

# 南海トラフ地震に備えて、



じじんまん

# 応急手当



つなみまん

高知県防災キャラクター©やなせたかし

傷病者を見つけたら…  
自分の身の安全を確認したうえで  
まずは「大丈夫ですか?」と呼びかける

反応(意識)あり

反応(意識)なし

応援を呼ぶ

必要に応じて  
救命処置



ゆうどうくん

寝かせ方

2

ページへ

運び方

3

ページへ

きず

4

ページへ

突き指  
ねんざ  
やけど

5

ページへ

骨折

6

ページへ

# 南海トラフ地震が発生すると…



同時に、広域で、大勢の負傷者が発生



医療機関では、  
ケガ人が多すぎてすべての人を処置できません。



自分自身や、家族、身の回りの人がケガをするかもしれません。

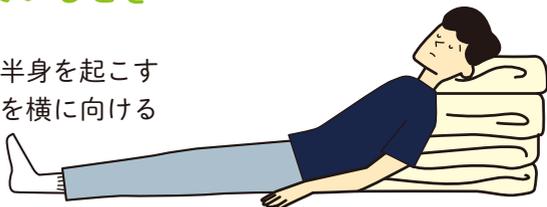
**応急手当に関する知識、技術**

を身につけておきましょう！

**基本** 本人が楽に感じる姿勢にして安静を保つ

### 頭部にケガをしているとき

- ・仰向けに寝かせる
- ・クッションなどで上半身を起こす
- ・おう吐にそなえて顔を横に向ける



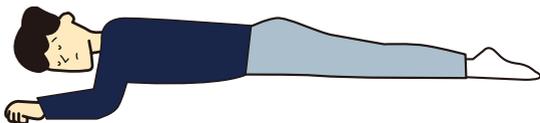
### 腹部にケガをしているとき

- ・仰向けに寝かせる
  - ・ひざの下に毛布やふとんなどをいれる
- ※腹部の緊張と痛みを和らげるため



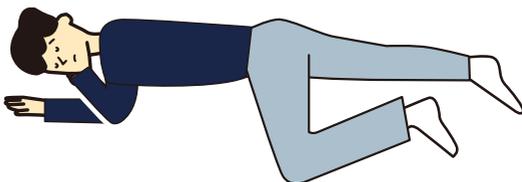
### 背中にケガをしているとき

- ・顔を横むきにして、うつぶせ



### 反応(意識)がないとき

- ・横向きに寝かせる
- ・気道を確保するために下あごを前に出す
- ・上側の手の甲に顔を乗せる
- ・上側のひざを約 90 度曲げる
- ・反応(意識)がなく普段どおりの呼吸がなければ心肺蘇生を行う



## 基本

- ・できるだけ担架などを使用しましょう
- ・できるだけ多人数で運びましょう
- ・多人数で運ぶときは必ずリーダーを決め、リーダーの合図で統一行動をとりましょう



### 毛布を使った応急担架

- ・搬送には6～8人が必要
- ・毛布の両端を丸め、持ちやすくして持ち上げる
- ・移動の際は傷病者の足の方へ進む

### 3名で運ぶ

- ・両側から体の下に手を入れる
- ・同時に、水平に、持ち上げる
- ・移動の際は傷病者の足の方へ進む



### 2名で運ぶ

- ・一人は、背中側から、両わきの下に手を入れて、両手で傷病者の肘と手首の間（前腕）を握る
- ・もう一人は、傷病者の足を交差させて持つ
- ・同時に持ち上げて、傷病者の足の方へ進む



### 1名で運ぶ

- ・背中側から、両わきの下に手を入れて、両手で傷病者の肘と手首の間（前腕）を握る
- ・背後から抱きかかえるようにして傷病者の足を交差させて後ろに引きずる



# 1 傷口が土や砂などで汚れていたら きれいな水で洗い流す

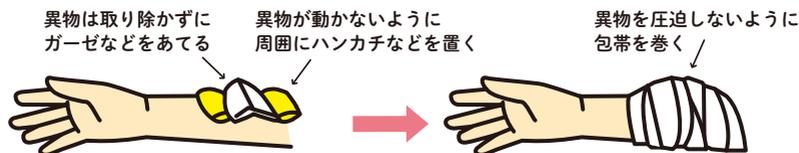


# 2 出血が多いなら、 直接圧迫止血する

- ・大人でも 1L 以上の血液が失われると生命に危険が及ぶ
- ・感染防止のため、救助者はビニール袋などを手にかぶせて手当をする
- ・きれいなガーゼやハンカチなどを出血部位にあて、指先や手のひらで強く圧迫する
- ・動かして大丈夫であれば傷口を心臓より高い位置に上げると痛みをやわらげる効果がある
- ・出血が止まれば包帯などで被覆する

