



# 救急ナビ

保存版

Ver4

予防が大切・・・それでも起きてしまったら？



富士市消防本部

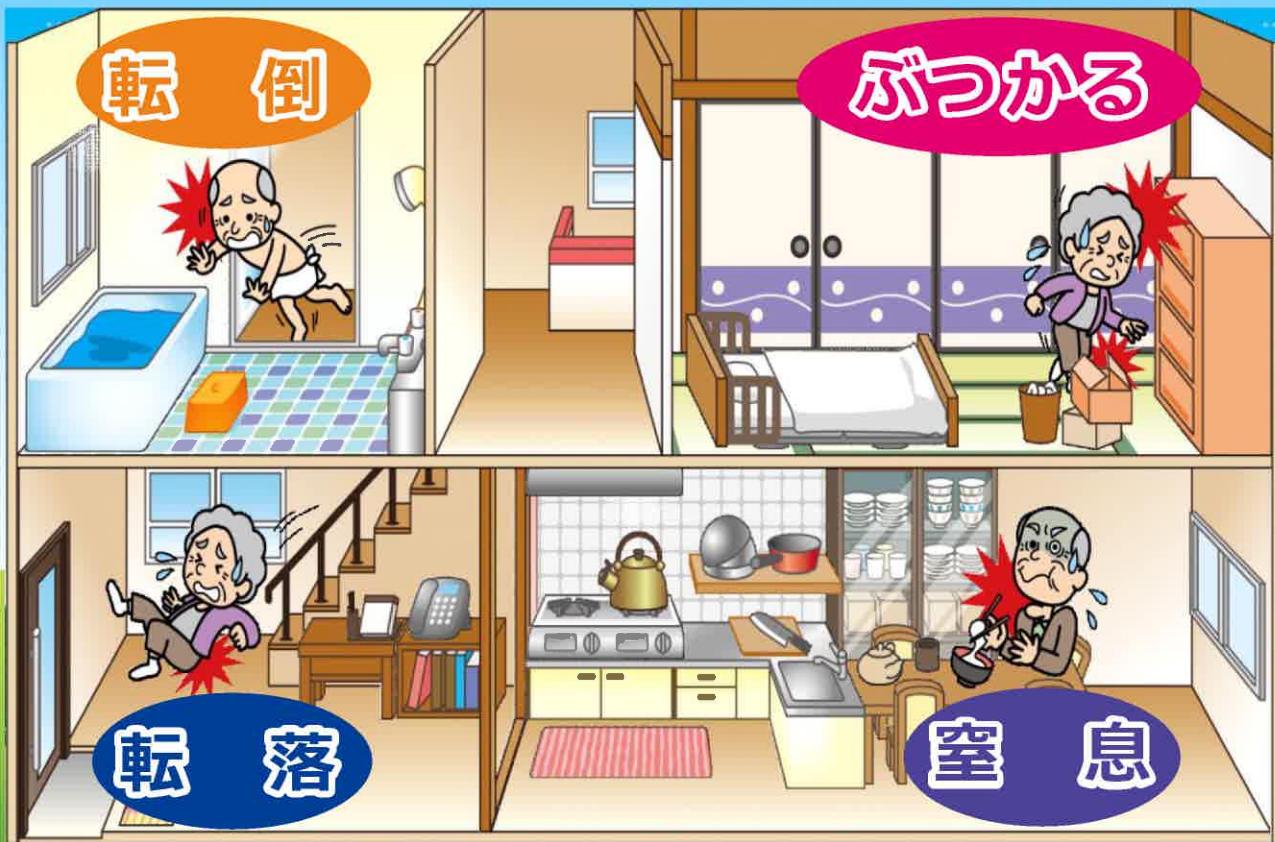
公式 SNS 公開中！



# 高齢者の事故予防チェック！



救急要請された高齢者の事故で  
一番多いものはどれでしょうか？

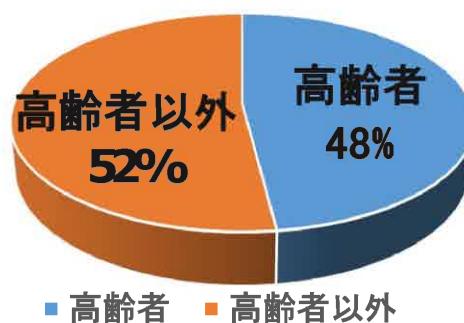


高齢者の事故の多くは自宅内で発生しています。



## 負傷事故に占める高齢者の割合

答えは右ページ



負傷事故に占める高齢者の割合が  
全体の約半分を占めています。



あなたの手で救える命があります。  
普通救命講習 I・II を受講しませんか。  
富士市消防本部警防課救急管理室 055-2856

救急要請された高齢者の事故で、一番多いのは「転倒」です。



## 富士市での発生順位

1位

### 転 倒

段差、玄関、廊下など

- 段差につまずかないよう気をつけましょう
- 転倒を防ぐために整理整頓を心がけましょう
- 階段、廊下、玄関、浴室など滑り止め対策をしましょう



2位

### 転 落

階段、ベッド、脚立、椅子など

- 階段などには手すりを配置しましょう
- ベッドにも転落防止の柵をつけましょう
- 脚立などを使用して作業をする時は補助者に支えてもらいましょう



3位

### ぶつかる

家具、人、柱、ドアなど

- 慌てず、周りをよく見て行動しましょう
- 通路などに物を置かないようにしましょう
- 暗いところは十分な明るさを確保しましょう



4位

### 窒 息

食物（餅・肉等）、薬の包装など

- 細かく調理。ゆっくりよく噛むことで窒息予防
- お茶などの水分を摂りながら食事をしましょう
- 急に話しかけて、あわてさせないように気をつけましょう



事故を防ぐために

事故防止にはご家族などの協力も大変重要です

出典：消防庁ホームページ (<http://www.fdma.go.jp/>)  
(消防庁) (<https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post4.html>) を加工して作成

