートフォン・タブレット端末でご利用いただけます。
- アプリをご利用していただくための通信料は、ご利用者の負担となります。
- 消防庁救急企画室は、お客様への事前の通知なく、理由の如何を問わず、アプリの内容、表示、操作方法、その他運営方法の変更、またはアプリの提供を中断、終了することができます。この場合、当室はこれにかかる中断・中止について一切責任を負いません。

総務省消防庁
「Q助」案内サイト

https://www.fdma.go.jp/neuter/topics/filedList9_6/kyukyuu_app.html



浜松市患者等搬送事業

浜松市患者等搬送事業とは・・・

浜松市患者等搬送事業とは、「救急車を呼ぶほどではないけど、ベッドや車いすに乗ったままの状態でも病院等へ行きたい。」または、社会福祉施設等への送迎・搬送をしたい場合に、利用者が安全・安心に利用できるようにするために、浜松市消防局では、積載資器材や知識等の基準を満たしている浜松市内の民間患者等搬送事業者に対して「浜松市患者等搬送事業」の認定をしています。

浜松市患者等搬送事業者を
ご利用したい方は、こちらをご覧ください。



浜松市ホームページ



お問い合わせ

浜松市消防局警防課救急管理グループ

053-475-7562

休日や夜間に急な病気やケガをしたら・・・

救急診療情報・医療ネットしずおか

浜松市ホームページに休日在宅当番医、夜間当番医等の情報が掲載しています。また休みの日や夜間に病院を検索したい場合は、「医療ネットしずおか」をご覧ください。



浜松市ホームページ



医療ネットしずおか

夜間救急室

病院や診療所の開いていない夜間に、急な病気やケガをしたら・・・夜間救急室はそのような救急患者のための救急室です。夜間救急室での診療は、あくまでも応急処置の初期治療です。翌日は、必ずかかりつけの医療機関で診てもらってください。

受付時間	【内科】	毎日	午後8時～翌朝7時
		土曜救急	午後2時～午後6時(年末年始・祝日を除く)
	【外科】	毎日	午後8時～深夜0時
		土曜救急	午後2時～午後6時(年末年始・祝日を除く)
	【小児】	毎日	午後8時～深夜0時
住 所	浜松市中区伝馬町311番地の2 浜松市医師会館1階		
電話番号	053-455-0099(午後7時30分～翌朝7時)		

休日救急歯科診療

日曜、祝日、年末・年始に歯が痛い人の応急処置を行っています。

受付時間	午前9時～午前11時30分
	午後1時～午後3時30分
住 所	浜松市中区鴨江二丁目11番2号
電話番号	053-453-6129



当番医及び診療時間などの電話案内・相談

・静岡県救急医療情報センター

夜間救急診療所や休日当番医の案内をします。

電話番号 0800-222-1199(自動音声、24時間対応)

