

保存版

富士市消防本部

Ver5

救急ナビ



予防が大切・・・
それでも起きてしまったら？



目次

～富士市における多い事故や急病の内訳～

富士市の**事故**による発生順位 P1～P4

富士市の**急病**による救急内訳 P5～P6

～こんな時どうする？～

予防しよう！身近な救急事故 P7～P8

熱中症フローチャート P9

骨折の応急処置 P10

動けない人の搬送方法 P11

～心肺蘇生法を学ぼう～

応急処置の重要性 P12

心肺蘇生法フローチャート P13～P14

胸骨圧迫と人工呼吸 P15～P16

AEDの使い方 P17

気道異物の除去方法 P18

～その他～

救急のお助けアプリ「Q助」 P19

こんな時には迷わず119番！ P20

救急車適正利用のお願い P21

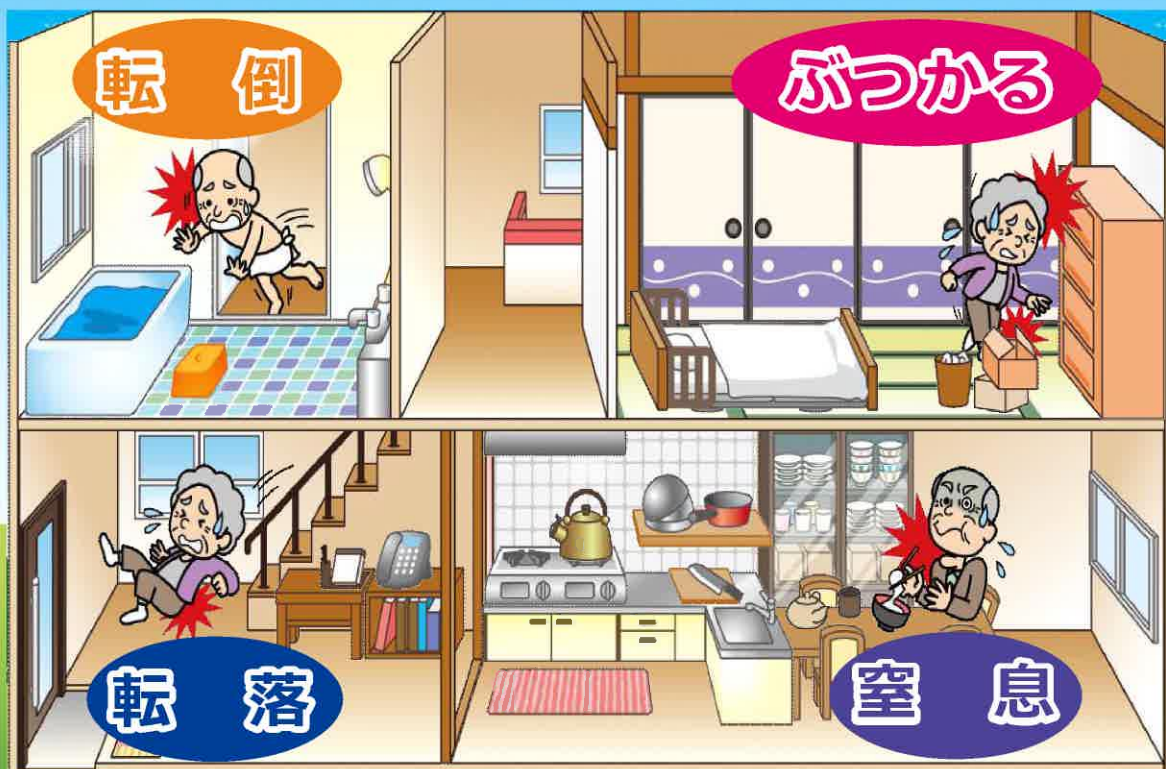
もしもの時の救急連絡シート P22

公式 SNS 公開中！



高齢者の事故予防チェック！

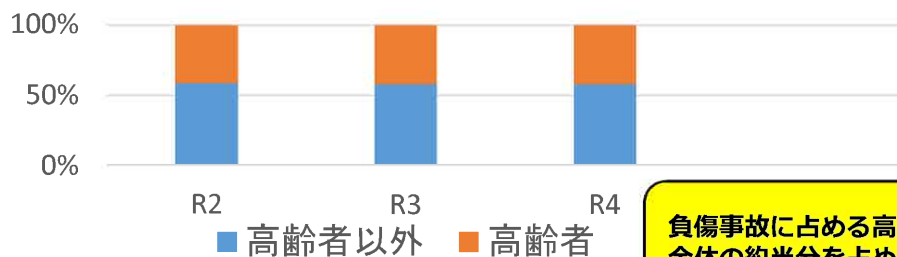
救急要請された高齢者の事故で一番多いものはどれでしょうか？



高齢者の事故の多くは自宅内で発生しています。

負傷事故に占める高齢者の割合

答えは右ページ



負傷事故に占める高齢者の割合が全体の約半分を占めています。



あなたの手で救える命があります。
普通救命講習Ⅰ・Ⅱを受講しませんか。

富士市消防本部警防課 ☎55-2856

救急要請された高齢者の事故で、一番多いのは「**転倒**」です。



富士市での発生順位

1位

転倒

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
- 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



2位

転落

階段、ベッド、脚立、椅子など

- 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



3位

ぶつかる

家具、人、柱、ドアなど

- 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



4位

窒息

食物（餅・肉等）、薬の包装など

- 細かく調理。ゆっくりよく噛むことで窒息予防
- お茶などの水分を摂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



