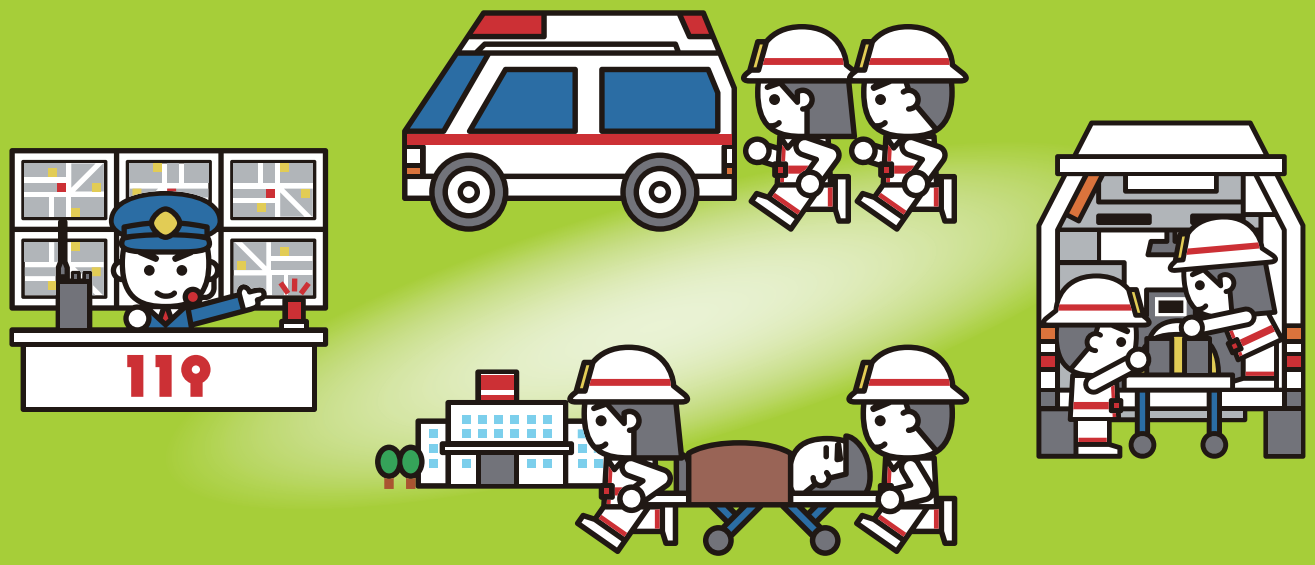
Guide for Ambulance Services

救急車利用ガイド 英語版



Please call "119" when you need an ambulance service

救急車が必要なときは「119」に電話をしてください。

This guide explains how to use ambulance services in Japan and what you should note when you use it.
このガイドでは、日本での救急車を呼ぶ際の方法と、注意すべき点を説明しています。

○How to call an ambulance　救急車の呼び方 ……2, 3

○Examples of signs and symptoms that need ambulance services(Adult and Child) ……4, 5
救急車が必要な症状（大人と子ども）

○What is heat illness　熱中症とは …… 6, 7

○Some tips for calling an ambulance　救急車を呼ぶときのポイント …… 8

※The ambulance service is available for anyone in Japan.

緊急の病気やケガの際は誰もが救急車を利用することができます

Fire and Disaster Management Agency

FDMA 住民とともに

http://www.fdma.go.jp/
(Please see our website)

How to call an ambulance　救急車の呼び方

After receiving the 119 call, the dispatcher will ask you some questions needed for an ambulance dispatch. If the situation is serious, the ambulance will be dispatched before all these questions have been asked.

119に電話をすると、指令員（消防のオペレーター）が救急車の出動に必要なことを、順番にお聞きします。
緊急性が高い場合は、すべてを聞く前に救急車が出動します。

※ Please ask them to help you call if there are people who speak Japanese around you.

※あなたの周囲に日本語を話せる人がいる場合は、お手伝いをお願いしてください。

Please stay calm and answer slowly.　あわてず、ゆっくりと答えてください

1 Tell the dispatcher you are in a medical emergency.　救急であることを伝える

When you call 119, first tell the operator you are in a medical emergency. You can call 119 by the mobile phone, PHS, fixed telephone or the public telephone.

