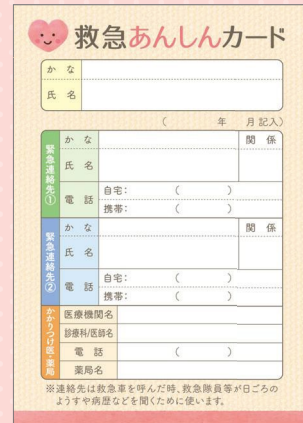




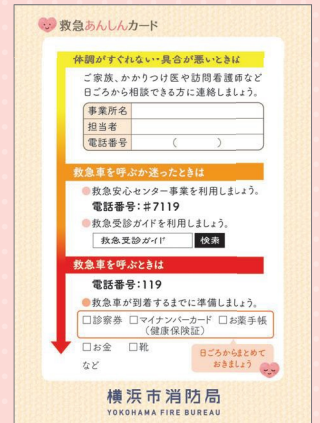
あなたと医療をつなぐ

救急あんしんカード

あなたが病気になったり、ケガをしたときに、
誰に連絡をするのか、なにをすればいいのかを
日ごろから考え、備えておくことが
安心につながります。
もしも急な病気やけがをされ具合が悪く、
救急車を呼んだときは、
このカードを救急隊員に提示してください。

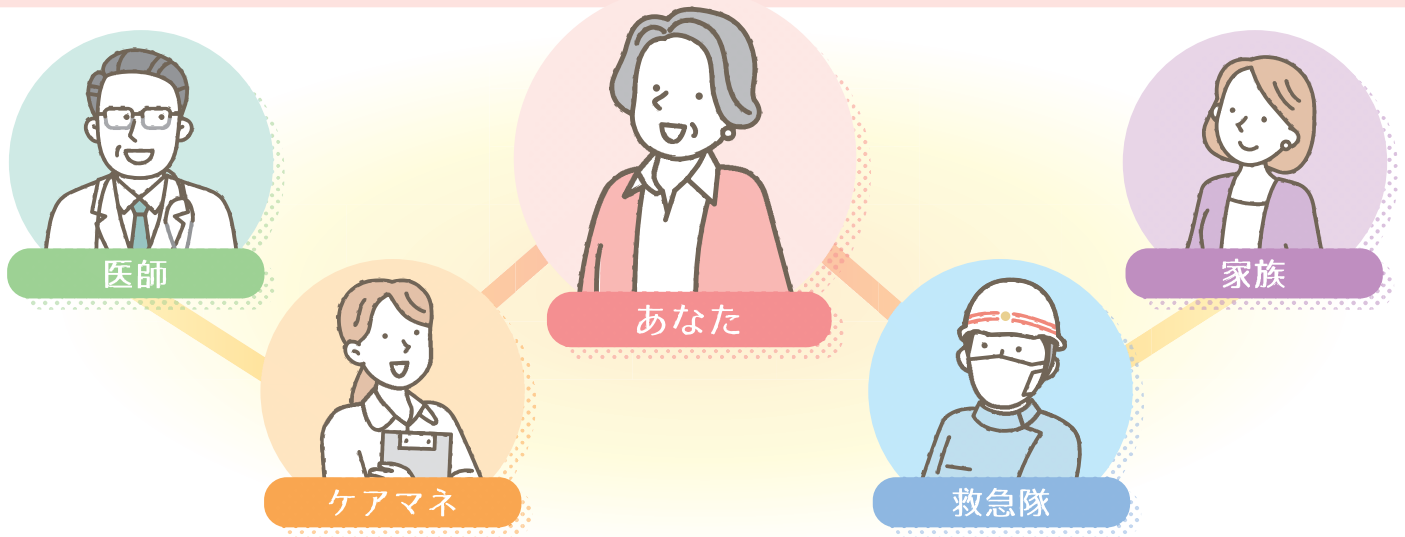


表

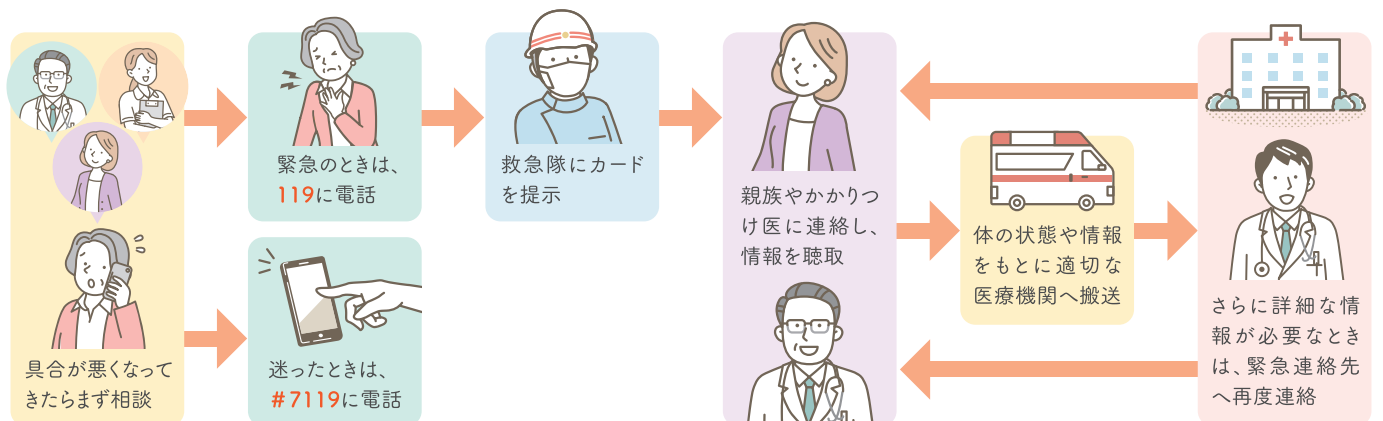


裏

「救急あんしんカード」は、適切な医療機関への搬送や迅速な応急処置に役立ちます



救急あんしんカードの使用例



救急あんしんカードの書き方

● 連絡の取れる親族等を記入してください。

緊急連絡先とする親族等がいなければケアマネジャーや訪問看護の担当者に相談してください。

● 具合が悪い時などに、あらかじめ相談できる場所を決めておきましょう。

救急あんしんカード

かな	ざいたく いちろう		
氏名	在宅 一郎		
	(年 月 記入)		
緊急連絡先①	かな	ざいたく たろう	関係
	氏名	在宅 太郎	長男
	電話	自宅: 045 (000) 0000 携帯: 090 (0000) 0000	
緊急連絡先②	かな	よこはま はなこ	関係
	氏名	横浜 花子	ケアマネ
	電話	自宅: 045 (000) 0000 携帯: 090 (0000) 0000	
かかりつけ医・薬局	医療機関名	安心クリニック	
	診療科/医師名	循環器内科 独多先生	
