



心命のノート心



渋川広域消防本部

本当に助けを待つ人がいる。 助かる命がそこにはある。

渋川広域消防では、市民の皆さんの大切な命を守るため5台の救急車を配備して、救急要請に対応しています。

しかしながら、年々救急要請は増え、救急車が同時に出動してしまうこともあります。このまま救急要請が増加すれば、救急車が不足してしまう恐れがあります。

そんな現状だからこそ、市民の皆さんの協力が必要なのです！

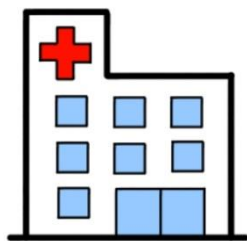
このノートにはどんなときに救急車を呼べば良いのか？

また、救急車を呼ぶかどうか迷った時・・・

そういった状況の時に読んで欲しいものとして作成しました。

ためらわず救急車を呼ぶべき時を皆さんで見極めていきましょう。

それこそが、一人一人が救急車の必要性を考える一つのきっかけとなると信じています。



ためらわず救急車を呼んでほしい症状

おとな

イラストの症状があらわれたら、迷わず119番通報してください。
重大な病気や怪我の可能性あります。

頭

- ・突然の激しい頭痛
- ・突然の高熱
- ・激しいめまい

顔

- ・顔半分が動きにくい。または、痺れる。
- ・にっこり笑うと、口元や顔の片側がゆがむ。
- ・ろれつがまわらない。
- ・ものが突然二重に見える。
- ・唇が紫色になっている。
- ・突然、内容がかみ合わない発言をする。
- ・一方を見つめ視線が合わない。

胸や背中

- ・突然の胸の痛み（締め付けられる様な痛み等、普段感じたことのない痛みがある。）
- ・息切れ、呼吸困難
- ・背中突然の痛み、痛みが移動する。
- ・激しい動悸

腹

- ・突然の激しい腹痛
- ・持続した激しい腹痛
- ・血を吐く、便に混じって血が出る。

手足

- ・手足に力が入らない。
- ・突然、手足の片側の動きが悪くなる。

他にも！！ こんな症状があれば救急車を！！！！

意識の障害

- ・意識がない（呼びかけても返事がない）または様子がおかしい。

けいれん

- ・長い時間続く。
- ・反復して起こる。
- ・けいれんの後、意識がない。

けが・やけど

- ・大量の出血がある。
- ・広範囲にやけどを負う。

事故

- ・交通事故にあった。
- ・外部から強い衝撃を受けた。
- ・水の中でおぼれている。
- ・高い所から落ちた。

ためらわず救急車を呼んで欲しい症状

こども

イラストの症状があらわれたら、迷わず119番通報してください。
重大な病気や怪我の可能性がります。

顔

- ・くちびるの色が、紫色で、呼吸が弱い。
- ・顔色が明らかに悪い。

頭

- ・頭を痛がって、けいれんをおこしている。
- ・頭を強くぶつける。ぶつけたことによって、出血が止まらない。
- ・意識がない。

胸

- ・激しい咳や呼吸が荒い。
- ・ゼー、ゼーして呼吸が苦しそう。

おなか

- ・激しい下痢や嘔吐して、水分が取れず、食欲がない。
- ・意識がはっきりとしない。
- ・うんちに血が混じる。
- ・ゼリー状の赤い便がでる。

手足

- ・手足が固まっている。
- ・けいれんが止まらない。何度も起こる。



他にも！！こんな症状があれば救急車を！！！！

意識の障害

- ・意識が無い。(返事がない) 又はおかしい。

じんましん

- ・虫刺されや食べ物を食べ全身にじんましんが出て、顔色が悪い。
- ・体中にぶつぶつができている。

飲み込み

- ・変なものを飲み込んで意識が無い。呼吸がない。

事故等 けが

- ・交通事故にあった。
- ・水の中でおぼれている。
- ・高い所から落ちた。
- ・広範囲のやけど。

赤ちゃん

- ・赤ちゃんはいつも見ている方が、いつもと様子がおかしいと感じれば救急車を呼んでください。

※その他、いつもと違う場合、様子がおかしいと感じたら119番通報を！！

救急通報のポイント

救急車を呼ぶときの電話番号は。。。「119」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、消防側から電話でどうやったら良いかを指示されます。可能であれば、指示に従って応急手当を実施してください。
※応急手当は、強制するものではありませんが実施することで、救命の可能性が上がります。