電話に出た指令員（消防のオペレーター）に救急であることを伝えてください

2 Tell the operator the location of the emergency.　救急車に来てほしい住所を伝える

Please tell the place where you are . If you do not know the address, describe a nearby building or intersection as a landmark.

あなたがいる場所を教えてください。住所がわからない場合は、近くの建物や交差点などの目印を教えてください。

3 Tell your symptoms. 具合の悪い方の症状を伝える

Tell your symptoms and when they started.

誰が、いつから具合が悪くなったかを伝えてください

4 Tell your age. 年齢を教える

If you are not the patient, rather just calling for others, tell the operator how old he/she is or looks.

具合の悪い方の年齢を伝えてください。年齢がわからない場合は、おおよその年齢を伝えてください。

5 Give your name and contact details. あなたの名前と連絡先を伝える

Give your name and a phone number, so that you could be reached even after the 119 call ends.
The crew may contact you if they cannot find your location.

あなたのお名前と119通報後も連絡が取れる電話番号を伝えてください。場所が不明なときなど、問い合わせることがあります。

※ In addition to this, the dispatcher may ask you more details and information about your or the patient's medical condition.Please give them as much information as possible.

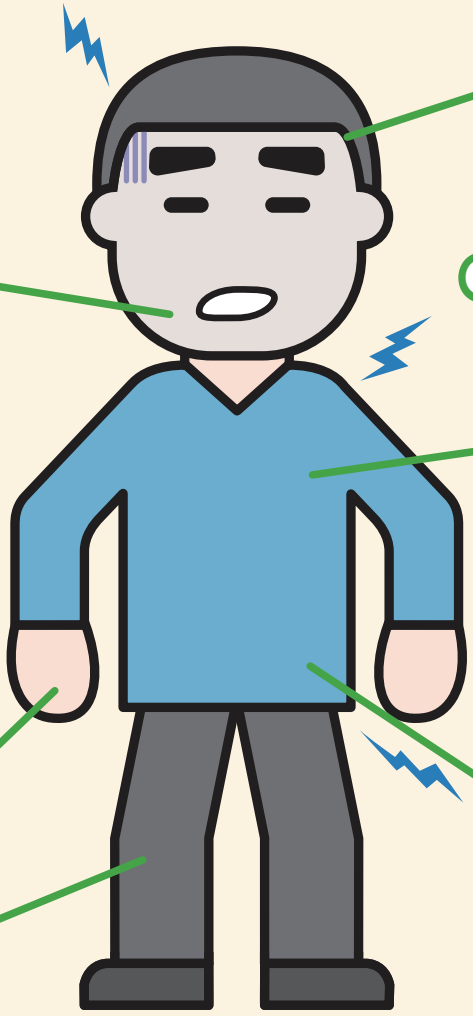
※ The above illustrated flow is one of the most common cases of communication with the "119" operators.

※その他、消防の指令員（オペレーター）から詳しい症状などについて尋ねられることがあります。答えられる範囲で伝えてください。

※上記に示したものは、一般的な聞き取り内容です。

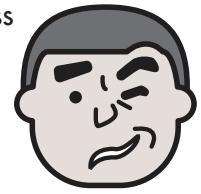
Do not hesitate to call an ambulance if you have any of the following conditions.
重大な病気やけがの可能性があります!

Adult 大人



Face 顔

- Have difficulties in moving or feel numbness in half-side of your face
  顔半分が動きにくい、または、しびれる



- Facial asymmetry on smiling
  ニッコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
- Slur of your words or improper speech
  ろれつがまわりにくく、うまく話せない
- Have difficulties in seeing
  見える範囲が狭くなる
- Double vision
  突然、周りが二重に見える
- Obviously looks sick
  顔色が明らかに悪い

Head 頭

- Sudden severe headache
  突然の激しい頭痛
- Sudden high grade fever
  突然の高熱
- Severe dizziness requiring help to stand
  支えなしで立てないぐらい急にふらつく

Chest and back 胸や背中

- Sudden severe pain 突然の激痛
- Sudden shortness of breath or difficulty in breathing
  急な息切れ、呼吸困難
- Feeling compression in your chest for a few minutes
  胸の中央が締め付けられるような、または圧迫されるような痛みが2～3分続く
- Migrating pain 痛む場所が移動する

Arms and legs 手・足

- Sudden numbness
  突然のしびれ
- Sudden weakness of your leg and/or arm on one-side
  突然、片方の腕や足に力が入らなくなる

