

おうきゅう て あて
応急手当の でびき



広島市消防局
マスコットキャラクター
「もみみん」

「いつも身近に置いておきましょう！」

み おうきゅう て あて
身につけよう 応急手当!

ひろしま しゅうぼうきょく
広島市消防局

もくじ

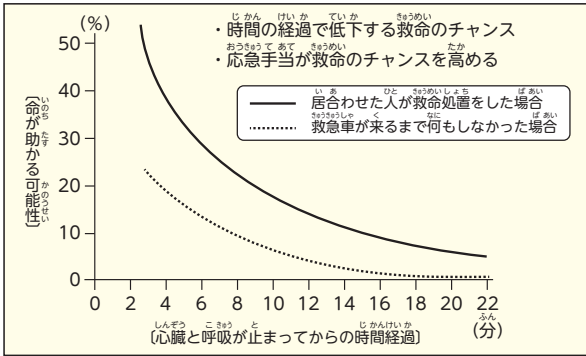
1	応急手当の重要性	1
2	心肺そ生法	
	・心肺そ生法	2
3	気道異物の除去	
	・症状・対処方法	12
4	体位の種類	
	・体位の種類・搬送法	14
5	いろいろな応急手当など	
	・出血	16
	・ねんざ・打撲	16
	・骨折	17
	・溺水	18
	・けいれん	19
	・やけど	20
	・熱中症	21
6	けが（事故）の予防	
	・転倒、転落、ぶつかる	22
	・ものがつまる、誤って飲み込む	22
	・溺れる	23
	・その他（やけど、切る、蜂に刺される、などなど）	23
7	ためらわず救急車を呼んでほしい症状	24
8	知っておきたい	
	・救命講習	26
	・応急手当eラーニング	26
	・AEDの設置場所	27
	・患者等搬送事業者について	27
	・119番のかけ方	28
	・消防車も協力して救急活動をしています	29
	・救急画像伝送システムについて	29
	・救急相談センター広島広域都市圏・夜間急病センターなど	30

1

おうきゅう て あて じゅうようせい 応急手当の重要性

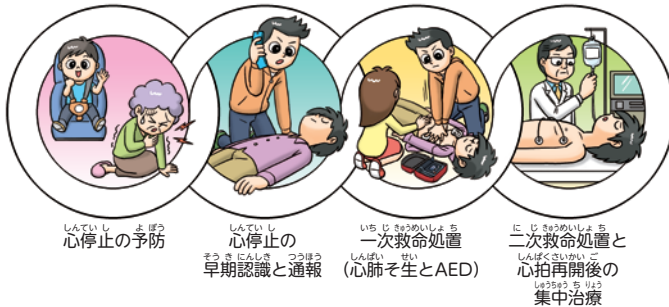
おうきゅう て あて おこな 応急手当を行うと…

しょうびょうしゃ いのち すく ば い あ おうきゅう て あて
傷病者の命を救うためには、その場に居合わせた「あなた」が応急手当
おこな 行うことが、最も重要です。



Holmberg M et al. Effect of bystander cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest patients in Sweden. Resuscitation 47:59-70,2000. より、一部改変して引用

きゅうめい れん さ 救命の連鎖



おうきゅう て あて じっし ほうてきせきにん 応急手当実施による法的責任

みな なか おうきゅう て あて じっし しょうびょうしゃ きゅうめい ば
皆さんの中には、応急手当を実施したものの傷病者を救命できなかった場
あい ほうてき せきにん と しんぱい かつ
合などに、法的な責任を問われるのではないかと心配になる方もおられるか
もしれません。しかしながら、善意で実施した行為については、民法や刑法
きいてい ほうてき せきにん と かんが
の規定から法的な責任を問われることはないと考えられています。

② しんぱい せいぼう 心肺そ生法

1 あんぜん かくにん 安全の確認

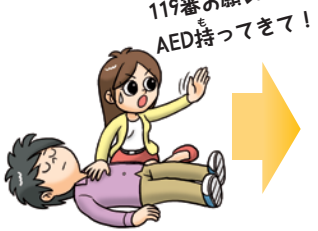


2 はんのう かくにん 反応の確認



はんのう
反応が
なければ

3 たす けをよ 助けを呼ぶ



※判断できない場合、またはわからない場合は助けを呼びます。

※周囲に人がいない場合先に119番通報をします。

9 でんきよく そうちやく 電極パッド装着



使用するパッドの種類
小学生以上は
「小学生～大人用パッド」
未就学児は
「未就学児パッド」

8 でんげん AED電源ON



AED到着

電極パッドの絵のとおり心臓を挟むように
右胸と左脇腹にしっかり貼りましょう!

まずは電源を入れます。



乳幼児の場合は、胸の真中
と背中にパッドを貼ります。

10 しゅうい かくにん 周囲の確認



だれもふ
誰も触れて
いないのを
かくにん
確認したら

119番通報の際に、心肺蘇生が必要な状態であれば、指令係員がその後の対応をお伝えします。

※電話のスピーカー機能を活用することで、やり方を教わりながら心肺蘇生法を行うことができます。

4 呼吸の確認

普段どおりの呼吸がなければ



10秒以内で、胸やお腹が上下に動いているか見ます。

5 胸骨圧迫



- 胸の真ん中を30回
- 約5cm沈むまで
- 100~120回/分のテンポ

※判断できない場合、またはわからない場合は胸骨圧迫を行います。

7 胸骨圧迫+人工呼吸



AED到着まで、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を絶え間なく続けます。

6 人工呼吸

ためらう場合は、省略可能



1秒×2回吹き込みます。

11 電気ショック!



