

こんな時…どうしよう？

うっん
頭が痛い！



うっっ！
転んで腰が！



あう！
急にお腹が！



病院？ 救急車？ 迷ったら…

#7119

こちらからもつながります 23区 03-3212-2323 多摩地区 042-521-2323

電話でも！

に#7119
電話！



電話で相談

東京消防庁救急相談センター

医師、看護師、救急隊経験者等の職員が対応しています。



24時間受付・年中無休

＜主なサービス＞

- 症状に基づく緊急性の有無のアドバイス
- 受診の必要性に関するアドバイス
- 医療機関案内

救急相談として | 健康相談 / 医薬品に関すること / 受けられない内容 | セカンドオピニオンに関すること

ネットでも！



簡単！
サクサク

ネットでガイド

東京版 救急受診ガイド

病気やけがをした際に自ら緊急性の判断ができます。



スマートフォン用



症状を選択し
ガイドに従う

相談結果が
表示される

冊子版は消防署にありますので、ご利用ください。

知ろう 使おう #7119

作者 古川 康平さん
府中市在勤

激しい頭痛や呼吸困難などの症状がみられたら、ためらわず119番を！

東京消防庁

東京都医師会 東京都福祉保健局

東京消防

検索



<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp>



リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

12120-40705

倒れている人を見たら…

1 声をかける! & 助けを求める!

肩を軽くたたきながら声をかけます。

119番通報とAED搬送を大声で周りの人に依頼します。



※意識・呼吸の確認時
感染症流行時は顔を近づけすぎないようにしましょう。

あなたにも
救える命が
あります!

知っていますか? 応急手当

2 呼吸を確認!

胸と腹部の動きを10秒以内で見ます。

普段どおりの呼吸がない、判断に迷う場合は胸骨圧迫を!



3 胸骨圧迫!

胸の真ん中を、強く、早く、絶え間なく押します。

※胸骨圧迫を開始する前に、倒れている人の口と鼻に、ハンカチやタオル等があればかぶせましょう。

大人の場合
人工呼吸を行わず胸骨圧迫を続けます。

子供の場合
胸骨圧迫30回
人工呼吸 2回
※ためらう時は胸骨圧迫のみ続けます。



4 AEDを使う!

AEDが到着したら電源を入れ、案内に従い操作します。



病院へ行く?救急車を呼ぶ?迷ったら…

#7119

まず行動 救える命 あなたから

令和4年度東京消防庁救急標語 作者:岡本 純一さん(府中市在勤)

23区 03-3212-2323

多摩地区 042-521-2323

東京消防庁

東京消防

検索

<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp>



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
12130-040706