

WEINS ウエインズトヨタ神奈川 Presents

# あんしん救急 知って予防!救急車 知っておきたい救急のこと

令和7年度版



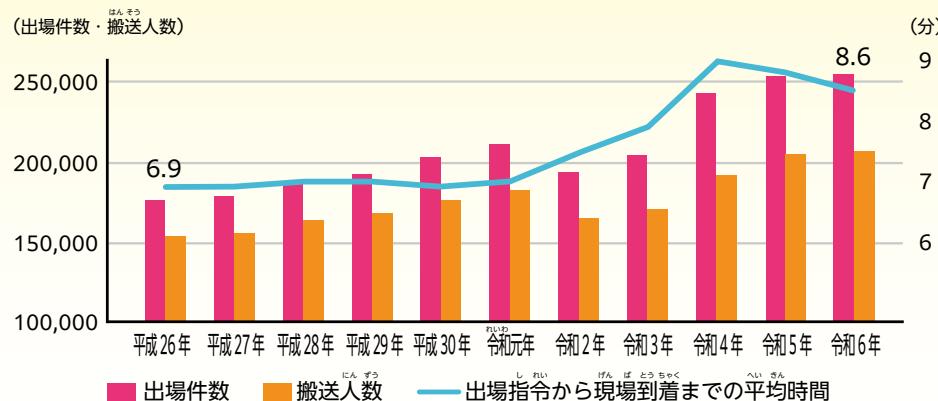
横浜市消防局  
YOKOHAMA FIRE BUREAU

# 正しい通報を知ることで

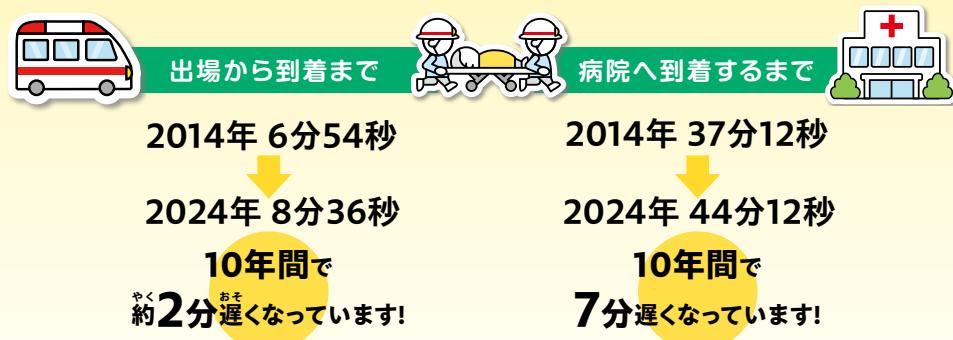


横浜市の救急隊は    隊で、  
年間    件以上の救急要請に対応。

※ 答えは、21 ページへ



# 助かる命があります!!



## 考えてみよう

現場や病院に到着するまでの時間が遅くなっているのはなぜ?

- .....
- .....
- .....

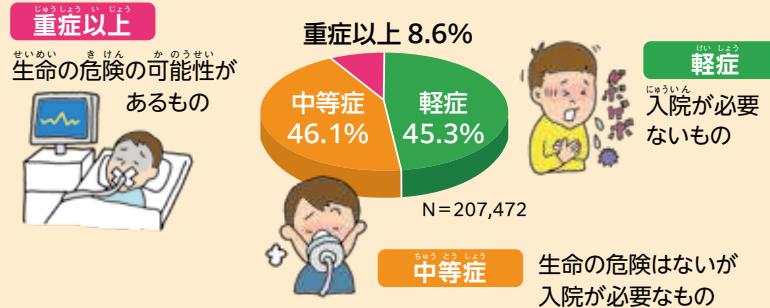
※ 本冊子の令和6年中の数値については速報値となります。

# これってホントに



救急要請は年々増加していますが、救急車で搬送される方の約半分は軽症です。本当に救急車で病院に行く必要があるのか考えてみてください。

〈救急車で搬送された人の傷病程度（令和6年中）〉



119

どの病院に連れて行けばいいかわからないから救急車で!

