



## 熱中症に注意！

～夏本番前から熱中症予防対策を!!～

梅雨の合間の突然気温が上昇した日や湿度の高い蒸し暑い日が発生する6月頃から、熱中症による救急搬送が多くなることから、東京消防庁では、熱中症に対する注意を呼びかけています。

新型コロナウイルスの影響により、マスクの着用や自宅で過ごすことが多い生活となっています。感染予防に配慮し、熱中症対策をしましょう。

### 【令和2年の特徴】

- 東京消防庁管内において、令和2年6月1日から9月30日までの4か月間に、熱中症（熱中症疑いを含む）により5,796人が救急搬送されています。令和元年と比べて、令和2年の熱中症による救急搬送人員は、162人増加しました。
- 例年、梅雨明け後の最初に気温が高温となる日に、急激に救急搬送人員が増加する傾向があり、令和2年は梅雨が明けた8月1日頃から熱中症による救急搬送人員が増加し、8月は過去5年の同月と比較して、最多の救急搬送人員（4,329人）となっています。
- 年代別には、高齢者（65歳以上）が全体の救急搬送人員の約半数（3,327人）を占めており、そのうちの約7割（2,426人）が後期高齢者（75歳以上）となっています。
- 救急搬送人員の初診時程度をみると、約4割（2,418人）が入院の必要がある中等症以上と診断され、そのうち255人が重症以上と診断されています。
- 救急要請時の発生場所別をみると、「住宅等居住場所」での発生が約4割（2,589人）で最も多く、次いで「道路・交通施設」での発生が約3割（1,739人）となっています。

詳細は別添え資料をご覧ください。

※ 気温、最高気温は気象庁の気象統計情報の東京で測定した数値等を使用しています。

※ 東京都のうち稲城市と島しょ地区を除きます。

## 【令和3年夏の事故防止（熱中症予防）ポスターについて】

- 1 ポスターデザイン  
バレーボール漫画「ハイキュー!!」
- 2 制作趣旨  
気温の上昇により増加する熱中症への注意喚起を図るとともに、「#7119」の認知率が低い傾向にある若年層を訴求対象として設定し、集英社「週刊少年ジャンプ」に掲載され、アニメーション化もされた大人気バレーボール漫画「ハイキュー!!」を起用したデザインとしました。
- 3 掲出場所  
東京消防庁管内の駅、官公庁、事業所、学校、町会及び自治会の掲示板など
- 4 掲出期間  
令和3年5月14日（金）から9月30日（木）まで



問合せ先

（東京消防庁（代） 電話 3212 - 2111  
防災安全課生活安全係 内線 4206  
広報課報道係 内線 2345~2349）

## 夏本番前から熱中症予防対策を！！

梅雨の合間の突然気温が上昇した日や湿度の高い蒸し暑い日が発生する6月頃から、熱中症による救急搬送が多くなります。

新型コロナウイルスの影響により、マスクの着用や自宅で過ごすことが多い生活となっています。感染予防に配慮し、熱中症予防対策をしましょう。

### 1 熱中症の予防と対策

#### (1) 暑さに身体を慣らしていく。

体が暑さに慣れることを暑熱順化といいます。この暑熱順化は、「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度の運動（ウォーキングなど）を継続することで獲得することができ、運動開始数日後から2週間程度で完成するといわれています。そのため、日頃からウォーキングなどで汗をかく習慣を身につけて暑熱順化していれば、夏の暑さにも対抗しやすくなり、熱中症にもかかりにくくなります。早い時期から、少し早足でウォーキングするなど、汗をかく機会を増やしていれば、夏の暑さに負けない体をより早く準備できることになります。



#### <対策>

- ウォーキングなどの運動をすることで、汗をかく習慣を身に付けるなど、暑さに強い体をつくりましょう。

## (2) 高温・多湿・直射日光を避ける。

熱中症の原因の一つが、高温と多湿です。屋外では、強い日差しを避け、屋内では風通しを良くするなど、高温環境に長時間さらされないようにしましょう。

### <対策>

#### ～行動の工夫～

- 日陰を選んで歩きましょう。
- 涼しい場所に避難しましょう。
- 適宜休憩する、頑張らない、無理をしないようにしましょう。

#### ～住まいの工夫（室内で涼しく過ごす工夫）～

- 玄関に網戸、向き合う窓を開けるなど、風通しを利用しましょう。
- ブラインドやすだれを活用し、窓から射し込む日光を遮りましょう。
- 我慢せずに冷房を入れ、扇風機も利用するなど、空調設備を利用して、部屋の温度を調整しましょう。

#### ～衣類等の工夫～

- ゆったりした衣服や、襟元をゆるめて通気しましょう。
- 炎天下では、輻射熱を吸収する黒色系の素材を避けましょう。
- 日傘や帽子で日差しを防ぎましょう。

## (3) 水分補給は計画的、かつ、こまめにする。

特に高齢者は、のどの渇きを感じにくくなるため、早めに水分補給をしましょう。

普段の水分補給は、お茶や水がよいでしょう。水分補給目的のアルコールは尿の量を増やし体内の水分を排出してしまうため逆効果です。

なお、持病がある方や水分摂取を制限されている方は、夏場の水分補給等について必ず医師に相談しましょう。

### <対策>

- こまめに水分補給・のどが渇く前に水分補給しましょう。
- 1日あたり1.2ℓの水分補給・起床時、入浴前後に水分を補給しましょう。



(4) 運動時などは計画的な休憩をする。

学校での体育祭の練習、部活動や試合中などの集団スポーツ中に熱中症が発生していることから、実施する人はもちろんのこと、特に指導者等は熱中症について理解して、計画的な休憩や水分補給など、熱中症を予防するための配慮をしましょう。

汗などで失われた水分や塩分をできるだけ早く補給するためには、スポーツドリンクなどを摂取するのもよいでしょう。

また、試合の応援や観戦などでも熱中症が発生していることから、自分は体を動かしていないからと言って注意を怠らないでください。

<対策>

- 環境条件を把握しておきましょう。
- 状況に応じた水分補給を行いましょ。
- 暑さに徐々に慣れましょ。
- 個人の条件や体調を考慮ましょ。
- 服装に気をつけましょ。

(5) 乗用車等で子供だけにしない。

外気温が25℃から27℃の晴れた日、車の窓を閉め切るとすぐに車内の温度は上昇し、1時間後には58度、2時間後には62度にもなります。子供がぐっすり寝ているからといって、座席に残して車を離れるのは短時間であっても非常に危険です。

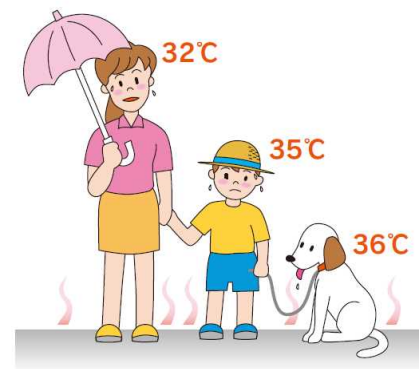
<対策>

- 子供を車の中で、決して一人にしないでください。

(6) 子供は大人よりも高温環境にさらされています。

一般的に地面に近いほど、地面からの輻射熱は高くなります。子供は大人に比べて身長が低いため、大人よりも地面から受ける輻射熱は高温となります。

東京都心の気温が32.3℃だったとき、幼児の身長である50cmの高さでは35℃を超えていました。また、さらに地面に近い5cmの高さでは36℃以上でした。



<対策>

- 子供は大人の想像以上に輻射熱等を受けていると考えましょ。
- 子供の体調の変化に注意ましょ。

## 2 「新型コロナウイルスを想定した『新しい日常』」における熱中症予防

今夏も、これまでとは異なる生活環境下で迎えることとなりますが、一方で、例年以上に熱中症にも気をつけなければなりません。十分な感染症予防を行いながら、熱中症予防にもこれまで以上に心掛けるようにしましょう。