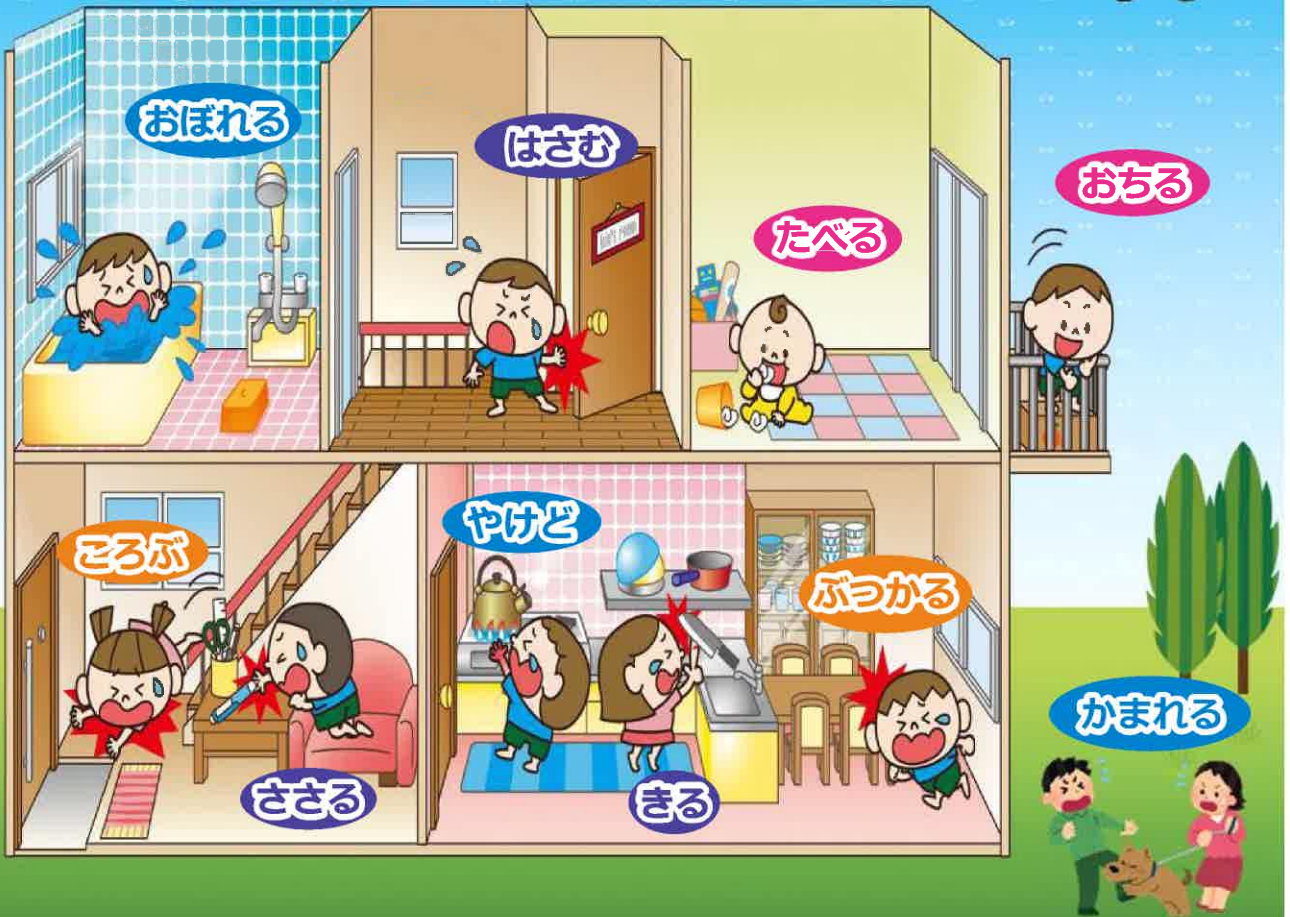
事故を防ぐために

ご家族などの協力も大変重要です

富士市消防本部 平成30年から令和4年まで 調査結果
出典：消防庁ホームページ (<http://www.fdma.go.jp/>)
(消防庁) (<https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post4.html>) を加工して作成

小児の事故予防チェック！

救急要請された小児の事故で一番多いものはどれでしょうか。



家族が目を離した際に事故が多く発生しています。

答えは右ページ

おうちの中は危険がいっぱいあります。
注意しましょう。



あなたの手で救える命があります。小児、乳児、新生児を対象とした普通救命講習Ⅲを受講しませんか。

富士市消防本部警防課 ☎55-2856

救急要請された小児の事故で、一番多いのは「ころぶ」です。



富士市での発生順位

1位

ころぶ

風呂、段差、洗面所など

- 少しの段差や濡れた床などで転ぶ可能性があります。目を離さないようにしましょう。



2位

ぶつかる

机の角、テーブルの角など

- 角の部分はやわらかいもので保護するなど、ぶつけてもいいように工夫しましょう。



3位

おちる

階段、窓、ベランダなど

- 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。



4位

はさむ

窓、ドア引きだしなど

- ドアの開け閉めは手を挟まないように！ 少しのすき間も子どもの手は入ってしまいます。クッションを付けるなどしましょう。



5位

たべる

たばこ、薬
電池など



8位

やけど

アイロン
熱い飲みものなど



6位

きる

包丁
カミソリなど



9位

かまれる

犬、ネコ
ヘビなど



7位

ささる

ヘン、歯ブラシ
ヘアピンなど



10位

おぼれる

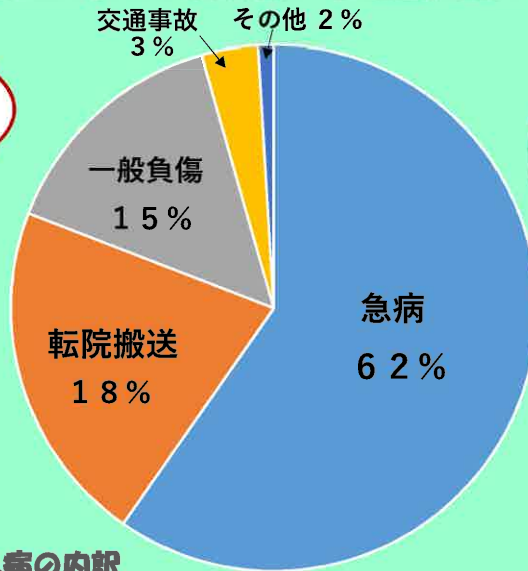
風呂場の水
プールなど



富士市消防本部 平成30年から令和4年まで 調査結果
出典：消防庁ホームページ (<http://www.fdma.go.jp/>)
(消防庁) (<https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post4.html>) を加工して作成

富士市の救急 高齢者Ver.