119

救急車で病院に行けば早くみてくれるのよね！○○病院に連れてって！

119

病院で処方されたお薬がきかない。



# 救急車？

救急隊が困っちゃうよ



119

急いでいないから、サイレンを鳴らさないで来てほしい。

119

ベッドから落ちてしまったので、起きさせてほしい。

119

便秘が続いているおなかが痛い…。

119

治療した歯が痛くて…。



# きゅう きゅう しゃ よ 救急車を呼ぶ前に

こんなときは、どうしたらいいでしょうか？  
考えてみましょう。

はつねつ  
発熱



どうすればいいかな？

.....  
.....  
.....

しつう  
歯痛

ふくつう  
腹痛



どうすればいいかな？

.....  
.....  
.....

ベッドから転落



どうすればいいかな？

.....  
.....  
.....

## 考えてみましょう！

きゅうきゅう たい かぎ し げん きゅう びょう き  
救急隊は限りある資源として、急な病気や大きなケ  
ガで生命に危険を及ぼしもしくは著しく悪化する恐  
れがある人を 医療機関へ緊急に搬送する

やくわり しょうぼう ほう さだ  
ことが役割と消防法で定められています！  
そな こま そう だん さき きん きゅう じ つう  
日ごろの備えや困ったときの相談先、緊急時の通  
報といった、場面に応じた対応を理解して、元気に  
過ごせるよう救急への理解を深めましょう！



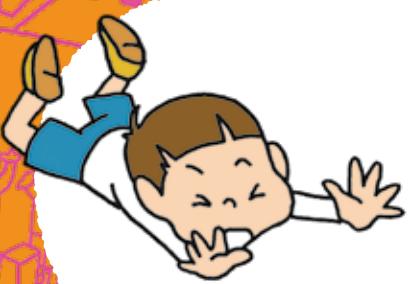
ステップ 1

# 元気なうちにしっかり備え ましょう!

ケガや病気を防ぐためには、どんなことができるでしょう？



転倒・転落



かいだん

# ましょう！

ねっちゅうしょう  
熱中症



かんせんしょう  
感染症



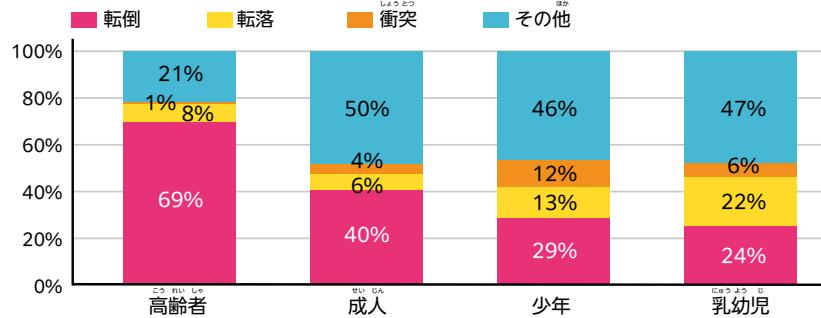
ひころ  
日頃どんなことができるのかを、考えてみましょう！

# 転倒・転落

転倒や転落をきっかけに、救急要請につながる大事故に！



〈世代別のケガの原因(一般負傷の受傷原因)(令和5年中)〉



全世代において、「転倒」「転落」が大きな割合をしめています。

書き出してみよう！

どこで、どんな事故？

.....  
.....  
.....

# 「予防」のしかた



ゆか  
もの  
床に物を置かない



階段はゆっくり降りる



自転車に乗るときは  
ヘルメットをかぶる



おさな  
幼い子どもから目を離さない

## 転ばない体づくりのポイント

### 転倒予防に向けて「ハマトレ」をしましょう！

介護が必要になるきっかけの多くが「骨折・転倒」です。年を取ることで、筋力低下や骨・関節の病気などにより、「立つ、座る、歩く」などの移動能力が低下することがあります。横浜市が開発したトレーニング「ハマトレ」に取り組んで、転ばない体づくりをしましょう！