### <「新しい日常」における熱中症予防行動のポイント>

- 夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。このため、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、熱中症のリスクを考慮し、マスクをはずすようにしましょう。
- マスクを着用している場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心掛けるようにしましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、適宜、マスクをはずして休憩することも必要です。



- 新型コロナウイルス感染症を予防するためには、冷房時でも換気扇や窓開放によって換気を確保する必要があります。この場合、室内温度が高くなるので、熱中症予防のためにエアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。
- 日頃の体温測定、健康チェックは、新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症を予防する上でも有効です。体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養するようにしましょう。
- 3密（密集、密接、密閉）を避けつつも、熱中症になりやすい高齢者、子ども、障害者への目配り、声掛けをするようにしましょう。

なお、環境省の熱中症予防情報サイトにおいて、新しい生活様式における熱中症予防行動について掲載されていますので、参考にしてください。

「熱中症予防情報サイト」⇒「トピックス」⇒「新しい生活様式と熱中症予防」

<https://www.wbgt.env.go.jp>



### 3 熱中症を疑う症状と応急手当

熱中症を疑った時には、放置すれば死に直結する緊急事態であることをまず認識し、図1を参考に対応してください。

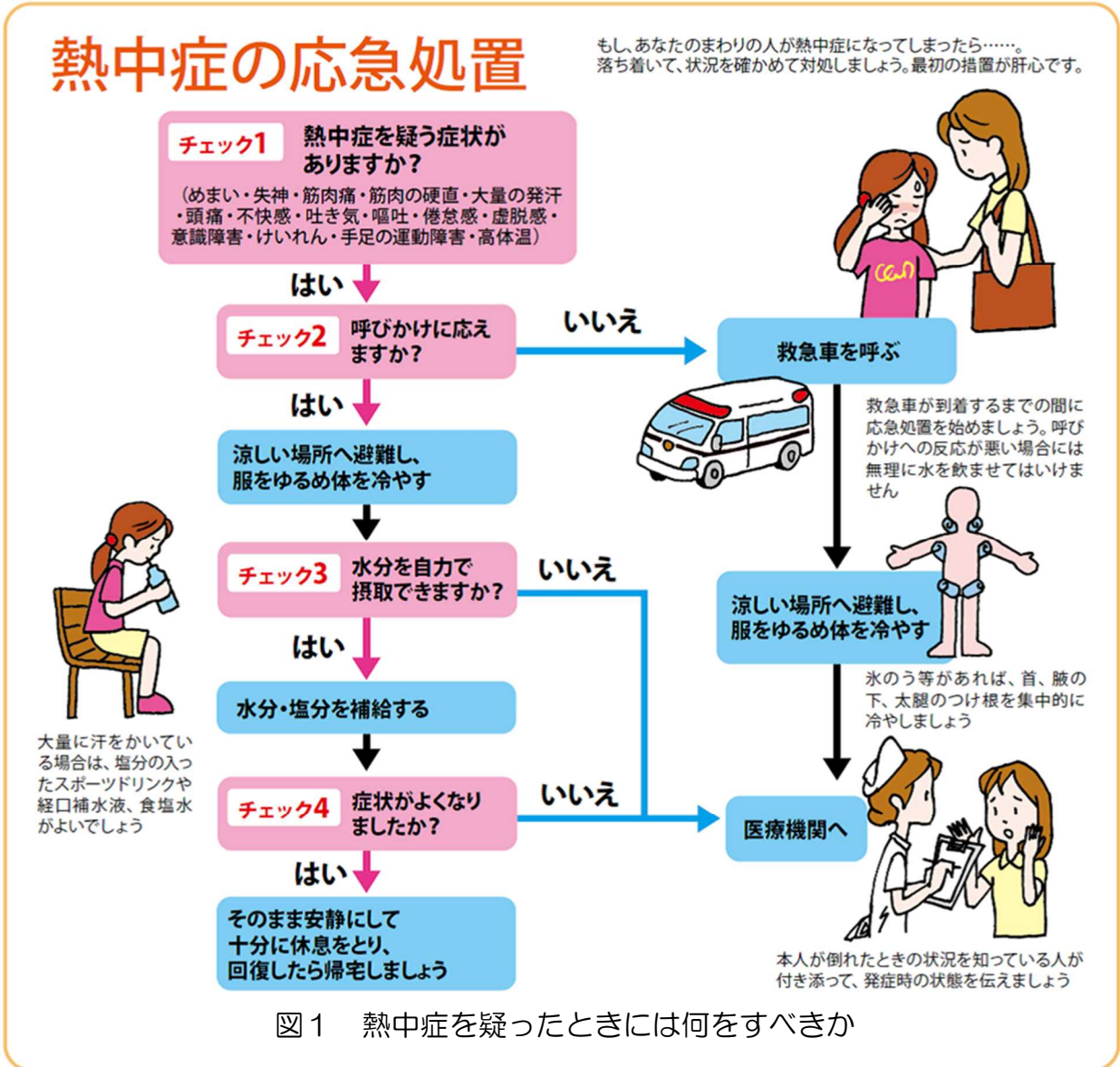


図1 熱中症を疑ったときには何をすべきか

参考文献：熱中症環境保健マニュアル2018（環境省）より

## 平成28年から令和2年までの熱中症による救急搬送状況

### 1 年別の救急搬送人員

東京消防庁管内\*では過去5年間（各年6月から9月まで）に、25,376人が熱中症（熱中症疑い等を含む。）により救急搬送されました。令和2年の熱中症による救急搬送人員は過去5年間で2番目に多い5,796人で、令和元年と比較すると162人（2.9%）増加しました（図1）。