高齢者の救急出動は
何が多いのかな？



高齢者の救急出動は
急病が6割を占めています。
下のグラフで急病の内訳を
見てみましょう。

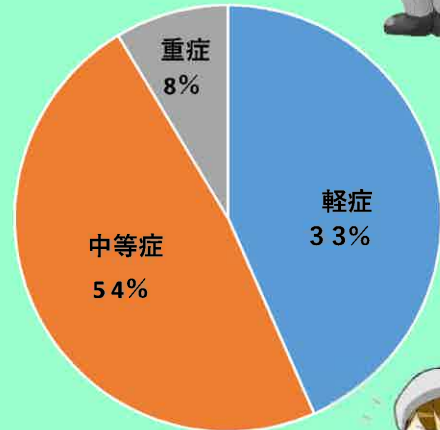
(平成30年から令和4年まで)



急病の内訳



傷病程度の内訳



意識障害が最も多いんだね！
意識障害について教えて！



意識障害は、自分と自分の周りの状況を把握できなくなった状態です。

例えばこのような状態を言います。

- ・大きな声で呼びかけないと反応しない、目を開けない。
- ・呼びかけに反応し、目を開けても自分の名前や生年月日が言えない。



意識障害を予防しよう！

年齢を重ねるにつれて、身体機能、精神機能が低下することは生理的な変化です。

例を挙げると。。。。

免疫力、運動機能、環境への適応能力の低下など
様々なことが起因となって意識障害が起こります！

予防するためには？

- ・健康診断や人間ドックなどで自身の身体について知り、変化に気付きましょう！
- ・夏場にはクーラーを積極的に使用し、気温の変化に対応しましょう！水分補給も忘れずに！！
- ・冬場には浴室などを温めておくことで室温の変化を少なくしましょう！

意識障害が起きてしまったら

呼吸なし

呼吸あり



心肺蘇生法

嘔吐・吐血あり



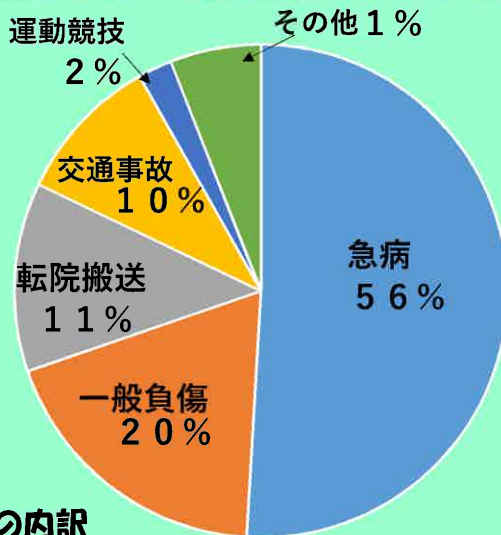
回復体位



☆こんな時にはすぐに119番！！→P20へ

富士市の救急 子どもVer.

子どもの救急出動は
何が多いのかな？



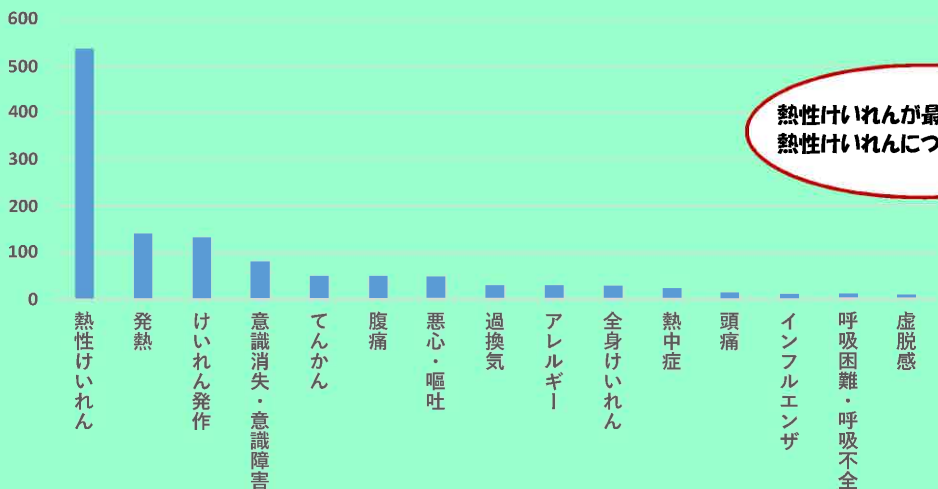
急病の内訳

子どもの救急出動は急病が
5割以上を占めています。
下のグラフで急病の内訳を
見てみましょう。

(平成30年から令和4年まで)



(件数)



熱性けいれんが最も多いだね！
熱性けいれんについて教えて！



熱性けいれんは、1歳～5歳の子どもによく見られます。この年齢の脳神経細胞は、急な体温の変化に弱く、38℃以上の発熱に伴い、けいれんを引き起こすことがあります。脳の成長に伴い、6歳前後でほとんど起こさなくなります。手足をガクガクとさせ、曲げたい、伸ばしたいするけいれんや、全身に力が入り、体を反らした姿勢を続けるけいれんがあります。



熱性けいれんが起きてしまったら

けいれん中やけいれん後に意識がないときは、体や顔を横向きにして唾液、吐物などを誤って飲み込まないような体位にしてください。通常は数分でけいれんは自然に治まります。

繰り返したり、長く続いたり(5～10分以上)、意識がなかなか回復しない場合には救急車を呼びましょう。

※相談できる場所があります



生後1か月～6歳までのこどもを対象に夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安が掲載されています。

年中無休

静岡こども救急

電話相談

受診した方が良いのか、様子を見ても大丈夫なのか、看護婦や小児科医が電話でアドバイスします。

プッシュ回線の固定電話、携帯電話からは、局番なしの **#8000**

054-247-9910

相談時間 平日 日曜・祝日 24時間

気道異物

口や喉などに異物(食べ物など)が詰まってしまうと息ができなくなってしまいます。

そのままにすると呼吸が止まり心肺停止となってしまいます。

予防するためには

- ①食事を細かく料理する
- ②お茶などの水分をとりながら食事をする
- ③急に話しかけるなどあわてさせることはやめる

近くにいる人の異物除去が有効です。(P18参照)



子供の誤飲

子供の誤飲事故は特に0歳～3歳の間に多い事故です。子供は生後5～6カ月ごろから、手につかんだものを何でも口に持っていくようになります。

小さな子供の口の大きさは3歳児で直径約4cm。これより小さく子供の口に入るものは何でも誤嚥や窒息の原因になる可能性があります。

予防するためには

- ①水分をとってのどを潤してから食べさせる
- ②一口の量を多くしない
- ③子供の口に入る大きさのものを周りに置かない

子供の口の大きさは



止血

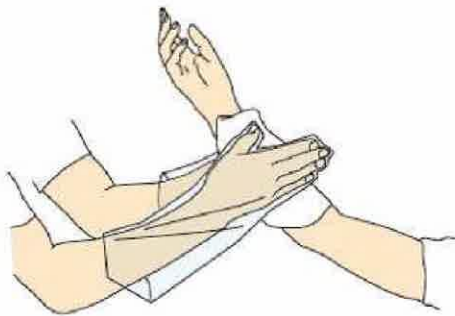
止血方法で最も有効な方法は、出血している部位を直接押さえる「直接圧迫止血法」です。