Stomach おなか

- Sudden severe abdominal pain
  突然の激しい腹痛
- Continuous severe abdominal pain
  激しい腹痛が持続する
- Vomiting of blood 血を吐く
- Blood in stool
  便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る

Abnormal mental status 意識の障害

- Unconscious (no response) or stupor
  意識がない（返事がない）またはおかしい（もうろうとしている）
- Exhaustion ぐったりしている

Seizure/Convulsion けいれん

- Continuous convulsion けいれんが止まらない
- Unconscious even after termination of convulsion
  けいれんが止まっても、意識がもどらない

Trauma / Burn けが やけど

- Trauma with massive bleeding
  大量の出血を伴うけが
- Extensive burn 広範囲のやけど

Nausea 吐き気

- Severe nausea with cold sweats
  冷や汗を伴うような強い吐き気

Swallowing 飲み込み

- Dyspnea with food gettingstuck in the throat
  食べ物をのどにつまらせて苦しい
- Unconsciousness after swallowing something
  変なものを飲み込んで意識がない

Accident 事故

- Traffic accident with high energy impact
  交通事故にあった（強い衝撃を受けた）
- Near drowning 水におぼれている
- Falls from a high place 高いところから落ちた

◎ Any other situation in which the patient's condition is abnormal or unusual.
その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

Do not hesitate to call an ambulance if you have any of the following conditions.
こんなときには すぐに119番

Child (under 15 years old)
こども（15歳以下）

Face 顔
- Blue lips
  くちびるの色が紫色
- Obviously looks sick
  顔色が明らかに悪い

Chest 胸
- Violent cough and/or wheezing
  激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
- Weak breathing
  呼吸が弱い

Arms and legs 手・足
- Rigidity of legs and/or arms
  手足が硬直している

Head 頭
- Complains headache with convulsion/seizure happening
  頭を痛がって、けいれんがある
- Continuous bleeding, loss or abnormality of consciousness and abnormal mental status due to strongly hitting head on something
  頭を強くぶつけて、出血がとまらない、意識がない、けいれんがある

Stomach おなか
- Severe diarrhea or vomiting, not eating or drinking, abnormal mental status
  激しい下痢や嘔吐で水分が取れず食欲がなく意識がはっきりしない
- Suffering from strong stomach pain
  激しいおなかの痛みで苦しがる
- Continuously vomiting
  嘔吐が止まらない
- Bloody stool
  便に血がまじった

Abnormal mental status 意識の障害
- Unconscious (no response) or stupor
  意識がない（返事がない）
  またはおかしい（もうろうとしている）

Urticaria じんましん
- Whole body urticaria and pallor of the face after insect bite
  虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった

Seizure けいれん
- Continuous seizure
  けいれんが止まらない
- Unconsciousness after seizure
  けいれんが止まっても、意識がもどらない

Burn やけど
- Severely painful burn
  痛みのひどいやけど
- Extensive burn
  広範囲のやけど

Swallowing 飲み込み
- Unconsciousness after swallowing something
  物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない

Accident 事故
- Traffic accident with high energy impact
  交通事故にあった（強い衝撃を受けた）
- Nearly drowning 水におぼれている
- Falls from a high place
  高いところから落ちた

Baby under 3 months old 生まれて3カ月未満の乳児
- Something wrong with a baby
  乳児の様子がおかしい

◎ **In the case that parents find the children's condition abnormal or unusual.**
その他お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

<For Your Information> How to Prevent heat illness 熱中症を防ぐ方法

It is so humid and hot during summer in Japan, and temperature sometimes exceeds 35℃(95F). As a result, **more than 40,000 people** are urgently transported to hospitals for "heat illness" every year. You should take enough cares before you get heat illness.

日本の夏は湿度が高く非常に暑いです。時には35℃（95F）を超える場合もあり、その結果、
毎年**4万人以上**の方が熱中症のため病院に救急搬送されています。熱中症にならないよう注意が必要です。

What is heat illness? 熱中症とは？

The symptoms of heat illness are high body temperature, dizziness, malaise, seizure and abnormal mental status. Since high temperature breaks a balance of water and salt(sodium) in your body, you can't control your body temperature and you get heat illness.

High temperature and humidity may take place even indoors,which makes it difficult to release the heat from body. So you need to take care not to get *heat illness* when staying at home as well.