※ショックボタンを押さなくても自動的に電気が流れる機種があります。

12 胸骨圧迫+人工呼吸の繰り返し



電気ショック後は、ただちに心肺蘇生を再開します。

しんぱい せいほう 心肺そ生法

しんがた 新型コロナウイルス流行期

1 あんぜん かくにん 安全の確認



2 はんのう かくにん 反応の確認

だいりょうぶ 大丈夫ですか！



はんのう 反応が
なければ

3 たす けを 呼ぶ 助けを呼ぶ

119番 お願い！
AED 持ってきて！



しょうびょうしゃ 傷病者の顔にあまり近づかないようにする。
※判断できない場合、またはわからない場合は助けを呼びます。

※周囲に人がいない場合先に119番通報をします。

9 しゅうい かくにん 周囲の確認

はな 離れて！



8 でんきよく 電極パッド装着

使用するパッドの種類
小学生以上は
「小学生～大人用パッド」
未就学児は
「未就学児パッド」



だれ 誰も触れていないのを確認したら

電極パッドの絵のとおり心臓を挟むように
右胸と左脇腹にしっかり貼りましょう！

10 でんき 電気ショック！



※ショックボタンを押さなくても自動的に電気が流れる機種があります。

11 きょうこつあつぱく 胸骨圧迫の継続

電気ショック後は、ただちに心肺そ生を再開します。



心肺そ生法実施後には

119番通報の際に、心肺蘇生が必要な状態であれば、指令係員がその後の対応をお伝えします。

※電話のスピーカー機能を活用することで、やり方を教わりながら心肺蘇生法を行うことができます。

4 呼吸の確認

※判断できない場合、またはわからない場合は
⑤感染の対策の後に胸骨圧迫を行います。

傷病者の顔にあまり近づかないようにする。



10秒以内で、胸やお腹が上下に動いているか見ます。

5 感染の対策

普段どおりの呼吸がなければ



ハンカチやタオルなどで傷病者の鼻と口を覆う。
※マスクを着けていればそのまま

7 AED電源ON

AED到着



まずは電源を入れます。

6 胸骨圧迫

AED到着まで、胸骨圧迫を絶え間なく続けます。



- 胸の真ん中
- 約5cm沈むまで(小児以下は1/3沈むくらい押す)
- 100~120回/分のテンポ

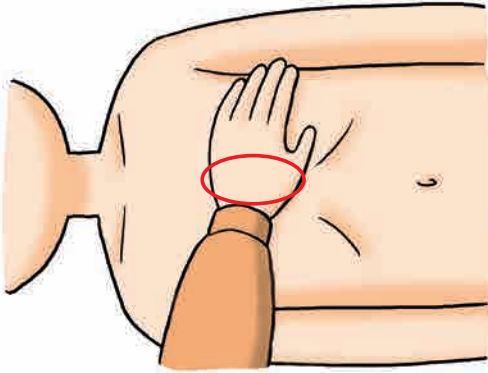
12 流水で手と顔を洗う



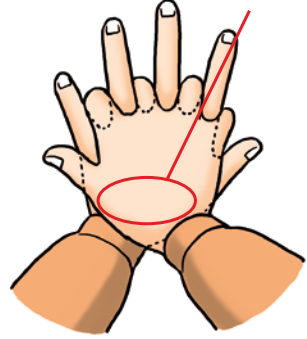
- ・成人には人工呼吸は実施しない。
- ・乳児・小児に対しては、講習などで人工呼吸の技術を身につけていて、人工呼吸を行う意思がある場合には実施してください。

きょうこつあっぱく
胸骨圧迫のポイント

あっぱくいち
圧迫位置



ぶぶん
この部分で
あっぱく
圧迫します。



むね ま なか
胸の真ん中を
ました やく しず
真下に約5cm沈むまで
しっかりお
押しします。

きょうこつあっぱく しせい
胸骨圧迫の姿勢



きょうこつあっぱく
胸骨圧迫

じんこう こきゅう
人工呼吸

30 : 2

じんこう こきゅう しょうやく ばあい
人工呼吸を省略する場合は、
きょうこつあっぱく つづ
胸骨圧迫のみ続けます。

た ま きょうこつあっぱく
絶え間ない胸骨圧迫
じゅうよう
が重要です！



AEDのポイント

AEDとは、**心臓の状態を確認して、必要な時に電気ショック**を行う機器です。



1
AED到着!
電源を入れ、電極パッドを貼ろう!

電極パッドを貼る時に気を付けること。

- 貼る場所が濡れていたら、タオルなどでふきましょう。
- ネックレスなどの貴金属は、電極パッドからなるべく離します。
- 心臓ペースメーカーが植め込まれている時は、皮ふが盛り上がっている部分を避けて貼りましょう。
- 使用するパッドの種類
小学生以上は「小学生～大人用パッド」、未就学児は「未就学児パッド」
※2022年時点では小学生以上は「成人用パッド」、未就学児は「小児用パッド」
と以前の表記のまま設置されている可能性があります。



2
電気ショックが必要です。
充電中です。
ショックを実行してください。
(AEDの音声メッセージ)



4
点滅している
ショックボタンを押します!
(電気ショック)

オートショックAEDについて (2021年8月から販売開始)
この機種の場合、電気ショックが必要なときには、ショックボタンを押さなくても自動的に電気が流れます。電気ショックを行うアナウンスののち速やかに傷病者から離れてください。



電気ショックを行った後、速やかに心肺蘇生を再開します。
また、電気ショックが必要でない場合は、音声メッセージに従って、胸骨圧迫と人工呼吸を繰り返してください。

せいじん ば あい 成人の場合

(さいいじょう
15才以上)

