救急車を上手に使いましょう

～救急車　必要なのはどんなとき?～

〈発行のねらい〉

近年、救急車の出動件数・搬送人員数は増加傾向にあり、救急隊の現場までの到着時間も遅くなっています。

また、救急車で搬送された人の約半数が入院を必要としない軽症という現状もあります。

地域の限られた救急車を有効に活用し、緊急性の高い症状の傷病者にできるだけ早く救急車が到着できるようにするため、救急車の適時・適切な利用が必要です。

そこで、この度、皆様に上手に救急車を利用していただくため、「救急車を上手に使いましょう～救急車 必要なのはどんなとき?～」を作成しました。

この中には、救急車を呼んだら用意しておくべきものなど「救急通報のポイント」、重大な病気やけがの可能性がある「ためらわず救急車を呼んでほしい症状」、実際に救急車を呼ぶ場合の「救急車の呼び方」などを載せていますので、救急車を呼ぶべきかどうか判断に困った場合などに、活用していただければと思います。

消防庁 FDMA 住民とともに

https://www.fdma.go.jp/publication/portal/
（ホームページをご参照ください）

（令和７年10月 発行）

救急通報のポイント

救急車を呼ぶときの番号は「119番」です。

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、119番通報を受けた通信指令員等から、適切な応急手当のお願いと、口頭での指導を行う場合があります。

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。
消防署の電話番号は、市役所等のホームページなどで調べることができます。

応急手当をしている人以外にも人手がある場合、救急車の音が近づいてきたら案内に出て誘導すると到着が早くなります。

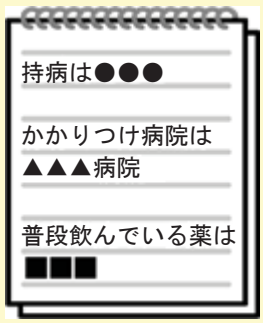
救急車を呼んだら、こんな物を用意しておくと便利です。

- マイナンバーカード
- 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、こんなことを伝えてください。

- 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）



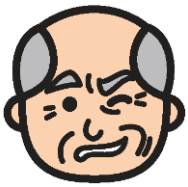
＊持病、かかりつけの病院やクリニックなどは、日頃からメモにまとめておくと便利です。

ためらわず救急車を呼んでほしい症状

突然のこんな症状の時にはすぐ119番!!

高齢者

顔



- 顔半分が動きにくい、しびれる
- 笑うと口や顔の片方がゆがむ
- ろれつがまわりにくい
- 見える範囲が狭くなる
- 周りが二重に見える

頭

- 突然の激しい頭痛
- 突然の高熱
- 急にふらつき、立っていられない

胸や背中

- 突然の激痛
- 急な息切れ、呼吸困難
- 旅行などの後に痛み出した
- 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

おなか

- 突然の激しい腹痛
- 血を吐く

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）

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

吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

飲み込み

- 物をのどにつまらせた

事故

- 交通事故や転落、転倒で強い衝撃を受けた

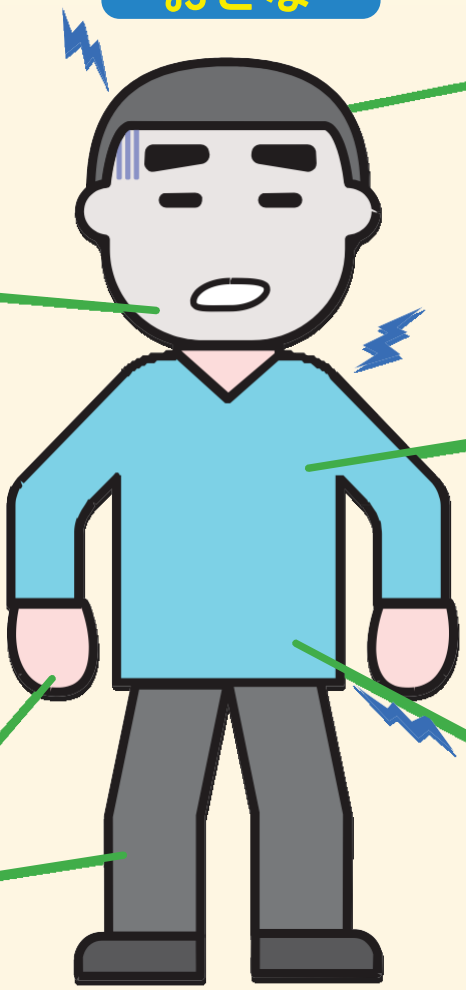
◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合◎
高齢者は自覚症状が出にくい場合もありますので注意しましょう。

迷ったら「かかりつけ医」に相談しましょう!

