

けんこう
健康サポーター

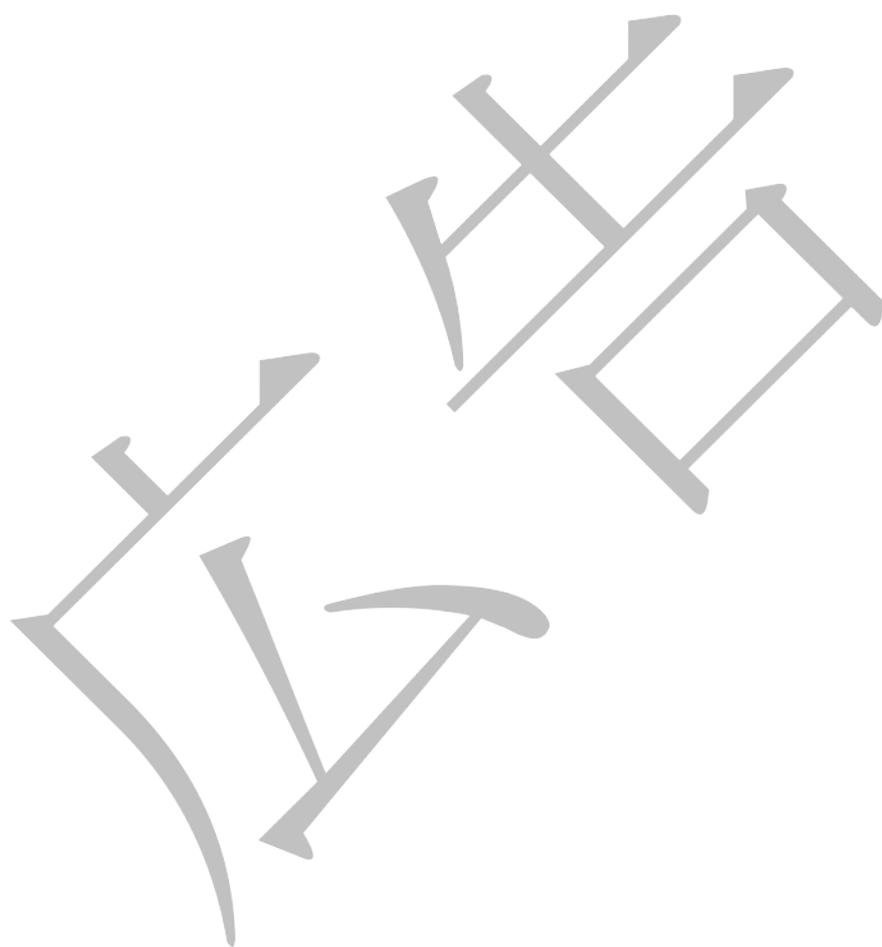
えむぞう

おうきゅう てあ へん
応急手当編

くん



みんな! えむぞうくんといっしょに
健康けんこうのことおはなししよう!



けんこう
健康サポーター

えむぞうくん



まづ 傷もいろいろ……だぞう!	6 ページ
ねっちゅうしょう ゆだんたいてき 熱中症は油断大敵だぞう!	8 ページ
ちい 小さくても大敵だぞう!	10 ページ
はなぢ 鼻血が出たら……だぞう!!	12 ページ
ねんぼ だばく こっせつ 捻挫? 打撲? 骨折?……だぞう!!	14 ページ
こっせつ 骨折はこわいぞう!	16 ページ

やケドはとにかく冷やせだぞう!!	18 ページ
は お 歯が折れちゃったぞう~!!	20 ページ
め 目はこすっちゃダメ! だぞう!!	22 ページ
のど なに つ 喉に何か詰まったぞう!!	24 ページ
きゅうきゅうしゃ よ 救急車を呼ぶんだぞう!!	26 ページ
たお ひと み 倒れた人を見つけたら! だぞう!!	28 ページ



けんこう
健康あい

ちゅうがく ねんざい あか げんき
中学1年生。明るくて元気がいい
ユウキのお姉ちゃん。

おばあちゃん

ものし
とても物知り
けんこうけ ちえぶくろ
健康家の知恵袋。



パパ

いざという時は
頼りになるぞ!