しんぱい せいぼう なが 心肺そ生法の流れ

※判断できない場合、またはわからない場合は助けを呼びます。

① 安全の確認

② 反応の確認

③ 助けを呼ぶ
(119番通報とAEDの依頼)

④ 呼吸の確認

(10秒以内)

呼吸なし

※判断できない場合、またはわからない場合は胸骨圧迫を行います。

普段どおりの呼吸あり

回復体位 (14ページ参照) で、救急隊の到着を待ちます。



⑤ 胸骨圧迫

⑥ 人工呼吸【ためらう場合は、省略可能】

⑦ 胸骨圧迫30回 + 人工呼吸2回の繰り返し



AED到着

⑧ 電源ON

⑨ 電極パッド装着

「心電図の解析」とは、電気ショックが必要な状態かどうかをAED本体が調べることです。

2分ごとに繰り返し

2分ごとに繰り返し

電気ショックが必要

電気ショックは必要なし

⑩ 周囲の確認

⑪ 電気ショック

⑫ 胸骨圧迫 + 人工呼吸の繰り返し

⑫ 胸骨圧迫 + 人工呼吸の繰り返し

救急隊に引き継ぐか、もしくは傷病者が目を開けたり、普段どおりの呼吸が出現するまでは心肺そ生法を続けます。

- 電極パッドについて～成人及び小学生以上の小児に対しては「小学生～大人用パッド」（「成人用パッド」と書かれているものもある）を使用します。
- 電気ショックボタンを押さなくても自動的に電気が流れる機種（オートショックAED）もあります。

しょうに にゅうじ ばあい
小児・乳児の場合 (15才未満)

しんぱい せいほう なが
心肺蘇生法の流れ

※判断できない場合、またはわからない場合は助けを呼びます。

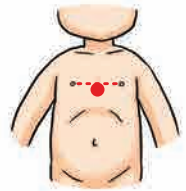
あんぜん かくにん
①安全の確認

はんのう かくにん
②反応の確認

たすけ よ
③助けを呼び
(119番通報とAEDの依頼)

こきゅう かくにん
④呼吸の確認
(10秒以内)

こきゅう
呼吸なし
※判断できない場合、またはわからない場合は胸骨圧迫を行います。



にゅうじ きょうこつあつぱく ぶい
乳児の胸骨圧迫部位



- 2本の指で
- 胸の厚さの1/3
- 沈むくらい
- 100~120回/分のテンポ

- 片手または両手で
- 胸の厚さの1/3
- 100~120回/分のテンポ



こどもへ
小児への胸骨圧迫

ふだん ごとりの こきゅう
普段どおりの呼吸あり

きどうかく ぼ
気道確保して、救急隊
の到着を待ちます。

※乳児への人工呼吸
(口対口鼻人工呼吸)

しょうに にゅうじ ばあい じんこう
小児・乳児の場合は人工呼吸をすることで蘇生率が上がります。

くち はな どうし
口と鼻を同時に
自分の口で覆う



- ⑤ 胸骨圧迫
- ⑥ 人工呼吸※
- ⑦ 胸骨圧迫30回+人工呼吸2回の繰り返し

AED到着
⑧ 電源ON
⑨ 電極パッド装着
小学生以上は「小学生~大人用パッド」
未就学児は「未就学児パッド」

2分ごとに繰り返し

しんでんず かいせき
心電図の解析

2分ごとに繰り返し

でんき びつよう
電気ショックが必要

でんき びつよう
電気ショックは必要なし

- ⑩ 周囲の確認
- ⑪ 電気ショック
- ⑫ 胸骨圧迫+人工呼吸の繰り返し

- ⑫ 胸骨圧迫+人工呼吸の繰り返し

救急隊に引き継ぐか、もしくは傷病者が目を開けたり、普段どおりの呼吸が出現するまでは心肺蘇生法を続けます。

- 電極パッドについて~未就学児 (小学校に上がる前の小児及び乳児) に対しては「未就学児パッド」(「小児用パッド」と書かれているものもある) を使用します。
- AEDの機種によってはキー・スライドスイッチ等で成人用・未就学児用に切り替えるものもあります。
- 電気ショックボタンを押さなくても自動的に電気が流れる機種(オートショックAED) もあります。

成人の場合

(15才以上)

新型コロナウイルス流行期 心肺蘇生法の流れ

※判断できない場合、またはわからない場合は助けを呼びます。

傷病者の顔にあまり近づかないようにする。

胸骨圧迫を開始する前に、ハンカチやタオルなどで傷病者の鼻と口を覆う。

① 安全の確認

② 反応の確認

③ 助けを呼び
(119番通報とAEDの依頼)

④ 呼吸の確認
(10秒以内)

呼吸なし
※判断できない場合、またはわからない場合は胸骨圧迫を行います。

⑤ 胸骨圧迫

AED到着
⑥ 電源ON
⑦ 電極パッド装着

普段どおりの呼吸あり

回復体位(14ページ参照)で、救急隊の到着を待ちます。



「心電図の解析」とは、電気ショックが必要な状態かどうかをAED本体が調べることです。

2分ごとに繰り返し

心電図の解析

2分ごとに繰り返し

電気ショックが必要

電気ショックは必要なし

⑧ 周囲の確認
⑨ 電気ショック
⑩ 胸骨圧迫の継続

⑩ 胸骨圧迫の継続

救急隊に引き継ぐか、もしくは傷病者が目を開けたり、普段どおりの呼吸が出現するまでは心肺蘇生法を続けます。
心肺蘇生法実施後には、すみやかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う。