#### 〈脚の裏側ストレッチ〉

背中を伸ばして前屈。  
左右各4カウント。



#### 〈脚開き〉

左右各4回。



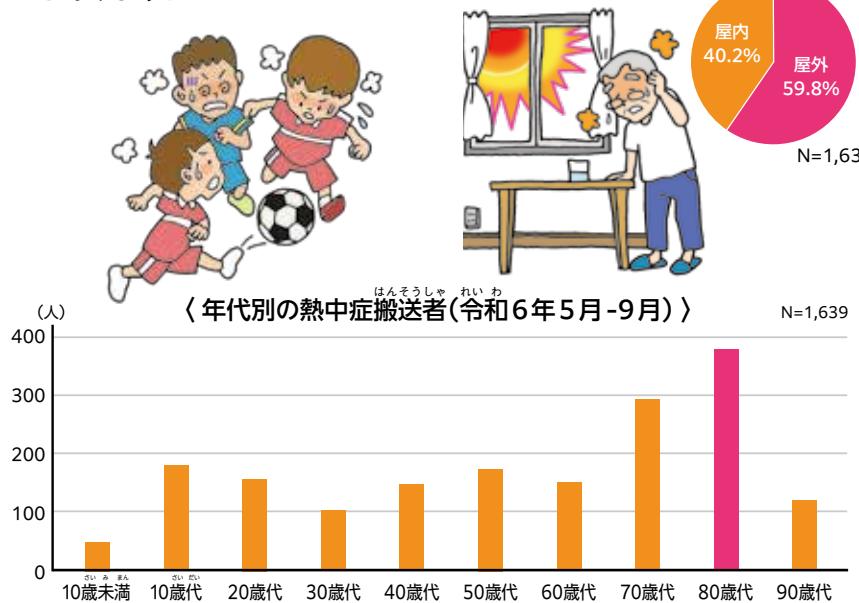
はつらつと元気な歩きを  
手に入れよう！

▶「ハマトレ」  
をもっと知  
りたい方は  
こちら



# 熱中症

熱中症は、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもってしまうことで起こります。屋外だけでなく屋内で何もしていないときでも発症し、場合によっては死亡することもあります。



高齢者は気温の変化を感じにくくなるので、熱中症にかかりやすくなります。

子どもは体温の調整能力が十分に発達していないので気を配る必要があります。

書き出してみよう!

熱中症になりやすいのはどんなとき?

.....

.....

# 「予防」のしかた



水分・塩分補給  
涼しい服装。



外出時には日傘・帽子を着用する。  
保冷剤などで体を冷やすのも有効。



外出時には日陰の利用や  
こまめな休憩をする。



エアコン・扇風機で温度を調節。

## 応急処置のポイント

### 熱中症が疑われる人を見かけたら

エアコンがきいている室内  
や風通しのよい日陰など涼  
しい場所へ避難。



衣類をゆるめ、体を冷やす。  
(首の周り、脇の下、脚の  
付け根など)



経口補水液を補給。

熱中症状況を  
チェック!



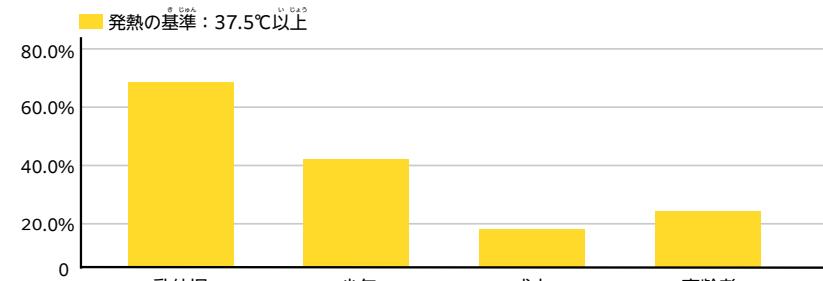
▲横浜市メディカル  
ダッシュボード

# かんせんじょう 感染症

夏はプール熱、手足口病、ヘルパンギーナ、  
冬はインフルエンザなどが流行ります。



〈急病で運ばれた方のうち発熱の症状があった方の世代別割合(令和5年中)〉



急病で救急車で搬送された方で発熱の症状があったのは、乳幼児、少年、高齢者、成人の順。  
乳幼児や少年は、保護者が心配になって救急車を呼ぶこともあります。

書き出してみよう!

感染症になりやすいのはどんなとき?

.....  
.....  
.....

# よぼう 「予防」のしかた

流水で手をぬらした後、  
石けんをつけて、歌いながら手を洗いましょう！

めやすは 20 秒  
約 20 秒の歌  
・キラキラ星  
・どんぐりごろごろ

- 1 手と手を合わせて
- 2 せなかなでなで
- 3 指のあいだもすっきり



- 4 手のひらすっきり
- 5 おやゆびぎゅつ
- 6 手首ごしごし



## 感染症予防のポイント

### 日ごろから心がけて習慣にしよう



感染症状況をチェック!