# 小児の事故予防チェック！



救急要請された小児の事故で  
一番多いものはどれでしょうか？



答えは右ページ



家族が目を離した隙に事故が多く発生しています。

おうちの中は危険がいっぱいあります。  
注意しましょう。



あなたの手で救える命があります。小児、乳児、新生児  
を対象とした普通救命講習Ⅲを受講しませんか。  
富士市消防本部警防課救急管理室 055-2856

救急要請された小児の事故で、一番多いのは「ころぶ」です。



## 富士市での発生順位

### 1位 ころぶ

風呂、段差、洗面所など

■少しの段差や濡れた床などで転ぶ可能性があります。目を離さないようにしましょう。



### 2位 おちる

階段、窓、ベランダなど

■転落防止の柵をつけたり、踏み台になるものを置かないようにしましょう。



### 3位 ぶつかる

机の角、テーブルの角など

■角の部分はやわらかいもので保護するなど、ぶつけてもいいように工夫しましょう。



### 4位 たべる

たばこ、薬、電池など

■飲み込めそうなものは、手の届くところに置かないように注意しましょう。



### 5位 はさむ

窓、ドア  
引きだしなど



### 8位 やけど

アイロン  
熱い飲みものなど



### 6位 きる

包丁  
カミソリなど



### 9位 かまれる

犬、ネコ  
ヘビなど



### 7位 ささる

ヘン、歯ブラシ  
ヘアピンなど



### 10位 おぼれる

風呂場の水  
プールなど

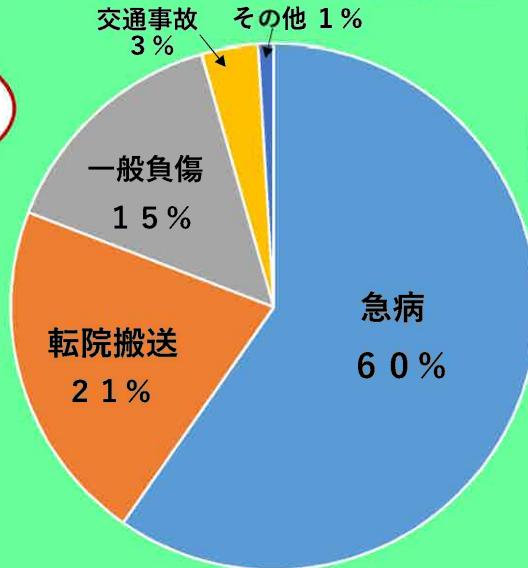


出典：消防庁ホームページ (<http://www.fdma.go.jp/>)  
(消防庁) (<https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post4.html>) を加工して作成

# 富士市の救急 高齢者Ver.



高齢者の救急出動は  
何が多いのかな？



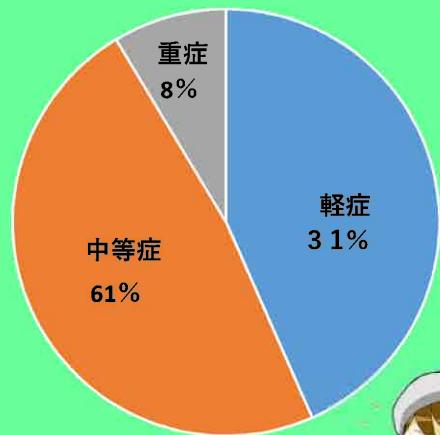
高齢者の救急出動は  
急病が6割を占めています。  
下のグラフで急病の内訳を  
見てみましょう。  
(平成29年から令和3年まで)



急病の内訳



傷病程度の内訳



意識障害が最も多いんだね！  
意識障害について教えて！

意識障害は、自分と自分の周りの状況を把握できなくなった状態です。  
例えばこのような状態を言います。

- ・大きな声で呼びかけないと反応しない、目を開けない。
- ・呼びかけに反応し、目を開けても自分の名前や生年月日が言えない。



## 意識障害を予防しよう！

年齢を重ねるにつれて、身体機能、精神機能が低下する  
ことは生理的な変化です。

例に挙げると...

免疫力、運動機能、環境への適応能力の低下など  
様々なことが起因となって意識障害が起こります！

予防するためには？

- ・健康診断や人間ドックなどで自身の身体について知り、変化に気付きましょう！
- ・夏場にはクーラーを積極的に使用し、気温の変化に対応しましょう！水分補給も忘れない！！
- ・冬場には浴室などを温めておくことで室温の変化を少なくしましょう！

## 意識障害が起きたら

呼吸なし



心肺蘇生法

呼吸あり



嘔吐・吐血あり

回復体位

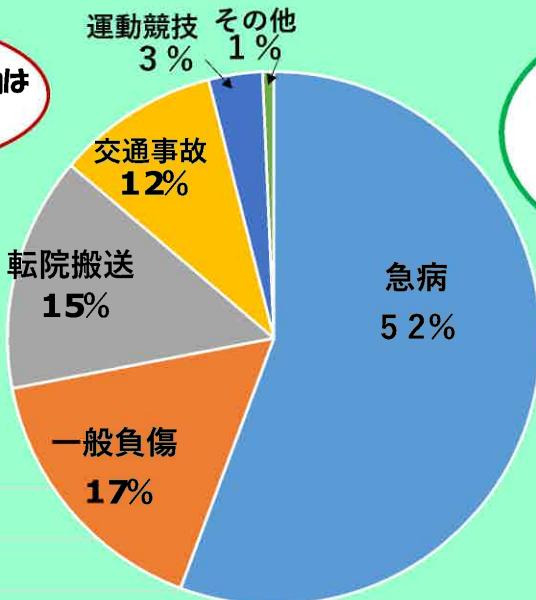


☆こんな時にはすぐに119番！！→P17へ

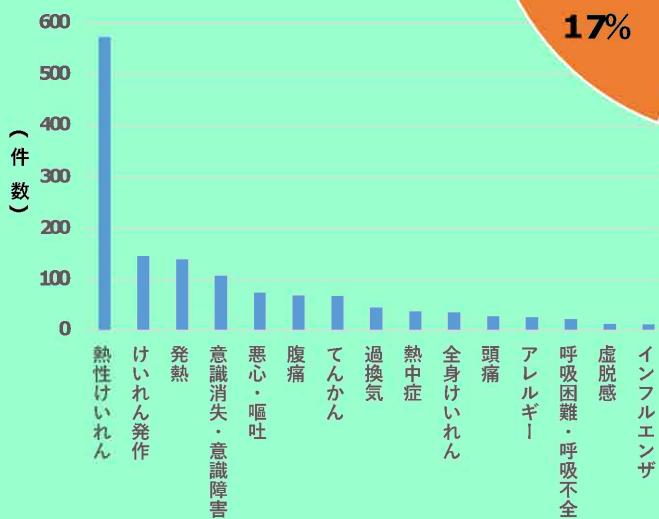
# 富士市の救急 子どもVer.