ママ

やさしくて
料理上手だよ!

おじいちゃん

なん つく
何でも作って
くれるんだ!

健康ユウキ

しょうがく ねんせい
小学4年生。

ちよっと気が弱よわいけどやさしい男おとこの子こ。
サッカーが大好き。



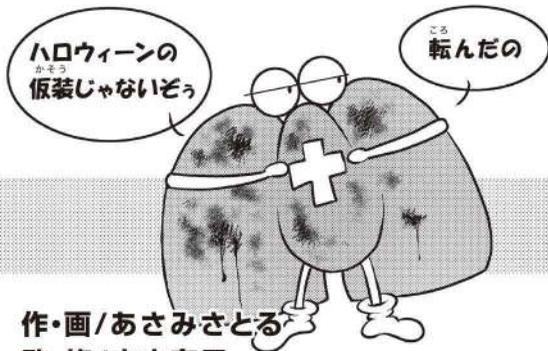
えむぞうくん

せい ちきゅう
メディカル星から地球のことを
べんきょう べんきょう
勉強べんきょうしてきた男おとこの子こ。

くいしん坊ばうなのがたまにキズ？

えむぞうくん

おうきゆう て あ へん くん
— 応急手当て編 —



作・画/あさみさとる
監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

傷もいろいろ……だぞう!!

お父さんやお母さんが子どもの頃、
傷は消毒薬で消毒して乾燥させるのが
普通でした。現在、応急手当ての方法は
変わっています。ご存知でしたか？





	原因・症状	手当ての方法
すり傷	転んだりして皮膚が地面や壁などにこすれてできる傷	①泥や砂などの汚れがあれば水道水で洗い流す ②傷口にガーゼなどを当て、上から押さえて止血する ③ガーゼや絆創膏で傷口を保護する
刺し傷	箸、釘、針、トゲなど細くて鋭いものが刺さってできる傷	①傷が浅ければ、刺さっているものを抜いて傷口を水道水で洗う ②ガーゼや絆創膏で傷口を保護する ③傷が深かったり釘が刺さった場合は感染症の恐れがあるので受診する
切り傷	ハサミ、ナイフ、ガラスなど薄くて鋭いもので切っできる傷	①傷が浅ければ、傷口にガーゼなどを当て、上から押さえて止血する ②ガーゼや絆創膏で傷口を保護する ③傷が深かったり出血が止まらない場合は受診する

傷にはいろいろな種類があつてそれぞれ応急手当ての方法は少しずつ違うの！

※手当て前後には、石けんを使って必ず手を洗いましょう。
 ※手当てをする人は、できる限り血液に直接触れないように、ゴム手袋を使いましょう。
 ゴム手袋がない場合はレジ袋などで代用できます。



えむぞうくん

おうきゅう て あ へん くん
— 応急手当て編 —

熱中症は油断大敵だぞう!

熱中症は季節を問わず発生します。
スポーツ中、高温の車内、室内で
死に至るケースもあるんですよ!



作・画/あさみさとる
監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科



そりやいかん
熱中症かも
しれん!

まずは体温を
下げんとな!



ラ……
ランニングしてたら
目まいが……

気持ち
悪……

大丈夫ですか?
顔が真っ赤だ



お天気のいい日曜日に
おじちゃんとウォーキングを
していると……

あの人

あっ



買ってきたで
ござる!