○やり方

- ①出血部位を確認します。
- ②出血部位を圧迫します。
 - ・清潔なガーゼやハンカチなどを重ねて傷口に当て上から、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、片手で押さえても血が止まらないときは、両手で体重を乗せながら圧迫します。

ワンポイント

- 感染防止のため血液に直接触れないように、できるだけビニールやゴム製の手袋を使用します。ビニール袋などで代用することもできます。
- 圧迫位置が出血部からずれていたり力が足りないと十分止血できず、ガーゼなどが血液で濡れてきます。



○手袋を使用



○ビニール袋を使用

一酸化炭素中毒

ストーブなど暖房器具を使用すると一酸化炭素中毒が起こりやすくなります。一酸化炭素は無色、無臭、無刺激な有毒ガスなので気が付かないまま中毒症状を起こし重症の場合は、死に至ります。

予防するためには

- ① 予防策は部屋の換気です。暖房器具を使用するときは少なくとも1時間に1回は窓を開けて換気するようにする。
- ② 不完全燃焼がないか確認する。
密閉されたガレージ内での車の暖機運転にも注意が必要です。

一酸化炭素中毒が疑われる人を発見したら、むやみに部屋へ飛び込むと同じように中毒になる危険があります。
まず部屋の換気をしましょう。



ヒートショック

急な温度変化は血圧が急激に変動して心臓に大きな負担が掛かります。

血圧の上昇により心筋梗塞や脳卒中を起こしやすくなります。反対に、血圧が低下して意識を失って、転倒や溺死する可能性もあります。

予防するためには

- ① 脱衣所やトイレに暖房器具を置いて部屋間の温度差をなくす。
- ② 入浴時、低めの温度に設定して長湯はしない。
- ③ 他の人が声かけをして安否確認をする。

高齢者は重症化し易いです。
寒暖差に注意しましょう。



やけど

やけどをした時のポイントは

- ・ 冷却
やけどの範囲が狭い時は、流水を流したままの洗面器などに患部を10～15分程度浸し冷やします。
- ・ 感染防止
冷却後は患部からの感染を防ぐため、ガーゼや救急ばんそうこう、清潔なタオルで覆います。

予防するためには

- ① やかんや電気ケトルのお湯、アイロン等の原因になるものを子供の手の届く場所に置かない。
- ② 低温やけどの原因となる湯たんぽやカイロ等の使用方法に注意する。

低温やけどや冷やし過ぎによる低体温にも注意が必要です。



熱中症

高温多湿な環境に水分を摂らずに長時間いると、熱中症になってしまいます。

そのままにすると、めまいや頭痛、吐き気などの不調が現れるほか、意識障害やけいれんといった命に関わる症状も引き起こされます。

予防するためには

- ① こまめに水分補給をする。(塩分も忘れずに！)
- ② 冷房や扇風機を上手に使う。
- ③ 直射日光を帽子や日傘で防ぐ。
- ④ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくり。

室内や夜間でも多く発生しています。
油断せずに注意しましょう。
※次のページに詳しく載っています！



熱中症対応フローチャート！

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

めまい・失神・吐き気・嘔吐・大量の発汗
痙攣・高体温・筋肉の硬直・・・等



はい

チェック2 意識はありますか？

いいえ

救急車を呼ぶ



はい

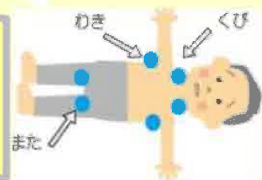
涼しい場所へ移動し服を緩めて身体を冷やす



チェック3 水分を自力で
補給できますか？

ここを冷やそう！！

首の付け根
脇の下
太ももの付け根



はい

水分・塩分を補給する

いいえ

チェック4 身体を冷やしたり水分・塩分を
補給して症状が良くなりましたか？

いいえ

医療機関へ



はい

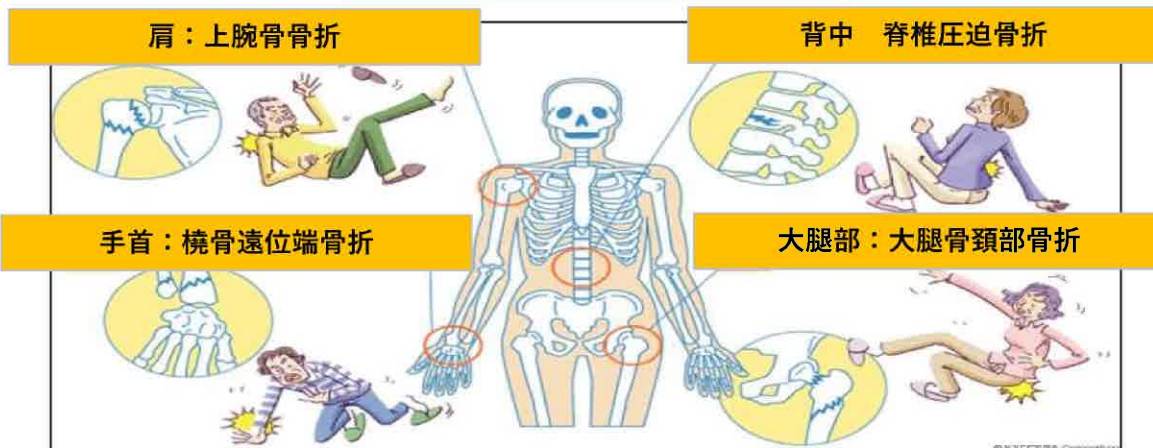
十分に休息し回復したら日常生活に戻りましょう。

暑さ指数を参考にしましょう！

| 気温 (参考) | 暑さ指数 (WBGT) | 熱中症予防運動指針 | |
|------------------|----------------|--------------------|---|
| 35°C以上 | 31以上 | 運動は原則中止 | 特別の場合以外は運動を中止する。 特にこどもの場合は中止すべき。 |
| 35°C未満 31°C以上 | 28~31 | 嚴重警戒 (激しい運動は中止) | 熱中症の危険性が高い、激しい運動や持久走など体温 が上昇しやすい運動は避ける。 10~20分おきに休憩をとり水分、塩分を補給する。 |
| 31°C未満 28°C以上 | 25~28 | 警戒 (積極的に休憩) | 熱中症の危険性が増すので積極的に休憩をとり適宜、 水分、塩分を補給する。 |
| 28°C未満 24°C以上 | 21~25 | 注意 (積極的に水分補給) | 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極 的に水分、塩分を補給する。 |
| 24°C未満 | 21未満 | ほぼ安全 (適宜水分補給) | 通常は熱中症の危険は小さいが、適宜、水分、塩分の 補給は必要である。 |