渋川消防では、応急手当の講習も行っています。救命率向上のため、積極的な参加をお願いします。詳しくは、渋川広域消防本部にお問い合わせください。



救命に必要なAEDは、各自治体の役場やショッピングセンター等色々な場所に設置されています。



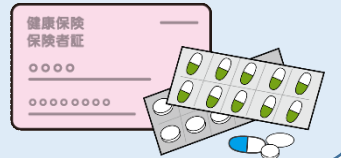
平均 10.3分
(令和4年)



正確な位置を特定する為にも、**救急車が来る所まで案内に出ただけ**だと、さらに、到着が早くなります。

救急車を呼んだら、このようなものを準備しておくとお便利です。

- ・保険証
- ・診察券
- ・普段から飲んでる薬 (お薬手帳)
- ・お金
- ・靴、スリッパ 等 (乳幼児の場合)
- ・母子手帳 等



救急車が来たら、こんなことを伝えてください。

- ・事故や具合の悪くなった状況。
- ・救急隊が到着するまでの変化。
- ・行った応急手当の内容。
- ・今までの大きな病気。治療中の病気。
- ・普段飲んでる薬。
- ・かかりつけている医師に指示されていること。

救急車の呼び方(119番通報)

119番通報をすると、係員が救急車の出動に必要なことを、順番に聞きます。緊急性の高い場合は、いち早く救急車を出動させるために全ての質問を終える前に救急車を出動させます。

なので、安心して、慌てずゆっくりと教えてください。

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。



はい、こちら119番です。火事ですか、救急ですか。

救急です。



2 救急車に来てほしい住所をつたえる。

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、お店の名前等の目印になる物を伝えてください。



救急車は、どちらに向かえばよろしいですか。

〇〇市 〇〇町
〇〇番地です。



3 具合の悪い症状を伝える。

最初に、誰がどのように具合が悪くなったかを簡単に伝えてください。



いま、どういった状況ですか。

父親が胸を痛がっています。呼吸も苦しそうです。



4 具合が悪い方の年齢を伝える。

年齢が分からない場合は「60代」でも良いのでおおよその年齢を教えてください。



苦しんでいるのはおいくつらいの方ですか。

父は65歳です。



※他にも、通報した方の連絡先や通報した人のお名前、詳しい状況やかかりつけている病院等をきかれることもあります。
※上記の内容は一例ですが、一般的にはこのように聞かれます。

渋川地区の救急指定病院案内

渋川医療センター



渋川市 白井383
TEL 0279-23-1010
ホームページ参照

総合診療科 呼吸器内科 循環器内科
小児科 血液内科 消化器内科
緩和ケア科 精神腫瘍科 呼吸器外科
消化器外科 脳神経外科 整形外科
泌尿器科 耳鼻咽喉科 皮膚科
乳腺内分泌科 眼科 麻酔科

北毛病院



渋川市 有馬237-1
TEL 0279-24-1234

ホームページ参照
内科 外科 消化器科
精神科・神経科 皮膚科 小児科

北関東循環器病院



渋川市 北橋町下箱田740
TEL 027-232-7111

ホームページ参照
内科 循環器科 外科 心臓血管外科
婦人科 眼科 放射線科 腎臓内科

関口病院



渋川市 渋川1693-12
TEL 0279-22-2378

ホームページ参照
内科 外科 整形外科

渋川中央病院



渋川市 石原508-1
TEL 0279-25-1711

ホームページ参照
内科 消化器科 循環器科 泌尿器科
婦人科 リハビリ科、血液透析

県立小児医療センター
基本的には紹介予約制です。
受診時は電話で確認してください。



渋川市 北橋町下箱田779
TEL 0279-52-3551

ホームページ参照
内科 精神科 神経内科 呼吸器科 循環器科
小児科 整形外科 形成外科 心臓血管外科
産科 眼科 耳鼻咽喉科 放射線科 麻酔科
アレルギー科 小児歯科 腎臓内科 内分泌科

