



身につけよう



救急処置の方法
60ページ



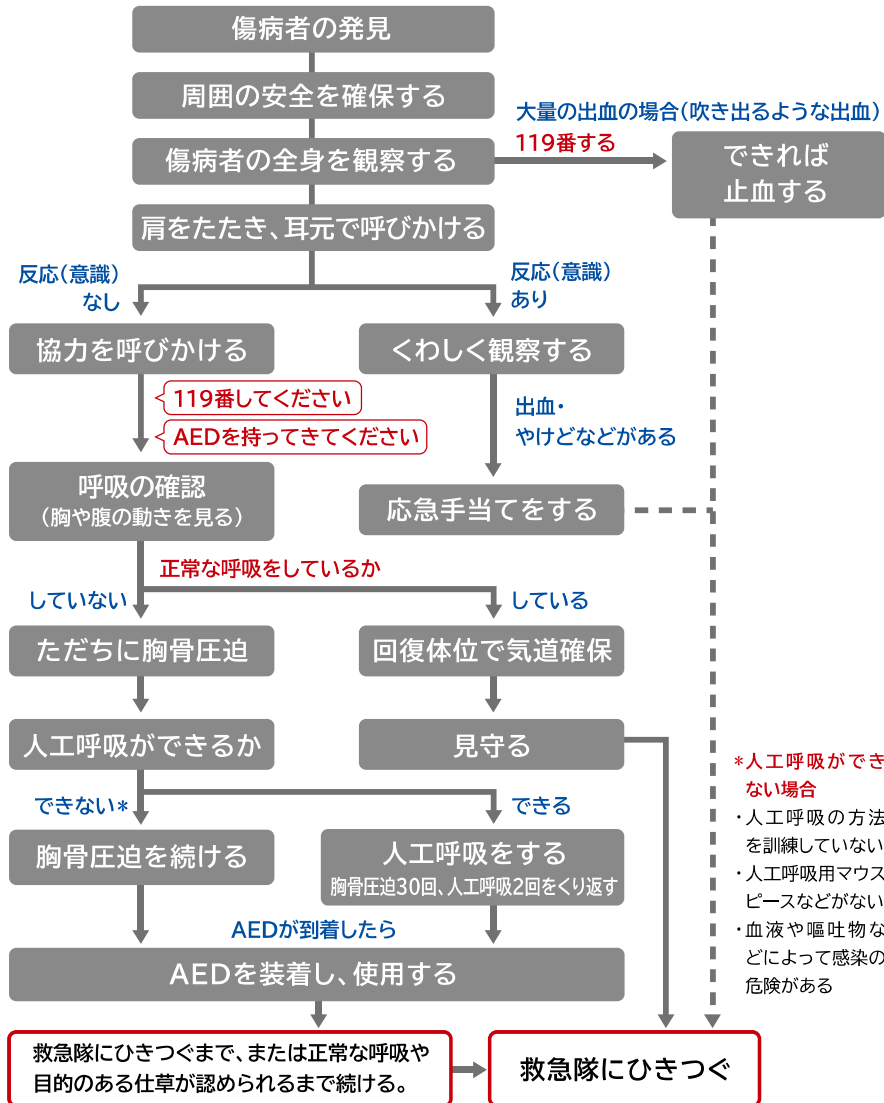
初期消火の方法
66ページ



1 救急処置の方法



1 救急処置の手順



2 応急手当

意識があり、大量の出血がない場合は、応急手当をします。ただし、傷口や血液には直接触れないよう、手袋のようにビニール袋などはめて使用するとよいでしょう。

出血

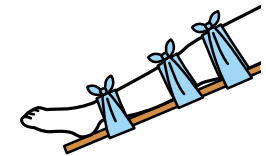
- 清潔なタオルやガーゼを傷口にあて、その上から手で圧迫する。
- 傷口はできるだけ心臓より高くしておく。

※他にも、止血帯法や関節圧迫止血法などの方法もありますが、専門知識が必要です。



骨折

- 折れた部分に添え木をし、折れた骨の両側の関節を含めて固定する。
- 添え木がなければ、板、傘、杖などで代用する。



やけど

- できるだけ早く、患部を流水で冷やす。
- 刺激が強い場合は、洗面器などに水をためて患部を冷やす。
- 衣類は脱がさず、その上から冷やす。
- 広範囲にやけどをした場合は、ホースで水をかけるなど、できるだけ早く冷やす。ただし、気温が低い場合や乳児の場合は、冷やしすぎにより低体温症になることがあるので十分注意する。