※日本スポーツ協会「熱中症予防のための運動指針」より

骨折の応急処置



上の図は骨折しやすいと言われている箇所です。特に高齢者では加齢と共に骨が弱くなっており、思いがけないところで骨折してしまう事があります。
特に大腿骨の骨折は多く、治療にも時間がかかります。注意しましょう!!

骨折の種類と症状

～非開放性骨折～

○症状

- ・強い痛み、動かせない
- ・腫れ、皮膚の変色（赤み、紫）
- ・変形（普段と違う方向に曲がっている）

～開放性骨折～

骨が飛び出し、外出血がある
皮膚や筋肉も傷がついている状態

○症状

非開放性骨折と同じ

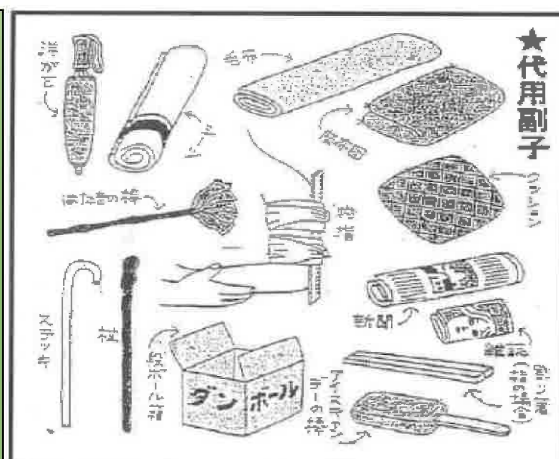
★三角巾等で傷口を被覆しましょう!

骨折の手当

- ①骨折部分と付近の関節を動かさないようにします。
- ②骨折の部分の副子で固定します。
- ③開放性骨折の場合、出血が多量の場合は清潔なタオル等で圧迫止血し、消毒したガーゼで被覆します。
- ④傷病者本人の楽な体勢を取らせ、継続的に観察して救急隊の到着を待ちます。

★注意点★

- ・副子は骨折部分の上下の関節に届く長さで幅のあるものを使います。
- ・骨が出ている場合は清潔なガーゼ等で被覆します。
- ・傷口を洗ったり、骨を元に戻そうとしてはいけません。



身近なもので
副子は代用できます!!



こんな時は
どうする？

動けない人どう運ぶ！？ 搬送方法を学ぼう！！



地震や災害があった時、動けない人を救護所や安全な場所に避難させる必要があります。このページでは安全に搬送するための方法を紹介します。

1人で搬送する方法



後ろから運ぶ

意識のない人などを、とりあえず**危険な場所**から安全な場所へ移すときに役立ちます。患者の足を重ね、頭側から患者の背中に手を入れ上体を起こします。次に、両脇から手を入れ、患者の腕を両手でつかみお尻を床から上げるようにして足は引きずるように引っ張ります。

背負って運ぶ

おんぶするように背負って、両腕で足を引き寄せて抱え込み、傷病者の手首をつかみます。手首をつかむ事で後ろに倒れるのを防ぎます。



この方法では長い距離は運ぶ事が出来ません！
目的の場所まで距離がある時はとりあえずこの方法で安全な場所に移動させた後、助けを呼びましょう！

2人で搬送する方法



前後について運ぶ

1人が傷病者の背中に回り、両脇から手を入れ患者の腕をつかみ、もう1人が傷病者の足を重ねて抱え、傷病者の上体側から持ち上げます。

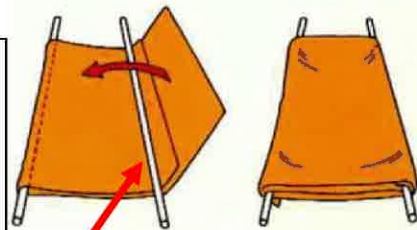
簡易担架を作る方法

※用意する物

毛布1枚
丈夫な棒2本

作り方

毛布を広げて棒を1本置き3分の2ほど折り返します。その上にもう一本の棒を置き折り返します。



棒は強度のある竹がおすすめ！
2本目の棒を置く場所は少し内側！

応急救護の重要性と救命の連鎖



救命には「心停止の予防」「早期認識と通報」「一次救命処置」「二次救命処置と集中治療」この4つの輪が適切に繋がる事が不可欠です！

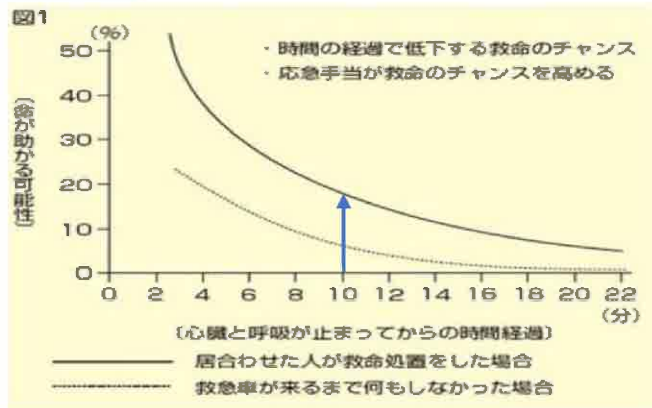


応急手当の重要性

右の図は心肺停止の状態に陥ってからそばに居合わせた人が応急手当を行った場合と何もしなかった場合ではどのような違いがあるかを示しています。

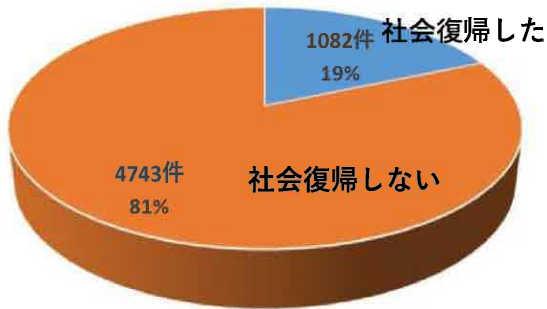
救急車が到着までに救命処置（心肺蘇生・AEDの使用）がなされた場合は何もしなかった場合に比べ約2倍救命の可能性が高くなります。