成人には人工呼吸の技術と意思があっても実施しない。

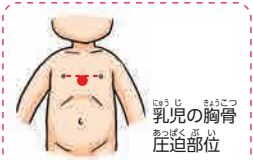
- 電極パッドについて～成人及び小学生以上の小児に対しては「小学生～大人用パッド」(「成人用パッド」と書かれているものもある)を使用します。
- 電気ショックボタンを押さなくても自動的に電気が流れる機種(オートショックAED)もあります。

しょうに にゅうじ ばあい (さいみまん) (15才未満)
小児・乳児の場合

しんがた りゅうこう き
新型コロナウイルス流行期
しんばい せいぼう なが
心肺蘇生法の流れ

はんだん ばあい
※判断できない場合、またはわからない場合は助けを呼びます。

しょうびょうしゃ かお
傷病者の顔にあまり
ちか
近づかないようにする。



- 2本の指で
- 胸の厚さの1/3
- 沈むくらい
- 100~120回/分のテンポ

あんぜん かくにん
①安全の確認

はんのう かくにん
②反応の確認

たすけ よ
③助けを呼び
(119番通報とAEDの依頼)

こきゅう かくにん
④呼吸の確認
(10秒以内)

こきゅう
呼吸なし
はんだん ばあい
※判断できない場合、またはわからない場合は胸骨圧迫を行います。

きょうこつ あぶく
⑤胸骨圧迫

こうしゅう など じんこう こきゅう きりつ み
講習などで人工呼吸の技術を身につけて
じんこう こきゅう おこな いし ばあい
いて、人工呼吸を行う意思がある場合は
お互いのマスク等はずしてP9の⑥へ

とうきく
AED到着
でんげん
⑥電源ON
でんきょく
⑦電極パッド装着
しょうがくせい いじょう しょうがくせい おとなよう
小学生以上は「小学生~大人用パッド」
みじょうがくせい みじょうがくせい
未就学児は「未就学児パッド」

- 片手または両手で
- 胸の厚さの1/3
- 沈むくらい
- 100~120回/分のテンポ



ふん ぐどおりの こきゅう
普段どおりの呼吸あり
き どうかく ばい
気道確保して、救急隊
の到着を待ちます。

きょうこつ あぶく かいし まえ
胸骨圧迫を開始する前に、ハンカチやタオルなどで傷病者の鼻と口を覆う。

しょうに にゅうじ ばあい じんこう
小児・乳児の場合は人工呼吸をすることで蘇生率が上がります。

ふん ぐどおりに くりかえし
2分ごとに繰り返す

しんでんず かいせき
心電図の解析

ふん ぐどおりに くりかえし
2分ごとに繰り返す

でんき しょくがく
電気ショックが必要

でんき しょくがく
電気ショックは必要なし

しゅうい かくにん
⑧周囲の確認
でんき
⑨電気ショック
きょうこつ あぶく けいぞく
⑩胸骨圧迫の継続

きょうこつ あぶく けいぞく
⑩胸骨圧迫の継続

きゅうきゅうたい ひつ しょうびょうしゃ め あ ふん ぐどおりの こきゅう
救急隊に引き継ぐか、もしくは傷病者が目を開けたり、普段どおりの呼吸
が出現するまでは心肺蘇生法を続けます。
しんばい せいぼう なが
心肺蘇生法実施後には、すみやかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う。

- 電極パッドについて~未就学児(小学校に上がる前の小児及び乳児)に対しては「未就学児パッド」(「小児用パッド」と書かれているものもある)を使用します。
- AEDの機種によってはキー・スライドスイッチ等で成人用・未就学児用に切り替えるものもあります。
- 電気ショックボタンを押さなくても自動的に電気が流れる機種(オートショックAED)もあります。11

3

き どう い ぶ つ じ ょ き ょ 気道異物の除去

しょうじょう 症状

- むせる (急に咳き込む)
- 声が出せない
- 顔色や口唇が、蒼白や青紫色 (チアノーゼ) になる
- 手で首を押えて苦しそうなしぐさをする



ちっ息のサイン

たいしょうほうほう 対処方法

ばんつうほう おこな あと
119番通報を行った後に…

せいじん しょうに ばあい 成人・小児の場合

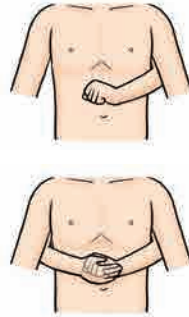
はいぶ こうだほう 1 背部叩打法



こうか
効果が
なければ…



ふくぶつ あげほう 2 腹部突き上げ法



てのつけねで、背中の真ん中
を何度も強く叩きます。

じょうず
上図のように、ウエスト付近に両手を
まわ
回し、すばやく手前上方に向かって圧
ばく
迫します。

※妊婦や乳児には行ってはいけません

いしき
意識があるときは、咳をさせることが、き どう い ぶ つ じ ょ き ょ もっと ゆうこう
気道異物の除去に最も有効です。

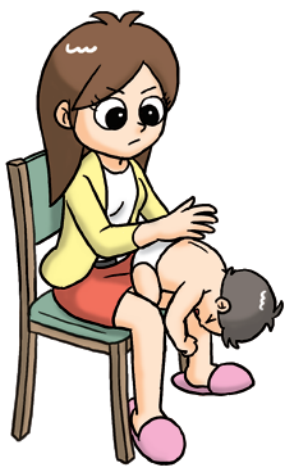


いしき
意識がなくなったら、しんぱい せい
心肺再生！ (2～5ページ参照) さんしょう

にゅうじ ば あい
乳児の場合

はいぶ こうだほう
1 背部叩打法

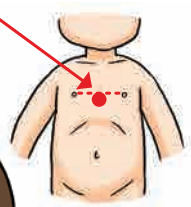
かたうで にゅうじ の ぶ
片腕に乳児をうつ伏せに
せ、手のひらで乳児の顔を
えながら、頭側が低くなる
うにします。
もう片方の手の付け根で、
せなか ま なか つよ なんど たた
背中の中を強く何度も叩
きます。