回復体位

下あごを軽く前に出すことで傷病者の気道を確保し、ひざで身体を安定させる体勢です。口元を床面に向け、嘔吐した物がのどに詰まることを防ぎます。



3 心肺蘇生

傷病者の胸や腹の動きを見るなどして、呼吸が確認できなければ、心肺蘇生を開始します。

胸骨圧迫

心臓が停止して血液を送り出せない場合には、ポンプの役割を代行します。周りの人と交替しながら、途切れないように行いましょう。

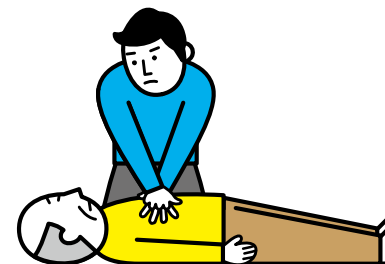
1 堅い床面に仰向けに寝かせる

2 胸の真ん中に手を置く

胸の真ん中にある胸骨の上に手を置き、両手を重ねて、手のひらの付け根部分に力を入れます。

3 体重をかけて強く垂直に押し下げる

両肘を伸ばし、5cm程度沈むように強く、1分に100~120回の速さで、くり返し圧迫します。



人工呼吸

呼吸が停止または弱くなっている人の口から肺へ空気を送り込み、呼吸を回復させます。

1 気道を確保する

下あごを引き上げるように頭部を後方に傾げる。

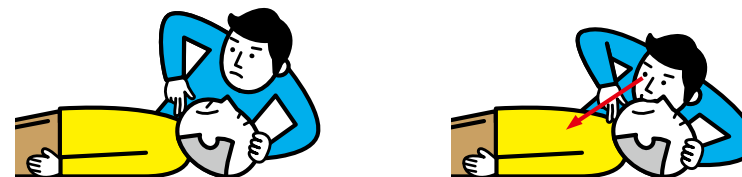
2 息を吹き込む

約1秒かけて傷病者の口から息を吹き込む。

3 胸の上がりを確認し、再び息を吹き込む

いったん口を離し、胸がふくらんでいれば、もう1度息を吹き込む。

※人工呼吸用マウスピースがない場合や、ためらいがある場合は、人工呼吸は行わず、胸骨圧迫のみをくり返します。



胸骨圧迫と人工呼吸を組み合わせる場合は

●「胸骨圧迫30回、人工呼吸2回」をくり返します。

AED(自動体外式除細動器)の使い方

心臓に電気ショックを与え正常なリズムに戻す医療機器です。AEDには心電図自動解析装置が内蔵され、音声などで指示を出してくれるので、それに従って実施します。

1 電源を入れる

ふたを開けると自動的に電源が入る機種もあります。

2 電極パッドを胸に貼る

電極パッドに描かれた絵のとおり、皮ふにしっかりと貼ります。汗などで身体が濡れていたら拭いてから貼りましょう。

3 AEDの心電図解析結果を待つ

AEDが心電図解析を行い、電気ショックの必要性を判断します。解析中は傷病者に触れないでください。



4 <実施する場合>ショックボタンを押す

傷病者から離れ、誰も触れていないことを確認してから、ショックボタンを押します。

5 AEDの指示に従う

以降はAEDが指示するとおりに実施します。

※AEDの設置場所は区のホームページから確認できます。

傷病者が動く、うめくなど、なんらかの応答がある場合は

- 心肺蘇生を中止し、体を横に向けて回復体位にします。

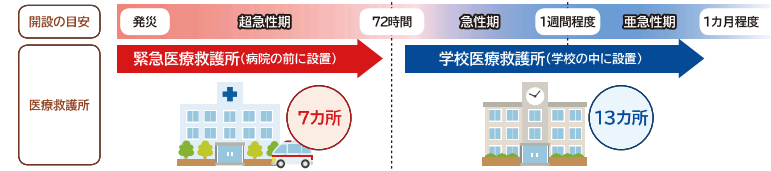
電気ショックの必要がないと判断された場合は

- AEDによる心電図解析の結果、傷病者に電気ショックを与えても効果が見込めない状態の場合は、必要なしと判断されます。
- その場合には、電気ショックは行わず、胸骨圧迫を行います。