子どもの救急出動は  
何が多いのかな？



急病の内訳



子どもの救急出動は  
急病が**5割以上**を占めています。  
下のグラフで急病の内訳を見て  
みましょう。  
(平成29年から令和3年まで)



熱性けいれんが最も多いんだね！  
熱性けいれんについて教えて！



熱性けいれんは、1歳～5歳の子どもによく見られます。この年齢の脳神経細胞は、急な体温の変化に弱く、38°C以上の発熱に伴い、けいれんを引き起こすことがあります。脳の成長に伴い、6歳前後でほとんど起きさなくなります。

手足をガクガクとさせ、曲げたり、伸ばしたりするけいれんや、全身に力が入り、体を反らした姿勢を続けるけいれんがあります。

## 熱性けいれんが起きてしまったら

けいれん中やけいれん後に意識がないときは、体や顔を横向きにして唾液、吐物などを誤って飲み込まないような体位にしてください。通常は数分でけいれんは自然に治まります。

繰り返したり、長く続いたり(5～10分以上)、意識がなかなか回復しない場合には、救急車を呼びましょう。

**※相談できるところがあります**



 生後1ヶ月～6歳までの子どもを対象に夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安が掲載されています。



受診した方が良いのか、様子をみても大丈夫なのか、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。

ブッシュ回線の固定電話、携帯電話からは、通話なしの  
**#8000**  
054-247-9910  
平日 8時～21時 土曜日 8時～20時  
日曜・祝日 8時～20時  
**24時間**

## 気道異物

口や喉などに異物(食べ物など)が詰まってしまうと息ができなくなってしまいます。

そのままにすると呼吸が止まり、心肺停止となってしまいます。

### 予防するためには

- ①食事を細かく料理する
- ②お茶などの水分をとりながら食事をする
- ③急に話しかけるなどあわてさせることはやめる

近くにいる人の異物除去  
が有効です。

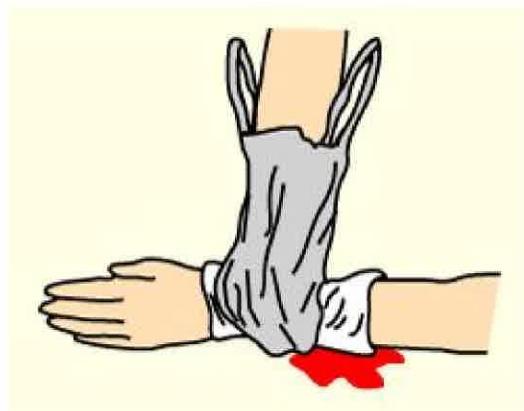


## 止血

止血方法で最も有効な方法は、出血している部位を直接押さえる「直接圧迫止血法」です。

### ○やり方

- ①出血部位を確認します。
- ②出血部位を圧迫します。
  - ・清潔なガーゼやハンカチなどを重ねて傷口に当て、その上から、出血部位を指先や手のひらで強く圧迫します。
  - ・感染防止のため血液に直接触れないように、できるだけビニール袋やゴム製の手袋を使用します。



○ビニール袋を使用した例

## 子供の誤飲

子供の誤飲事故は特に0歳～3歳の間に多い事故です。子供は生後5～6ヶ月ごろから、手につかんだものを何でも口に持っていくようになります。

小さな子供の口の大きさは3歳児で直径約4cm。これより小さく子供の口に入るものは何でも誤嚥や窒息の原因になる可能性があります。

### 予防するためには

- ①水分を摂ってのどを潤してから食べさせる
- ②一口の量を多くしない
- ③子供の口に入る大きさのものを周りに置かない

### 子供の口の大きさは



## 指趾切斷

指趾切斷は、主に労働災害事故で発生しています。

切断部の損傷が激しくない場合には、医療機関で再接着が試みられます。

切断指趾を冷却した場合、切断後24時間以上の再接着成功例もあります。

切断された指趾は、再接着可能性の有無にかかわらず、できるだけ回収してください。



## 一酸化炭素中毒

ストーブなど暖房器具を使用すると一酸化炭素中毒が起こりやすくなります。一酸化炭素は無味、無臭、無刺激な有毒ガスなので気が付かないまま中毒症状を起こし重症の場合は、死に至ります。

### 予防するためには

- ①予防策は部屋の換気です。暖房器具を使用するときは少なくとも1時間に1回は窓を開けて換気するようにする。
- ②不完全燃焼がないか確認する。  
密閉されたガレージ内の車の暖機運転にも注意が必要です。

一酸化炭素中毒が疑われる人を発見したら、むやみに部屋へ飛び込むと同じように中毒になる危険があります。

まず部屋の換気をしましょう。



## やけど

やけどをした時のポイントは

- ・冷却  
やけどの範囲が狭い時は、流水を流したままの洗面器などに患部を10~15分程度浸し冷やします。
- ・乾燥防止  
冷却後は患部からの感染を防ぐため、ガーゼや救急ばんそうこう、清潔なタオルで覆います。

