

保健だより9月

鹿嶋市立大野中学校
保健室
令和8年9月1日

総務省消防庁が発表した「令和7年版 救急・救助の現況」によると、119番通報から救急車が現場に到着するまでの全国平均時間は約9.8分でした。

救急車が到着するまでの時間では、その場にいる人ができることをすることが重要です。いざというときに行動できるように確認してみましょう。

倒れている人がいたら、どうする？

①周囲の安全を確認してから近づき意識を確認
(両肩をたたきながら、大声で呼びかける)

②周囲の人に助けを呼びかけ、119番通報とAEDの手配を頼む

意識がない！

③胸と腹部の動きから、呼吸の有無を確認

呼吸がある

呼吸がない！またはわからない

④胸骨圧迫
胸の中央に両手を重ねて置き、1分間に100回のペースで、肘を伸ばして5センチ押し込み、必ず元に戻す。

⑤人工呼吸(省略可能)
気道確保して胸骨圧迫と人工呼吸を30:2で行う。

⑥AEDを使用
AEDが到着したら電源を入れ(ふたを開けると自動で電源が入るものもある)音声ガイドに従います。ショックボタンを押すときは患者から離れてください。

気道確保
普段どおりの呼吸があるときや、人工呼吸をするときは、気道確保を行う。

救急隊に引き継ぐまで④～⑥をくり返す

119

バイスタンダーとして、できることは？

バイスタンダー(bystander)は、英語では「傍観者」という意味ですが、救急現場では傷病者の命をつなぐ行動をとる人として重要視されています。そして、中高生でもできることがあります。勇気があることですが、あなたの行動で、傷病者の命を救い、社会復帰の可能性を高めることができます。

できることを確認しよう



- ・意識の確認
- ・呼吸の確認
- ・AEDをもってくる
- ・119番通報する
- ・胸骨圧迫、AEDの準備
- ・救急車、救急隊員の案内 など

**もし忘れても大丈夫！
手順や対応は119で指示してもらえる！**

AEDが必要な、胸骨圧迫の手順など、わからない、どうしたらいいか判断できないときも大丈夫。119番通報で対応を指示してもらえます。状況をスマホのカメラで知らせるLIVE119を使用している地域もあります。

Live119

9月9日は
救急の日

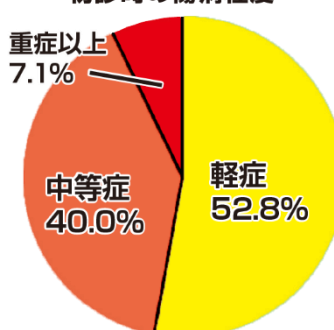
軽症のときは#7119にかけよう！



東京消防庁管内における令和6年中の救急出動件数は約93万件で、救急車で搬送された人のうち、入院を必要としない「軽症」と診断された方は50%以上を占めていました。

119番通報をすると、対応可能な最も近くの救急車が出動します。しかし、要請が増えると、遠くの消防署からの出動になったり、救急車が現場に到着するまでに時間がかかったりすることが起こります。

初診時の傷病程度



グラフ出典：東京消防庁

救急車を呼ぶべき？ 生命の危機が迫っている人へ、一刻も早く救急車が到着できるように、知っておきましょう。



どこの病院(何科)を受診したらいいのかわからない、いまの症状(けが)で救急車が必要か判断できないなど、119番通報すべきか迷ったら#7119にかけてみましょう。24時間受け付けていて、緊急性がある場合は救急車を呼ぶこともできます。

救急車を要請した理由には、世論調査の結果「交通手段がなかった」「どこの病院に行けばいいかわからなかった」など緊急性のない理由も見受けられました。



15歳未満は#8000です！