▲横浜市メディカルダッシュボード

## ステップ 2

こま

# 困ったときはまず相談!

いりょう きかん じゅしん  
近くの医療機関を受診しましょう!

たいちょう わる しょうじょう あつか  
体調が悪いときは、症状が悪化する前に、  
近くの医療機関でお医者さんに相談しましょう。



## かかりつけ医を持とう

「かかりつけ医」は、日常生活における  
健康の相談から病気やケガの受診など、  
健康をサポートする頼もしい存在です!

### Q 自分で選んでいいの?

かかりつけ医は自分で選ぶことができます。日常生活における健康の相談や体調が悪いときにまず相談する。自分が信頼できると思った医師であればかかりつけ医と呼んで構いません。



### Q 選ぶのは1人なの?

かかりつけ医は1人に決める必要はありません。例えば内科のかかりつけ医のほかに眼科にも通院しているという場合には、眼科の医師もかかりつけ医と言えます。

### Q 何科の医師を選べばいいの?

内科医がかかりつけ医と思われがちですが、どの診療科の医師でもかかりつけ医になります。

わたし  
私のかかりつけ医

.....  
.....  
.....  
.....

### ▶医療機関・薬局をカンタン検索!

医療情報ネット(ナビイ)を活用して  
身近な医療機関・かかりつけ医を探してみましょう!



こうつうしうだん  
医療機関に行くときに交通手段がないときは、  
「ユニバーサルデザインタクシー」や  
「民間救急サービス」を活用しましょう。



### 「ユニバーサルデザインタクシー」

広い開口部にスライドステップを備えており、高齢者、ベビーカー利用の親子連れ、妊娠中の方など、誰もが利用しやすい一般のタクシーです。



### 「民間救急サービス」

医療機関などへ患者を搬送したいとき、119番の救急車を要請するほど緊急ではないが、マイカー やタクシーでは心配なときに搬送してくれる民間の救急車です。



救急車を呼んだほうがいいのか?  
今すぐ病院に行ったほうがいいのか?



迷ったら #7119 へ相談

または 045-232-7119、045-523-7119

※ダイヤル回線。IP電話からは045から始まる番号をご利用ください。



看護師のオペレーターが、「緊急性のある症状なのか」や「すぐに医療機関を受診する必要性があるか」などを判断し、受診のタイミングなどをアドバイスします。

また、現在受診可能な医療機関を案内することもできます。

### ステップ 3

# いき きゅうきゅうしゃ こんなときこそ急いで救急車!

突然のこんな症状のときには、  
すぐに119番通報をしてください。



#### 意識障害

意識がない、もううとうとしているなど。



#### 事故

交通事故で大きな衝撃を受けた、高所からの転落など。



#### ケガ・やけど

大量の出血を伴う大きなケガや広範囲なやけど。



#### 飲み込み

ものをのどに詰まらせ呼吸が苦しい。意識がない。



#### けいれんが止まらない

けいれんが止まても意識が戻らない。



#### 突然の頭痛・胸痛

今までに感じたことのないような強い痛みのとき。

►そのほか、いつもと様子が違う、おかしいといった場合。  
こんなときは迷わず119番へ電話してください。

こうせいろうどうじょうじょうづけいじょうひりょうきゅうかんへのかかり方  
厚生労働省「上手な医療機関へのかかり方」



### 救急車の呼び方

119へ発信プルルルル…。

119へ発信プルルルル…。

はい119番消防です。

かし  
火事ですか？ 救急ですか？



救急です。  
(救急車のときは「救急」と伝えます。)



じゅうしょ  
住所を教えてください。



ようきやけがのじょうたい  
病気やケガの状態などについて  
質問に答えます。



あなたの名前を教えてください。  
救急車が向かいます。



救急車が来るまでに用意しておこう  
●マイナンバーカード ●保険証 ●診察券  
●お薬手帳 ●靴など



### 救急のあれやこれ、3分で簡単に学べる！防災eパーク



いつも、どこでも、身近に防災を学ぼう！

よこはま防災  
e-パーク

動画やミニテスト等により身近に防災を学べるウェブサイト





# MEMO



## 救急車の中ってどうなってるの？

よく見かける救急車ですが、その中がどうなっているのか知っていますか？傷病者にとって最善の処置と早期の搬送を目指して、車内にはさまざまな資器材を積載し、3人1組のチームで1台の救急車を運用します。そんな救急車の中を少しだけ紹介します。