### 予防するためには

- ①やかんや電気ケトルのお湯、アイロン等の原因になるものを子供の手の届く場所に置かない。
- ②低温やけどの原因となる湯たんぽやカイロ等の使用方法に注意する。

低温やけどや冷やし過ぎによる低体温にも注意が必要です。



## 熱中症

高温多湿な環境に水分を摂らずに長時間いると、熱中症になってしまいます。

そのままにすると、めまいや頭痛、吐き気などの不調が現れるほか、意識障害やけいれんといった命に関わる症状も引き起こされます。

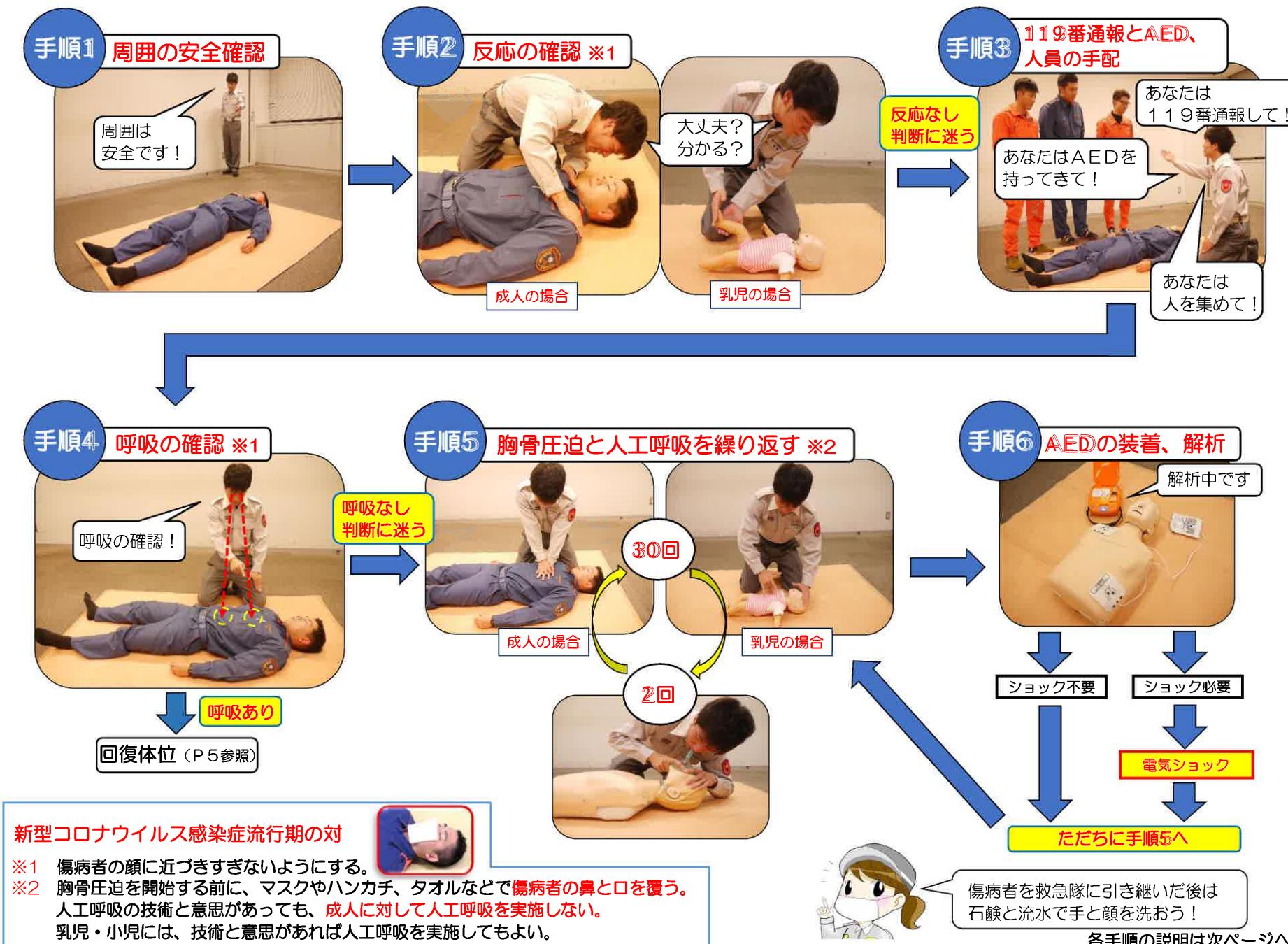
### 予防するためには

- ①こまめに水分補給をする。(塩分も忘れずに!)
- ②冷房や扇風機を上手に使う。
- ③直射日光を帽子や日傘で防ぐ。
- ④日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくり。

室内や夜間でも多く発生しています。  
油断せずに注意しましょう。



## ～心肺蘇生法フローチャート～



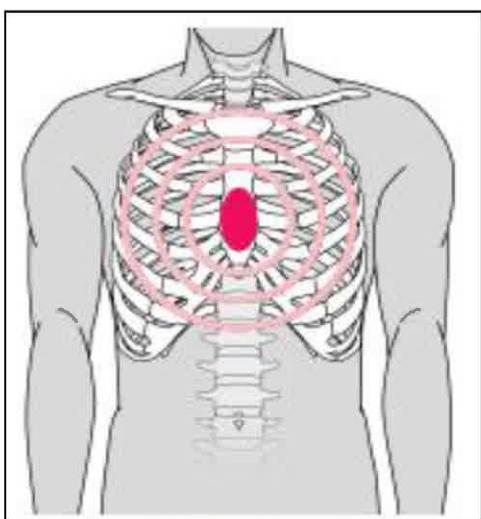
## 成人

# 胸骨圧迫と人工呼吸

### ★ 胸骨圧迫

※胸骨圧迫を開始する前に、マスクやハンカチ、タオルなどで傷病者の鼻と口を覆う。

- ① 胸の真ん中に一方の手の付け根を置き、その上にもう一方の手を重ねておく。
- ② 肘をまっすぐに伸ばし、真上から垂直に胸が 5~6 cm 沈む強さで圧迫する。
- ③ 圧迫したら、圧迫を解除し、胸が元の高さに戻るようにする。
- ④ 1 分間に 100~120 回のテンポで 30 回連続して圧迫する。
- ⑤ 強く、速く、絶え間なく圧迫する。