	電話	045 (000) 0000	
	薬局名	安心薬局	

※連絡先は救急車を呼んだ時、救急隊員等が日ごろのようすや病歴などを聞くために使います。

救急あんしんカード

体調がすぐれない・具合が悪いときは

ご家族、かかりつけ医や訪問看護師など日ごろから相談できる方に連絡しましょう。

事業所名	訪問看護ステーション〇〇
担当者	看護 師郎
電話番号	045 (000) 0000

救急車を呼ぶか迷ったときは

- 救急安心センター事業を利用しましょう。
電話番号: #7119
- 救急受診ガイドを利用しましょう。

救急車を呼ぶときは

電話番号: 119

- 救急車が到着するまでに準備しましょう。

診察券 マイナンバーカード お薬手帳 (健康保険証)

お金 靴 など

日ごろからまとめておきましょう

横浜市消防局
YOKOHAMA FIRE BUREAU

● 日ごろ受診しており、あなたの健康状態を把握している医療機関・薬局を記入してください。(複数ある場合は内科を優先して記入してください。)

救急車は限りある資源です

救急車は、急な病気や大きなけがをした方を緊急に医療機関に搬送するものです。市民の皆様のご安全を守るため、救急車の適時・適切利用をお願いします。



健康の維持と身近な人との話し合いが大切です

日頃から健康の維持を心がけ、もしもの時のために身近な人たちとのコミュニケーションをしっかりととりましょう。

健康診断を受ける

定期的に体の状態を把握することが大切です。



ケガの予防対策

部屋の整理整頓など、事故防止に努めましょう。



健康づくり

丈夫な体をつくるため、運動をしましょう。



家族との相談

自分の意思を家族に話してみよう。