きょうぶつ あ ほう
2 胸部突き上げ法

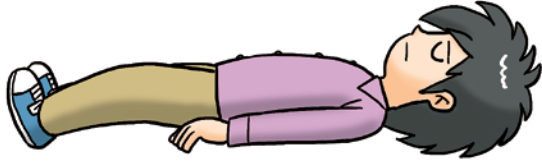
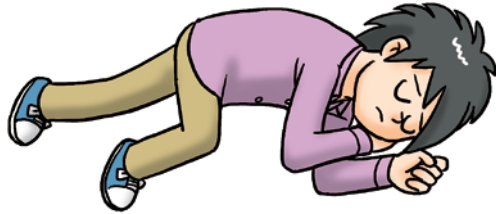
かたうで にゅうじ あおむ の
片腕に乳児を仰向けに
せ、手のひらで乳児の頭を
えながら、頭側が低くなる
うにします。
もう片方の手の指2本で、
むね ま なか すうかいれんぞく つよ
胸の真ん中を数回連続して強
くあっぱく
く圧迫します。
しんぱい せいほう きょうこつあっぱく おな
(心肺そ生法の胸骨圧迫と同
ほうほう
じ方法)

あっぱく い ち
圧迫位置



いしき
意識がなくなったら、心肺そ生！ (2～5ページ参照) さんしゅう

4

たいい しゅるい
体位の種類あおむ
仰向けきほん しせい
基本の姿勢かいふくたいい
回復体位いしき
意識がないときざい
座位むね こきゅう
胸や呼吸が
苦しむとき

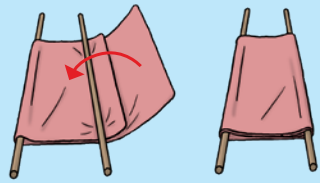
ほんにん きぼう もっと らく しせい あんせい
本人が希望する最も楽な姿勢で、安静
にしてあげることが第一です。



はんそうほう 搬送法

あんぜん ばしょ い どう ほうほう しょうかい
安全な場所に移動させる方法をいくつかご紹介します。

おうきゅうたん か つく かた 応急担架の作り方



ぼう ちゆう ふ ちち おうきゅうたん か
棒と毛布を用いた応急担架



い ふく ちち おうきゅうたん か
衣服を用いた応急担架

はんそうちゆう き <搬送中に気をつけること>

き ほん あしがわ しんこうほうこう
・基本は足側を進行方向とします。

(ただし、階段を上る時は頭側を進行方向とします。)



だいいりょうてき はんそうほう 代表的な搬送方法



めい はんそう ほうほう
1名で搬送する方法



ちゆう ふ ちち はんそうほうほう
毛布を用いた搬送方法

しんさいじ しょうきゅうしや どうちやく
震災時などで、救急車がなかなか到着できないときは、みんなの助け合いが重要です。

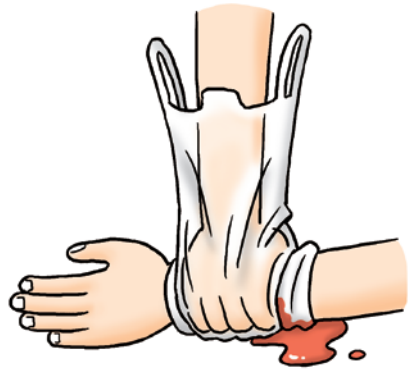


5 いろいろな応急手当など

しゅっけつ たい おうきゅう て あて ちよくせつあっぱく し けつほう
出血に対する応急手当 (直接圧迫止血法)

ビニール袋などを使用した直接圧迫止血法

しゅっけつ
出血しているところをきれいなタオル
などで直接圧迫します。
(多量に出血が続くと生命に危険が
あります。)



ぶくろ りょう
ビニール袋などを利用
し、感染を防ぐことも
大切です。

だぼく たい おうきゅう て あて
ねんざ・打撲に対する応急手当

ひ
冷やすことで「痛みや腫れ
が軽減」できます。



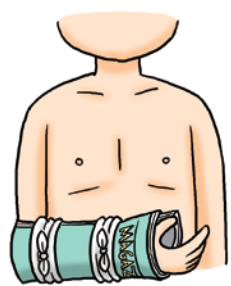
こっせつ たい おうきゅう てあて
骨折に対する応急手当

こっせつ しょうじょう
骨折の症状

- つよ いた 強い痛み
- は へんけい 腫れや変形
- うご 動かすことができない
- ほね と で 骨が飛び出ている

ざっし りよう うで こていほうほう
雑誌を利用した腕の固定方法

へんけい ばあひ じょうたい あんせい
変形している場合は、そのままの状態^{じょうたい}で安静^{あんせい}に保ちます。



りよう
**ダンボールなどを利用した
足の固定方法**

つよ いた は へんけい
強い痛みや腫れがあるときは、骨折^{こっせつ}しているものとして手当て^{てあて}します。



さんかくきん こていほうほう
三角巾での固定方法

さんかくきん うで
三角巾などで腕をつる



こてい いた
固定^{こてい}することで「痛み^{いた}を軽減^{けいげん}」できます。

できすい たい たいおう
溺水に対する対応

かわ うみ できすい
川や海での溺水

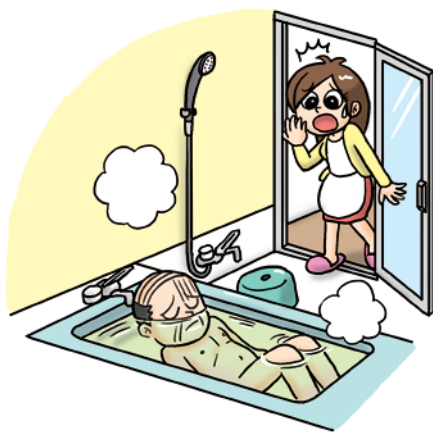
おぼ 溺れている人を見つけたら、
ただちに「119番通報」し、
つかまって浮くことができる
ものがあれば投げ入れます。



