

# 瀬谷区全域マップ



いざという時のために、  
自宅周辺をチェックして  
おきましょう。



## 近所の医療機関 🔍

横浜市 医療機関

検索

瀬谷区役所 福祉保健課 運営企画係  
横浜市瀬谷区二ツ橋町190  
TEL 045-367-5743 FAX 045-365-5718

瀬谷区  
ホームページ

瀬谷区の災害時医療体制 検索

令和5年2月発行

- 《凡例》
- ⚠️ 災害拠点病院<重症>
  - ⚡ 災害時救急病院<中等症>
  - 地域防災拠点(避難所)
  - 🌿 広域避難場所  
(地震による延焼火災から  
一時的に避難する場所)

# 災害時にけがや病気を してしまったら…!

災害時には、**病院・診療所に多くの負傷者が集まり、混乱することが**  
予想されます。次のポイントにご協力をお願いします。

**ポイント1** 軽いけがは自分や周りの人で手当てをしましょう

**ポイント2** 自分や周りの人で手当てができないときは、緊急度・重症度に応じて「のぼり旗」を掲出している医療機関へ行きましょう

※災害時に診療可能な病院・診療所は【診療中】、  
薬局では【開局中】ののぼり旗を掲げます。

**ポイント3** 救急車が不足するので、病院への搬送は  
助け合いましょう



## 軽いけが

皆さんの**自助・共助**による応急手当を  
お願いします。



## 軽症のとき

命の危険がなく、入院を要しない

○切り傷 ○打撲など

歩行できる

➡️ お近くの診療所へ



## 中等症のとき

命の危険はないが、入院を要する

○出血の多いけがなど

歩行できない

➡️ 災害時救急病院へ



- ・瀬谷ふたつ橋病院
- ・堀病院(産科・小児科)
- ・三ツ境病院
- ・横浜相原病院(精神科)
- ・横浜甕生病院

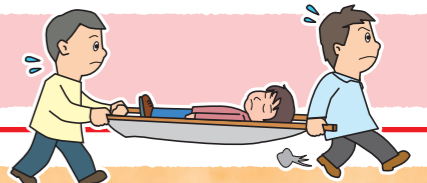
## 重症のとき

命に危険がある

○意識がない ○呼吸の確認ができないなど

歩行できない

➡️ 災害拠点病院へ



- ・聖マリアンナ医科大学  
横浜市西部病院

# 災害の備え

準備した  
ものをチェック  
しよう!

- 日頃から近隣の医療機関を確認しておく
- ハザードマップで自宅と避難(場)所、経路、方法を確認しておく
- 隣近所の人と顔の見える関係をつくっておく
- 家族との連絡方法を決めておく
- 家具の転倒防止策、安全な家具、感震ブレーカー等の設置

**備蓄品の点検** 備蓄する量の目安は**最低3日分(できれば1週間分)**です。

- 飲料水(1人1日あたり3L)
- 食料品  
クラッカーなど調理せずに食べられるもの、缶詰(缶切りが不要なもの)
- トイレパック(1人1日あたり5回分)

備える

**非常用持出品の点検**

- 懐中電灯・ランタン  携帯ラジオ
- 貴重品(現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証など)
- マスクや体温計、手指消毒用アルコール、歯ブラシ等の衛生物品
- その他

紙皿、紙コップ、ビニール袋、救急医薬品、常用薬、充電器、予備電池、ウェットティッシュ、生理用品、タオル、軍手、食品用ラップ など



乳幼児

ミルク(液体)、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、おしりふき、着替え、ベビー毛布、おんぶひも、おもちゃ など



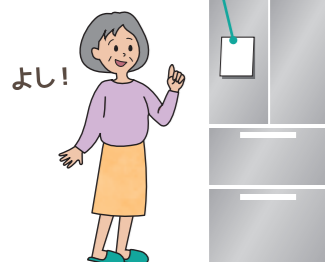
要介護者

着替え、おむつ、障害者手帳、補助具等の予備 など

## 持病や障害のある方

緊急連絡先など

- 緊急連絡先、医療機関等の情報を更新し、冷蔵庫、固定電話、玄関などに置いておく
- 処方薬は1週間程度の予備を置いておく
- 処方薬の正確な情報(お薬手帳等)を携帯する
- 医療機器をご使用の方は、バッテリー等の予備と交換方法を確認しておく



# 応急手当

## ●出血時の「直接圧迫止血法」

血液等による感染防止のためビニール手袋などを着用し、傷口を清潔なガーゼ等で直接強く押さえ、しばらく圧迫する。



## ●捻挫時の足首の固定法

- ①細長くたたんだ三角巾の中央を足の裏に当て、両端を足首の後ろで交差する。
- ②甲側に回し足首の前で交差させ、両端を①で交差した三角巾の内側に通す。
- ③両端をしっかり引き足首の前で結ぶ。



※三角巾はタオル・ネクタイ等で代用可

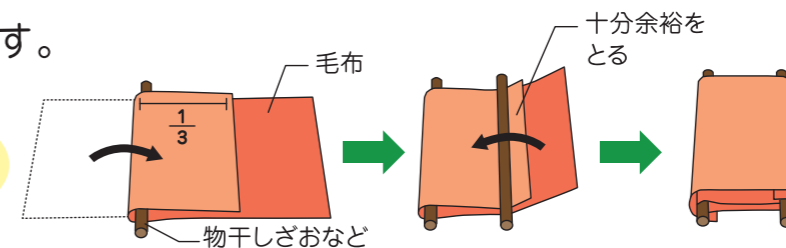
## 病院への搬送にご協力を!

災害時は、救急車がすぐに来るとは限りません。自家用車の相乗りや担架・リヤカーなどを活用し、病院へ行くための助け合いにご協力をお願いします。

傷病者の前後を抱えて搬送する方法



応急担架の作り方



## 医療救護隊とYナース

災害時には、医師、薬剤師、看護師らが「医療救護隊」を編成し、区内の避難所で巡回診療を行います。

「医療救護隊」として活動する看護職「Yナース(横浜市災害支援ナース)」を募集しています。登録申込・お問合せについては、区福祉保健センター福祉保健課へお願いします。

横浜市 Yナース

検索

