

一次救命処置の流れ

1 反応を確認する

周囲の安全を確認してから倒れている人に近づき、肩を叩きながら声をかけましょう。

2 応援を呼ぶ

呼びかけても反応や返事がない場合(判断に迷う場合)は、「人が倒れています！誰か来てください！」と人を呼びましょう。応援が来たら、「119番に通報して」「AEDを持ってきて」と頼みましょう。

その2
もしも誰かが突然倒れたら
誰かが倒れてしまった時には、周りの人と協力しながら助ける必要があります。
勇気をだして、自分にできることをやってみましょう。

救急車を呼ぶには 119番

何をすればよいか分からないとき、判断に困ったときは119番で指示をもらいます。

ゆっくり
落ち着いて！



救急です。会社の前で、人が急に倒れました。呼びかけても反応がありません。伊賀市〇〇町〇番地〇〇ビルの前です。

119番消防署です。火事ですか、救急ですか？

それでは、これから指示するとおりにしてください。



3 呼吸の確認

倒れている人の胸やお腹の動きをみて「呼吸がない」「普段どおりの息をしていない」「呼吸しているかわからない」場合は、胸骨圧迫(心臓マッサージ)を開始します。

4 胸骨圧迫(心臓マッサージ)

胸骨(胸の中央にある硬い骨)の下半分に、両手を組んだ手の付け根を当てて強く押します。



ひじはまっすぐ



目線は肩

強く！
胸が5センチ沈むまで、しっかり体重をかけて押す
速く！
1分間に100～120回のテンポで
休まずに！
倒れている人が動き出すか、救急隊が来るまで続ける

5 AEDを使う

AEDの音声や表示に従い、落ち着いて操作します。AEDを使ったあとは、そのまま胸骨圧迫を続けましょう。



音声を聞きながら使ってみましょう！

◆救急の日のごいごいを開催します
【とき】9月9日(土) 午前11時～午後2時 ※荒天中止
【ところ】プラント伊賀店 駐車場(ゆめが丘1丁目1-1)
救急車の展示・見学、応急手当ミニ講座など
詳しくは市ホームページをご覧ください

9月9日は救急の日 9月3日～9日は救急医療週間

わたしたちに できることを考えよう

【問い合わせ】 〇伊賀消防署管理課 ☎24-9120 FAX 24-9111 ✉kanri-fd@city.iga.lg.jp
〇医療福祉政策課 ☎22-9705 FAX 22-9673 ✉iryoufukushi@city.iga.lg.jp



その1
救急車や救急医療を
適正に利用しましょう

近年、全国的に救急車の出動件数・搬送人員はともに増えており、救急隊が現場に到着する時間も遅くなっています。

また、救急搬送された人の約半数が入院を必要としない軽症者です。救急医療体制を維持するには、救急車や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重要です。

救急医療は、緊急事態に備えるためのものなので、限られた医療スタッフで診療を行っています。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。

救急車を呼ぶか迷う場合や、どの病院に行けばよいか分からない場合などは、下記の電話相談窓口をぜひ利用してみてください。

電話相談窓口をご利用ください

伊賀市救急・健康相談ダイヤル 24 (24時間年中無休)

☎0120-4199-22

病気やケガ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。

【医師にかかる前の相談】 受診の目安、受診科目の選択、希望地域などの情報

【健康に関する相談】 栄養、食事、運動、禁煙・禁酒、ダイエットの悩み、健康診断、予防接種、身体の症状に関すること、薬のこと、緊急時の応急処置、妊娠・出産・育児の悩み、心の悩みや不眠・ストレスへの対処法、家庭内介護のこと・介護疲れなど

医療ネットみえ(救急医療情報センター)

☎059-229-1199

救急車を呼ぶほどではないが、ケガ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。(24時間年中無休)

※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。いざという時のために、スマートフォンに「ブックマーク」登録しておきましょう。



みえ子ども医療ダイヤル

☎#8000

(☎059-232-9955)

月～土曜日：午後7時30分～翌朝8時
日曜日・祝日：午前8時～翌朝8時(24時間)
子どもの急な病気や事故、薬に関するについて、医療関係の専門相談員が電話で相談に応じます。(18歳未満の子どもと家族が対象)