夜間急患診療所 診療時間 午後7時～午後10時



渋川市 渋川1760-1
TEL 0279-23-8899

ホームページ参照
内科 小児科 外科（初期診療）
※対応医師は毎日変わります。

**※夜間は、全ての
診療科目が対応
できるわけでは
ないので要確認
してください。**

渋川広域管内診療所案内

渋川市	病院・診療所名称	所在地	電話番号	診療科目
	青い鳥ファミリークリニック	渋川市行幸田28-5	0279-26-2681	内科、小児科、循環器内科、アレルギー科、糖尿病内科
	赤城開成クリニック	渋川市赤城町三原田826-10	0279-20-6500	糖尿病内科、循環器内科、呼吸器内科、消化器内科
	あだち整形外科	渋川市金井770-1	0279-30-1170	リウマチ科、リハビリテーション科、整形外科
	有馬クリニック	渋川市有馬1191-3	0279-24-8818	泌尿器科、内科、外科
	井口医院	渋川市金井1284-6	0279-25-1100	小児科、内科、泌尿器科、放射線科
	石井病院 伊香保分院	渋川市中村116-1	0279-30-3111	形成外科、整形外科、皮膚科、リハビリテーション科
	石北医院	渋川市渋川1592	0279-22-1378	アレルギー科、胃腸科、外科、消化器科、小児科、内科、人間ドック
	いずみ医院	渋川市渋川2194-2	0279-25-1388	内科、精神科
	いその眼科	渋川市渋川2077-26	0279-60-6677	眼科
	いのうえ耳鼻咽喉科	渋川市有馬140-4	0279-33-1133	耳鼻咽喉科
	入内島内科医院	渋川市半田545-2	0279-60-7322	内科
	ウェルネスクリニックあじさい	渋川市石原113-7	0279-22-1377	婦人科、産科 ※分娩の取扱いなし
	大谷内科クリニック	渋川市中村180	0279-20-1881	内科
	加藤整形外科医院	渋川市行幸田35-7	0279-20-1607	整形外科
	神山内科医院	渋川市渋川892-23	0279-22-2181	呼吸器科、循環器科、小児科、心療内科、内科
	かやかベククリニック	渋川市白井2277-1	0279-26-8400	整形外科、リハビリテーション科
	川島内科クリニック	渋川市渋川1770-1	0279-23-2001	アレルギー科、呼吸器科、循環器科、消化器科、小児科、内科
	慶生医院	渋川市渋川1829-21	0279-22-0210	胃腸科、外科、肛門科、小児科、整形外科、内科、リハビリテーション科
	厚成医院	渋川市石原210-8	0279-22-1060	内科、泌尿器科、皮膚科
	こすもすクリニック	渋川市半田1048	0279-25-1384	内科
	齋藤内科外科クリニック	渋川市金井932-4	0279-22-1678	外科、内科
	佐藤医院	渋川市北橋町真壁1372	0279-52-3003	内科
	渋川皮膚科医院	渋川市渋川1778-9	0279-25-1166	皮膚科
	高野外科胃腸科医院	渋川市渋川1934-21	0279-24-2454	胃腸科、外科、肛門科、整形外科、皮膚科、内科
	塚越クリニック	渋川市渋川3902-5	0279-60-7700	アレルギー科、内科、呼吸器内科、皮膚科

プレアライバルコールについて

119番通報した後に、知らない電話番号から着信が来ることがあります。

これは、「プレアライバルコール」といい現場に向かっている救急隊からの電話の可能性もあります。
 事前に救急車が必要な人の情報を知ること、いち早く適切な病院へ向かえるようにするためです。そのため、応急処置等を行う場合以外は、電話に出ていただけると救命率の向上と救急車の搬送時間の短縮に繋がります。ぜひ、「プレアライバルコール」にご協力ください。

救急車を呼ぶほどじゃない・・・

自家用車で病院へ行きたい・・・等々

そんなときは！

- ・渋川広域消防本部
救急病院等案内テレホンサービス **TEL 0279-23-0099 (24時間対応)**
- ・小児救急電話相談事業 **TEL #8000**
平日(月～土) 18:00～翌朝8:00
休日 9:00～翌朝8:00
- ・しぶかわ健康ダイヤル24 **TEL 0120-377-240 (24時間対応)**
- ・よしおか健康No,1ダイヤル24 **TEL 0120-026-103 (24時間対応)**
- ・しんとう健康ダイヤル24 番号は、健康保険課又は健康相談センターへ問合せ

渋川市			
病院・診療所名称	所在地	電話番号	診療科目
中野医院	渋川市渋川893-33	0279-22-1219	循環器科、内科、リハビリテーション科、消化器科、小児科
奈良内科医院	渋川市渋川2078-21	0279-25-1155	内科、消化器科、循環器科、呼吸器科
野口眼科医院	渋川市有馬618-9	0279-20-1188	眼科
原沢医院	渋川市伊香保町伊香保539-7	0279-72-2503	胃腸科、消化器科、小児科、内科、皮膚科
平形眼科	渋川市石原966	0279-22-0073	眼科
ふるまき内科医院	渋川市八木原1129-1	0279-25-8881	内科、循環器科、呼吸器科
北毛診療所	渋川市渋川908-22	0279-24-2818	内科
本沢医院	渋川市石原208-1	0279-23-6411	アレルギー科、小児科、リウマチ科、内科
みゆきだ内科医院	渋川市行幸田342-9	0279-60-6070	神経内科、内科、脳神経外科
森医院	渋川市石原208-4	0279-23-8733	耳鼻咽喉科
湯浅内科クリニック	渋川市渋川1824-21	0279-20-1311	内科、消化器科、アレルギー科

