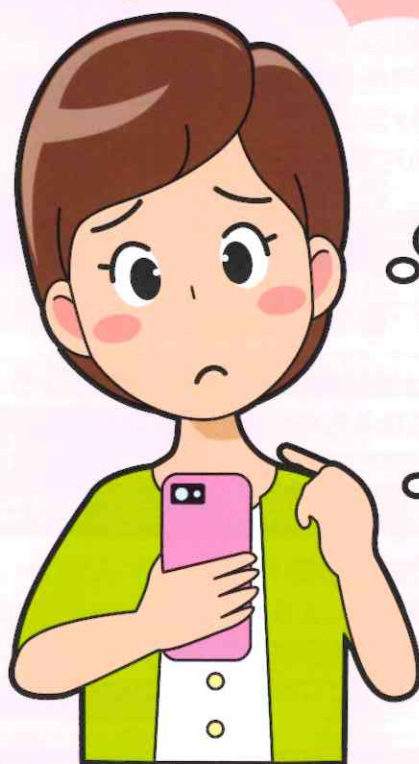


いちいちきゅう

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 情報指令課 053-475-7552

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



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

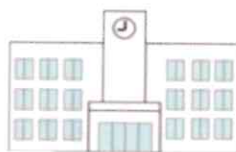
119番通報をすると、指令員が救急車の出動に必要なことを、順番にお伺いします。
緊急性が高い場合は、すべてをお伺いする前にでも救急車が出動します。

- 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。

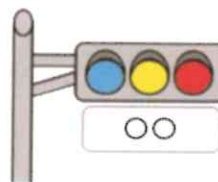
浜松市内での119番通報は消防指令センターで全て受け付けています。



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

映像通報119

映像通報119は、119番通報時にスマートフォンを活用し、通報者と消防指令センターとの間で相互に映像の送受信ができる新しい仕組みです。(事前の登録、設定は必要ありません。)
言葉では説明しづらい災害現場の状況を明確に伝えることで速やかな災害対応に繋がり、また、応急手当が必要な急病人や怪我人に対して、より効果的な応急手当の指導を行えるようになります。

消防本部からビデオ通報要請がありました。次のURLにアクセスしてください
<https://net119.city.hamamatsu.shizuoka.jp/>



映像通報119の流れ・操作手順等

- ・通報者のショートメッセージに届いたURLをタップするだけで利用可能
- ・カメラで撮影した映像が消防に送られます
- ・消防から送信された応急手当の手順等の動画の視聴が可能

※映像通報119にかかるパケット通信料(URLへのアクセス及び動画送信等)は通報者の負担となりますのでご了承ください。

浜松市Net119緊急通報システム

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。



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】

お問い合わせ 浜松市消防局 情報指令課 電話番号 053-475-7551
メールアドレス hfdjoho@city.hamamatsu.shizuoka.jp

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

- くちびろの色が紫色
- 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

- 痛みのひどいやけど ●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
- 支えなしで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
- 視野がかかる
- 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番通報した後に…

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。



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。



平均10.4分
(令和5年)



心肺蘇生ができれば実施してください。



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!

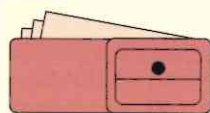


救急車を呼んだら、**こんな物を用意しておく**と便利です。

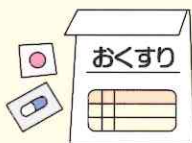
- ・保険証や診察券
- ・お金
- ・靴
- ・普段飲んでいる薬
(おくすり手帳)



靴



お金



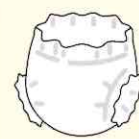
普段飲んでいる薬

(乳幼児の場合)

- ・母子健康手帳
- ・紙おむつ
- ・ほ乳瓶
- ・タオル



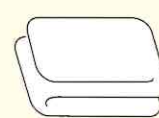
母子健康手帳



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。



持病は●●●
かかりつけ病院は ▲▲▲病院
普段飲んでいる薬は ■ ■ ■

*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
まとめておくとう便利です。

判断に迷った時は、救急受診アプリ Q助(きゅーすけ)

全国版救急受診アプリ



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(「いまず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、注意して様子をみてください」)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。



緊急度の高い
症状選択 → 年代選択 → 症状選択 →

緊急度に応じた必要な対応が表示されます。

- 赤 「いまず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」
- 白 「引き続き、注意して様子をみてください」

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/mission/enrichment/appropriate/appropriate003.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は病院等へ行きたい。」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