圧迫点



圧迫方法

### ★ 人工呼吸

※技術と意思があれば行う。

新型コロナウイルス感染症流行期には実施しない。



- ① 頭側の手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指 2 本をあご先に当てる。

- ② 頭を後ろにのけぞらせ、あご先を上げる。



- ③ 鼻をつまみ、口を自らの口で覆う。

※感染防止具があれば使用する！

- ④ 息を 1 秒かけて軽く胸が上がる程度、吹き込む。  
計 2 回行う。

# 胸骨圧迫と人工呼吸

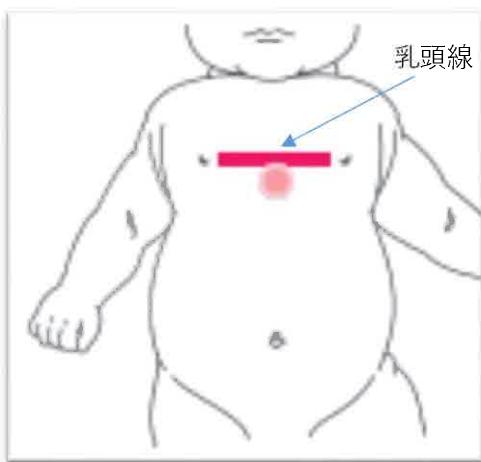
乳児  
(1歳未満)

小児  
(1~15歳未満)

## ★ 胸骨圧迫

※胸骨圧迫を開始する前に、マスクやハンカチ、タオルなどで傷病者の鼻と口を覆う。

- ① 乳児は乳頭線を結ぶ線の少し足側の位置を2本指で圧迫する。  
小児は成人と同じ場所を両手または片手で圧迫する。
- ② 指、肘を曲げず、真上から垂直に胸の厚さの3分の1が沈む強さで圧迫する。
- ③ 圧迫したら、圧迫を解除し、胸が元の高さに戻るようにする。
- ④ 1分間に100~120回のテンポで30回連続して圧迫する。
- ⑤ 強く、速く、絶え間なく圧迫する。



乳児の圧迫点



乳児の圧迫方法

## ★ 人工呼吸

- ① 乳児は背中の下にタオルなどを敷く。

乳児の場合、体に比べて頭が大きいので平らな床の上などで仰向けにすると、気道が閉塞する原因となります。乳児に気道確保する時は、背中の下にタオルなどを敷き、肩枕をすると気道が開通しやすくなります。



肩枕なし



肩枕あり

- ② 乳児に対する人工呼吸は、口対口または口対口鼻呼吸をする。

小児は同じように人工呼吸をする。

- ③ 息を1秒かけて軽く胸が上がる程度まで吹き込む。計2回行う。

# A E D の 使 い 方

## ① 電源を入れる。

ふたを開けると電源が入るタイプ



電源ボタンを押すタイプ



## ② 電極パッドを右胸と左脇腹に貼る。

※パッドを貼った後は解析のため傷病者に触れない。



乳児・幼児などでパッド同士が接触してしまう場合

胸側



背中側



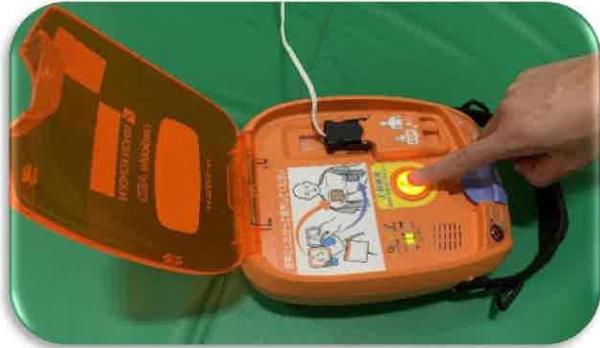
電極パッドを貼ると、 A E D が自動で電気ショックが必要か判断する。

「ショックが必要です」と音声が流れたら電気ショック。

「ショックは不要です」と音声が流れたら **すぐに胸骨圧迫!**

## ③ ボタンを押して電気ショック。

※傷病者に誰も触れていないことを確認してショックボタンを押す。



### ～Q & A～

○胸が濡れている場合 → タオル等で水分を拭き取ってから電極パッドを貼る。

○心臓ペースメーカーが胸に埋め込まれている場合 → 胸の皮膚が盛り上がっているので 避けて電極パッドを貼る。

○貼り薬やアクセサリーがある場合 → 貼り薬は剥がし皮膚に残った薬剤は拭き取る。  
アクセサリーは外すか、パッドから遠ざける。

○妊婦に使用する場合 → 成人と同様に使用する。

### ※留意事項

小学校に上がる前の子供には、「**未就学児用モード**」や「**未就学児用パッド**」を使用する。ない場合は、「**小学生～大人用パッド**」を使用する。

A E D のモードやパッドは、これまで「成人用」と「小児用」に区別されていましたが、心肺蘇生法との違いを分かり易くするために名称が変わりました。新旧の機器が混在していますが、使用方法は変わりません。

# 気道異物の除去

～口やのどなどに異物（食べ物など）が詰まっている場合の対処方法～



- ① 傷病者に「のどが詰まったの？」とたずねる。  
→声が出せなく、うなづくようであれば窒息と判断。
- ② 119番通報を周りの人々に依頼する。
- ③ 下記2つの異物除去法を数回ずつ繰り返す。  
異物が取り除けるか、反応がなくなるまで試みる。

**反応がなくなった場合は心肺蘇生フローチャート(P9)へ！**

## ★背部叩打法 成人・小児・乳児

手の付け根で、肩甲骨と肩甲骨の間を異物が出るまで力強く素早く叩く。  
立っている場合は、倒れないように支え、うつむかせて叩く。  
小児、乳児の場合は、膝などに乗せて体を安定させ、頭を低くして叩く。



## ★腹部突き上げ法 成人・小児 ※妊婦には行わない。



- ①傷病者の後ろから、抱えるように両腕を回す。
- ②片方の手で握りこぶしを作り、傷病者のへそとみぞおちの間に握りこぶしの親指側を当てる。
- ③もう一方の手でこぶしを握り、手前上方に素早く突き上げる。

## ★胸部突き上げ法 乳児



- ①片腕の上に乳児の背中を乗せる。
- ②手のひらで乳児の頭を支えながら頭が低くなるような姿勢にする。
- ③もう一方の手の2本指で、両乳頭を結ぶ線の少し足側を目安に胸骨の下半分を力強く数回連続して圧迫する。