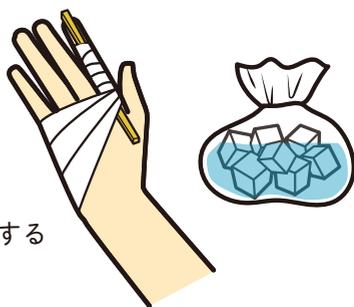


## ガラスや釘などが深く刺さっている場合は 取り除かずに、固定する



## 突き指

- ・氷などで冷やす
- ・割り箸などで固定
- ・引っ張ったりすると悪化する
- ・手当をした後には動かさずに安静にする



## ねんざ

- ・氷などで冷やす
- ・包帯などで固定する
- ・座布団などにのせて高く上げる
- ・手当をした後には動かさずに安静にする



## やけど

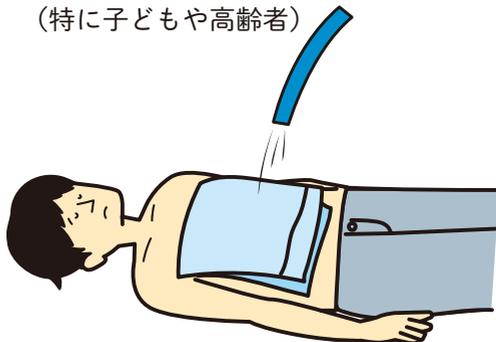
### ●軽いやけど

- ・すぐに流水で痛みが取れるまで冷やす



### ●広い範囲のやけど

- ・流水で皮膚がむけないようにタオルなどで患部をおおう
- ・流水で冷やす
- ・全体を冷やし続けると体温をひどく下げる危険性があるので、10分以上冷やし続けることはさける（特に子どもや高齢者）



※衣類を着ている場合は、脱がせると皮膚がはがれてしまうことがあるため衣類の上から流水で冷やす

### 手首や前腕の骨折の固定

- 1 肘関節から指先までの長さのそえ木を、骨折部の外側と内側にあて、固定する  
そえ木が1枚のときは、外側にあてる



- 2 肘関節が動かないようにするために、固定した腕を三角巾やビニール袋などを使って首から吊るす

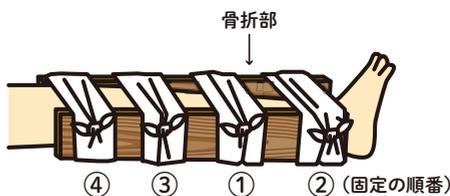
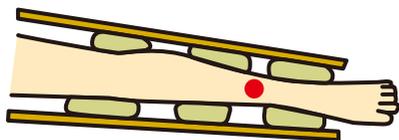


- 3 より安定させるために、吊り下げている腕を胸にしぼる



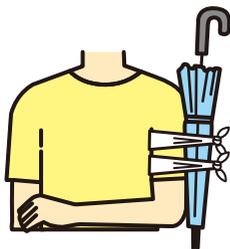
### 下腿の骨折の固定

- ・骨折部の上下の関節を含めてそえ木をあてる
- ・タオルのような柔らかい素材の物を間に挟む
- ・包帯などで巻く



そえ木となるもの

傘・新聞紙・段ボールなど



## 応急手当講習会の問い合わせ

### ●お近くの消防本部など

高知市消防局（救急課）	TEL088-871-7505
室戸市消防本部	TEL0887-22-0014
安芸市消防本部	TEL0887-34-1244
南国市消防本部	TEL088-863-3511
香南市消防本部	TEL0887-55-4141
香美市消防本部	TEL0887-53-4176
土佐市消防本部	TEL088-852-0001
土佐清水市消防本部	TEL0880-82-8119
中芸広域連合消防本部	TEL0887-38-2643
嶺北広域行政事務組合消防本部	TEL0887-76-2806
仁淀消防組合消防本部	TEL088-893-3221
高吾北広域町村事務組合消防本部	TEL0889-26-2111
高幡消防組合消防本部	TEL0889-43-1272
幡多中央消防組合消防本部	TEL0880-34-5881
幡多西部消防組合消防本部	TEL0880-63-0119

### ●日本赤十字社高知県支部 TEL088-872-6295

覚えるまで、  
何度も行ってね！



ヘルパちゃん

講習会に  
参加しよう！

## なんでだろう～「応急手当の必要性」

- 県では、南海トラフ地震対策啓発DVDを作成しました。県庁、市町村役場、図書館などで貸出しをしています。
- YouTubeでも見ることができます。

映像でも、  
勉強するのじゃ！



トラフ博士

高知県危機管理部南海トラフ地震対策課

たいさくくん

