

「救急の日」「救急医療週間」をきっかけに

みんなで

救急医療を

考えましょー



【問い合わせ】 医療福祉政策課

消防本部消防救急課

22・9705 FAX 22・9673
24・9116 FAX 24・9111

◆9月9日は「救急の日」

9月9日を含む1週間は「救急医療週間」です

救急医療と救急業務に対する正しい理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識を高めるため、毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間（今年は9月3日(日)～9日(土)）を「救急医療週間」と定めています。

これらをきっかけに、救急医療や119番通報などの緊急時の対応を考えてみましょう。

◆救急医療の利用は

緊急時のみにしましょう

救急医療体制を維持するには、救急医療を適正にご利用いただくとい

う市民の皆さん一人ひとりの協力が必要です。救急医療は、あくまで緊急事態に備えるため、限られた医療スタッフで診療を行っておりますので、緊急時以外は通常の診療時間内の受診を心がけましょう。

まずは一次救急をご利用ください。一次救急とは、比較的軽症な病気やけがを対象としているもので、地域の診療所や伊賀市応急診療所のことをいいます。

◆電話相談窓口をご利用ください

救急車を呼ぶかどうか迷っている場合は、「伊賀市救急・健康相談ダイヤル24」、「みえ子ども医療ダイヤル」、「医療ネットみえ」などの電話相談窓口を設けていますので、ぜひ利用してください。

伊賀市救急・健康相談ダイヤル 24 ☎ 0120-4199-22

24時間
年中無休

病気やけがなどで救急車を呼ぶか迷っているときの相談をはじめ、心と体のさまざまな相談に応じます。
お受けできる相談は次のとおりです。

医師にかかる前に

受診の目安／受診科目の選択
希望地域などの情報

健康づくり

健康のための栄養・食事
適切な運動／禁煙・禁酒のコツ
ダイエットの悩み



健康管理

健診の内容／健診結果の見方
基準値を外れたときに注意すること
予防接種の種類や接種時期

身体症状・対処

身体症状の不安／症状に応じたケア
薬の種類・飲み方・副作用／緊急時の応急処置

妊娠・出産・育児

妊娠・分娩／妊娠中・出産後の生活
乳幼児の食事（授乳・離乳食など）
育児の悩み（夜泣きなど）



メンタルヘルス

心の悩み（職場の対人関係など）／不眠
ストレスへの対処法／ストレスによる身体症状

家庭内介護

看護・介護の方法
介護サービスの種類・内容
介護施設情報／介護疲れ



みえ子ども医療ダイヤル #8000

毎日
19:30～
翌 8:00

子どもの急な病気や事故、薬に関する
ことについて、医療関係の専門相談員が
相談に応じます。
相談内容の秘密は守られますので、安心

してご相談ください。

※ 18 歳未満の子どもとその家族が対象です。
※ダイヤル式・光電話・IP 電話などでつながらない場
合は、☎ 059-232-9955 へおかけください。

医療ネットみえ (救急医療情報システム) ☎ 24-1199

24 時間
年中無休

救急車を呼ぶほどではないが、けがや
急病でどうしてもすぐに診察を受けたい
場合に、受診可能な医療機関をコールセ
ンターなどで案内しています。

※案内を受けた医療機関には必ず電話をしてから受診
してください。

※受診の必要がなくなった場合は、医療機関にその連
絡をしてください。

※コールセンターに電話がつながりにくい場合は、「医
療ネットみえ」のホームページをご利用ください。

「医療ネットみえ」

<http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>



▶スマートフォン



▶携帯電話

10月1日(日) 午前0時から、電話番号が変更にな
ります。

《新しい電話番号》 ☎ 059-229-1199

提供できるサービス	コ ール セン ター	ス マ ー ト フ ォ ン	パ ソ ン コ ン	携 帯 電 話
受診可能な医療機関の案内	●	●	●	●
近くの医療機関の案内	●	●	●	●
医療機関の設備などの案内	●	●	●	●
助産所の案内	●	●	●	●
予防接種情報の案内	●	●		
AED 設置場所の案内			●	
夜間・休日に営業している薬局の案内			●	