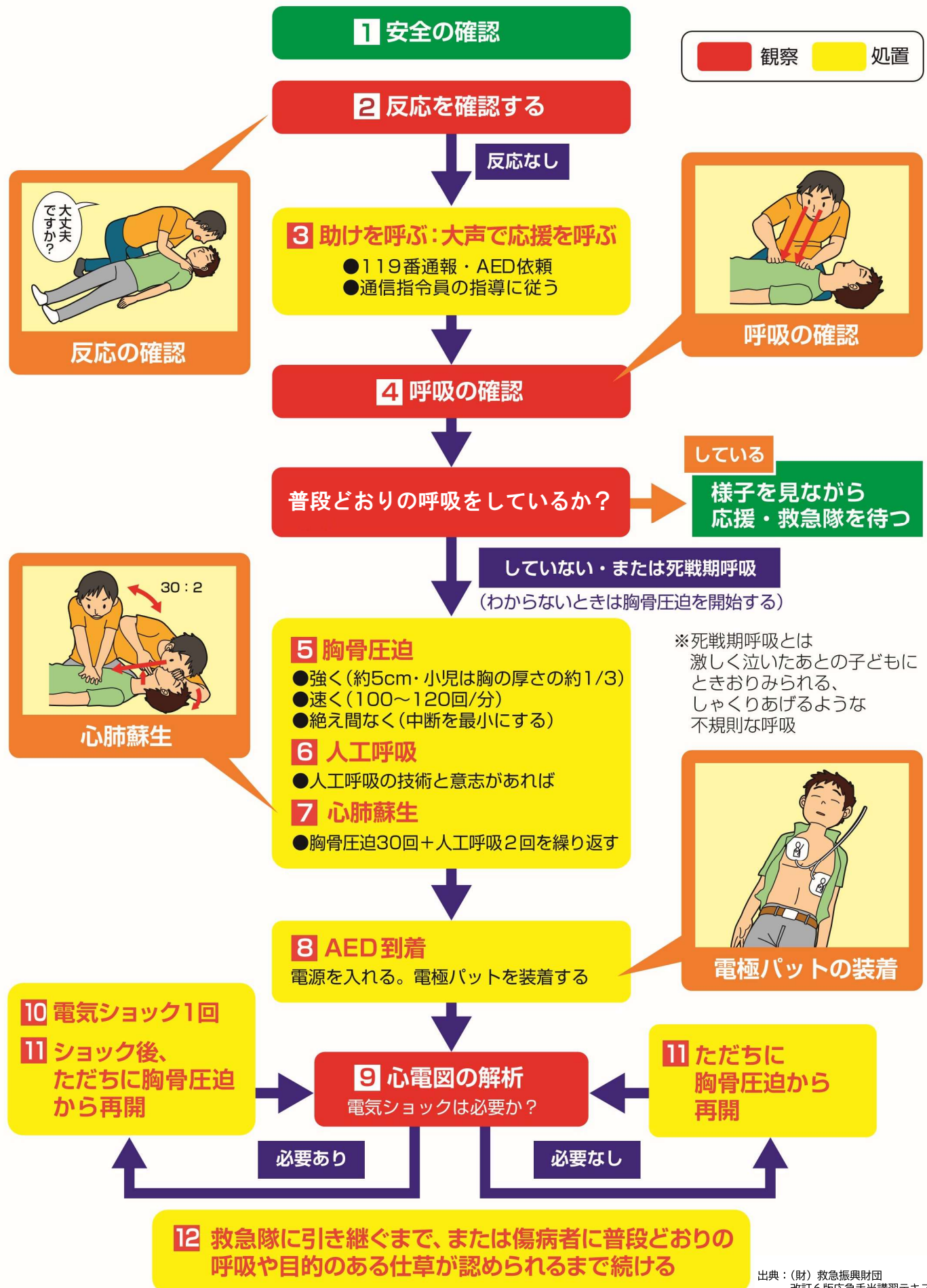
・静岡県救急医療情報センター

夜間、子供の急病やケガ等でお困りの時、受診させるべきか迷われているときにご利用ください。

電話番号 #8000 または 054-247-9910

(相談日時)	【平日】	午後6時～翌朝8時
	【土曜】	午後1時～翌朝8時
	【日曜】	午前8時～翌朝8時

心肺蘇生の手順(成人) ~心肺蘇生とAEDの使用~



出典：(財) 救急振興財団
改訂6版応急手当講習テキスト
一部改編

心肺蘇生の年齢別比較

年齢		成人 (おおむね16歳以上)	小児 (おおむね16歳未満1歳以上)	乳児 (1歳未満)
救命処置		反応がなければ大声で助けを呼ぶ		
通 報		119番通報とAEDの手配		
心肺蘇生法の開始		普段どおりの呼吸をしていない		
胸骨圧迫	圧迫の位置	胸骨の下半分（胸の真ん中）		
	圧迫の方法	両手(指を組む)で	両手(指を組む)または片手で	2本指で(中指と薬指)
	圧迫の深さ	約5cm	胸の厚みの約1/3	
	圧迫のテンポ	1分間に100～120回		
人工呼吸 (省略可能)		1回 約1秒かけて吹き込む（2回繰り返す）		
		口対口	口対口鼻	
胸骨圧迫と人工呼吸の比		30：2		
AED	装着のタイミング	到着次第		
	電極パッド	小学生～大人用	未就学児用 (やむを得ない場合は小学生～大人用パッド)	
	電気ショック後の対応	AEDの指示に従う		
気道異物	反応あり	腹部突き上げ法、背部叩打法		背部叩打法(片腕の上でうつぶせ)
	反応なし	通常的心肺蘇生の手順		