温度や湿度が高い中で、体内の水分や塩分（ナトリウム）のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の障害など、様々な障害をおこします。
屋内でも室温や湿度が高いために、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

The points of heat illness prevention 熱中症予防のポイント

☺ **Check the temperature in your room frequently!**
We recommend you put a thermometer in your room.
部屋の温度をこまめにチェックしてください！部屋に温度計を置くことをお奨めします。

☺ **Use an air-conditioner or fan to keep the room temperature under 28℃! (82F)**
室温が28℃（82F）を超えないように、エアコンや扇風機を使用してください！

☺ **Drink water even when you are not so thirsty!**
のどが渇いていなくても水分補給をしてください！

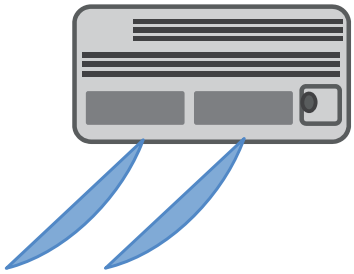
☺ **Dress in cool and loose clothes and use sunshade goods when you go out!**
外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策もしてください！

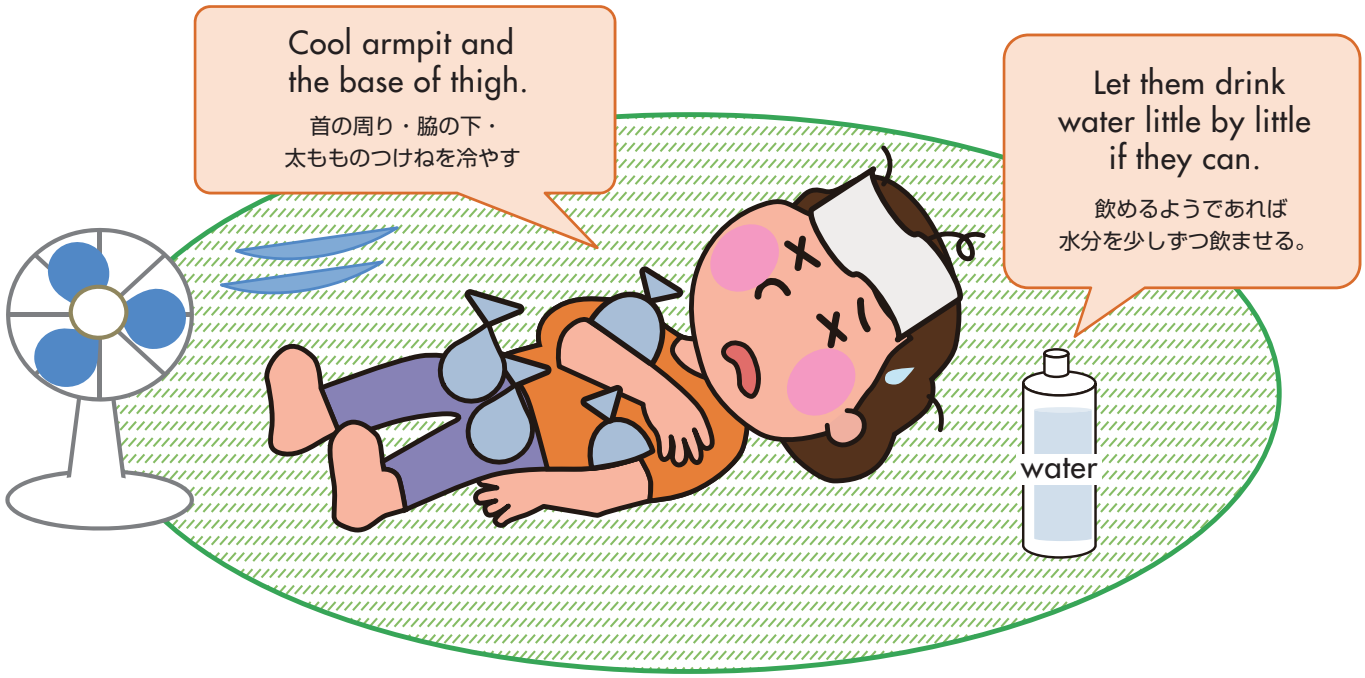
☺ **Take an enough rest and do not work too hard!**
無理をせず、適度に休憩をとってください！

☺ **Eat balanced meals and build up healthy condition!**
日頃から栄養バランスの良い食事を取り、健康的な生活をしてください！