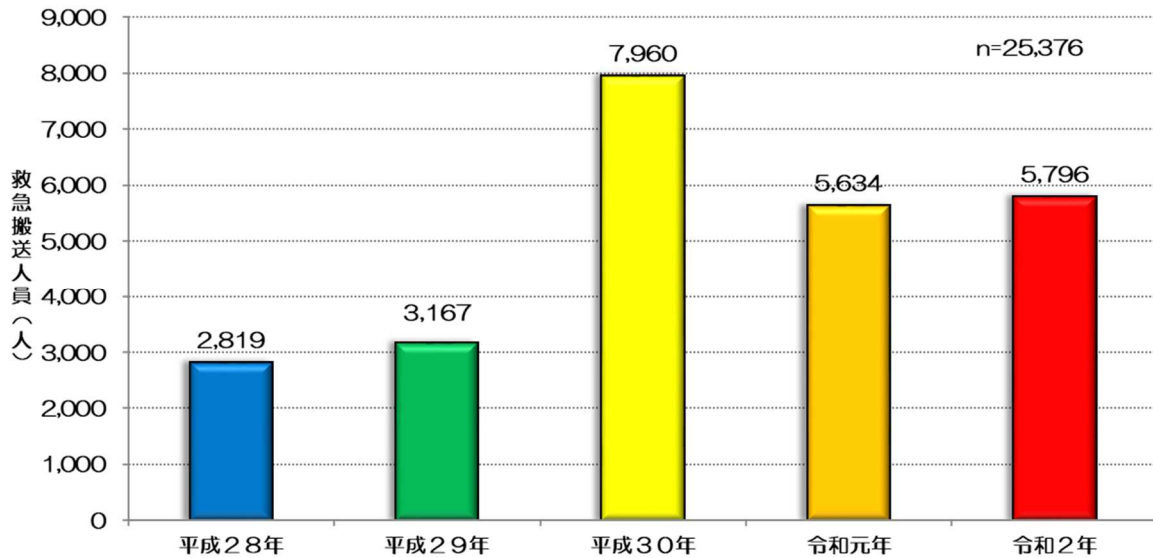


図1 過去5年間の熱中症による救急搬送人員（各年6月～9月）

### 2 月別の救急搬送人員

過去5年の月別を比較すると、令和2年の7月は393人で前年の同月と比べて、658人（▼62.6%）と大幅に減少しましたが、8月は4,329人であり、前年の同月と比べて550人（14.6%）増加しました（図2）。

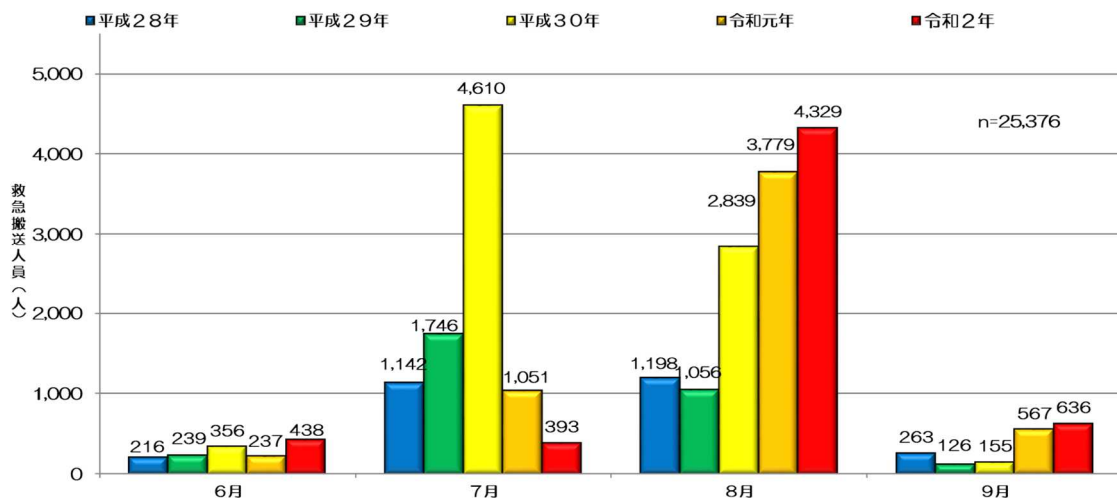


図2 月別の熱中症による救急搬送人員

※ 東京都のうち稲城市と島しょ地区を除きます。



## 令和2年の熱中症による救急搬送人員と気温の状況

熱中症による救急搬送人員と気温の関係を見てみると、30℃以上（真夏日）の日は令和元年は37日、令和2年は42日と5日増加し、35℃以上（猛暑日）は、令和2年は令和元年と同件数の12日でした。1日に100人以上救急搬送された日は、令和元年は16日でしたが、令和2年は20日と増加し、1日で最も救急搬送された日は、8月17日の358人で最高気温は36.5℃でした。

- ※ 東京都のうち稲城市と島しょ地区を除きます。
- ※ 別添え資料中の気温、最高気温、平均気温、湿度、天気は気象庁の気象統計情報の東京で測定した数値等を使用しています。★は、6時から18時の間「快晴」または「晴」
- ※ 熱中症で救急搬送された人員は赤字で表示しています。