※ 119番通報などの判断に迷った時は、救急相談窓口（＃7119等）にご相談ください。

重大な病気やけがの可能性があります！

おとな



顔

- 顔半分が動きにくい、または、しびれる
- ニツコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
- ろれつがまわりにくく、うまく話せない
- 見える範囲が狭くなる
- 突然、周りが二重に見える
- 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い急にふらつく

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

おなか

- 突然の激しい腹痛
- 激しい腹痛が持続する
- 血を吐く
- 便に血が混ざる または、真っ黒い便が出る

意識の障害

- 意識がない（返事がない）またはおかしい（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

- 大量の出血を伴うけが
- 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

- 物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

事故

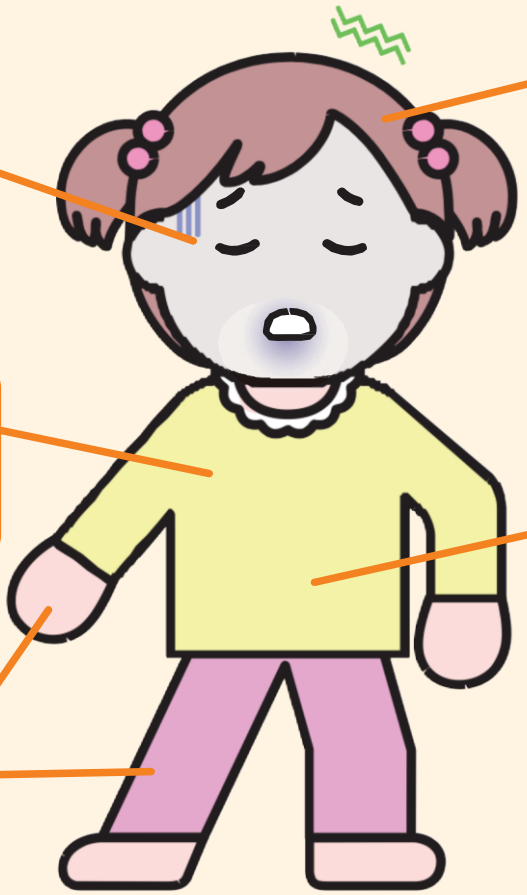
- 交通事故にあった（強い衝撃を受けた）
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた

◎その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

※　119番通報などの判断に迷った時は、救急相談窓口（#7119等）にご相談ください。

こんなときにはすぐに119番!!

こども（15歳以下）



顔
- くちびるの色が紫色
- 顔色が明らかに悪い

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

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
- 激しいおなかの痛みで苦しがる
- 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）またはおかしい（もうろうとしている）