たす 助けに入った人が一緒に溺れてしまう事故も多いため、
うわ 浮き輪やロープなどを活用しましょう。

よくそうない できすい
浴槽内での溺水

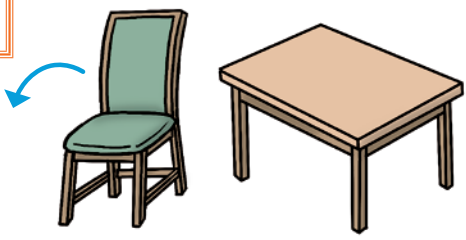
にゅうよくちゅう 入浴中に意識がなくなり、口や鼻が
すいぼつ 水没している人を発見した場合は、
よくそうない 浴槽内のお湯を抜いて、ただちに
119番してください。



よ 呼びかけに反応がなければ、心肺そ生！ (2～5ページ参照)

たい たいおう
けいれんに対する対応

イスからの転倒
にも注意



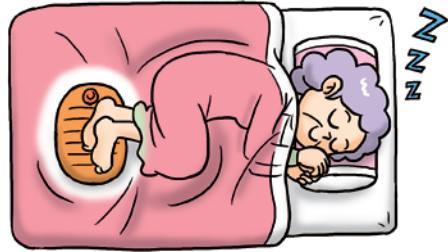
- けいれんしているときは、発作中の転倒などによるけがの予防が大切です。
- 階段などの危険な場所から遠ざけ、周りにイスやテーブルなどがある場合には移動させましょう。

乳幼児は、高熱がある時にけいれんを起すことがあります。
脇の下を冷やしながら、なるべく刺激を与えないようにしましょう。



こんな時は、救急車を呼んでください。
○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



ていおん ちゆうい
低温やけどに注意

ていど しやうじやう 程度と症状

ていど 程度	しやう 症	じやう 状	たい 対	おう 応
あさ 浅い	ひ や	ひ ふ	あか い	ひ やういん びやういん
ちゆう 中くらい	みづ みづ	はげ しい	いた 痛み	みづ ひ あと 水で冷やした後に、ガーゼな どで覆い、水ぶくれがやぶ れないようにして病院に行く。
ふか 深い	ひ ふ	はかた く	しろ へんしよく	すぐ救急車を呼ぶ。

おうきゆう てあて 応急手当

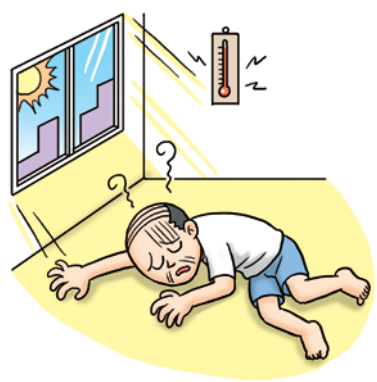
やけどはきれいな水ですぐに
冷やすことが大切です。



れいきやく いた やわ
冷却は痛みを和らげ、それ以上悪化するのを防ぎます。

ねっちゅうしやう 熱中症

えんてんか ちやうじ かんうんどう 炎天下で長時間運動したときだけでなく、クーラーのない暑い部屋の中なかにいるだけでも熱中症ねっちゅうしやうになることがあります。特に乳幼児ちゆういや高齢者ひつやうは注意ちゆういが必要です。



しやうじやう ねっちゅうしやう うたが こんな症状しやうじやうがあったら熱中症ねっちゅうしやうを疑うたがいましょう

けいしやう 軽症



- めまい
- 立ちくらみ
- 筋肉痛
- 汗がとまらない

ちゆうとうしやう 中等症



- 頭痛
- 吐き気
- 体がだるい (倦怠感)
- 虚脱感

じゆうしやう 重症

- 意識がない
- けいれん
- 高い体温である
- 呼びかけに対し返事へんじがおかしい
- まっすぐに歩けない、走れない



おうきやう てあて 応急手当

- 日陰や涼しい場所ばしょに避難ひなんさせます。
- うちわや扇風機せんぷうきで風を送ったり、氷ひようのうなどで、首くび、脇わきの下した、太ももの付け根つけねを冷却れいきやうします。