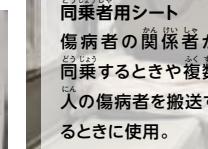
自動体外式除細動器（AED）：使い捨てのパットを使用し、心電図の確認や電気ショックが可能。



ベッドサイドモニター：傷病者の体調の変化などを早急に発見するためには、心電図、呼吸状態、血圧などの生体情報を把握するための機械。



救急バッグ  
処置に必要な資器材を収納し、主に車外で使用。



同乗者用シート  
傷病者の関係者が同乗するときや複数人の傷病者を搬送するときに使用。



防振架台  
走行中の振動を吸収し、ストレッチャーの揺れを軽減。



旭区瀬谷区の  
子育てタクシーのご用命は  
045-301-4783  
三ツ境交通有限会社



民間救急・介護タクシーのことなら  
シンセリティーサービス株式会社  
TEL 045-361-1555 当社WEBは  
こちら ➤

横浜市瀬谷区二ツ橋町198(瀬谷消防署目の前)



丸運トランSPORT東日本



シケマツ

創業1917年

ライフゼム X-1

プレッシャーデマンド形空気呼吸器

エア・ウォーター防災 製

株式会社 重松製作所  
SHIGEMATSU WORKS CO., LTD.  
www.sts-japan.com

本社 〒114-0024  
東京都北区西ケ原1-26-1  
TEL 03(6903)7525(代表)  
横浜営業所 〒220-0072 横浜市西区浅間町  
2-95-3 ハツラツ・ワイスタ1F  
TEL 045(314)0921

動画公開中



AGC 株式会社 AGC 横浜テクニカルセンター

HEBEL HAUS  
ALL for LONGLIFE

地震にも火災にも強い  
ヘーベルハウス

HEBEL HAUSは、災害に強い躯体で、

たくましい住まいづくりを追求しております。



防災対策のアイデアがつまったヘーベルハウスを見に来ませんか？ご予約はコチラから！



旭化成ホームズ株式会社 横浜支店  
TEL 0120-319-521

[受付時間] 10:00~18:00  
[定休日] 火曜・水曜



右の二次元コードを読み取り  
フォームに必要事項を  
ご入力ください。



PARAMEDIC

私たち  
転院搬送を専門とする  
プロフェッショナル部隊です。

最短  
1分  
で  
搬送依頼  
可能

- 自宅送迎
- 施設間搬送(医療機関/施設送迎)
- 酩酊者対応
- 心のケアの必要な方の送迎

深夜も心を込めて応対いたします。

LINE  
登録  
お願いします



24時間  
対応



弊社公式  
WEBサイト

株式会社 パラメディック

0800-100-1228

24時間365日受付中

<その他の業務内容>

- ・転院搬送サービス・医療機関への搬送業務・災害対策
- ・お子様や妊婦さんの搬送業務・救急システム構築
- ・民間救急コンサルタント・各種イベント救護

「救える命を救いたい」

株式会社 パラメディック





# あんしん救急

## 知って予防! 救急車

迅速な救急車の現場到着や病院までの救急搬送を維持していくため、「あんしん救急 - 知って予防! 救急車」のキャッチフレーズのもと、日ごろの備え、困ったときの相談先、緊急時の119番通報といった場面に応じた対応を市民の皆さんに知っていただけるよう必要な情報をお届けしています。この取組を通じて、救急について理解を深めていただき、救急車の適正な利用について考えていただくようお願いします。



もっと知りたい方はこちら  
(あんしん救急ホームページ)



## WEINS ウエインズトヨタ神奈川

ウエインズトヨタ神奈川は県内全域で活動しているトヨタの販売店です。地域で「まちいちばんのお店」を目指して、皆さまのお役に立てるよう取り組んでいます!

ウエインズトヨタ神奈川  
の取組はこちら  
をチェック



広告

横浜市消防局救急部救急企画課 令和7年3月発行

横浜市保土ヶ谷区川辺町2-20

TEL: 045-334-6413 E-mail: sy-kyukyukikaku@city.yokohama.lg.jp