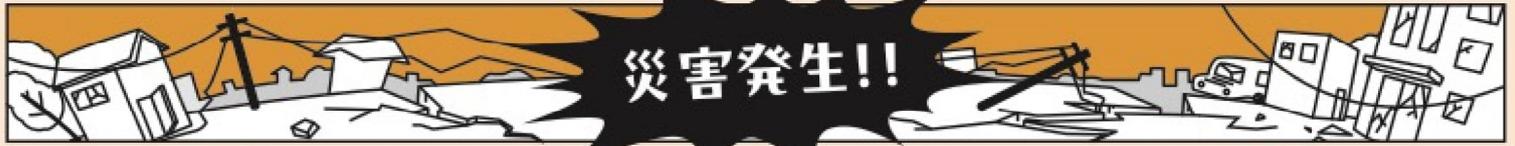


災害時

けがをしたらどうする!?

災害が起こったときにけがをして手当を受ける必要がある場合は、病院の混乱を避け、できる限りの命を救うため、緊急度・重症度に応じた医療機関にいきましょう。



重症

命の危険がある・歩行できない



意識がない・呼吸が確認できないなど

中等症

歩行できない



入院が必要な出血が多いけが・骨折など

軽症

歩行できる

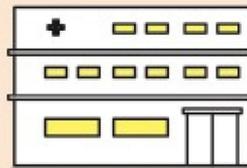


軽いやけど・打撲など



災害拠点病院

赤色の
のぼりが
目印



災害時救急病院

黄色の
のぼりが
目印



診療所

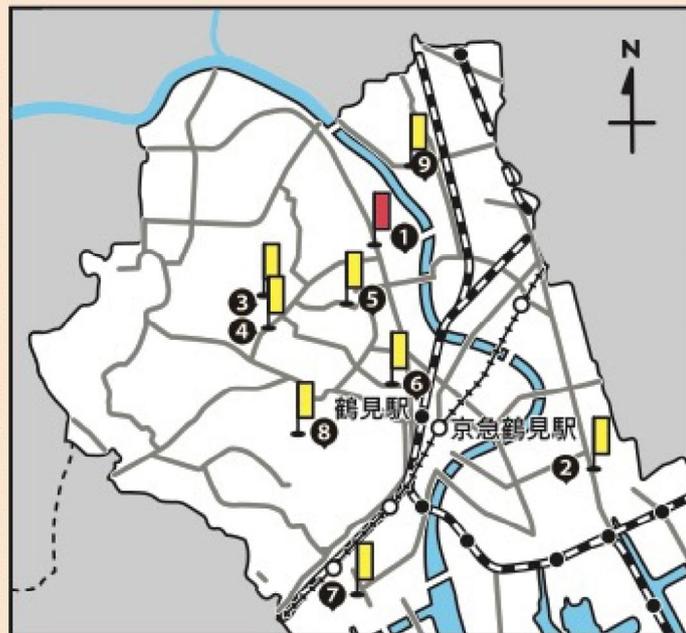
発災時、診療可能な医療機関は「診療中」ののぼり旗を掲げています。病院まで自力で歩行するのが難しい場合は、家族や近隣の人に協力をお願いして移動しましょう。

災害時に薬を用意できる薬局



黄色の
フラッグが
目印

避難先で薬が足りなくなっても、お薬手帳や薬と一緒にもらう説明書をもっていれば、必要な薬をもらうことができます。



▶ 災害拠点病院

- ① 済生会横浜市東部病院

▶ 災害時救急病院 一覧

- ② 森山病院
- ③ 鶴見西井病院
- ④ 片山整形外科記念病院
- ⑤ 佐々木病院
- ⑥ 横浜石心会病院
- ⑦ 生麦病院
- ⑧ 平和病院
- ⑨ 汐田総合病院

いざというときの備え

いつ、どこで、どんな災害が起こるかわかりません。いざというときのために、日ごろからの備えが重要です。災害時にも可能な限り健康を維持できるように、衛生用品も忘れずに用意しておきましょう。

身の安全への備え

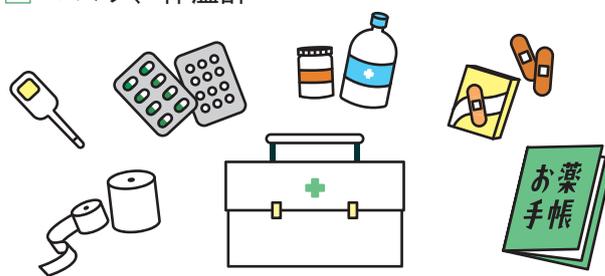
- ハザードマップで自宅、避難所、医療機関への経路を確認しておく。
- 家具の転倒防止策、安全な設置をする。

避難生活への備え

- 3日分の飲料水・食料品・トイレパック
- 懐中電灯、携帯ラジオ、携帯電話充電器
- 貴重品（現金、預金通帳、印鑑、健康保険証など）
- 日用品（タオル、ビニール袋、軍手、ウエットティッシュ、トイレットペーパー、生理用品、ハブラシ、紙皿、紙コップなど）

けが・安全への備え

- 日ごろから近隣の医療機関を確認しておく。
- 常備薬（胃腸薬、鎮痛剤、かぜ薬など）
- お薬手帳
- 包帯、ガーゼ、ばんそうこう、消毒薬
- 持病のある方の薬（1週間分）
- ヘルメット、防災ずきん、ホイッスル
- マスク、体温計



※住まいや家族の事情にあわせて必要なものを揃えましょう

応急手当の心がまえ



出血しているときは…

腕や足、頭などをけがして出血している場合には、身の回りにあるガーゼや清潔な布で傷口を強く押さえます。包帯を少しくつめに巻くことによっても、同様に圧迫して止血することができます。

感染を防ぐため、自分の手をゴム手袋やビニール袋などで覆い、相手の血液や傷口に直接触れないようにすることが望ましいです。

けが人の応急手当をするときは…

まずは周りの安全を確保。周囲の人に声をかけて、協力を求めることを心がけましょう。大量に出血している場合や足を骨折して移動が難しい場合などは、無理をせず、周りの人と助け合って救護活動をしましょう。



災害が起こる前に、お近くの医療機関を確認しましょう！

お問い合わせ ▶▶ 鶴見区役所福祉保健課 ☎ 045-510-1826



横浜市災害医療
ウェブページ
詳しくはこちら