※救急要請の増加に伴い令和4年度の救急車が到着するまでの時間は約10分でした。



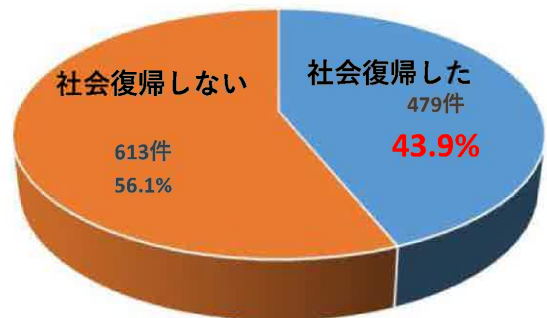
救急隊到着前に行うAEDによる電気ショックの有効性について

救急隊が電気ショックを実施した場合



心臓突然死は心臓が細かく震える心室細動という不整脈によるものが多いとされています。この心室細動にはAEDによる電気ショックが最も有効とされています。救急隊が電気ショックを行った場合と救急隊到着前に市民が電気ショックを行った場合では社会復帰できる確率が2倍以上に上がります。

市民が電気ショックを実施した場合



「近くに居合わせた人の処置が救命を左右します」勇気をもって行動にうつしましゅう！



～心肺蘇生法フローチャート～

手順1 周囲の安全確認



手順2 反応の確認 ※1



手順3 119番通報とAED、人員の手配



手順4 呼吸の確認

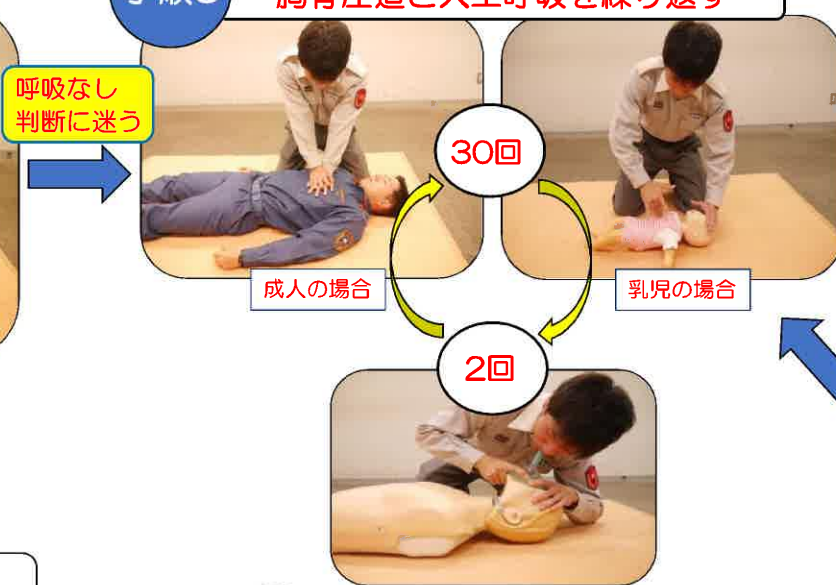


呼吸あり

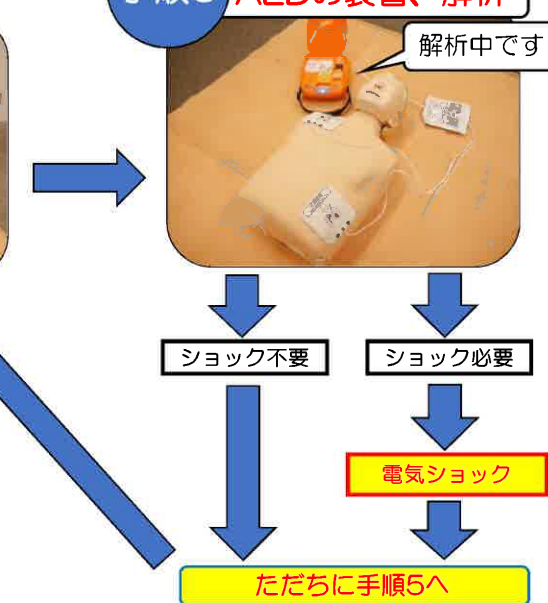
回復体位 (P5参照)

傷病者を救急隊に引き継いだ後は石鹸と流水で手と顔を洗おう!

手順5 胸骨圧迫と人工呼吸を繰り返す



手順6 AEDの装着、解析



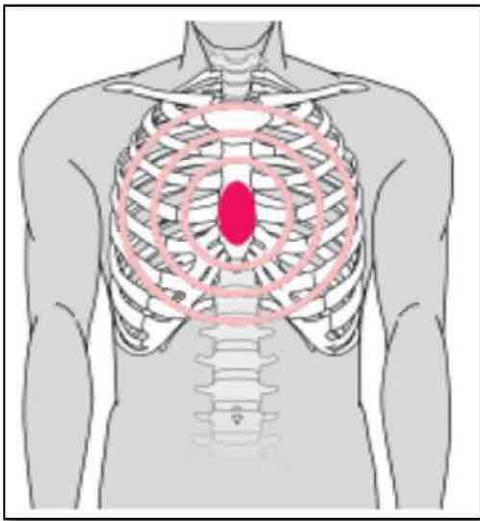
成人

胸骨圧迫と人工呼吸

★ 胸骨圧迫

※胸骨圧迫を開始する前に、マスクやハンカチ、タオルなどで傷病者の鼻と口を覆う。

- ① 胸の真ん中に一方の手の付け根を置き、その上にもう一方の手を重ねておく。
- ② 肘をまっすぐに伸ばし、真上から垂直に胸が約5～6cm沈む強さで圧迫する。
- ③ 圧迫したら、圧迫を解除し、胸が元の高さに戻るようにする。
- ④ 1分間に100～120回のテンポで30回連続して圧迫する。
- ⑤ 強く、速く、絶え間なく圧迫する。



圧迫点



圧迫方法

★ 人工呼吸

※技術と意思があれば行う。



- ① 頭側の手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指2本をあご先に当てる。
- ② 頭を後ろにのけぞらせ、あご先を上げる。



