

“まさか”は突然やってきます
あなたの行動が
命を救います

- ①119番をためらわない
- ②命に関わる場面（気を失った、頭を強打した等）
ではすぐに大人に報告
- ③緊急時にどう動くか、判断を助けてくれるツール

Q 介：下記 QR コード

#7119 に電話

電話でどう対応すべきか教えてくれる



高校生の「悪ふざけ」が原因とされる 死亡・重傷事例（令和 5 年度）

事例①：体育授業中の押し合い

状況：体育館での授業中、友人とふざけて押し合いをしていた際に転倒

結果：後頭部を強打し、急性硬膜下血腫により死亡

分析：教師の目が届かない時間帯での軽率な行動が原因

事例②：部活動中の器具投げ

状況：部活動中、仲間とふざけて鉄アレイを投げ合っていた

結果：顔面に直撃し、眼球破裂による失明

分析：安全指導の不足と器具の不適切な使用

事例③：休み時間中の飛びつき

状況：休み時間中、友人に背後から飛びつかれた

結果：転倒して頸椎損傷、四肢麻痺の後遺障害

分析：日常的なふざけが重大事故に発展

事例④：校舎内での走り回り

状況：校舎内でふざけて走り回っていた際、窓ガラスに衝突

結果：破片で動脈損傷し、出血性ショックで死亡

分析：校舎内の危険箇所への配慮不足

“まさか”は突然やってきます
自分の行動、いつもの遊び方は安全ですか？

頭頸部外傷への対応

意識障害の確認例

- 開眼できない
- 話すことができない
- 明らかな運動麻痺
- けいれん
- 繰り返す嘔吐

- 強い首の痛み
- 四肢の痛みやしびれ
- 異常感覚
- 力が入らない

- 頭痛、めまい、吐き気
- ものが二重に見える。
- 時・場所・人が正確に分からない。
- 打撲前後のことを覚えていない。
- 混乱や興奮状態
- 普段と違う行動パターン
- ふらつき 等

全く異常が
みられない時に限り
プレー可能

重度意識障害
の有無

頸髄・頸椎損傷
の有無

脳振盪症状
の有無

頭頸部外傷発生

あり

あり

あり

あったが
すぐに回復

意識障害の出現
悪化して動けない

プレーは中止
保護者に連絡し、
家庭でも観察

症状出現すれば
速やかに受診

速やかに受診
脳神経外科、救急科

脳振盪の診断
もしくは疑い

(段階的復帰のプログラムに従う。
症状が長引く場合、再度受診)

119 番通報
AEDの手配

呼吸の確認
頸部の安静に留意

救急隊の到着を待つ
呼吸、体動等を再評価

心肺蘇生の開始、
AEDの使用

なし

あり



熱中症への対応

熱中症を疑う症状

- ★ めまい・失神
- ★ 四肢の筋や腹筋がつり、筋肉痛が起こる。
- ★ 全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛等が起こる。
- ★ 足がもつれる。ふらつく。転倒する。突然座り込む。立ち上がれない。等



熱中症を疑う症状

意識障害の有無

質問をして応答をみる

- ここはどこ？
- 名前は？
- 今何をしている？

なし

- ★ 応答が鈍い。
- ★ 言動がおかしい。
- ★ 意識がない。
- ★ ペットボトルの蓋を開けることができない。等

あり
(疑いも含む)

119番通報



すぐに救急車を要請し、同時に
体を冷やす等の応急手当を行う。

涼しい場所に運び、衣服をゆるめて寝かせる。
涼しい室内への避難

水分摂取ができるか

できない

できる

水分塩分を補給する

- スポーツドリンク
あるいは経口補水液
等を補給する。
- 熱けいれんの場合は
食塩を含んだ飲み物
や生理食塩水(0.9%)
を補給する。



症状改善の有無

改善しない

症状改善

経過観察

(当日のスポーツ
参加はしない。)

身体冷却

救急車到着までの間、
積極的に体を冷やす。

効果的な冷却方法

- ① 氷水・冷水に首から下をつける。
- ② ホースで水をかけ続ける。
- ③ めれタオルを体にあて扇風機で冷やす。



※迅速に体温を下げる事ができれば、救命率が
上がります!!

病院へ！



食物依存性運動誘発 アナフィラキシーへの対応

食後2時間以内に起こることが多いが、4時間後でも起こることがある

運動中または直後にアナフィラキシーを疑う症状が出現



心停止・
呼吸停止

心停止の
救命処置

全身症状

- ぐったり
- 意識障害
- 失禁
- 顔色不良
- 爪が青白い
- 血圧低下
- 脈不整

2つ以上の 臓器の症状

軽い症状なら5分ごとに観察し、医療機関の受診やエピペンを準備

呼吸器症状

- 口やのどのかゆみや違和感
- 鼻水・くしゃみ
- 軽い数回のせき

消化器症状

- 吐き気
- 軽い腹痛
- 嘔吐1回
- 下痢1回

皮膚症状

- かゆみ
- 数個のじんましん
- 部分的な赤み
- 唇の腫れ
- まぶたの腫れ

軽い症状

- のどや胸の締め付け感
- 息苦しい
- 喘鳴(ゼーゼー)
- 声がれ
- 連続する強いせき

- 強い腹痛
- 嘔吐2回以上
- 下痢2回以上

- 全身のじんましん
- 全身の発赤
- 強いかゆみ
- 顔全体の腫れ

重い症状

重い症状が一つであれば
直ちにエピペン(エピネフリン自己注射薬)を大腿に打ち、
119番通報



歯・口の外傷への対応

心停止

頭頸部外傷

熱中症

食物依存性運動誘発
アナフィラキシー

歯・口の外傷

眼の外傷



歯・口の外傷発生

口唇・口の中の粘膜の外傷

口の中が切れた

出血が
少ない

様子をみる
口の中の傷は治り
やすい

唇が切れた

圧迫止血をする

出血が
多い

傷口が大きければ
清潔なもので圧迫
する

歯根破折の疑い



痛みのある
時は早めに
歯科医院へ

歯冠の亀裂



とくに手当の
必要はない

あり

動揺

なし

線が入った

歯が欠けた

あり

歯冠破折

- 神経が見えていれば
すぐに歯科医院へ
- 神経が出ていなければ
慌てなくても大丈夫
- 大きな歯の「かから」
は探して持参する。
（「かから」は保存液に
つける。）



歯の外傷

歯の位置異常

なし

あり

脱臼



不完全
脱臼

安静にして
歯科医院へ



完全脱臼

歯を探して
保存液か
牛乳に入れて
歯科医院へ

陥入



歯が中に
めり込んだ

清潔なもので
圧迫止血し
歯科医院へ

下顎骨
骨折



歯並びがずれた、
痛みが強い、
口が閉まらない

119番通報

耳の付け根が痛い・腫れる
冷やして歯科・整形外科等へ



心停止

頭頸部外傷

熱中症

食物依存性運動誘発
アナフィラキシー

歯・口の外傷

眼の外傷

眼の外傷への対応



● 注意する症状は

- ① まぶたを開くことができるか。
- ② 見え方は変わったか。
- ③ 全身症状はあるか。

- 痛みの強さで傷害の程度は判断できず、症状は受傷後すぐに現れるとは限らない。
- 現場の応急処置が大切

経過観察

変わらない

見にくくなった

二重に見える

見えない部分がある
飛蚊症が始まる

ない

ある

吐き気・嘔吐等

早急に
眼科を受診



眼の外傷発生

まぶたを開くことができるか

できる

できない

受傷前と見え方は
変わったか

全身症状はあるか