家族に新型コロナウィルス感染を  
疑われる人がいたらどうするの？？



## ①部屋を分けましょう

個室にしましょう。食事や寝る時も別室としてください。

部屋を分けられない場合には少なくとも2mの距離を保つこと。



## ②感染が疑われる家族のお世話はできるだけ限られた方で

心臓・肺・腎臓に持病のある方、免疫の低下した方、妊婦の方などが、感染が疑われる家族のお世話をすることは避けてください。

## ③マスクをつけましょう

使用したマスクはほかの部屋に持ち出さないでください。

マスクを外す際にはゴムやひもをつまんで外しましょう。



## ④こまめに手を洗いましょう

こまめに石鹼で手を洗いましょう。アルコール消毒をしましょう。

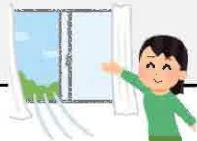
洗ってない手で目や鼻口などを触らないようにしてください。



## ⑤換気をしましょう

風の流れができるよう、2方向の窓を1回、数分間程度、

全開にしましょう。換気回数は毎時2回以上確保しましょう。



## ⑥手で触る共用部分を消毒しましょう

物に付着したウィルスはしばらく生存します。ドアの取っ手やノブ、

ベッド柵などの共用部分は定期的に消毒をしましょう。



## ⑦汚れたリネンを洗濯しましょう

体液で汚れた衣服。リネンを取り扱う際は、手袋をつけ、

一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。



## ⑧ゴミは密閉して捨てましょう

鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは

密閉して捨ててください。その後は直ちに手を洗いましょう





感染症を防ぐためには基本が大事！

再確認しましょう



○新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は「手洗い」です。

○下の図は、手の洗い残しがポイントでわかるイラストです。



※色が濃い場所ほど、汚れが残りやすく、  
注意して洗う必要があります。

正しく手洗いすることが  
大切です。



## 手洗いの方法

### 1 流水で洗う



### 2 石けんを手に取る



### 3 手のひら、指の腹面を洗う



### 4 手の甲、指の背を洗う



### 5 指の間(側面)、股、 付け根を洗う



### 6 親指と親指の付け根の ふくらんだ部分を洗う



### 7 指先を洗う



### 8 手首を洗う（内側・側面・ 外側）



手洗い以外に

うがい



やマスク着用



することも効果的です。

出典：看護rooより

# 全国版救急受診アプリ 「Q助」があるよ



消防庁より、住民の緊急度判定を支援し、利用できる医療機関や受診手段の情報を提供するため、全国版救急受診アプリ「Q助」（きゅーすけ）が公開されました。

## ご利用方法

急な病気やけがをしたとき、該当する症状を画面上で選択していくと、

緊急度に応じた必要な対応（「いますぐ救急車を呼びましょう」、「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」、「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」又は「引き続き、注意して様子を見てください」）が表示されます。

その後、119番通報、医療機関の検索（厚生労働省の「医療情報ネット」にリンク）や、

受診手段の検索（一般社団法人全国ハイヤー・タクシー連合会の「全国タクシーガイド」にリンク）を行うことができるようになっています。

## 全国版救急受診アプリ



① 緊急度の高い  
症状選択

② 年代選択

③ 症状選択  
該当する症状を画面上で選択します。

④ 結果画面

緊急度に応じた必要な対応が表示されます。  
「いますぐ救急車を呼びましょう」  
「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」  
「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」  
「引き続き、注意して様子を見てください」

# AEDが設置されている場所を確認してみよう！



富士市ホームページからも確認できるよ！

①

くらしと市政 をクリック

②

健康・福祉・子育て をクリック

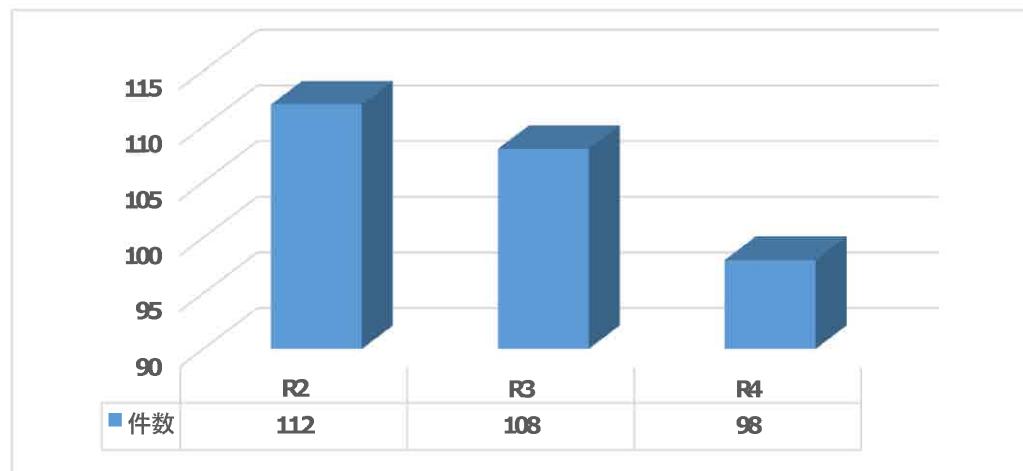
③

健康・医療 お知らせなどをクリック

④

財団全国AEDマップで設置場所などの検索 をクリック

## 自損行為による救急出動



富士市の自殺に関する救急出動は年間約100件程で推移しています。これは早期に周囲の人たちによって発見、通報に至ったものです。このような行為に及ぶ前には必ず危険性を示すサインが発信されています。周囲の人たちの気づきで助けられる命もあります。

### うつ病のサイン

#### ■自分が感じる症状■

- ①気分が沈む
- ②悲しい
- ③イライラする
- ④集中力がない
- ⑤好きなこともやりたくない
- ⑥大事な事を先送りにする
- ⑦物事を悪い方へ考える
- ⑧決断ができない
- ⑨自分を責める
- ⑩死にたくなる

#### ■周りから見てわかるサイン■

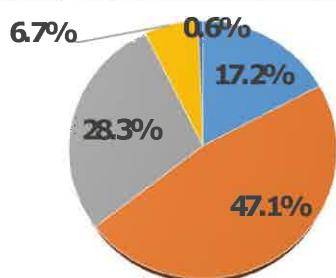
- ①表情が暗い
- ②涙もらい
- ③反応は遅い
- ④落ち着きがない
- ⑤飲酒量が増える