- ③ 鼻をつまみ、口を自らの口で覆う。
※感染防止具があれば使用する！
- ④ 息を1秒かけて軽く胸が上がる程度、吹き込む。
計2回行う。

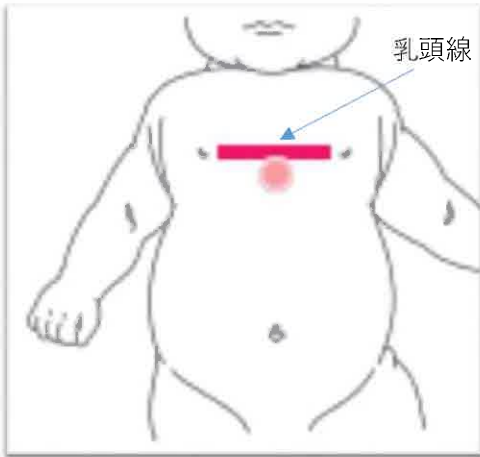
胸骨圧迫と人工呼吸

乳児 (1歳未満) **小児** (1～15歳未満)

★ 胸骨圧迫

※胸骨圧迫を開始する前に、マスクやハンカチ、タオルなどで傷病者の鼻と口を覆う。

- ① **乳児**は乳頭線を結ぶ線の少し足側の位置を2本指で圧迫する。
小児は成人と同じ場所を両手または片手で圧迫する。
- ② 指、肘を曲げず、真上から垂直に**胸の厚さの3分の1**が沈む強さで圧迫する。
- ③ 圧迫したら、圧迫を解除し、胸が元の高さに戻るようにする。
- ④ **1分間に100～120回**のテンポで**30回**連続して圧迫する。
- ⑤ **強く、速く、絶え間なく**圧迫する。



乳児の圧迫点

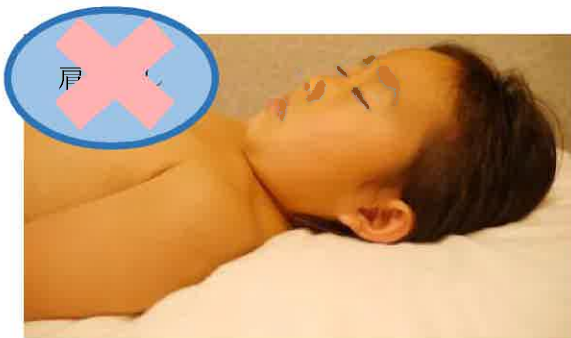


乳児の圧迫方法

★ 人工呼吸

- ① **乳児**は背中の下にタオルなどを敷く。

乳児の場合、体に比べて頭が大きいので平らな床の上などで仰向けにすると、気道が閉塞する原因となります。乳児に気道確保する時は、背中の下にタオルなどを敷き、肩枕をすると気道が開通しやすくなります。



- ② **乳児**に対する人工呼吸は、口対口または口対口鼻呼吸をする。
小児は成人と同じように人工呼吸をする。
- ③ 息を**1秒**かけて軽く胸が上がる程度まで吹き込む。**計2回**行う。

A E D の 使 い 方

① 電 源 を 入 れ る。

ふたを開けると電源が入るタイプ



電源ボタンを押すタイプ



② 電 極 パ ッ ド を 右 胸 と 左 脇 腹 に 貼 る。

※パッドを貼った後は解析のため傷病者に触れない。



電極パッドを貼ると、AEDが自動で電気ショックが必要か判断する。

「ショックが必要です」と音声の流れたら電気ショック。

「ショックは不要です」と音声の流れたら**すぐに胸骨圧迫!**

③ ボタンを押して電気ショック。

※傷病者に誰も触れていないことを確認してショックボタンを押す。



～Q&A～

- 胸が濡れている場合 → タオル等で水分を拭き取ってから電極パッドを貼る。
- 心臓ペースメーカーが胸に埋め込まれている場合 → 胸の皮膚が盛り上がっているのを避けて電極パッドを貼る。
- 貼り薬やアクセサリがある場合 → 貼り薬は剥がし皮膚に残った薬剤は拭き取る。アクセサリは外すか、パッドから遠ざける。
- 妊婦に使用する場合 → 成人と同様に使用する。

※留意事項

小学校に上がる前の子供には、「未就学児用モード」や「未就学児用パッド」を使用する。ない場合は、「小学生～大人用パッド」を使用する。

AEDのモードやパッドは、これまで「成人用」と「小児用」に区別されていましたが、心肺蘇生法との違いを分かり易くするために名称が変わりました。新旧の機器が混在していますが、使用方法は変わりません。

気道異物の除去

～口やのどなどに異物（食べ物など）が詰まっている場合の対処方法～



①傷病者に「のどが詰まったの？」とたずねる。
→声が出せなく、うずくまるようであれば窒息と判断。

②119番通報を周りの人に依頼する。

③下記2つの異物除去法を数回ずつ繰り返す。
異物を取り除けるか、反応がなくなるまで試みる。

反応がなくなった場合は心肺蘇生フローチャートへ（P13）

★背部叩打法 成人・小児・乳児

手の付け根で、肩甲骨と肩甲骨の間を異物が出るまで力強く素早く叩く。
立っている場合は、倒れないように支え、うつむかせて叩く。
小児、乳児の場合は、膝などに乗せて体を安定させ、頭を低くして叩く。



★腹部突き上げ法 成人・小児 ※妊婦には行わない。



①傷病者の後ろから、抱えるように両腕を回す。

②片方の手で握りこぶしを作り、傷病者のへそとみぞおちの間に握りこぶしの親指側を当てる。

③もう一方の手でこぶしを握り、手前上方に素早く突き上げる。

★胸部突き上げ法 乳児



①片腕の上に乳児の背中を乗せる。

②手のひらで乳児の頭を支えながら頭が低くなるような姿勢にする。

③もう一方の手の2本指で、両乳頭を結ぶ線の少し足側を目安に胸骨の下半分を力強く数回連続して圧迫する。

全国版救急受診アプリ 「Q助」があるよ



消防庁より、住民の緊急度判定を支援し、利用できる医療機関や受診手段の情報を提供するため、全国版救急受診アプリ「Q助」（きゅーすけ）が公開されました。

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）を行うことができるようになっています。

全国版救急受診アプリ



**1 緊急度の高い
症状選択**

2 年代選択

3 症状選択
該当する症状を画面上で選択します。

4 結果画面

緊急度に応じた必要な対応が表示されます。
「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」
「引き続き、注意して様子を見てください」

突然のこんな症状の時には すぐに 119番!!