吉岡町			
病院・診療所名称	所在地	電話番号	診療科目
痛みのクリニック長谷川医院	吉岡町大字大久保1406-4	0279-30-5055	整形外科、麻酔科
井野整形外科リハビリ内科	吉岡町大字南下917-2	0279-30-5255	整形外科、内科
大井内科クリニック	吉岡町大字北下1126-1	0279-30-5575	内科、呼吸器内科
大滝クリニック	吉岡町大字大久保795-3	0279-30-5800	外科、呼吸器科、循環器科
岡本内科クリニック	吉岡町大字大久保3457	0279-20-5353	循環器内科、内科
くわばら整形外科	吉岡町大字漆原1179	0279-25-8855	整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科
駒寄こども診療所	吉岡町大字大久保2276	0279-55-5252	小児科
佐藤医院	吉岡町大字下野田811	0279-54-2756	耳鼻咽喉科、内科
関口医院	吉岡町大字下野田686-1	0279-55-5122	外科
竹内小児科	吉岡町大字大久保3347-10	0279-30-5151	小児科
まつい女性クリニック	吉岡町大字大久保751-4	0279-30-6510	産婦人科
明治皮膚科	吉岡町大字下野田695-10	0279-26-3213	皮膚科
吉岡ちよだ耳鼻科	吉岡町大字大久保2176-1	0279-26-7546	耳鼻咽喉科

榛東村			
病院・診療所名称	所在地	電話番号	診療科目
榛東さいとう医院	榛東村大字新井1182-2	0279-54-1055	内科、呼吸器科、消化器科、循環器科、小児科、アレルギー科、皮膚科
榛東わかばクリニック	榛東村大字山子田1369-1	0279-20-5531	内科、循環器科、リハビリテーション科、麻酔科

※診療所、クリニック等の診療時間は基本17:00までです。

令和6年5月現在

スライドは、以上です。

ここからは、ノートの作成方法となります。

命のノートの作り方

1. 印刷する。
 スライドの6枚を印刷してください。
 その際、用紙の大きさは、A4またはB3がちょうど良いです。

The image shows six printed slides arranged in a 2x3 grid, numbered 1 through 6. Each slide contains text, illustrations, and diagrams related to emergency preparedness.

- Slide 1:** Titled '命のノート' (Life Note). It features an illustration of an ambulance and a character holding a heart. Text includes '本心に助けを待つ人がいる。助かる命がそこにはある。' (There are people waiting for help in their hearts. Lives that can be saved are there.) and '消防広域消防本部' (Fire and Disaster Management Agency).
- Slide 2:** Titled '本当に助けを待つ人がいる。助かる命がそこにはある。' (There are people waiting for help in their hearts. Lives that can be saved are there.). It includes a diagram of a person with a heart and text about the importance of having a life note.
- Slide 3:** Titled '誰にも！こんな症状があれば救命券を！' (Whoever! If you have these symptoms, get a life note!). It features a diagram of a person with a heart and text about recognizing symptoms that require a life note.
- Slide 4:** Titled '救急券の呼び方(救急連絡)' (How to call for an ambulance (Emergency Contact)). It includes a diagram of a person with a heart and text about how to call for an ambulance.
- Slide 5:** Titled '救急指定病院案内' (Emergency Designated Hospital Guide). It includes a diagram of a person with a heart and text about emergency designated hospitals.
- Slide 6:** Titled 'プレアライバルコールについて' (About Pre-Alert Call). It includes a diagram of a person with a heart and text about the Pre-Alert Call service.

2. 用紙を折る。

用紙を半分に折り込んでください。

折った後は、写真の向きに合わせてください。

心命のノート

消防本部のキャラクターが赤い心臓を抱えている。頭には消防士のヘルメットをかぶっている。

渋川広域消防本部

①

ためらわず救急車を呼んでほしい症状

イラストの症状があれば、速むけ119番通報してください。重大な病状や後遺症の可能性があります。

おと名

顔
顔の強い腫痛
呼吸の困難
顔にめまい

胸や背中
突如の胸の痛み
呼吸が困難になる
胸痛、背中痛
呼吸が困難になる
めまいが伴う

手足
手足に力が入らない
痺れ、手足の温度が異常になる

頭
顔が腫れ、目や口が動かない
めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明
めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明
めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明

腹部
突如の強い腫痛
呼吸が困難になる
めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明

他にも!! こんな症状があれば救急車を!!