#### ■身体に出る症状■

- |         |        |
|---------|--------|
| ①眠れない   | ⑥頭痛    |
| ②食欲がない  | ⑦動悸    |
| ③便秘がち   | ⑧胃の不快感 |
| ④身体がだるい | ⑨めまい   |
| ⑤疲れやすい  |        |

質問：この1か月の悩みやストレスの有無について



- 大いにある ■ 少多少ある ■ あまりない
- まったくない ■ 無回答

一人で悩まないで！！  
相談できるところがあります  
※詳しくは裏表紙をご覧ください



# 富士市の救急医療の現状

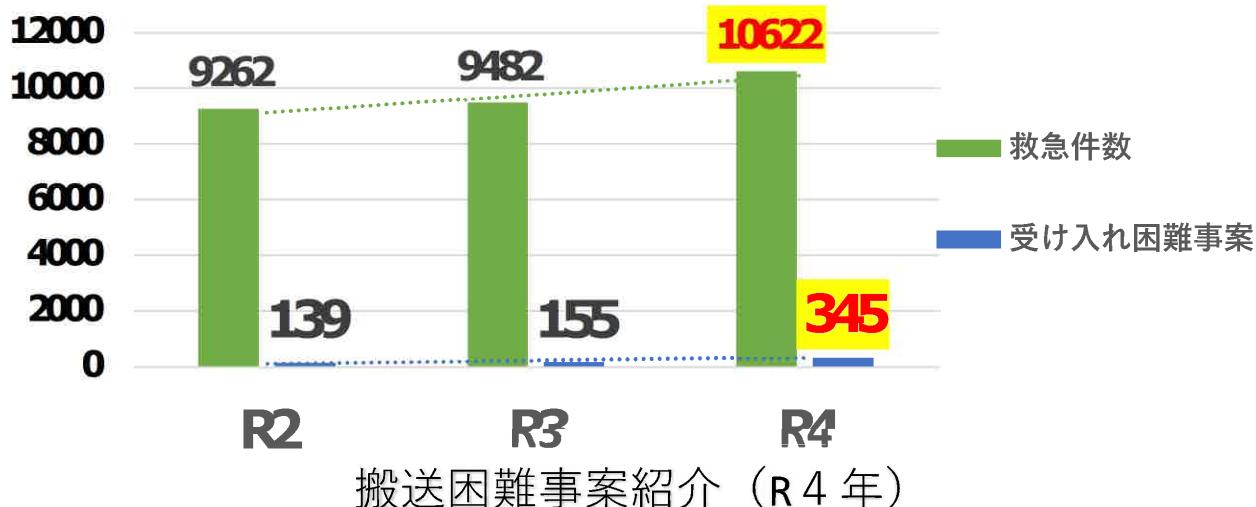
## 消防本部の取り組み



救急件数の増加に伴い救急隊が搬送先決定までの病院問い合わせ6回以上または30分以上の事案(受け入れ困難事案)は年々増加しています。

他の医療圏に比べ「受け入れ困難事案」は突出しており、当消防本部ではこの問題を医療機関と共に協力を依頼し続けるとともに市民の皆様へ救急車の適正利用を呼び掛けています。

### 救急件数と受け入れ困難事案の推移



#### ケース1



意識がなくイビキをかいている状態を家族が発見し救急要請した。  
診断名：脳卒中疑い（重症）  
病院問い合わせ回数6回  
搬送先決定までに要した時間27分

#### ケース2



就寝中に息苦しさと胸が締め付けられる感覚があり救急要請。  
診断名：心筋梗塞疑い（重症）  
病院問い合わせ回数6回  
搬送先決定までに要した時間51分

#### ケース3



歩行者と軽自動車の衝突事故。意識混濁、外傷部位多数  
診断名：多発外傷（骨折含む）  
病院問い合わせ回数3回  
搬送先決定までに要した時間44分

富士市消防本部には救急隊9隊が待機しております。令和4年は近年最多救急件数となり、全救急隊が出動する事案が発生しました。

# 突然のこんな症状の時には すぐに 119番!!



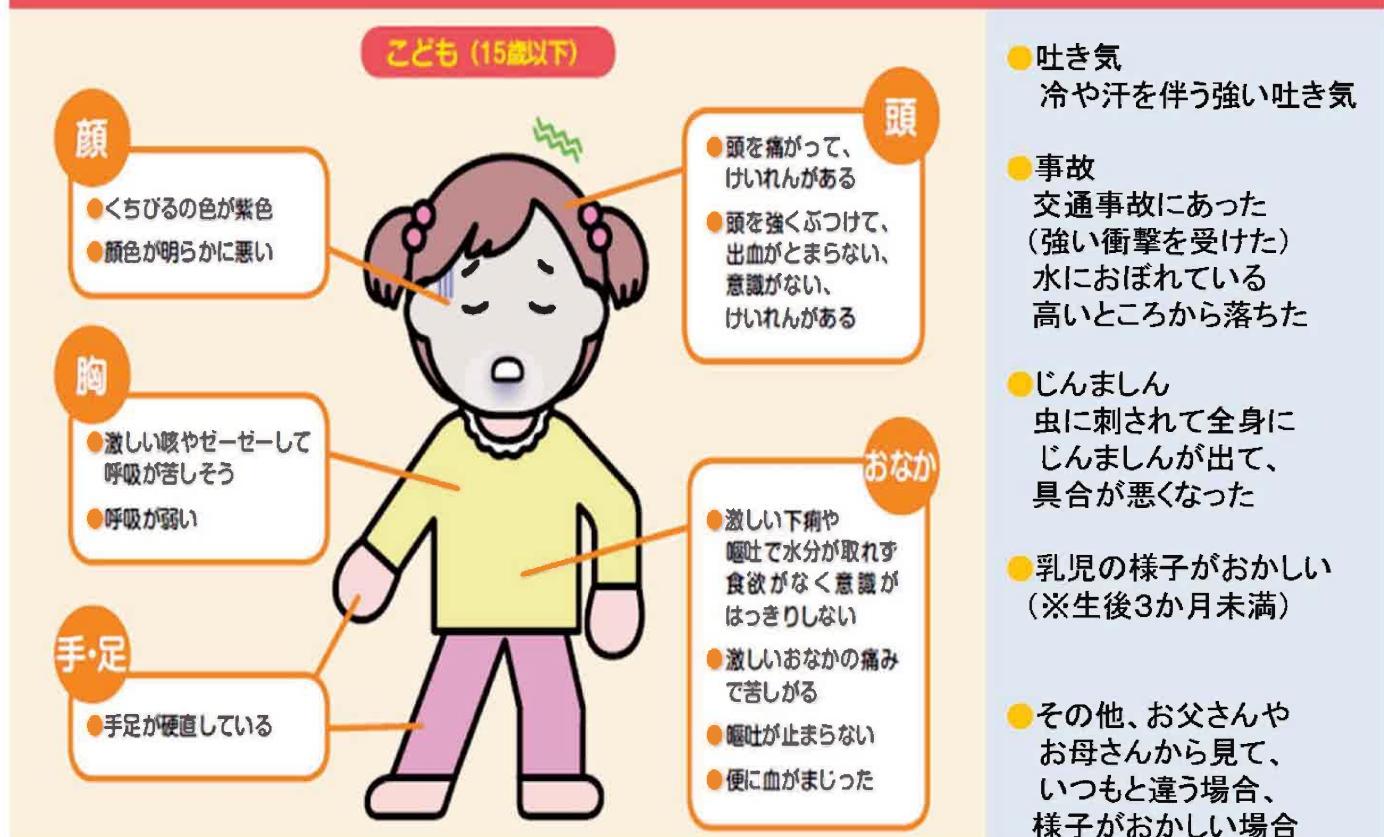
●意識の障害  
意識がない(返事がない又はおかしい(もうろうとしている)