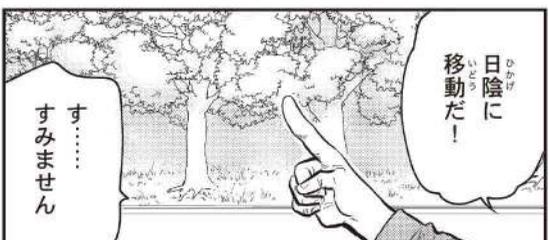
よし!
じゃあ脇の下と
首の両側に
当てるんじゃ!

タオルで
風を送って



えむぞうくん
その自販機で
冷たいジュースを
4本買ってきてくれ!

OKでござる!



日陰に
移動だ!

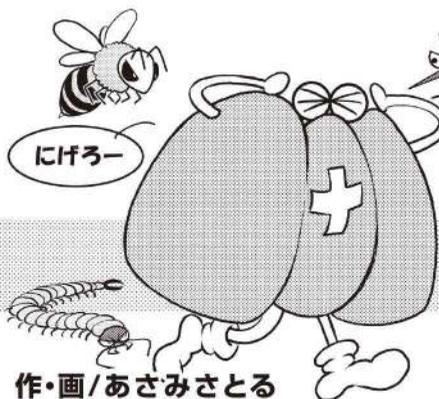
す……
すみません



えむぞうくん

おうえい て あ へん くん
— 応急手当て編 —

ちい たいてき
小さくても大敵だぞう!



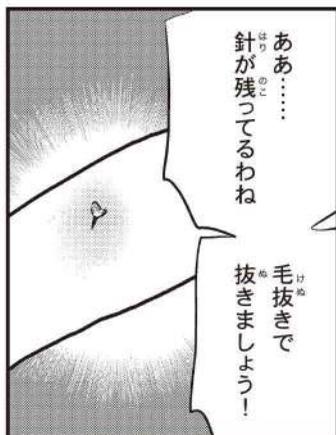
作・画/あさみさとる
監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

か アブ・ムカデ……
ハチ・蚊・

どく も じし あんがい ちか せいそく
毒を持つ虫は案外近くに生息しています!

さ 刺されてしまったら、すぐ応急処置をしましょう!



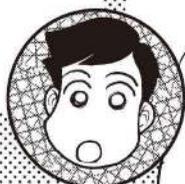
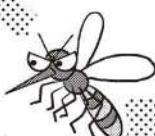


蚊・アブ

かんぶ せいけつ みず あら

- 患部を清潔な水で洗う

は
腫れがなかなかひかなかったり
はつねつ びょういん
発熱したら病院へ



蚊やブヨに刺されても
ひどく腫れて熱が出ることもあるし

虫に刺されたら……

ハチ

はり のこ けあ ち
針が残っていたら毛抜きで抜く

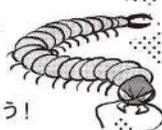
からだ
体がかゆくなってきたり
のど いわかん かん
喉に違和感を感じたら、
ばん づうほう
すぐ119番へ通報を!!



ムカデ

か まれると げきつう ほし かん あか
咬まれると激痛が走り、しびれを感じ赤くなる。
びょういん
すぐ病院へ!

きゅう はつねつ づつう ばん づうほう
急な発熱や頭痛がしたら119番へ通報しましょう!



ハチやムカデのように刺されると
アナフィラキシーというアレルギー反応を起こして命にかかわることもあるの!



けんこう
健康サポーター

えむぞうくん

おうきゆう て あ へん くん
— 応急手当て編 —

はなち
鼻血が出たら……だぞう!!

はなち はな おんまく や けっかん きず こと で おき しゃっけつ
鼻血は鼻の粘膜や血管が傷つくことで起きる出血です。

5~10分程度で血が止まれば問題ありませんが、
しゅっけつりょう おお と ち と なんと
出血量が多かったり血が止まらなかったり何度も
くりかえす よう な ときは 病院 を 受診 しましょう!