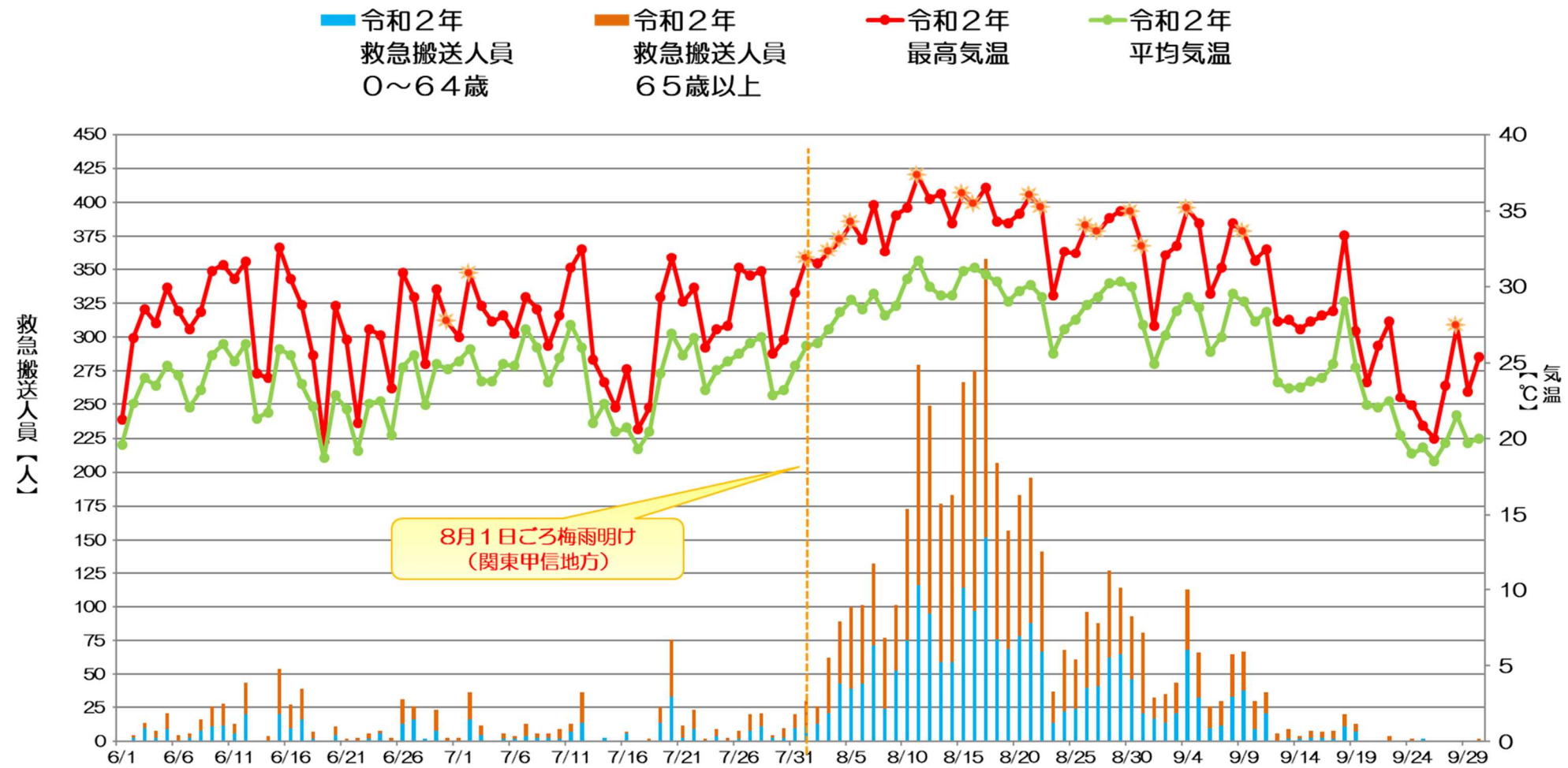


図3 熱中症による救急搬送人員と気温（令和2年6月～9月）

表1 熱中症による救急搬送人員（令和2年6月～9月）

月	区分	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	計
6月	0～64歳	0	3	10	3	9	0	3	8	11	12	6	20	0	0	20	10	16	2	0	5	0	1	2	6	1	13	16	2	8	1		188
	65歳以上	1	2	4	5	12	5	3	8	15	16	7	24	1	4	34	17	23	5	1	6	2	2	4	2	2	18	10	0	15	2		250
	計	1	5	14	8	21	5	6	16	26	28	13	44	1	4	54	27	39	7	1	11	2	3	6	8	3	31	26	2	23	3		438
7月	0～64歳	1	16	5	0	2	2	4	3	3	2	7	14	0	3	0	6	1	1	14	33	3	9	1	4	1	2	8	11	3	3	10	172
	65歳以上	2	20	7	0	4	2	9	3	3	7	6	22	1	0	1	1	0	1	11	43	9	14	1	5	2	6	12	10	2	7	10	221
	計	3	36	12	0	6	4	13	6	6	9	13	36	1	3	1	7	1	2	25	76	12	23	2	9	3	8	20	21	5	10	20	393
8月	0～64歳	11	13	21	43	39	43	71	24	53	75	116	95	59	59	114	97	152	76	69	78	88	67	14	22	24	40	41	62	65	46	21	1798
	65歳以上	19	13	41	46	61	58	61	53	48	98	164	154	118	124	153	178	206	131	88	105	108	74	23	46	37	56	47	65	49	47	60	2531
	計	30	26	62	89	100	101	132	77	101	173	280	249	177	183	267	275	358	207	157	183	196	141	37	68	61	96	88	127	114	93	81	4329
9月	0～64歳	17	14	21	68	32	10	12	33	38	9	21	1	2	2	3	3	2	11	7	0	0	1	0	0	2	1	1	0	0	0		311
	65歳以上	15	21	23	45	34	16	18	32	29	21	15	5	7	2	5	4	6	9	6	1	1	3	1	2	0	0	0	1	1	2		325
	計	32	35	44	113	66	26	30	65	67	30	36	6	9	4	8	7	8	20	13	1	1	4	1	2	2	1	1	1	1	2		636