救急電話相談 #7119・#8000

救急安心電話相談窓口

7 1 1 9

※令和6年10月1日設置予定

受付時間

平日 18:00～翌日8:00
土曜日 13:00～翌日8:00
日曜日・祝日 8:00～翌日8:00

静岡こども救急電話相談

8 0 0 0

受付時間

24時間 365日

緊急・重症の時は
迷わず119番！

Q.どんな相談ができるの？

A.急な病気やケガの時に、病院に行ったほうがいいのか、救急車を利用したほうがいいのかなど相談員がアドバイスします。

主なアドバイス内容

- けがや病気の緊急度、対応方法
- 救急車の利用の案内
- 受診できる医療機関の案内
- その他の相談窓口の紹介



Q.「#7119」と「#8000」はどんな違いがあるの？

A.「#7119」は、おおむね15歳以上の方が対象になります。

「#8000」は、おおむね15歳未満の子どもの保護者が対象になります。

休日や夜間に急な病気やケガをしたら・・・

救急診療情報・医療情報ネット

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、「医療情報ネット」をご覧ください。



浜松市ホームページ



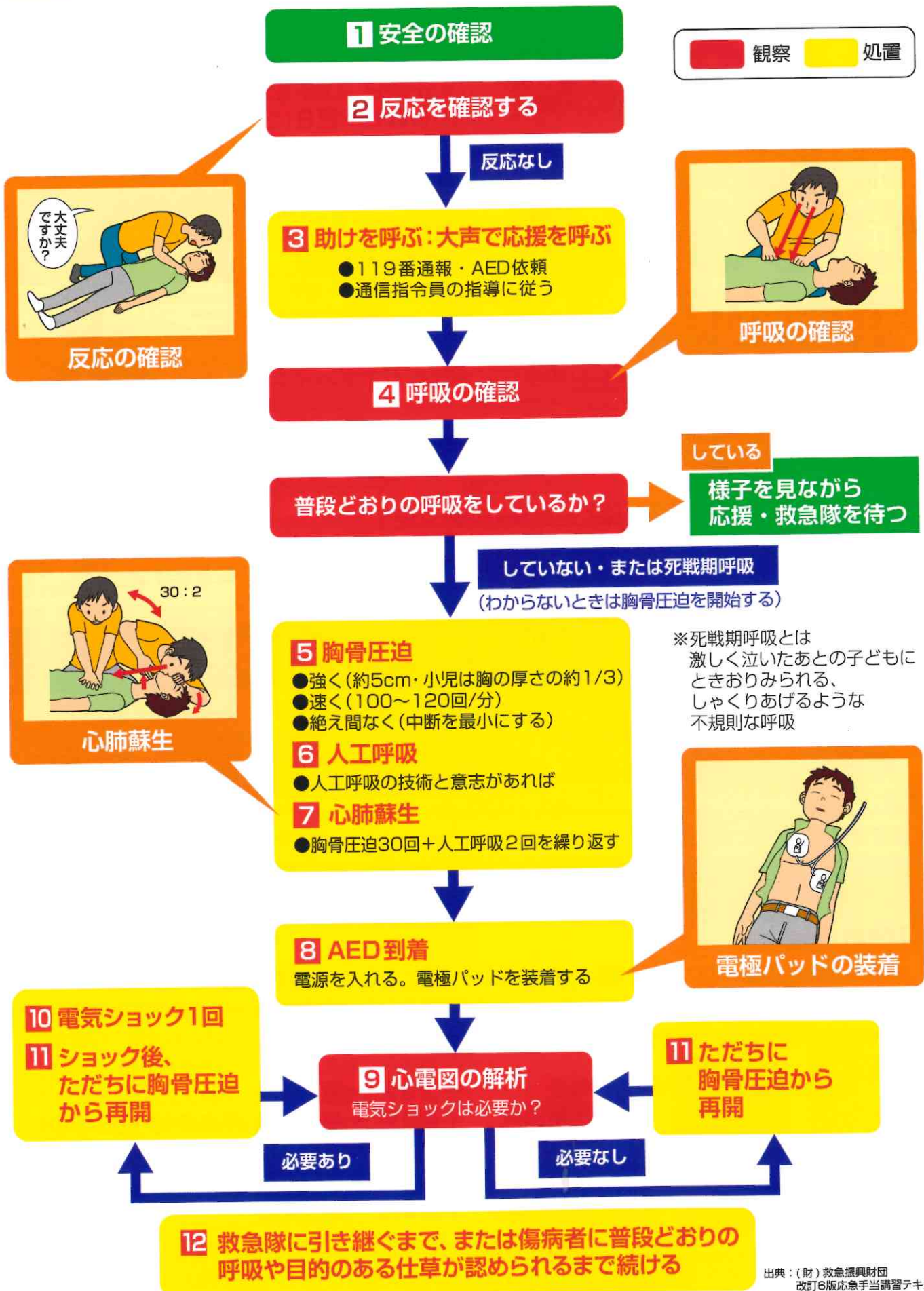
医療情報ネット

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	浜松市中央区伝馬町311番地の2		
電話番号	053-455-0099(午後7時30分～翌朝7時)		

心肺蘇生の手順（成人）～心肺蘇生とAEDの使用～



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				
通 報	反応がなければ大声で助けを呼ぶ			
	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		
	反応なし	通常的心肺蘇生の手順		
気道異物		背部叩打法(片腕の上でうつぶせ)		