うえ む
上を向いて
くび かの
首のうしろ側を
たたいても
とまりません

えむぞうには
首がないけど

作・画/あさみさとる
監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

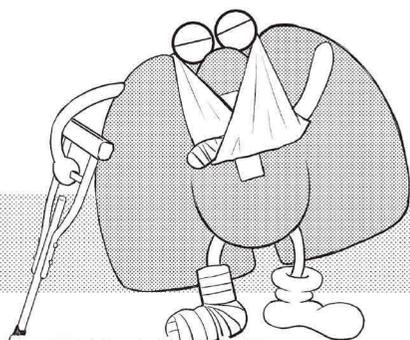




けんこう
健康サポーター

えむぞうくん

おうきゅう て あ へん くん
— 応急手当編 —



ねんご だぼく こっせつ
捻挫? 打撲? 骨折? ……だぞう!!

作・画/あさみさとる

監 修/内山有子

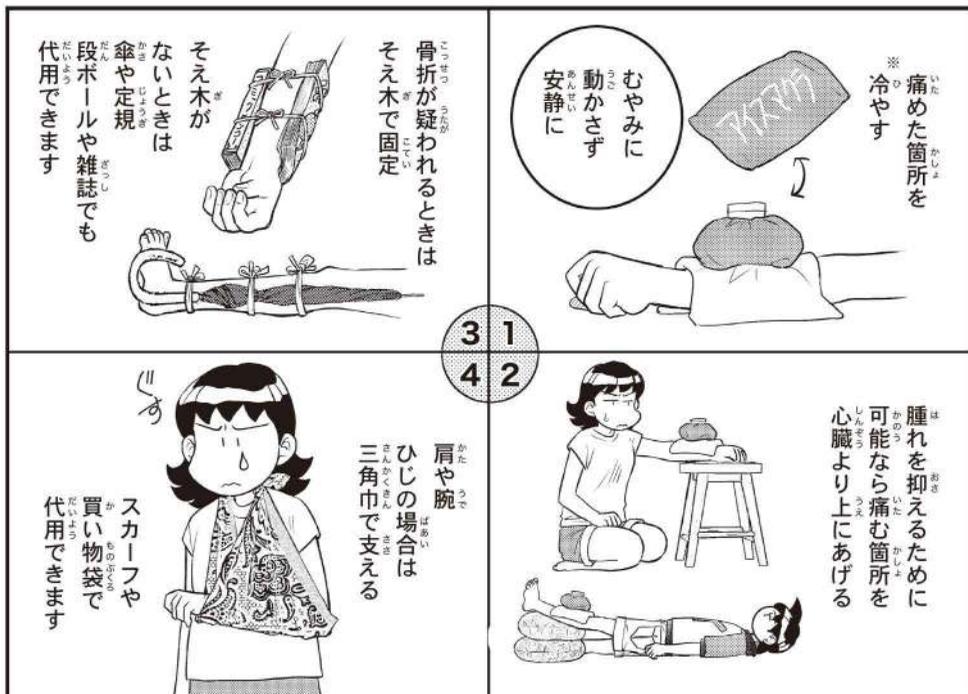
東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

かしょ ぼ ないしゅけつ
ぶつかった箇所が腫れて内出血!

ねんご だぼく
捻挫、打撲……

こっせつ
もしかしたら骨折しているかも!





骨折が疑われるときは
 そえ木で固定

そえ木が
 ないときは
 傘や定規
 段ボールや雑誌でも
 代用できます

痛めた箇所を
 ※冷やす

むやみに
 動かさず
 安静に

1
 2
 3
 4

肩や腕
 ひじの場合は
 三角巾で支える

スカーフや
 買い物袋で
 代用できます

腫れを抑えるために
 可能な範囲で箇所を
 心臓より上にあげる

※氷のうを当てるときは凍傷を防ぐためにタオルなどでワンクッションおきましょう



ただ、つか、かた
 スマホの正しい使い方

くつ……
 詳しいね
 えむぞうくん

なあくに

スマホで
 調べたて
 ごさるよ!