## 令和2年の熱中症による救急搬送状況の詳細

### 1 気温別の熱中症による救急搬送人員の状況

救急要請時の気温と救急搬送人員では、33℃台は、920人が救急搬送され、気温が高いほど搬送人員が多い傾向がみられます（図4）。

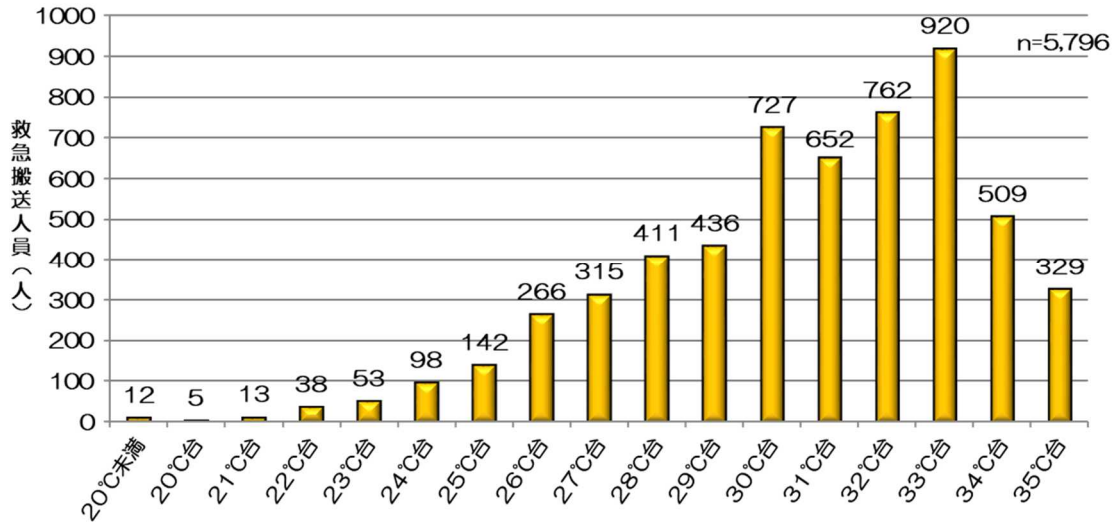


図4 気温別の熱中症による救急搬送人員（令和2年6月～9月）

### 2 救急要請時の気温と湿度の状況（令和2年6月～9月）

下の図は、令和2年6月から9月末までに熱中症で救急搬送された5,796人の救急要請時の気温と湿度を表したもので、赤色が濃いほど救急搬送が多くなっています。

概ね、気温は25℃から35℃まで、湿度は60%から90%までの範囲で、救急搬送人員が多く分布していることがわかります。

また、気温が高くなくても湿度が高いと熱中症で救急搬送されていることがわかります（図5）。

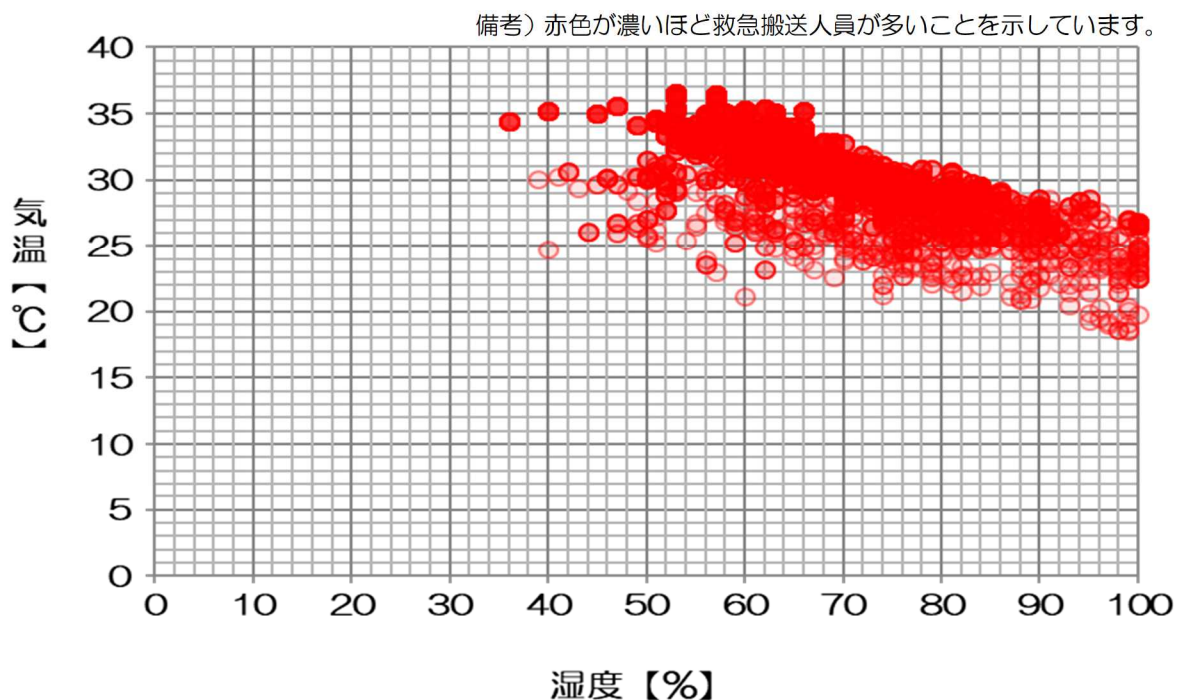


図5 救急要請時の気温と湿度（令和2年6月～9月）

### 3 時間帯別の救急搬送状況

時間帯別の救急搬送状況を見ると、12時台が619人と最も多く、次いで11時台が587人でした。特に11時台から15時台は500人以上と多くなっています（図6）。

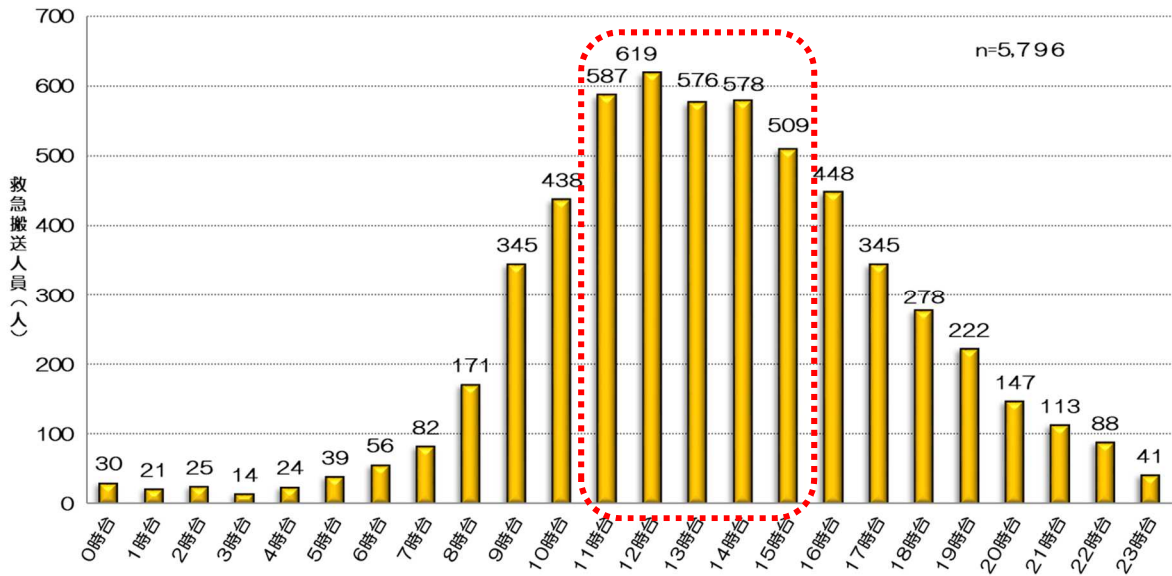


図6 時間帯別の救急搬送人員（令和2年6月～9月）

### 4 年代別の救急搬送状況

年代別の救急搬送状況を見ると、80歳代が1,405人と最も多く、次いで70歳代が1,205人となっていました。

人口10万人あたりの救急搬送人員で見ると、70歳代以上になると急激に多くなっており、60歳未満では10歳代が最も多くなっていました（図7）。

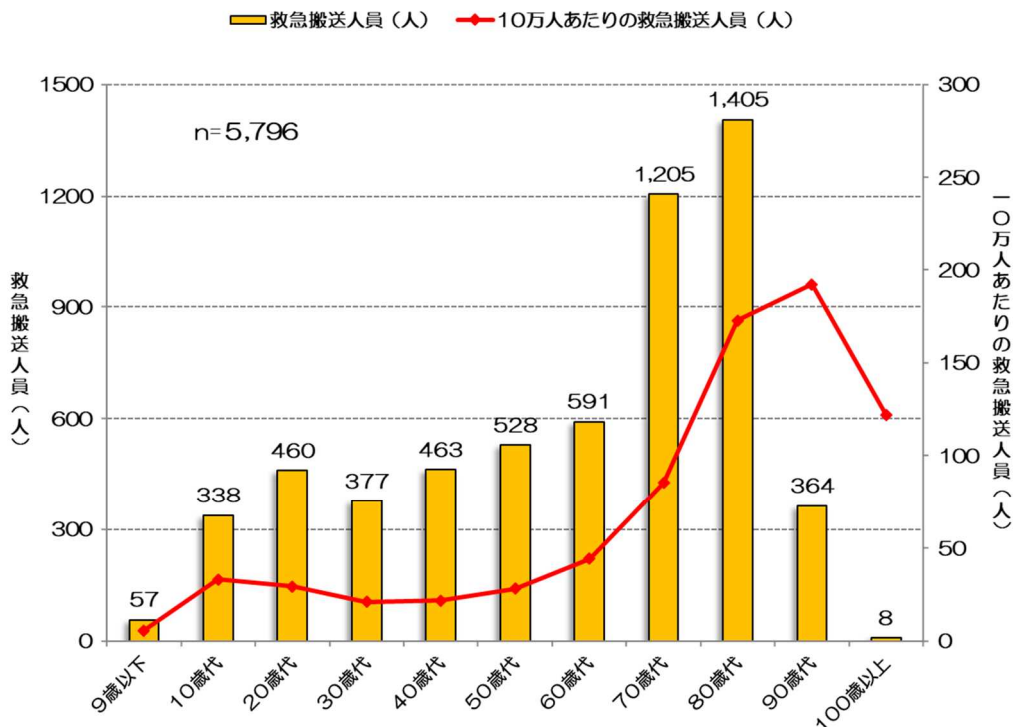


図7 年代別の救急搬送人員（令和2年6月～9月）

年齢区別の救急搬送状況を見ると、65歳以上の高齢者が3,327人で全体の約半数を占め、そのうち約7割にあたる2,426人が75歳以上の後期高齢者でした（図8）。

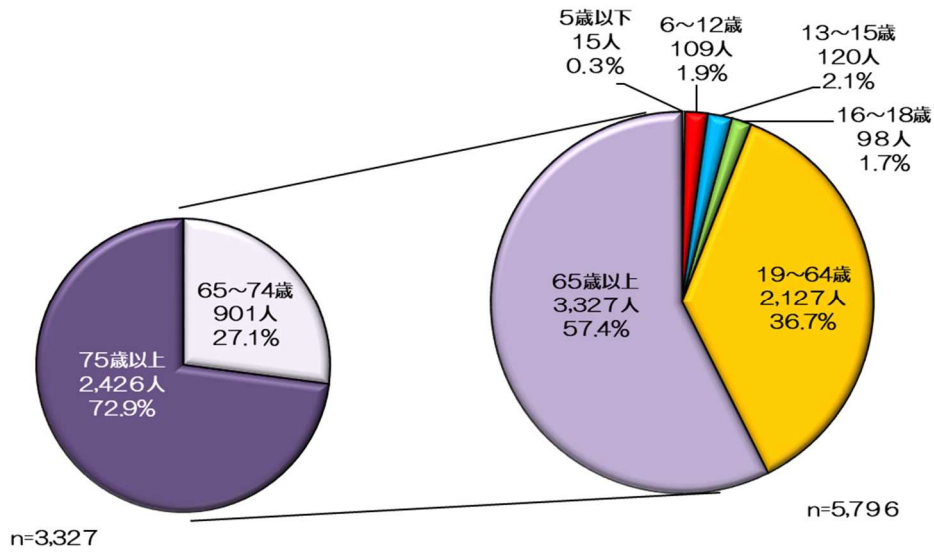
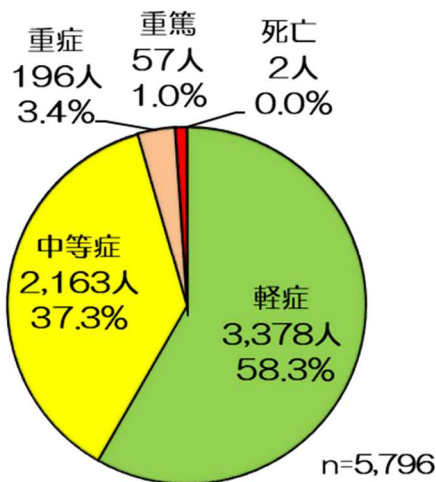