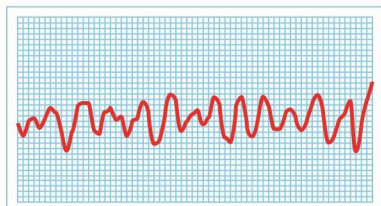
出典：(財) 救急振興財団 改訂6版応急手当講習テキスト一部改編

AEDってどんなもの？

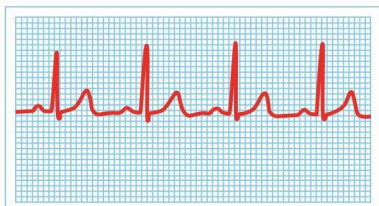
AEDとは、Automated External Defibrillator(自動体外式除細動器)の略称です。

高性能の心電図自動解析装置を内蔵した医療機器で、心電図を解析し除細動(電気ショック)が必要な致死的不整脈を判断します。

操作は非常に簡単で、電源を入れると音声メッセージなどで使用方法を指示してくれます。除細動の必要のないときには、ボタンを押しても通電されないなど、安全に使用できるよう設定されています。



【心室細動の心電図】



【正常なリズムの心電図】

対処方法は？

AEDによる早期除細動が必要です!心室細動が起こってから、どれだけ早く救命処置が開始できるかにかかっています!!心室細動から命を救う唯一の手段は、AEDを使用することです。発症から1分経過することにより7～10%ずつ救命率が低下するといわれており、できるだけ早期の除細動が救命にとって大切です。

※3分以内に除細動を行えば、70%が救命できるといわれています。

気道異物の除去

異物（食物など）が口の中や喉などに詰まっている状態（気道閉塞）が、強く疑われる場合における異物の除去の方法

傷病者に反応（意識）がある場合

傷病者に「のどに何かが詰まったの？」と尋ね、声が出せず、うなずくようであれば窒息と判断し、直ちに行動しなければなりません。

- ・119番通報を誰かに頼むとともに、直ちに以下の二つの方法を数回ずつ繰り返し行います。
- ・傷病者が咳をすることが可能であれば、咳をできるだけ続けさせます。咳ができれば、それが異物の除去にもっとも効果的です。

腹部突き上げ法

- ・傷病者を後ろから抱えるように腕を回します。
- ・片手で握りこぶしを作り、その親指側を傷病者のへそより上で、みぞおちの少し下に当てます。
- ・その手をもう一方の手で包むように握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように突き上げます。



はいぶこうだほう 背部叩打法

- ・背中をたたきやすいように傷病者の横に回ります。
- ・手の付け根で肩甲骨の間を力強く、何度も連続してたたきます。



出血時の止血法

一般に体内の血液の20%が急速に失われると出血性ショックという重篤な状態になり、30%を失えば生命に危険を及ぼすといわれています。そのため、出血量が多いほど、止血手当を迅速に行う必要があります。出血時の止血法としては、出血部位を直接圧迫する直接圧迫止血法が基本です。

直接圧迫止血法

- 1 出血部位を確認します。
 - 2 出血部位を圧迫します。
- ・きれいなガーゼやハンカチ、タオルなどを重ねてきず口に当て、その上から、出血部位を指先や手のひらで強く圧迫します。
 - ・大きな血管からの出血の場合で、片手で圧迫しても止血しないときは、両手で体重を乗せながら、圧迫止血をします。