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い
- 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) 又はおかしい (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
- けが・やけど
大量の出血を伴うけが
広範囲のやけど
痛みのひどいやけど
- 飲み込み
物をのどにつまらせた
呼吸が苦しい
意識がない

こんなときには すぐに 119番!!

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



- 吐き気
冷や汗を伴う強い吐き気
- 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
- じんましん
虫に刺されて全身にじんましんが出て、具合が悪くなった
- 乳児の様子がおかしい (※生後3か月未満)
- その他、お父さんやお母さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

救急車適正利用のお願い

近年、救急車の出動件数が増加しており、救急隊の現場到着時間が遅くなっています。

このような状況が続くと、本当に救急車が必要な時に、遠くの救急車が出動し到着が遅れ、救える命が救えなくなるおそれがあります。

また、出動事案の中には、症状に緊急性がなく、「救急車でいけば早く診てもらえる」、「救急車は無料だから」、「交通手段がないから」といった内容の救急要請もあります。

緊急性が高い症状の傷病者に、できるだけ早く救急車が到着できるようにするため、救急車の適正利用をお願いします。



さらに、救急件数の増加に伴い救急隊が搬送先決定までの病院問い合わせ6回以上または30分以上の事案（救急受け入れ困難事案）も、年々増加しています。

具体的には以下のような事案があります。

ケース1



自宅で意識がなくイビキをかいている状態、家族が発見し救急要請した。

診断名：脳卒中疑い（重症）

病院問い合わせ回数：6回

搬送先決定までに要した時間27分

ケース2



就寝中に息苦しさや胸が締め付けられる感覚があり、家族が救急要請した。

診断名：心筋梗塞疑い（重症）

病院問い合わせ回数：6回

搬送先決定までに要した時間：51分

啓発動画公開中！



富士市は「救急受け入れ困難事案」が、他の医療圏に比べて突出しており、消防本部では、この問題を医療機関と共有し協力を依頼し続けるとともに、救急車の適正利用を呼び掛けています。

市民の皆さまのご協力をお願いします。



もしもの時の救急連絡シート

救急車を呼んだ時は
救急隊に渡して下さい！



傷病者の情報

| | | | |
|--------------|-----------|--------|-------|
| 住所 | | | |
| (ふりがな) 氏名 | () | 性別 | 男 ・ 女 |
| 生年月日 | T・S・H・R 年 | 月 | 日 歳 |
| 電話番号 | | (小児体重) | K g |

★ 普段の生活

| | | | |
|------|--------|----|-------------------|
| 介護区分 | | 歩行 | 自力歩行・補助器・車椅子・寝たきり |
| 会話 | 可 ・ 不可 | 食事 | 自力・介添え・その他 () |

医療情報

| | | |
|------------------|-------------|-------------------------|
| 現在治療中の 病気 | | |
| 過去医師から 言われた病気 | | |
| 服用している薬 | 有 ・ 無 | ※「有」の方はお薬手帳を ご用意ください |
| 掛かり付けの 病院 | 病院・医院・クリニック | 診察券番号 |
| | | |
| | | |

緊急連絡先

| 氏名 | 続柄 | 住所 | 電話番号 |
|----|----|----|------|
| | | | |
| | | | |

※保険証とお薬手帳のご用意も併せてお願いします。
少しでも早く病院に搬送するためにご協力をお願いします。

ひとりで悩まないで ～相談できる場所があります～

自立に向けたよろず相談窓口

生活のことや仕事のこと
ひとりで悩まずにご相談ください



毎週 月～金
8:30～17:15

富士市EPA-就労支援センター
(フィランセ東館1階)

TEL: 64-6969

青少年の電話相談

学校生活、友人関係、進路、非行、不登校
などについての電話相談やメール相談

毎週 月～金 9:30～16:30
ほっとテレフォン・ふじ TEL: 51-3741

MAIL: ky-soudan@div.city.fuji.shizuoka.jp

こころの電話

こころの悩みや精神保健、福祉に関する電話相談

毎週 月～金
8:30～17:00

TEL: 055-922-5562

市民健康相談

保健師による健康づくりや
こころの健康についての面接・電話相談



毎週 月～金
8:30～17:15

富士市健康政策課
(フィランセ西館1階)

TEL: 64-8992・64-9023

依存相談

薬物、お酒、ギャンブル等の
依存症についての相談(無料・秘密厳守)

TEL: 054-286-9245

(予約制)

相談できる市内の公的医療機関

夜間・休日診療

富士市救急医療センター

- 所在地 富士市津田217-2
- 連絡先 51-0099
- 診療科目 内科・小児科・外科
- 診療時間
平日 19:00～翌8:00
土曜日 14:00～翌8:00
日曜/祝日 9:00～翌8:00

富士市の救急医療等当番

診療科目ごと、日曜日・祝休日に受診
可能な医療機関が掲載されています。
診療科目: 歯科・耳鼻科・産婦人科
眼科・柔道整復



市内の保健・医療機関

- 富士市立中央病院
0545-52-1131
平日 8:00～11:00
- 共立蒲原総合病院
0545-81-2211
平日 7:15～11:15



普通救命講習

最新の心肺蘇生法を
学んでみませんか?

3時間の講習で、胸骨圧迫やAEDの
取り扱い、異物除去など救命処置を学びま
す。

e-ラーニングを利用して
事前学習することで
講習時間が2時間になります。



消防団員募集

女性団員活躍中!

一緒に地域を
守りませんか?



災害出動しない
機能別消防団員!
学生も活躍できる!

富士市 普通救命

検索

担当: 消防本部警防課 救急管理室
TEL: (0545) 55-2856
(平日 8:30～17:15)
MAIL: fi-keibou@div.city.fuji.shizuoka.jp



富士市 消防団

検索

担当: 消防本部消防総務課消防団担当
TEL: (0545) 55-2852
(平日 8:30～17:15)
MAIL: syoubou_soumu@div.city.fuji.shizuoka.jp



問い合わせ先 富士市消防本部警防課 救急管理室
TEL: (0545) 55-2856 / メールアドレス fi-keibou@div.city.fuji.shizuoka.jp
(編集 富士市消防本部 救急体制強化ワーキンググループ)