図8 年齢区別の救急搬送人員（令和2年6月～9月）

## 5 救急搬送時の初診時程度

救急搬送時の初診時程度をみると、救急搬送された5,796人のうち約4割にあたる2,418人が入院の必要があるとされる中等症以上と診断されています。重症以上は255人で、そのうち57人は生命の危険が切迫しているとされる重篤と診断され、2人が死亡しています。（図9-1、表2）。

また、高齢者（65歳以上）は、半数以上の1,802人（54.2%）が中等症以上と診断され、後期高齢者（75歳以上）に限ると、1,368人（56.4%）が中等症以上と診断されています（図9-2、図9-3、表3、表4）。



初診時程度とは・・・

軽 症：軽易で入院の必要がないもの

中等症：生命の危険はないが、入院の必要があるもの

重 症：生命の危険が強いと認められたもの

重 篤：生命の危険が切迫しているもの

死 亡：初診時、死亡が確認されたもの

図9-1 救急搬送時の初診時程度別の救急搬送人員（令和2年6月～9月）



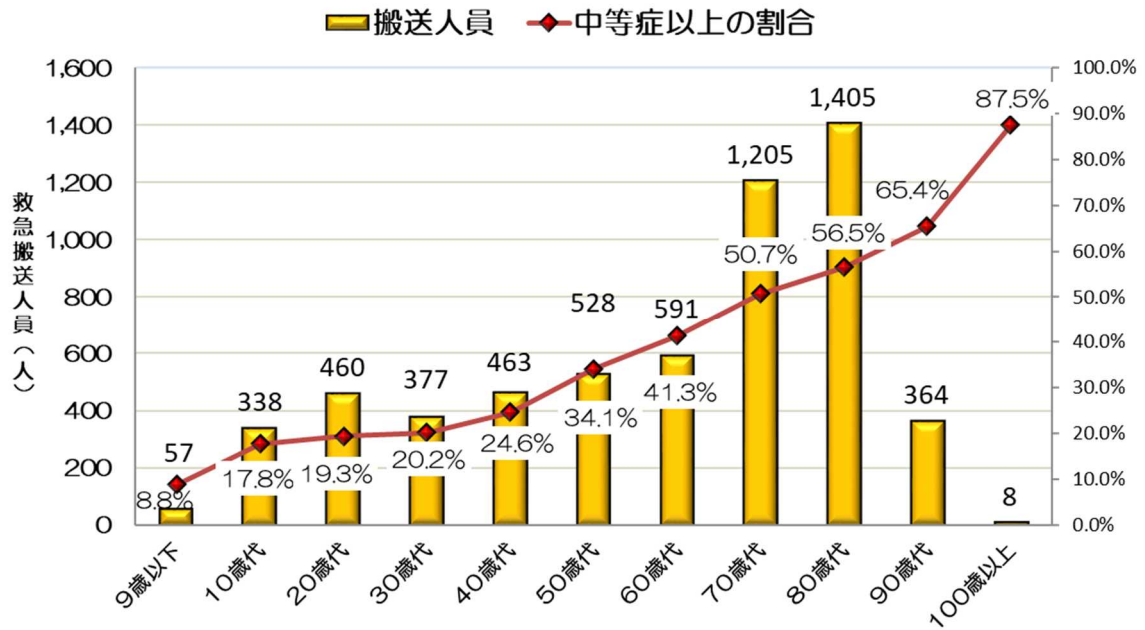


図9-2 年代別の救急搬送時の初診時程度と中等症以上の割合 (令和2年6月～9月)

表2 年代別の救急搬送時の初診時程度と中等症以上の割合 (令和2年6月～9月)

年代	軽症	中等症	重症	重篤	死亡	合計	中等症以上の割合
9歳以下	52人	5人	-	-	-	57人	8.8%
10歳代	278人	56人	4人	-	-	338人	17.8%
20歳代	371人	87人	2人	-	-	460人	19.3%
30歳代	301人	71人	3人	2人	-	377人	20.2%
40歳代	349人	103人	8人	3人	-	463人	24.6%
50歳代	348人	157人	19人	4人	-	528人	34.1%
60歳代	347人	213人	26人	5人	-	591人	41.3%
70歳代	594人	541人	52人	18人	-	1,205人	50.7%
80歳代	611人	705人	70人	19人	-	1,405人	56.5%
90歳代	126人	219人	12人	5人	2人	364人	65.4%
100歳以上	1人	6人	-	1人	-	8	87.5%
総計	3,378人	2,163人	196人	57人	2人	5,796人	41.7%