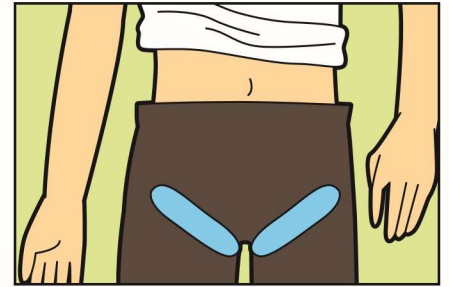
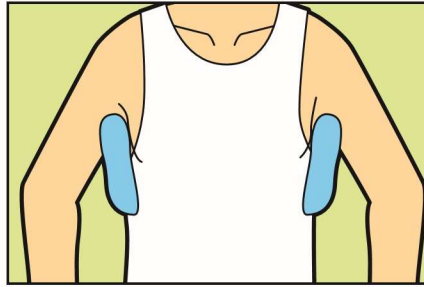


熱中症の応急処置

熱中症も重症化すると死に至る緊急事態です。炎天下での作業やスポーツなどで生じるだけでなく、高温多湿な室内ですぐす高齢者や、炎天下の乗用車内に取り残された子供に生じることもあります。
意識障害や手足の運動障害、高体温、けいれんがある場合は、すぐに119番通報してください。

応急処置

- ・涼しい場所や日陰のある場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる。
 - ・エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体をひやす。
- ※水のうや冷却パックなどを用いるときは脇の下、太ももの付け根、首などを冷やします。



ヒートショック

温度の急激な変化で血圧が上下に大きく変動することによって、失神したり心筋梗塞や脳卒中といった血管の病気などを引き起こすことがあります。特に、真冬に温かい部屋から気温の低い浴室を経て湯船に入る際は、失神して溺れる危険性があり、注意が必要です。

予防方法

- ・脱衣室と浴室を暖房設備で温めておく。
- ・お風呂の温度を38～40℃に設定する。
- ・入浴前は飲酒を控え、水分補給をする。
- ・湯船につかる前にかけ湯し、出るときはゆっくりとでる。



アナフィラキシー

特定の物質に対して重篤なアレルギー反応をアナフィラキシーといいます。アナフィラキシーでは気道(肺への通り道)が狭くなって息ができなくなったり、血圧がひどく下がったりして命にかかわることもあります。このような場合は、すぐに119番通報してください。

過去にアナフィラキシーで重い症状がでた人のなかには、医師から処方されたアドレナリン注射(エピペン®)を持っている人がいます。傷病者自身が使用できない場合には、エピペン®の使用ができるように手助けしてあげます。

エピペン®を皮膚に押し当てる



救命講習受けてみませんか？

【救命入門コース】

心肺蘇生法、AEDの簡易的な取扱いを学ぶコース
胸骨圧迫(心臓マッサージ)、AEDの使用方法(90分)

【普通救命講習1】

救命に必要な応急手当の基礎を学ぶ講習
心肺蘇生法(主に成人を対象)、AEDの使用方法、異物除去法、止血法(180分)

【普通救命講習2】

普通救命講習1の内容に実技試験と筆記試験が追加された講習
業務の内容や性格から一定の頻度で心停止者の対応が想定される方を対象
心肺蘇生法(主に成人を対象)、AEDの使用方法、異物除去法、止血法(240分)

【普通救命講習3】

小児・乳児・新生児の応急手当に特化した講習
心肺蘇生法、AEDの使用方法、異物除去法、止血法(180分)

【上級救命講習】

新生児から成人まで、全年齢の応急手当を学ぶ講習
心肺蘇生法(全年齢区分対象)、AEDの使用方法、異物除去法
止血法、搬送法など(480分)

【応急手当普及員講習】

普通救命講習を実施するための知識、技術及び指導方法を学ぶ講習
心肺蘇生法(全年齢区分対象)、AEDの使用方法、異物除去法
止血法、搬送法など(1,440分)

【応急手当WEB講習】

自宅や職場等で事前学習(e-ラーニング)を行うことで、普通救命講習・
上級救命講習の講習時間が短縮されます。修了テストを合格し、受講証
明書を実技講習時に提示する必要があります。



浜松市消防局では目的に応じた応急手当を学べる応急救護講習も
行っています。

各種講習の受講を希望される方は、お近くの消防署または浜松市
消防局警防課へお問い合わせください。



浜松市ホームページ

救命の連鎖



心停止の予防 早期認識と通報 一次救命処置 二次救命処置