



“緊急時”対応セット

～ 中に入っているもの

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 体温計 | <input type="checkbox"/> 滅菌ガーゼ |
| <input type="checkbox"/> 消毒&絆創膏 | <input type="checkbox"/> 鼻栓 |
| <input type="checkbox"/> 清浄綿 | <input type="checkbox"/> 三角巾 |
| <input type="checkbox"/> 人工呼吸用マスク | <input type="checkbox"/> 包帯 |
| <input type="checkbox"/> 保温用アルミシート | <input type="checkbox"/> マスク&手袋 |
| <input type="checkbox"/> 黒いビニール袋 | <input type="checkbox"/> ティッシュ |
| <input type="checkbox"/> はさみ | <input type="checkbox"/> 対応マニュアル |
| <input type="checkbox"/> 記録用紙&ボールペン | <input type="checkbox"/> バイタルチェック表 |

～ そのほかに持っていくもの

- | | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 担架 | <input type="checkbox"/> AED | <input type="checkbox"/> 携帯電話 |
| <input type="checkbox"/> 血圧計 | <input type="checkbox"/> パルスオキシメーター | |
| <input type="checkbox"/> バスタオル | <input type="checkbox"/> ペンライト | |
| <input type="checkbox"/> 保健調査票や管理表 | | |



救急車の呼び方

～ 119番通報 ～



1. 火事ですか？救急ですか？



救急です

2. 場所はどこですか？



(学校住所)

〇〇学校です

3. どうしましたか？



〇年生、男子 or 女子

〇時頃、〇〇をされていて

〇〇の状態になりました

4. あなたの名前・今かけている電話番号を教えてください



私の名前は〇〇です

電話番号は

〇〇〇-〇〇〇〇 です

※ 救急車は 【 〇〇 】 から敷地内へ入れる

～こんなときは救急車要請を！～

- 意識がない
- けいれんが10分以上おさまらない
- 呼吸停止・呼吸困難
- 繰り返す嘔吐
- 今までにない頭痛・胸痛・腹痛で、痛みが増している
- 大出血（開放性のケガ）
- 骨の変形がある
- 広範囲の火傷
- など



“熱中症”対応セット

～ 中に入っているもの

- | | |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 瞬間冷却材 | <input type="checkbox"/> 体温計 |
| <input type="checkbox"/> 経口補水液 | <input type="checkbox"/> うちわ・タオル |
| <input type="checkbox"/> 紙コップ・スプーン | <input type="checkbox"/> ビニール袋・ティッシュ |
| <input type="checkbox"/> ストロー | <input type="checkbox"/> 冷えピタ |

～ そのほかに持っていくもの

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 緊急時対応セット | <input type="checkbox"/> AED |
| <input type="checkbox"/> バスタオル | <input type="checkbox"/> 携帯電話 |
| <input type="checkbox"/> 凍らせたペットボトル | <input type="checkbox"/> 水・氷 |



このような症状があれば…



**重症度
Ⅰ度**

- 手足がしびれる
- めまい、立ちくらみがある
- 筋肉のこむら返りがある(痛い)
- 気分が悪い、ボーっとする

涼しいところで一休み。冷やした水分・塩分を補給しましょう。誰かがついて見守り、良くならなければ、病院へ。



Ⅰ度の処置に加え、衣服をゆるめ、体を積極的に冷しましょう。



**重症度
Ⅱ度**

- 頭ががらがらする(頭痛)
- 吐き気がする・吐く
- からだがだるい(倦怠感)
- 意識が何となくおかしい



救急車を呼び、最寄りの病院に搬送しましょう。



**重症度
Ⅲ度**

- 意識がない
- 体がひきつる(けいれん)
- 呼びかけに対し返事がおかしい
- まっすぐ歩けない・走れない
- 体が熱い



《暑さ指数に応じた注意事項等》

暑さ指数 (WBGT)	注意すべき 生活活動の目安	日常生活における 注意事項	熱中症予防のための 運動指針
31℃以上	すべての生活活動で おこる危険性	外出はなるべく避け 涼しい室内に移動する	運動は原則中止 子どもの場合は中止すべき
28~31℃		外出時は炎天下を避け 室内では室温の上昇に注意する	厳重警戒 激しい運動や持久走は避ける
25~28℃	中等度以上の生活活 動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期 的に十分に休息を取り入れる	警戒 運動時、約30分おきに休息
21~25℃	強い生活活動で おこる危険性	一般に危険性は少ないが、激しい 運動時には発生する危険性がある	注意 熱中症の兆候に注意