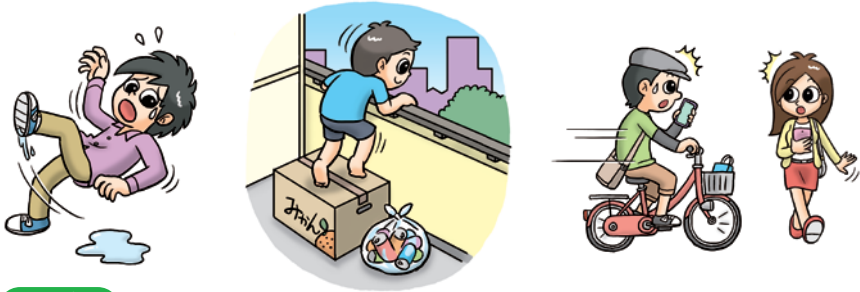


6

けが(事故)の予防

交通事故以外の事故により救急搬送される人の事例から、予防対策について学びましょう。

(1) 転倒、転落、ぶつかる

よぼう
予防

- 雨や雪の日の濡れたタイルやマンホールは滑りやすく危険です。慎重に歩きましょう。
- ベランダには子どもが上がれるような「もの」を置かないようにしましょう。
- スマートフォンなどは安全な場所で操作しましょう。

(2) ものがつまる、誤って飲み込む

よぼう
予防

- モチなどの、のどにつまりやすい食べ物は、あらかじめ小さく切って、食べましょう。
- 子どもの手が届くところに危険な物を置かないようにしましょう。

(3) おぼ溺れる



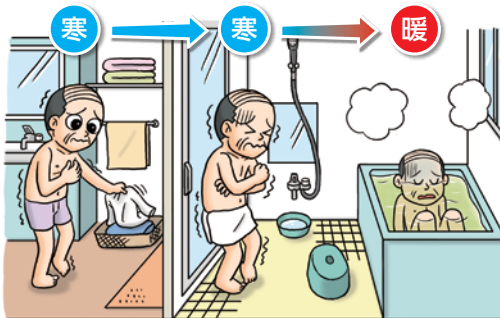
よぼう 予防

- ・入浴中は一人であることが多く、発見が遅れて重症化することが多いため、時々声をかけましょう。
- ・バスタブの水を抜いておくか、風呂場で遊ばせないように、ドアを閉めておきましょう。
- ・子どもが川や池など水場付近で遊ぶときは大人が監視しましょう。(救助のためにとび込まないようにしましょう)

(4) その他(やけど、切る、蜂に刺される、などなど)



「ヒートショック」



血管が縮んで
血圧上昇

血圧がさらに
上昇

血管が広がり
血圧低下
意識を失うことも...

少しの注意で防げるケガ
や事故があります。



7

ためらわず救急車を呼んでほしい症状

大人

こんな症状がみられたら、ためらわずに119番に連絡してください！
重大な病気やけがの可能性あります。

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、うまく話せない
- 視野がかける
- ものが突然二重に見える
- 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ゐ急にふらつく

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

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

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

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)
- 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

- 大量の出血を伴う外傷
- 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

- 食べ物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい
- 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

◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

小児(15歳未満)

こんな症状がみられたら、ためらわずに119番に連絡してください！
重大な病気やけがの可能性がります。

顔

- くちびるの色が紫色で、呼吸が弱い

胸

- 激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しく、顔色が悪い

手足

- 手足が硬直している

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

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り、嘔吐が止まらない
- ウンチに血がまじった

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

8 知っておきたい

救命講習

広島市消防局では、心肺そ生法やAEDの使用法などの実技を中心とした、次の講習を実施しています。

参加を希望される方は**救急教育センター（広島市西消防署内）**へお問い合わせください。☎082-232-1580



区分	講習名	時間	内容
1	普通救命講習	3H	心肺そ生法、AEDの取扱いについての講習
2	上級救命講習	8H	上記に外傷の手当、搬送法などを加えた講習
3	応急手当普及員講習	24H	普通救命講習などの指導ができる認定資格のための講習

eラーニング『いざという時のために!!あなたにもできます。応急手当講座』

広島市消防局では、市民のみなさんが応急手当の方法について、見て学べる、eラーニング『いざという時のために!!あなたにもできます。応急手当講座』をインターネットに開設しています。またDVDの貸出しも行っています。

広島市応急手当講座

検索

心肺そ生法やAEDの使用法など、さまざまな応急手当の方法を学ぶことができますので、ぜひご利用ください。

詳しくは救急教育センターまでお問い合わせください。



☎ 082-232-1580

せっちばしよ AEDの設置場所

たお いしき こきゅう かた たい きゅうきゅうたい どうちやく いて
倒れて意識・呼吸がない方に対しては、救急隊が到着するまでの「一
ぶんいちびょう はや つか おうきゅうてあて しゅうよう ひろしま
分一秒でも早いAEDを使った応急手当」が重要であることから、広島
ししょうぼうきょく では、緊急時にAEDの提供が可能な施設（AED提供協力施
せつ ばしよ せっちばしよ せっちばしよていきょうかのうじかん ひょうじ
設）の場所や、AEDの設置場所・提供可能時間を表示した『AEDマップ』
を、市のホームページで公開しています。

ひろしまし
広島市 AED

けん さく
検索



へいじょうじ ていきょうきょうりょくしせつ ばしよとう かくにん
⇒平常時から「AED提供協力施設」の場所等を確認しておい
てください！
きんきゅうじ かつよう
⇒緊急時には、すぐに「AEDマップ」を活用してください！

【MAPイメージ】



「施設の出入口」などには、
ステッカーを掲示しています！

かんじゃとうはんそうじぎょうしゃ 患者等搬送事業者について

きんきゅう にゅうたいいん つういん ふくししせつ いどうしゅだん
緊急でない入退院や通院、福祉施設の移動手段として、ストレッチャー
や車椅子を積載している患者等搬送事業者をご活用ください。
おうきゅうてあて はんそうほう こうしゅう しゅうりょう じょうむいん じょうしや
応急手当や搬送法などの講習を修了した乗務員が乗車しています。