First Aid for heat illness　熱中症の応急手当

- **Move patients to a cooler space, loosen their clothes, and lay them down.**
  患者を涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる
- **Turn on an air-conditioner and send the wind by fan to cool down their body.**
  エアコン、扇風機をつけて体を冷やす





In the case of having a chronic disease or being a child, please consult your home doctor to get an advice about heat illness prevention.
持病を持っている方や子どもの場合は、医師に相談し、熱中症予防のアドバイスをもらっておきましょう。

Please call an ambulance without hesitation under these conditons.
このような時は、迷わずに救急車を呼びましょう

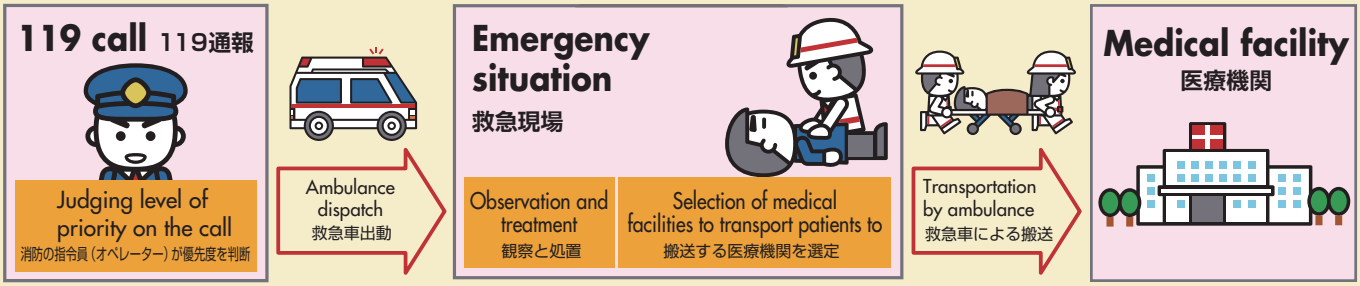
※ Please ask them to help you call if there are people who speak Japanese around you.
※あなたの周囲に日本語を話せる人がいる場合は、お手伝いをお願いしてください。

- ○ **When you cannot drink water or move by yourself for feeling a strong weakness or languor.**
  自分で水が飲めない場合、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合。
- ○ **When you find people who have symptoms such as no (or unstable) consciousness or convulsions over the entire body.**
  意識がない（おかしい）全身にけいれんがある場合

Some tips for calling an ambulance 救急車を呼ぶときのポイント

Dial 119 to call an ambulance 救急車を呼ぶときの番号は「119」です

Emergency transport system by ambulance (from 119 call to medical institution)
救急車による救急搬送（119通報から医療機関まで）



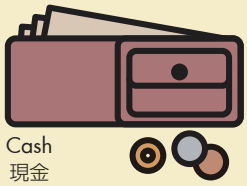
If you can ask people on site, send them out to the place where the ambulance is due to arrive. This will help the ambulance crew reach you more quickly.

人手がある場合は、救急車の来そうなところまで案内に出ると到着が早くなります。

It is helpful if you can prepare the following things when calling an ambulance.
救急車を呼んだら、このような物を用意しておくと便利です。

- Passport パスポート
- Cash/Credit card (to pay at the hospital)
  現金/クレジットカード（病院での支払い）
- Current medication
  普段飲んでいる薬

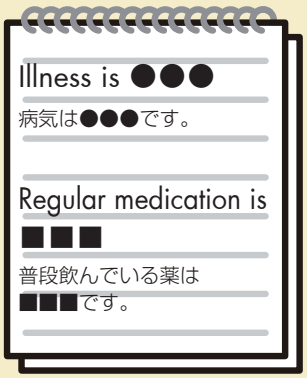
PASSPORT
パスポート


Cash
現金

Current medication
普段飲んでいる薬

When the ambulance arrives, tell the ambulance team the following information.
救急車が来たら、このようなことを伝えてください。

- The conditions under which the accident or illness occurred
  事故や具合が悪くなった状況
- Any changes before the ambulance arrived
  救急隊が到着するまでの変化
- Most painful symptoms 最もつらい症状
- Past history of sickness 持病
- Current medication 普段飲んでいる薬



※ It is useful to have a note of your current medical status in hand.

※あなたの健康状態をメモにまとめておくと便利です。