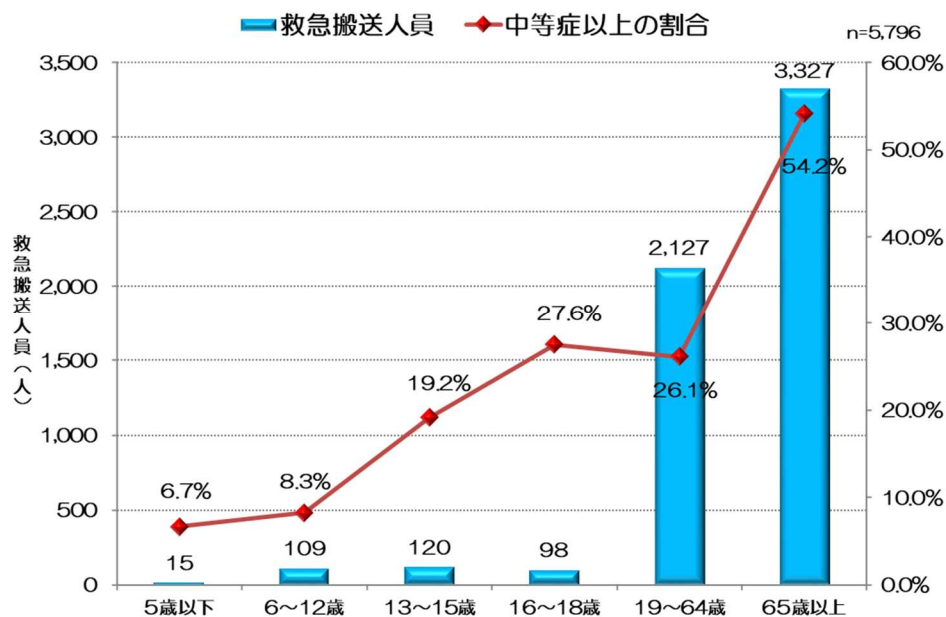


図9-3 年齢区別の救急搬送時の初診時程度と中等症以上の割合（令和2年6月～9月）

表3 年齢区別の救急搬送時の初診時程度と中等症以上の割合（令和2年6月～9月）

	軽症	中等症	重症	重篤	死亡	中等症以上の割合
5歳以下 乳幼児	14人	1人	-	-	-	6.7%
6~12歳 小学生の年代	100人	9人	-	-	-	8.3%
13~15歳 中学生の年代	97人	22人	1人	-	-	19.2%
16~18歳 高校生の年代	71人	24人	3人	-	-	27.6%
19~64歳	1,571人	503人	41人	12人	-	26.1%
65歳以上 高齢者	1,525人	1,604人	151人	45人	2人	54.2%
総計	3,378人	2,163人	196人	57人	2人	41.7%

表4 高齢者の救急搬送時の初診時程度と中等症以上の割合（令和2年6月～9月）

年齢	軽症	中等症	重症	重篤	死亡	合計	中等症以上の割合
65~74歳	467人	376人	45人	13人	0	901人	48.2%
75歳以上	1,058人	1,228人	106人	32人	2人	2,426人	56.4%
合計	1,525人	1,604人	151人	45人	2人	3,327人	54.2%

## 6 熱中症の発生場所

救急要請時の発生場所では、住宅等居住場所が2,589人で全体の44.7%を占め最も多く、次いで道路・交通施設が1,739人で30.0%を占めていました（図10-1）。

また、年齢区分別に発生場所を見ると、乳幼児（0～5歳）及び高齢者（65歳以上）は「住宅等居住場所」、「道路・交通施設」が多くを占め、小学生となる6歳～12歳、中学生となる13歳～15歳は、いずれも「学校・児童施設等」、「公園・遊園地・運動場等」が多く、高校生となる16歳～18歳は、「学校・児童施設等」、「道路・交通施設」が多くを占めています。（図10-2～10-7）。

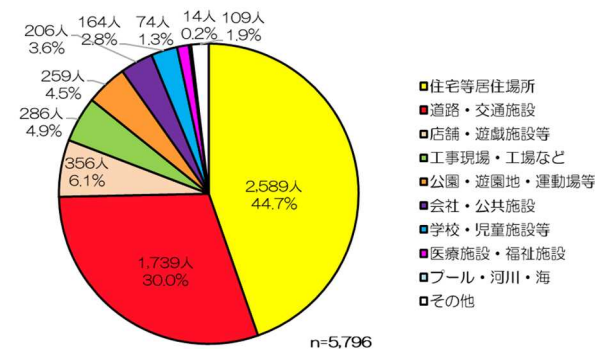


図10-1 発生場所別の救急搬送人員（令和2年6月～9月）

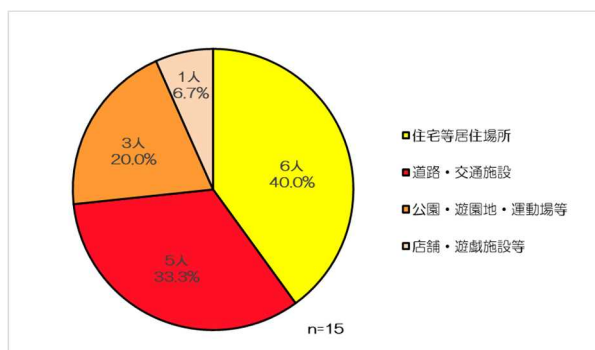


図10-2 発生場所別の熱中症による救急搬送人員  
0歳～5歳（令和2年6月～9月）

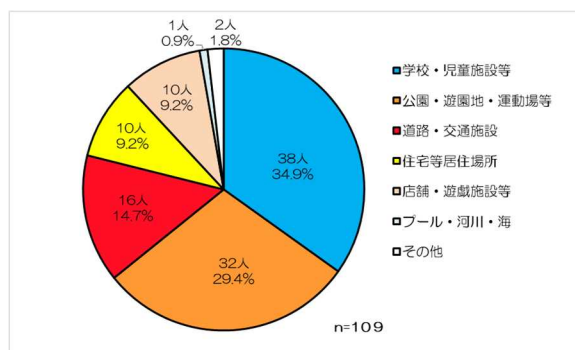


図10-3 発生場所別の熱中症による救急搬送人員  
6歳～12歳（令和2年6月～9月）

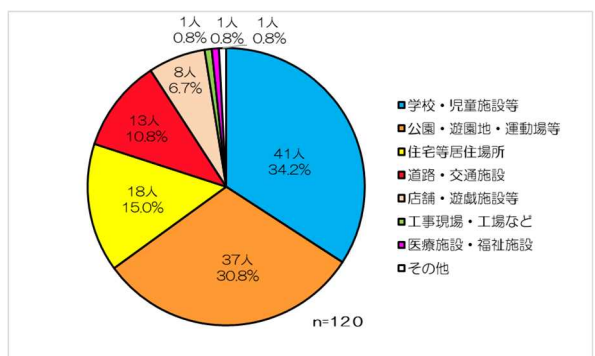


図10-4 発生場所別の熱中症による救急搬送人員  
13歳～15歳（令和2年6月～9月）

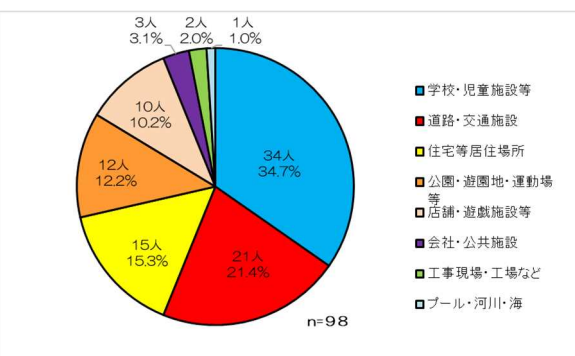


図10-5 発生場所別の熱中症による救急搬送人員  
16歳～18歳（令和2年6月～9月）

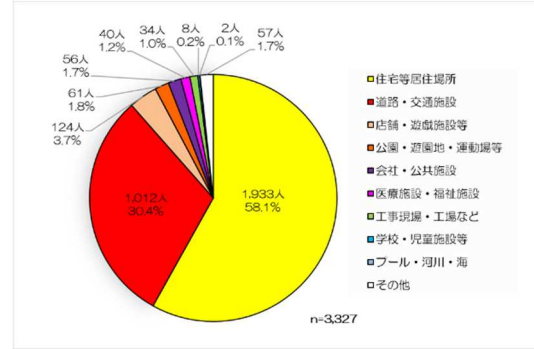
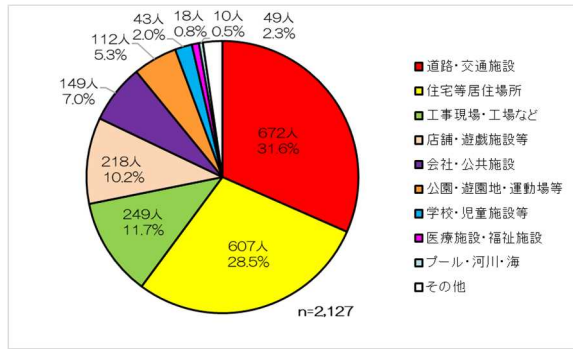