医療救護体制

品川区では、災害発生時に医療関係機関と協力して、緊急医療救護所と学校医療救護所を設置し、負傷者などへの対応を行います。

※大規模災害発生時には、診療所などの医療従事者は緊急医療救護所などで救護活動に当たるため、多くの診療所などが休診となります。



緊急医療救護所(7カ所)

傷病者が殺到する病院の医療機能を確保するため、区内7カ所の病院前に緊急医療救護所を設置し、医療関係機関の協力を得て、傷病者のトリアージ[※]と軽症者の応急処置を行います。

※トリアージとは、多数の傷病者が発生した場合に、傷病の緊急度や重症度に応じて、治療の優先度を定めることです。

病院名(所在地)	
第三北品川病院(北品川3-3-7)	昭和大学病院(旗の台1-5-8)
品川リハビリテーション病院(北品川5-2-1)	旗の台病院(旗の台5-17-16)
NTT東日本関東病院(東五反田5-9-22)	昭和大学病院附属東病院(西中延2-14-19)
東京品川病院(東大井6-3-22)	

学校医療救護所(13カ所)

学校医療救護所は、地域医療が回復するまでの間、傷病者の治療や被災者の健康管理を行います。 ※設置は学校などの被災状況を勘案して行います。

学校名等(所在地)	
品川学園(北品川3-9-30)	後地小学校(小山2-4-6)
城南小学校(南品川2-8-21)	第二延山小学校(旗の台1-6-1)
第一日野小学校(西五反田6-5-32)	京陽小学校(平塚2-19-20)
三木小学校(西品川3-16-28)	源氏前小学校(中延6-2-18)
浜川中学校(東大井3-18-34)	豊葉の杜学園(二葉1-3-40)
山中小学校(大井3-7-19)	八潮学園(八潮5-11-2)
ウェルカムセンター原(西大井2-5-21)	

2 初期消火の方法



小さな炎のうちに消火できれば、被害を最小限にとどめられます。消火器を設置し、使い方を覚えておくことが大切です。また、万が一に備えて、その他の方法も知っておきましょう。

基本

- 「火事だ!」と大声で周りに知らせる。
- 119番へ通報し、出火場所・様子などを伝える。
- 危険を感じたら避難する。



消火器の使い方

初期消火の基本は消火器です。消火器の正しい使い方を知っておきましょう。

1 安全ピンを引き抜く

火災の起きている場所の近くまで消火器を持って行き、消火器を置きます。消火器の上部にある安全ピンを引き抜きます。

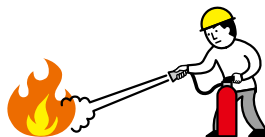


2 ホースをはずし、火元に向ける

ホースをはずし、先端を持って火元へ向けます。

3 レバーを強く握って噴射する

レバーを強く握り、吹き出し口から薬剤を噴射します。姿勢を低くして、炎の元を狙うように吹きかけましょう。



4 消火を確認する

一度消えたと思っても、再燃、再発火する場合があります。消えたことをしっかり確認しましょう。

消火器のあっせんは87ページへ

油なべ

- 高温の油が飛び散り、危険なため、水はかけない。
- 消火器やエアゾール式簡易消火器を使用して消火する。
- 消火後はふたをして、ガスの元栓を閉め、油の温度が下がるのを待つ。

衣類

- 水をかけて消火する。
- 近くに水がない場合は、地面や床に倒れ込みながら、転がるようにして消す。



電気製品

- 感電するおそれがあるため、水をかけない。
- コードをコンセントから抜き、電気火災に対応した消火器を使用する。
- できればブレーカーを落としてから消火する。



体験館で身につけよう!

区役所の中にある「しながわ防災体験館」では、初期消火や応急救護など、実際に体験しながら学ぶことができます。家族みんなで、発災時の対応を身につけましょう。



しながわ防災体験館は84ページへ