●けいれん  
けいれんが止まらない  
けいれんが止まっても意識がもどらない

●けが・やけど  
大量の出血を伴うけが  
広範囲のやけど  
痛みのひどいやけど

●飲み込み  
物のどにつまらせた  
呼吸が苦しい  
意識がない

# こんなときには すぐに 119番!!



●吐き気  
冷や汗を伴う強い吐き気

●事故  
交通事故にあった  
(強い衝撃を受けた)  
水におぼれている  
高いところから落ちた

●じんましん  
虫に刺されて全身にじんましんが出て、具合が悪くなった

●乳児の様子がおかしい  
(※生後3か月未満)

●その他、お父さんやお母さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

# もしもの時の救急連絡シート

救急車を呼んだ時は  
救急隊に渡して下さい！



## 傷病者の情報

住所			
(ふりがな) 氏名	( )	性別	男・女
生年月日	T・S・H・R	年	月 日 歳
電話番号	(小児体重)		K g

## ★ 普段の生活

介護区分		歩行	自力歩行・補助器・車椅子・寝たきり
会話	可・不可	食事	自力・介添え・その他( )

## 医療情報

現在治療中の病気			
過去医師から言われた病気			
服用している薬	有・無	※「有」の方はお薬手帳をご用意ください	
掛かり付けの病院	病院・医院・クリニック	診察券番号	

## 緊急連絡先

氏名	続柄	住所	電話番号

※保険証とお薬手帳のご用意も併せてお願いします。  
少しでも早く病院に搬送するためにご協力をお願いします。

## ひとりで悩まないで～相談できるところがあります～

### 自立に向けたよろず相談窓口

生活のことや仕事のこと  
ひとりで悩まずにご相談ください



毎週 月～金  
8:30～17:15

富士市ユビーサル就労支援センター  
(フィランセ東館1階)

TEL: 64-6969

### 青少年の電話相談

学校生活、友人関係、進路、非行、不登校  
などについての電話相談やメール相談

毎週 月～金 9:00～16:00

ほっとテレフォン・ふじ TEL: 51-3741

MAIL: ky-soudan@div.city.fuji.shizuoka.jp

### 市民健康相談

保健師による健康づくりや  
こころの健康についての面接・電話相談



毎週 月～金  
8:30～17:15

富士市健康政策課  
(フィランセ西館1階)

TEL: 64-8992・64-9023

### 青少年の電話相談

こころの悩みや精神保健、福祉に関する電話相談

毎週 月～金

8:30～11:45 13:00～16:30

TEL: 055-922-5562

### こころの電話

### 依存相談

薬物、お酒、ギャンブル等の  
依存症についての相談（無料・秘密厳守）

TEL: 054-286-9245

（予約制）

## 相談できる市内の公的医療機関

### 夜間・休日診療

#### 富士市救急医療センター

○ 所在地 富士市津田217-2  
○ 連絡先 51-0099  
○ 診療科目 内科・小児科・外科  
○ 診療時間  
平日 19:00～翌8:00  
土曜日 14:00～翌8:00

### 富士市の救急医療等当番

診療科目ごと、日曜日・祝休日に受診  
可能な医療機関が掲載されています。  
診療科目：歯科・耳鼻科・産婦人科  
眼科・柔道整復



### 市内の保健・医療機関

○富士市立中央病院  
0545-52-1131  
平日(8:00～11:00)  
○共立蒲原総合病院  
0545-81-2211  
平日(7:15～11:15)



## 普通救命講習



最新の心肺蘇生法を  
学んでみませんか？

3時間の講習で、胸骨圧迫やAEDの  
取り扱い、異物除去など救命処置を学びます。  
あなたの勇気と救命処置が、命を救います。

e-ラーニングを利用して  
事前学習することで  
講習時間が2時間になります。



富士市 普通救命

検索

担当：消防本部警防課 救急管理室

TEL: (0545) 55-2856

(平日 8:30～17:15)

MAIL: fi-keibou@div.city.fuji.shizuoka.jp



問い合わせ先 富士市消防本部警防課 救急管理室

TEL: (0545) 55-2856／メールアドレス fi-keibou@div.city.fuji.shizuoka.jp

(編集 富士市消防本部 救急体制強化ワーキンググループ)

## 消防団員募集

女性団員活躍中！

一緒に地域を  
守りませんか？



災害出動しない  
機能別消防団員！  
学生も活躍できる！

富士市 消防団

検索

担当：消防本部消防総務課

TEL: (0545) 55-2851

(平日 8:30～17:15)

MAIL: syoubou\_soumu@div.city.fuji.shizuoka.jp