図10-6 発生場所別の熱中症による救急搬送人員 19歳～64歳（令和2年6月～9月）  
 図10-7 発生場所別の熱中症による救急搬送人員 65歳以上（令和2年6月～9月）

## 7 過去5年間の年齢区分別発生状況

過去5年間の年齢区分別の救急搬送人員では、令和2年は前年に比べ、65歳以上以外は減少しました（表5）。

表5 過去5年間の年代別救急搬送人員（各年6月～9月）

年齢区分	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和2年	前年増減率
5歳以下	29人	20人	53人	29人	15人	▼48.3%
6～12歳	95人	103人	276人	167人	109人	▼34.7%
13～15歳	127人	127人	287人	152人	120人	▼21.1%
16～18歳	93人	124人	252人	152人	98人	▼35.5%
19～64歳	1,084人	1,259人	3,381人	2,129人	2,127人	▼0.1%
65歳以上	1,391人	1,534人	3,711人	3,005人	3,327人	10.7%
合計	2,819人	3,167人	7,960人	5,634人	5,796人	2.9%



## 令和2年の熱中症による救急搬送事例

### 1 熱中症での救急搬送事例と予防のポイント

#### 室内で熱中症になった事例

- 自宅でテレワーク中、全身の脱力症状を発症、様子を見ていたが症状が改善されなかった。

【6月 30代 熱中症（軽症） 気温27.6℃ 湿度74%】



- クーラーをつけずに就寝した。起床後、身体に熱感があり、歩行困難となった。

【6月 90代 熱中症の疑い（中等症） 気温22.4℃ 湿度99%】

#### <予防のポイント>

**気温が高なくても湿度が高くと、熱中症になることがあります。**

- ◇ 水分補給を計画的、かつ、こまめにしましょう。
- ◇ 窓を開け風通しを良くし、エアコンや扇風機等を活用して、室内温度を調整するなど、熱気を溜めないようにしましょう。
- ◇ マスクをしていると、汗の蒸発が妨げられるなど体温調節ができず、脱水等を起こしやすくなります。現在、マスクの着用は必要ですが、体調の変化に十分注意してください。

#### 乳幼児が車の中で熱中症になった事例

- 駐車していた車内で子供が内鍵をかけてしまい、出られなくなった。

【7月 1歳 熱中症の疑い（軽症） 気温25.3℃ 湿度91%】

- クーラーがあまり効かない車内で、娘が嘔吐し元気がなかったため、救急要請した。

【8月 2歳 熱中症（軽症） 気温32.1℃ 湿度56%】



#### <予防のポイント>

**夏場の車内の温度は、短時間で高温になります。**

- ◇ 少しの間でも子供を車内に残さないようにしましょう。
- ◇ 子供が、自分で内鍵をかけたり、車の鍵で遊んでいて誤って、ロックボタンを押してしまい閉じ込められる事故が発生しています。車を降りる際は、鍵を持って降りましょう。

### 屋外で作業中に熱中症になった事例

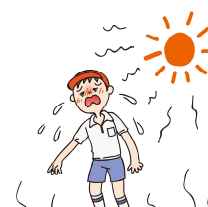
- 自宅の庭で草むしり中に脱力感があり、座って休んでいたところ倒れ込んだ。近隣住民が発見し、救急要請した。  
【6月 80代 熱中症（軽症） 気温28.5℃ 湿度63%】
- 配達ドライバーの従業員は、仕事に手のしびれを感じ、夜になり嘔吐が2回あり、全身の痛みも現れた。  
【7月 30代 熱中症疑い（重篤） 気温26.0℃ 湿度90%】

### 運動中に熱中症になった事例

- マラソン大会に参加していた男性が、マラソン中に崩れるように倒れ、その後、意識もうろうとなった。  
【9月 43歳 熱中症（重症） 気温30.5℃ 湿度70%】
- 屋外でテニス中、ふらつき症状を自覚したため日陰で休憩していたが、寒気を感じ、全身が痙攣してきた。  
【8月 10代 熱中症（中等症） 気温32.5℃ 湿度65%】

### 複数の熱中症患者が発生した事例

- 体育の授業でリレーの練習中に複数の生徒が頭痛と腹痛を発症した。  
【8月 8歳・9歳 熱中症（軽症）7名 気温31.3℃ 湿度60%】



#### <予防のポイント>

**クラブ活動等では、複数の生徒が熱中症で救急搬送されています。指導者等は、無理のない活動に配慮しましょう。**

- ◇ 水分補給を計画的、かつ、こまめにしましょう。
- ◇ 屋外では帽子を使用しましょう。
- ◇ 襟元を緩めたり、ゆったりした服を着るなど服装を工夫しましょう。
- ◇ 指導者等が積極的、計画的に休憩をさせたり、体調の変化を見逃さないようにしましょう。
- ◇ 実施者は自分自身で体調管理を行い、体調不良の時は無理をせず休憩しましょう。

病院へ行く？救急車を呼ぶ？迷ったら・・・  
「電話でも！ ネットでも！ #7119」

急な病気やけがをして、病院に行くか、救急車を呼ぶか迷った際の電話相談窓口として「#7119」東京消防庁救急相談センターを24時間年中無休で開設し、救急相談医療チーム（医師、看護師、救急隊経験者等の職員）が「症状に基づく緊急性の有無のアドバイス」や「受診の必要性に関するアドバイス」のほか「医療機関案内」を行っています。

また、インターネットでは、スマートフォンやパソコン等から59の症状について、自らが質問に答えることで病気やけがの緊急性や受診する科目を確認できる「東京版救急受診ガイド」も提供していますのでご利用ください。

知ろう 使おう #7119

（作者 古川 康平さん 府中市在勤）

## 病院へ行く？救急車を呼ぶ？迷ったら…

電話でも！  
ネットでも！

# 7 1 1 9



---

電話で相談

東京消防庁救急相談センター

#7119 電話

ネットでガイド

東京版救急受診ガイド

#7119 検索

救急相談センターのしくみ



<救急相談センターの主なサービス>  
 ● 症状に基づく緊急性の有無のアドバイス  
 ● 受診の必要性に関するアドバイス  
 ● 医療機関案内  
 つながらない場合は… **23区** 03-3212-2323 **多摩地区** 042-521-2323  
 ※通常の通話料がかかります。

東京版救急受診ガイド



緊急な病気やけがをした際に、自ら緊急性の判断ができます。  
 スマートフォンはこちら  
 携帯電話はこちら  
 冊子版は全ての消防署にあります。ご利用ください。