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

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

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

やけど
- 痛みのひどいやけど
- 広範囲のやけど

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

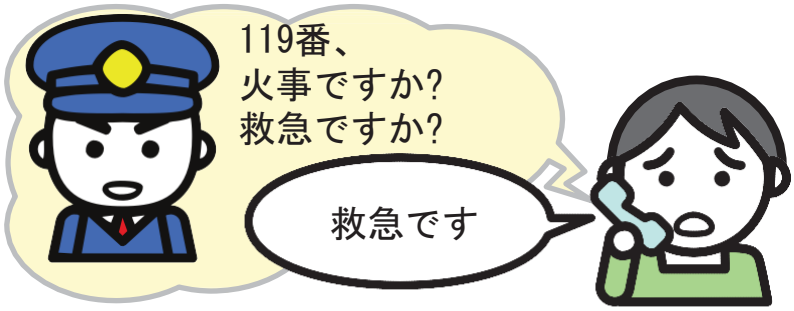
生まれて3カ月未満の乳児
- 乳児の様子がおかしい

◎ その他、お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

※ 判断に迷った時は、電話相談窓口にご相談ください。
子ども医療電話相談（主に休日・夜間）は＃8000 、119番通報の相談は＃7119をご利用いただけます。

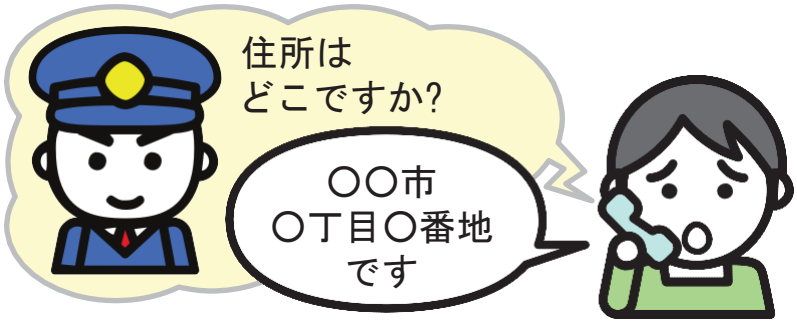
救急車の呼び方

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、すべてお伺いする前でも救急車が出動します。
あわてず、ゆっくりと答えてください。