この後
 ママ殿のスマホに
 連絡して
 アイ殿は病院へ――

ヒビ
 入ってました

みんな
 気を付けてね!

注 ながらスマホは事故やケガのもと! 絶対やめてね!!

えむぞうくん

おうきゅう て あ へん
— 応急手当て編 —

こっせつ よぼう
骨折予防に
カルシウムを
とるでござる



こっせつ
骨折はこわいぞう!

作・画/あさみさとる

監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

こっせつ いのち かか
骨折は命に関わることがあります。

「とても痛がっている」「動かせない」ときは

まよ せうきゅうしよ よ
迷わず救急車を呼びましょう!





えむぞうくん

— 応急手当編 —



ヤケドはとにかく冷やせだぞう!!

作・画/あざみさとる
監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

湯たんぼやカイロによる低温ヤケド、
日焼けもヤケドです!
患部が広範囲だったり、黒や白く変色していたり、
痛みが強い場合は皮膚科を受診しましょう!





えむぞうくん

おうきゅうてあへん
— 応急手当て編 —



歯が折れちゃったぞう～!!

作・画/あさみさとる

監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

ぶつかったり転んだりして、歯が抜けたり折れたり欠けたりすることがあります。口の中の出血が止まらない、歯の異常、痛みがある時は歯科や口腔外科を受診しましょう。



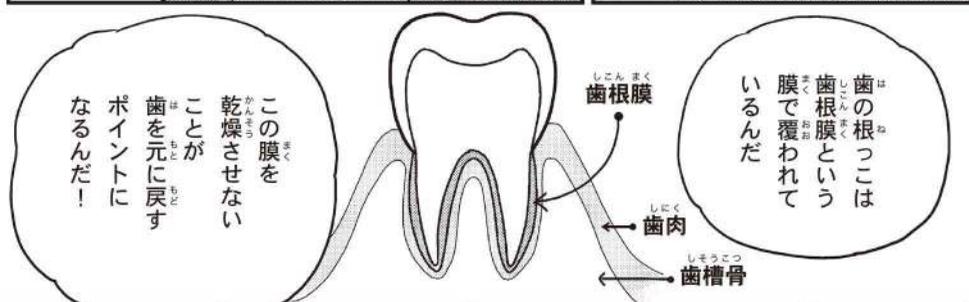


歯が抜けたり
折れたり
欠けたりしても

状態によっては
元に戻せることが
あるからね！



牛乳の中に
折れた歯を入れて
保存するんだ！



歯の根っこは
歯根膜という
膜で覆われて
いるんだ

歯根膜

歯肉

歯槽骨

この膜を
乾燥させない
ことが
歯を元に戻す
ポイントに
なるんだ！



水道水だと
歯根膜が壊れて
しまうから

抜けた歯を
洗うのはNG
なんだよ



歯ぐきからの
血が止まるまで
脱脂綿を噛んで！
すぐに歯医者さんに
行こう！！

さすが
コーチ！



コーチ
歯医者さんの彼女が
出来たって噂……
本当だったみたいね

えっ？
噂!?

え

まあ、
どうりで
お詳しい



けんこう
健康サポーター

えむぞうくん

おうきゅうてあへん
— 応急手当て編 —

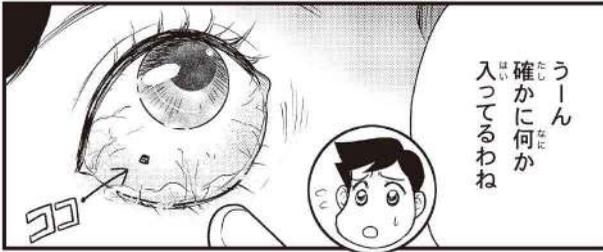
め
目はこすっちゃダメ! だぞう!!