ひろしまし かんじゃとうはんそうじぎょうしゃ
広島市患者等搬送事業者

けん さく
検索

きゅうきゅうしや どうよう しよち
※救急車と同様の処置はできません。緊急を要する場合には、迷わず
119番通報してください。

119番のかけ方

火事ですか？ 救急ですか？



救急です。

場所は〇〇区〇〇町〇丁目〇番〇号です。

60歳の男性が胸を痛がって苦しんでいます。

私の名前は〇〇〇〇で、電話番号は〇〇〇-〇〇〇〇です。



場所が分からないときは、大きな目印になるもの（〇〇橋、〇〇バス停、〇〇交差点、〇〇駅、〇〇コンビニなど）を伝えるか、近くの人に場所を確認して通報してください。



「119番」は緊急回線ですので、医療機関の案内は行っていません。

（医療機関案内については30ページ）



コチラです！



応急手当をしている人以外にも人手がある場合は、救急車の来そうなところまで案内に出ると到着が早くなります。

救急車を呼んだら、こんな物を用意しておくくと便利です。

● 保険証や診察券

● お金

● 靴

● 普段飲んでいる薬
(おくすり手帳)



● (乳幼児の場合)

● 母子健康手帳

● 紙おむつ

● ほ乳瓶

● タオル



救急車が来たら、次のことを伝えてください。

- * 救急隊が到着するまでの状況
- * 持病、かかりつけの病院
- * 普段飲んでいる薬

しょうぼうしゃ きょうりょく きゅうきゅうかつどう
消防車も協力して救急活動をしています

きゅうきゅうたい かつどう こんなん おも ば あい しょうぼうたい か
救急隊だけでは活動が困難と思われる場合には、消防隊が駆けつけ、
きゅうきゅうたい きょうりょく きゅうきゅうかつどう おこな
救急隊と協力して救急活動を行うことがあります。



しょうぼうしゃ とうさい きゅうきゅうしゃ さき とうちやく ば あい
消防車にもAEDを搭載しています。救急車よりも先に到着した場合は、
しんぱい せいぼう しょう おうきゅうてあて おこな
心臓蘇生法やAEDの使用などの応急手当を行います。

しみん みなさんのきゅうめい あんぜん
市民のみなさんの救命と安全、
じんそく かつどう もくてき しょうぼうたい れんけいかつどう
迅速な活動を目的に消防隊との連携活動
じっし
を実施しております。
り かい きょうりょく ねが
ご理解とご協力をお願いします。



きゅうきゅう が ぞうでんそう
救急画像伝送システムについて

じゅうとく かんじゃ しょうぼう い し せいかく つた しない きゅうめい
重篤な患者さんの情報を医師に正確に伝えるため、市内の救命センターなど
に、救急車内に設置しているカメラで、現場や車内の映像などを伝送すること
があります。



きゅうきゅうたい
救急隊

かんじゃしょうぼう でんたつ
患者情報の伝達

しじ しどう じょげん
指示・指導・助言



いし
医師

きゅうきゅうそうだん ひろしまこういき と しけん や かんきゅうびょう
救急相談センター 広島広域都市圏・夜間急病センターなど

きゅうきゅうそうだん ひろしまこういき と しけん
救急相談センター 広島広域都市圏

#7119

つながらない場合は
082-246-2000

「どの病院に行けばいいの?」「すぐに病院に行ったほうがいいの?」
 「救急車を呼ぶべき?」「応急手当の方法は?」など、迷ったときには
「#7119」へお電話ください。
 看護師などが24時間体制でアドバイスします。

たいおう できない相談
 健康相談

健康相談・セカンドオピニオンに関すること・医薬品情報に関すること など



迷ったときは
#7119

お子さんの受診に迷ったら...

しょうに きゅうきゅう い りょう そうだんでん わ
小児救急医療相談電話

看護師などが、こどもの急病などの救急電話相談を行っています。

受付時間：毎日19:00～翌朝8:00 電話番号：局番なしの**#8000**または**082-555-8870**



ひろしまし い し か い せんだまち や かんきゅうびょう
●広島市医師会 千田町夜間急病センター

診療科目 内科 (15歳以上)、眼科
 整形外科・外科 (けが)

診療時間 土日祝含む毎日
 受付/19:30～22:30
 休診/年末年始

電話番号 082-504-9990
 場所 広島市中区千田町三丁目8-6



あさ い し か い か べ や かんきゅうびょう
●安佐医師会 可部夜間急病センター

診療科目 内科 (15歳以上)
 診療時間 月曜日～土曜日

受付/19:00～22:30
 休診/休祝日、年末年始

電話番号 082-814-9910
 場所 広島市安佐北区可部南二丁目1-38



じ かん にちきゅうきゅうたいおう
<24時間365日救急対応>

せいじん ば あい こうこうせい い じょう
成人の場合 (高校生以上)

医療機関名	診療科目	住 所	電話番号
ひろしまし じんびんいん 広島市民病院	内科	なかく ちとまち 中区基町7-33	082-221-2291

しょうに ば あい ちゅうがくせい
小児の場合 (中学生まで)

医療機関名	診療科目	住 所	電話番号
ふねうし じんびんいん 舟入市民病院	小児科	なかく ちゅういり さいこう 中区舟入 幸町 14-11	082-232-6195

きゅうきゅう い りょう ひろしまけんきゅうきゅう い りょうじょうほう
救急医療NET HIROSHIMA (広島県救急医療情報ネットワーク)

きゅうきゅう い りょう ひろしま
救急医療ネット広島

けんさく
検索

い りょう かん ば あい ちゅうがくせい ひろしまし い がい
 医療機関の場所(地図)や広島市以外の
 救急医療機関情報もご覧いただけます。



この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。