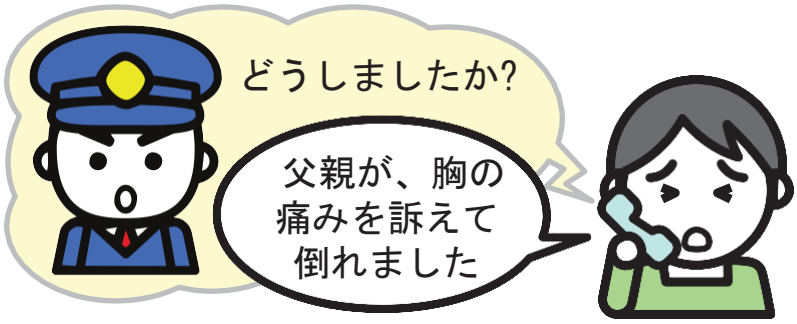
1 救急であることを伝える

119番通報をしたら、まず「救急です」と伝えてください。



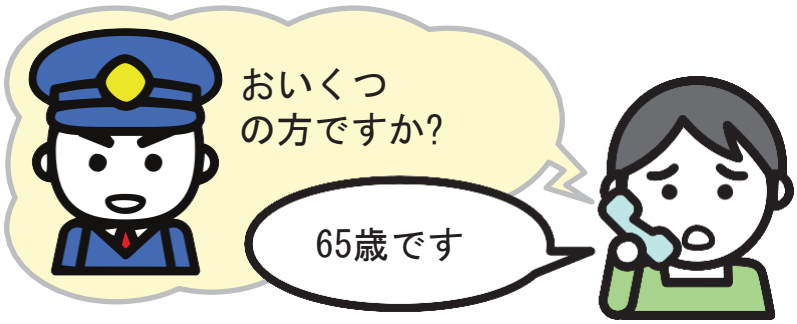
2 救急車に来てほしい住所を伝える

住所は、必ず、市町村名から伝えてください。
住所が分からない時は、近くの大きな建物、交差点など目印になるものを伝えてください。



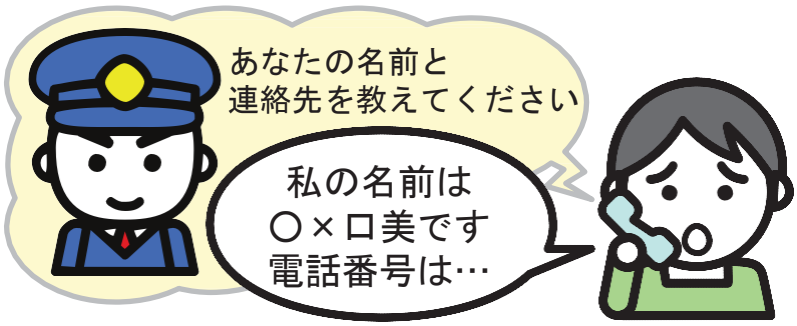
3 具合の悪い方の症状を伝える

最初に、誰が、どのようにして、どうなったと簡潔に伝えてください。
また、分かる範囲で意識、呼吸の有無を伝えてください。



4 具合の悪い方の年齢を伝える

具合の悪い方の年齢を伝えてください。
分からない時は、「60代」のように、おおよそでかまいませんので伝えてください。



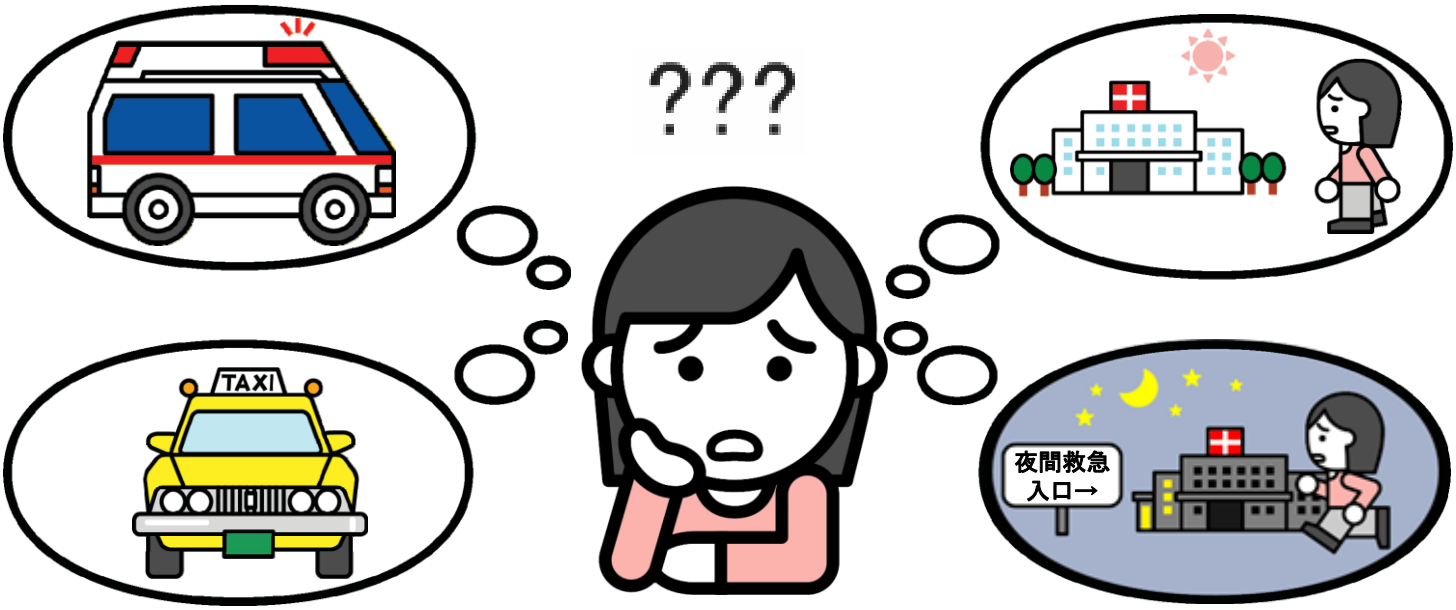
5 あなたのお名前と連絡先を伝える

あなたのお名前と119番通報後も連絡可能な電話番号を伝えてください。場所が不明な時などに、問い合わせることがあります。

※ その他、詳しい状況、持病、かかりつけ病院等について尋ねられることがあります。答えられる範囲で伝えてください。
※ 上記に示したものは一般的な聞き取り内容です。

判断に迷ったときは、救急相談窓口に

急な病気やケガをしたとき、救急車を呼んだほうがいいのか、自分で病院を受診すればいいのか、どこの病院に行けばいいのか迷うことがあります。



そのような時には
お住まいの都道府県や市町村に救急相談窓口がありますのでご相談ください。

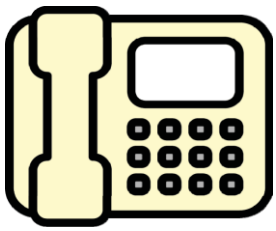
例えば、次のような電話相談窓口があります。（令和７年10月現在）

＃7119　救急安心センター事業

札幌市周辺、青森県、岩手県、宮城県、山形県、福島県、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、新潟県、富山県、福井県、山梨県、長野県、岐阜県、静岡県、名古屋市、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、田辺市周辺、鳥取県、岡山市周辺、広島県、山口県、徳島県、香川県、愛媛県、高知県、福岡県、長崎県、熊本県、大分県、沖縄県

＃8000　子ども医療電話相談事業

※各都道府県に窓口があります。



全国版救急受診アプリ「Q助」

・消防庁が作成した「Q助」は、急な病気やけがをした時に、病院に行くタイミングや救急車が必要なのか判断に迷った場合に、症状を画面上で選ぶだけで、緊急度に応じた対応を支援するアプリです。