作・画/あさみさとる
監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

めにホコリやゴミなどの異物が入った!
それ以外にも目や目の周りにボールなどが当たった
場合、後で視力などに影響が出ることがあります。
目に違和感を感じたら眼科を受診しましょう。





えむぞうくん

おうきゅうてあへん
— 応急手当て編 —

のど なに つ
喉に何か詰まったぞう!!

のど なに つ いき でき
喉に何か詰まって息が出来ないときは
いき せき
急いで詰まった物を取り除きましょう。
いぶつ と
異物が取れないときは119番へ!

作・画/あさみさとる

監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科



喉に異物が詰まったときの処置方法は2つ!

〈腹部突き上げ法〉

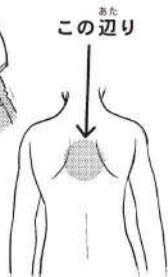


- 図のように手で握り拳を作って、親指側を患者の「へそ」と「みぞおち」の中間に当て、素早く圧迫するように突き上げる

〈背部叩打法〉



- 肩甲骨の真ん中辺りを「強く」「何度も」叩く



えむぞうくん

おんきゅう て あ へん
— 応急手当て編 —

きゅうきゅうしや
救急車を呼ぶんだぞう!!

きゅうきゅうしや よ ほう まよ
救急車を呼んだ方がいいか迷ったら
ぜんこくばんきゅうじゆうじゆしん
全国版救急受診ガイド「Q助」をチェック
もしくは各都道府県の救急受診センターへ
でんわ
電話をしてください!

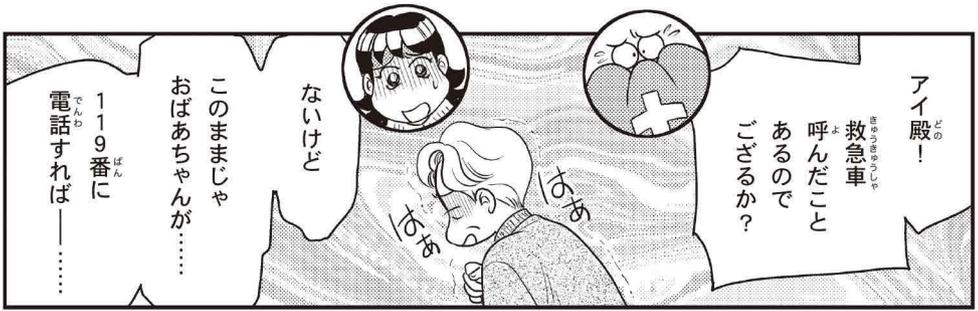
きんきゅう きんきゅう
緊急! 緊急!!

おなかが
すいて
動けない

作・画/あさみさとる
監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科





アイ殿!

救急車呼んだことあるのか?

ないけど

このままじゃおばあちゃんが……

119番に電話すれば……

119番のかけ方

- ① 局番なしで119番に電話
- ② 「火事ですか?」「救急ですか?」と聞かれるので「救急です」と告げます
- ③ いつ、どこで、誰(と誰)がどうしたか
どんな状態かを伝える
- ④ 名前、住所、電話番号、目標物を伝える
- ⑤ 救急車が来るまでの救命手当ての方法を聞く
- ⑥ サイレンが聞こえたら案内出来るようにする
- ⑦ 保険証やお薬手帳などが分かれば用意

● オペレーターの誘導に従えば大丈夫です!



おばあちゃんはお姉ちゃんはずっと泣いていました

うん……

ほっとしたんだね

おばあちゃんがい死にゃったらどーしようってすごく怖かったあ



アイ!
おばあちゃんもう大丈夫よ!