意識がなくなりけいれんが繰り返す
けいれん、めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明
けいれん、めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明

けいれん、めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明
大量の出血がある
呼吸が困難になる

事故
交通事故による
けいれん、めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明
めまい、吐きけ、嘔吐、意識不明

②

救急通報のポイント

救急車を呼ぶときの電話番号は、119です。

救急車を呼ぶ際には、**応急処置**が重要です。応急処置が必要な場合は、消防隊から電話でどうしたら良いかを指導されます。可能であれば、指示に従って応急処置を実施してください。応急処置は、救急隊が到着するまでに行ってください。救急隊の到着を待たずに、応急処置を行ってください。

応急処置は、応急手当の講習を受けてください。救急隊員から、応急処置の方法を指導されます。応急処置は、救急隊が到着するまでに行ってください。応急処置は、救急隊が到着するまでに行ってください。

応急処置が必要な人は、自分自身の状態や、応急処置の方法を教えてください。応急処置は、救急隊が到着するまでに行ってください。応急処置は、救急隊が到着するまでに行ってください。

応急処置は、救急隊が到着するまでに行ってください。応急処置は、救急隊が到着するまでに行ってください。

救急車を呼んだら、このようなものを準備して応急処置してください。

- 救急箱
- 救急キット
- 救急隊員から渡っている薬 (乳幼児の場合は「母子手帳」)

救急隊が到着したら、こんなことを伝えてください。

- 患者の年齢、性別、症状
- 救急隊が到着するまでの変化
- 行った応急処置の内容
- 今までの大きな病状、治療中の病状

③

渋川地区の救急指定病院案内

渋川 医療センター
渋川市 白井3-83
TEL 0279-23-1010
総合診療科、中絶内科、産婦人科、小児科、血液内科、消化器内科、泌尿器科、精神神経科、呼吸器内科、皮膚科、アレルギー科、整形外科、放射線科、救急外科、救急内科、耳鼻咽喉科、皮膚科、人間ドック科、眼科、歯科

北関東循環器病院
渋川市 北堀町下高田740
TEL 027-232-7111
内科、循環器科、外科、心血管内科、婦人科、眼科、放射線科、腎臓内科

関口病院

北毛病院
渋川市 有馬237-1
TEL 0279-24-1234
内科、外科、消化器科、精神科、神経科、皮膚科、小児科

④

渋川広域管内診療所案内

診療科	名称	電話番号	診療時間
総合診療科	北毛診療所	0279-24-1234	内科、外科、消化器科、皮膚科、泌尿器科、産婦人科、小児科、眼科、耳鼻咽喉科、歯科
救急科	北毛救急科	0279-24-1234	救急科
内科	北毛内科	0279-24-1234	内科
外科	北毛外科	0279-24-1234	外科
消化器科	北毛消化器科	0279-24-1234	消化器科
皮膚科	北毛皮膚科	0279-24-1234	皮膚科
泌尿器科	北毛泌尿器科	0279-24-1234	泌尿器科
産婦人科	北毛産婦人科	0279-24-1234	産婦人科
小児科	北毛小児科	0279-24-1234	小児科
眼科	北毛眼科	0279-24-1234	眼科
耳鼻咽喉科	北毛耳鼻咽喉科	0279-24-1234	耳鼻咽喉科
歯科	北毛歯科	0279-24-1234	歯科

⑤

プレアライブコールについて

119番通報した後に、知らない電話番号から着信が来ることがあります。これは、現地に向かっている救急隊からの電話の可能性もあります。なぜ、電話するのかわからないと、事前に救急隊が必要な人の情報を知ることで、いも早く適切な病院へ向かえるようにするためです。そのため、応急処置等を行う場合は、電話に出ただけだと救急隊の向上と、救急車の搬送時間の短縮に繋がります。ぜひ、「プレアライブコール」にご協力ください。

救急車を呼ぶほどじゃない...
自家用車で病院へ行きたい... 等々
そんなときは!

・渋川広域消防本部
救急病院等案内テレホンサービス
TEL 0279-23-0099 (24時間対応)

・小児救急電話相談事業
TEL #8000
平日(月~土) 18:00~翌朝8:00
休日 9:00~翌朝8:00

・しぶかわ健康ダイヤル24
TEL 0120-377-240 (24時間対応)

⑥

3. 1枚目のスライドの中に、用紙を入れ込む。

1枚目のスライドが表紙になります。

2～6枚目のスライドは1枚目の中に順番に入れてください。



4. 完成

最後に、紙をそろえて左側をホチキス止めやクリップ止めをして完成です。

ノート作成
ありがとうございます。