伊賀市応急診療所

休日・夜間に急な病気やけがをしたときの応急診療
を行っています。

※応急診療所は応急処置を行うところです。何日も前
から同じ症状が出ている場合は、必ずかかりつけの
医療機関で診療時間内に受診してください。

【所在地】 上野桑町 1615 番地 (☎ 22-9990)

【診療科目】 内科・小児科

【診療時間】 ※受付は診療終了時間の 30 分前まで

	月～土曜日	日曜日・祝日
午前 9 時～正午	—	○
午後 2 時～5 時	—	○
午後 8 時～11 時	○	○

お薬手帳は

1冊にまとめましょう!



お薬手帳が何冊もあると、飲ん
でいる薬のチェックが難しくな
り、薬の危険な飲み合わせや、同
じ薬を二重に処方してしまう恐れがあります。

▶お薬手帳を 1冊にまとめると…

- 緊急時や、いつもと違う医療機関や薬局に行っ
ても、飲んでいる薬や治療歴がわかる!
- 医療機関・薬局・ケアマネジャー・訪問看護ス
テーション・介護サービス事業者などに飲んで
いる薬を伝えることで、各機関が連携すること
ができる!

～医療機関にかかる場合は、忘れずお持ちください～

- 健康保険証 (75 歳以上の人は後期高齢者医療被
保険者証)
- 健康保険高齢受給者証 (70～74 歳の人のみ)

- 子ども医療費などの福祉医療費
受給者証
- お薬手帳 ○診察代金



緊急時には迷わず 119 番通報を！

普段の生活の中で次のような症状が見られる場合は、ためらわずに救急車を呼んでください。



	大人	小児（15歳未満）
頭	<ul style="list-style-type: none"> ○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ふらつく 	<ul style="list-style-type: none"> ○頭を痛がってけいれんがある ○頭を強くぶつけて出血が止まらない、意識がない、けいれんがある
顔	<ul style="list-style-type: none"> ○顔半分が動きにくい ○口や顔の片方がゆがむ ○ろれつがまわりにくい ○ものが突然二重に見える 	くちびるの色が紫色で、呼吸が弱い
胸や背中	<ul style="list-style-type: none"> ○突然の胸痛 ○急な息切れ、呼吸困難 ○痛む場所が移動する 	激しいせきをしたり、ゼーゼーと苦しそうに呼吸をし、顔色が悪い
腹	<ul style="list-style-type: none"> ○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 	<ul style="list-style-type: none"> ○激しい下痢や嘔吐<small>おうと</small>で水分が取れず、食欲がなく、意識がはっきりしない ○激しい腹痛で苦しがり、嘔吐が止まらない
手足	<ul style="list-style-type: none"> ○突然のしびれ ○突然片方の腕や足に力が入らなくなる 	手足が硬直している
意識障害	返事がない、またはもうろうとしている	
けいれん	けいれんが止まらない、止まっても意識が戻らない	

※このほかにも、いつもと様子が違う場合や緊急時は迷わず 119 番通報をしてください。

～症状の緊急度を素早く判定し、救急車を呼ぶ目安に～

全国版救急受診アプリ「きゅうすけQ助」をご利用ください

消防庁では、救急車を呼ぶべきかどうかの判断を支援するため、全国版救急受診アプリ「Q助」を作成しました。

【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すると、緊急度に応じた必要な対応が表示されます。

その後、119番通報、医療機関の検索などができ

ます。アプリの内容について、詳しくは総務省のホームページをご覧ください。

▶総務省消防庁「Q助」案内サイト



※アプリの利用は無料ですが、通信料は利用者の負担となります。

(対応バージョン：iOS8以降、Android4.4以降)



◆「応急手当講習」を積極的に受講してください



事故や病気などで意識がなくなり、呼吸ができなくなった人や心臓が止まった人には、救急車が到着するまでの間に一刻も早く適切な応急手当をしなければなりません。大切な命を守るため、応急手当の技術を身につけましょう。

消防本部では、応急手当講習を開催しています。受講を希望する人は、消防本部消防救急課（☎24-9116）までお問い合わせください。