アイが救急車を呼んでくれたから助かったって本当にありがたいな

えむぞうくん

おうきゆうてあへん
— 応急手当て編 —

どんな
ときでも

へいじょうしん
平常心



作・画/あさみさとる
監 修/内山有子

東洋大学ライフデザイン学部
健康スポーツ学科

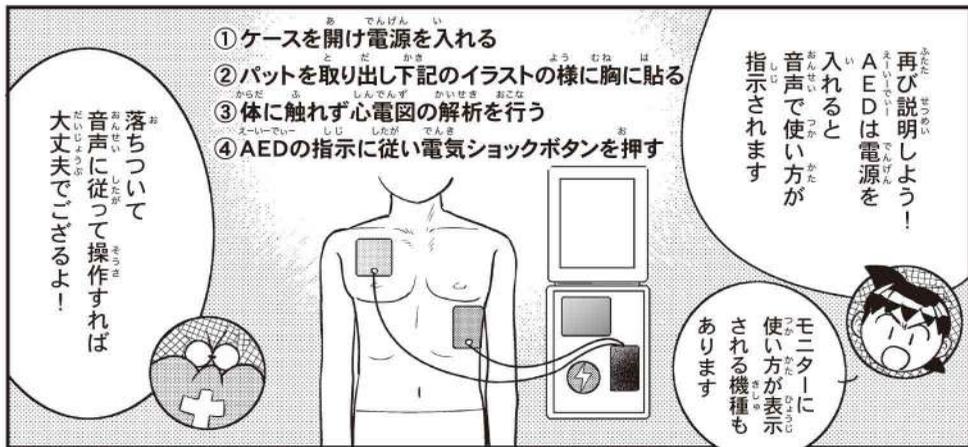
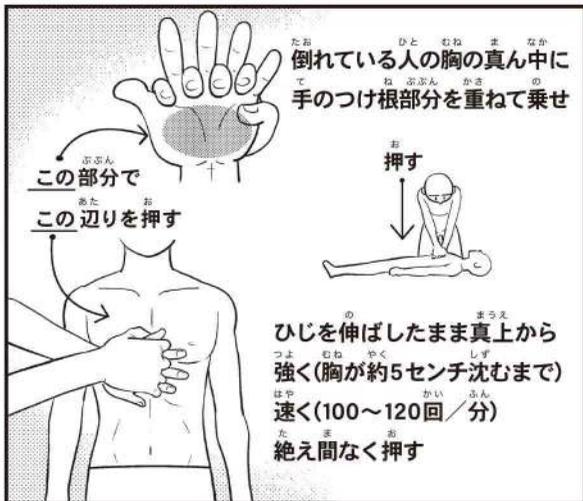
たお ひと ぶ
倒れた人を見つけたら! だぞう!!

じんめいきゅうじょ ばもん で
人命救助の場面に出くわすことは
そうないでしょう。

ひころ こころがま たいせつ
だからこそ日頃の心構えが大切です!
えーいーでーいー ばしょ ちゅうい
AEDの場所など注意してみましょう!



※ AED = 心臓が停止している人に電気ショックを与え、心臓の動きを取り戻す医療機器



えむぞっくんと日本医学交流協会医療団



えむぞっくんは日本医学交流協会医療団のイメージキャラクターです。当団体は、えむぞっくんを通してより多くの方々に健康に関する話題や知識を提供することを目指しています。

健康サポーター えむぞっくん 応急手当編

発行人 … 鈴木久夫

編集長 … 小幡草子

編集協力 … 特定非営利活動法人 日本医学交流協会医療団

発行 … 株式会社ドクターズプラザ

〒160-0004 東京都新宿区四谷四丁目3番地20号

いちご四谷四丁目ビル11階

TEL : 03-6457-8024 FAX : 03-6457-8104

漫画 … あさみさとる

監修 … 内山有子[東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科]

デザイン … サンエーデザイン

第1刷 … 2021年3月15日

※ 本書の内容の一部または全部を無断で複写・転載することを禁じます。

※ 漫画のストーリー展開や誌面のスペースの都合上、説明が不十分な箇所もございます。病状についての詳細は医療機関にお尋ねください。