・アプリは無料で公開しています。

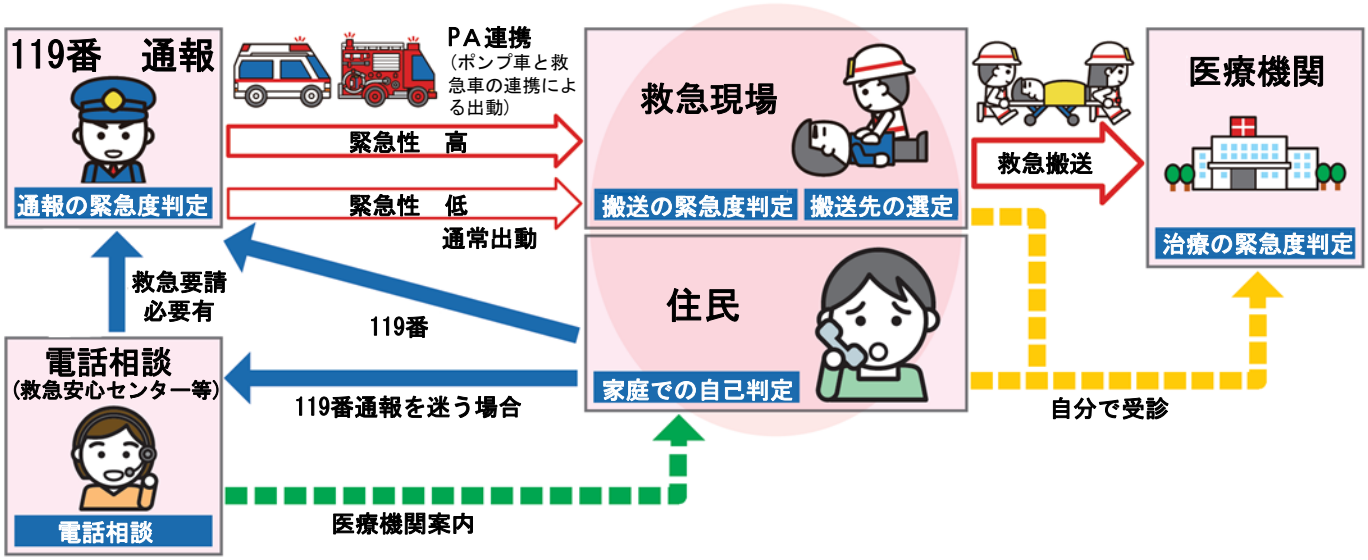
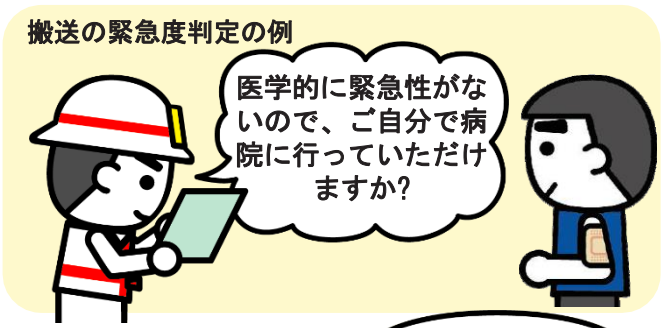
〈大阪大学医学部附属病院の協力を得て作成しています。（特許第 6347901）〉 総務省消防庁「Q助」案内サイト

https://www.fdma.go.jp/mission/enrichment/appropriate/appropriate003.html

救急医療の受診について

症状に緊急性がなくても、「交通手段がない」「どこの病院に行けばよいかわからない」「便利だから」「困っているから」と救急車を呼ぶ人がいます。また、「平日休めない」や「日中は用事がある」、「明日は仕事」などの理由で、救急外来を、夜間や休日に受診する人もいます。
救急車や救急医療は **限りある資源**です。
いざというときの皆さん自身の安心のために、救急医療の受診について考えてみませんか。

こうしたケースで救急車が呼ばれました　～本当に必要か考えてみましょう～

- 蚊に刺されてかゆい
- 海水浴に行って、日焼けした足がヒリヒリする
- 紙で指先を切った。血は止まっているが…
- 病院でもらった薬がなくなった
- 今日入院予定日だから、病院に行きたい
- ヘルパーを呼んだが来てくれなかったので、代わりに救急車を呼んだ
- 病院で長く待つのが面倒なので、救急車を呼んだ

救える命を確実に救うためには、**緊急度に応じた救急医療を提供**することが重要です。