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題

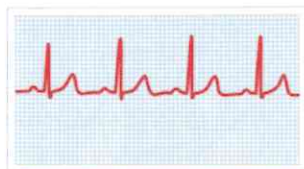
AEDってどんなもの？

心臓が突然止まるのは、心臓がぶるぶると細かく震える「心室細動」が原因となることが少なくありません。「心室細動」は発症から1分経過するごとに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（電気ショック）が救命にとって大切です。

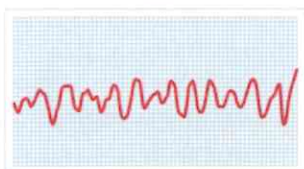
AED（自動体外式除細動器）は、この除細動を行うための機器で、自動的に心電図を解析して電気ショックが必要かどうかを判断し、音声メッセージで必要な対応を指示してくれます。

女性でもためらわずにAEDを!!

服をすべて脱がさなくても、AEDは使用できます。また、パッド装着後、衣類等で覆っても問題ありません。命を助けるため、女性に対してもためらわずにAEDを使用してください。



【正常なリズムの心電図】

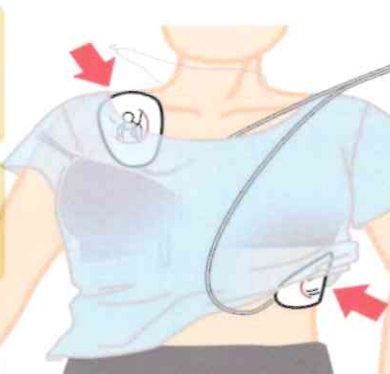


【心室細動の心電図】

女性に配慮したAEDの使い方

パッドを素肌に直接貼り付けることができなければ、ブラジャーを外す必要はありません。服の下で下着をずらして、右の鎖骨の下と左のわき腹のあたりに貼ることで対応できます。

金属製品（ブラジャーのワイヤー部分、ネックレス等）はパッドに触れないようにしてください。パッドに触れていなければ、ネックレスは無理に取り外す必要はありません。



パッドを貼った後に上から上着やタオルなどをかけても大丈夫です。

その他の注意事項

- 汗などで胸が濡れている場合は、水分を拭き取ってください。
- 電極パッドを貼る部分に貼り薬（湿布等）が貼られている場合は、貼り薬を剥がしてください。
- ペースメーカー等が植え込まれている場合（胸に硬いこぶのようなでっぱりが見える）は、このでっぱりを避けて電極パッドを貼ってください。
- 車内など、揺れている場所では使用しないでください。

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。

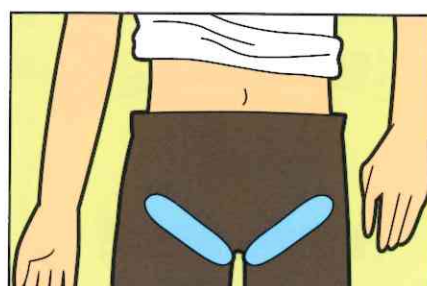
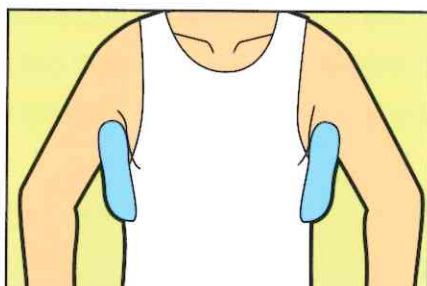


熱中症の応急処置

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。

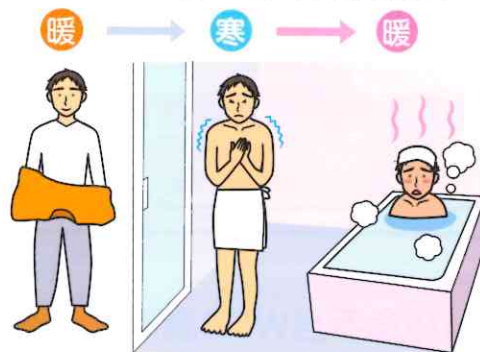


ヒートショック

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

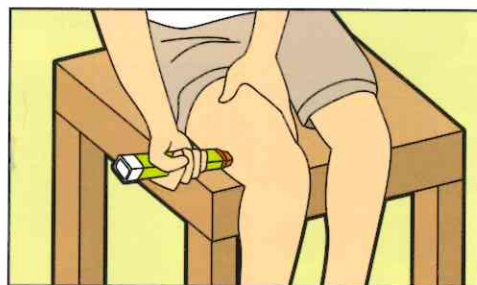
- ・脱衣室と浴室を暖房設備で温めておく。
- ・お風呂の温度を38～40℃に設定する。
- ・入浴前は飲酒を控え、水分補給をする。
- ・湯船につかる前かけ湯し、出るときはゆっくりとでる。



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出た人のなかには、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。傷病者自身不能使用できない場合は、保護者または教職員や保育士の方々がであれば、かわりに注射することができます。



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