

# ほほえみがえし

川崎市のお医者さんが作る情報誌

2012  
Vol.

15

川崎市医師会

無料

ご自由にお持ちください

保存版

いざというとき すぐに役立つ  
家庭でできる応急手当

お医者さんが教える  
よくわかる予防接種の受け方  
～スケジュール表付き～

おしえて、せんせい！ 予防接種Q&A  
複数のワクチンを同時に接種することは可能ですか？

[特集]

3.11 東日本大震災  
川崎市医師会活動レポート





# 「特集」3・11東日本大震災 川崎市医師会活動レポート

平成23年3月11日の東日本大震災において被災された皆様には心よりお見舞い申し上げます。この未曾有の大災害に対し、川崎市医師会は十四大都市医師会連絡協議会\*で締結された「災害時における相互支援に関する協定書」に基づき、3回にわたり災害医療チームを派遣するとともに、災害義援金の募集等に取り組んでまいりました。今回はその様子をご報告いたします。

※全国の主要政令指定都市医師会などが中心となり、大都市特有の医療問題を検討する協議会

3/11 (金)

- ・14時46分 三陸沖を震源とした国内観測史上最大M9.0の大地震が発生
- ・15時10分 医師会員被害情報を収集し、停電以外の被害なしを確認
- ・十四大都市医師会連絡協議会の支援本部が、札幌市医師会に設置される

3/12 (土)

- ・支援本部より、仙台市医師会からの支援(検案医派遣) 要請連絡。第1回災害対策会議を開催し、医師2名・事務局職員1名の派遣を決定

3/14 (月)

- ・第1班として、岡野敏明医師、遠藤隆医師、浅利隆史事務局職員が宮城県へ出発
- 16日まで、宮城県総合運動公園グラウンディ21において遺体検案を行う

3/16 (水)

- ・第2班として、中岡康医師、大森尚文医師、湯本亮太事務局職員が出発。
- 18日まで、第1班の業務を引き継ぐ



グラウンディ21

## 遺体検案、それは「影」の支援活動

川崎市医師会 副会長 岡野敏明

発災翌日に現地情報も乏しい中、先遣隊の出動準備を始めた。早速、私の車に緊急車両指定を受け、同行する医師を確保。食糧や寝具、帰りのガソリンと必要資材や支援物資を山積みして3月14日に仙台へ向かった。仙台市郊外に位置する巨大な遺体安置所では、老若男女300体程の遺体が並ぶ壮絶な光景の中で、全国から支援に駆けつけた警察の検視チームと共に肅々と検視検案作業を行った。検案とは遺体を診察して死亡時間や死亡原因等を推定し、死体検案書を作成するまでの、人



## 救護所支援に出動して

川崎市医師会 副会長 宮川弘一

平成23年3月25日、十四大都市医師会の協定により救護所支援として仙台市若林区六郷中学校に出動しました。避難所生活を送っている方は周辺を合わせ約650名で、避難所から海側(4~5km)は津波で壊滅状態でした。仮設診療所では定時の診療以外に、看護師が24時間常駐し病気やけがに対応していましたが、診察をしてみても避難所生活のストレスは想像以上のものがあると感じました。今回の経験から、東日本大震災に対す



10/15 (土)

- ・義援金寄贈を受け、安藤忠雄氏による無償の市民公開講座開催
- 演 題:「自ら可能性をつくれ」
- 参加者:202名



安藤 忠雄氏

7/11 (月)

- ・建築家 安藤忠雄氏が実行委員長を務める「桃・柿育英会(東日本大震災遺児育英資金)」へ1,000万円を寄贈



- ・災害医療と被災地支援講演会を開催
- 演 題:「川崎市医師会災害医療チームによる被災地派遣報告」
- 講 師:川崎市医師会 副会長 宮川 弘一
- 参加者:250名

※第1部として宮川副会長より3組(9名)の出動があり、遺体検案及び救護所診療支援を行った事を報告。第2部は厚労省DMAT事務局局長より講演

4/25 (月)

- ・川崎市東日本大震災被災者等支援基金」へ1,000万円を寄贈

4/13 (水)

- ・川崎市が創設した支援基金

3/25 (金)

- ・第3班として、宮川弘一医師、黒木信雄医師、新井清和事務局職員が出発。
- 27日まで、宮城県仙台市若林区 六郷中学校保健室に設けられた仮設診療所にて診療業務および、巡回診療を実施

3/19 (土)

- ・医師会員に対し災害義援金募集を開始
- ・支援本部より避難所における診療活動支援依頼の連絡が入る

## 東日本大震災に係わる 災害義援金寄贈について

川崎市医師会では、3月16日から会員に対し災害義援金を募集し、多くのご協力をいただきました。上の一覧表でもご紹介したとおり、川崎市が直接的かつ迅速な被災者支援を行うための支援基金(川崎市東日本大震災被災者等支援基金)に1,000万円を寄贈。また、建築家 安藤忠雄氏が実行委員長を務める「桃・柿育英会(東日本大震災遺児育英資金)」へ1,000万円を寄贈いたしました。







# いざというときに役立つ 家庭でできる応急手当

病气やけが、事故などはある日突然、あなたをおそいます。  
東日本大震災を教訓として、日ごろからできる限りの備えをしておきましょう。  
今回は、いざというとき家庭ですぐに役立つ応急手当をご紹介します。



## やけど

やけどの程度は「広さ」「深さ」「部位」によって決まります。成人の場合、2度と3度のやけどの広さの合計が全体表面積の20%以上、子どもや老人で10%以上やけどしている場合、熱気をあびて気道がやけどしているなど重症の場合は、一刻も早く医師にみてもらう必要があります。

### 一般的なやけど

一般的なやけどで軽症の場合は、できるだけ早くやけどした部分を水で冷やします。痛みや熱さがなくなるまで十分冷やしてください。

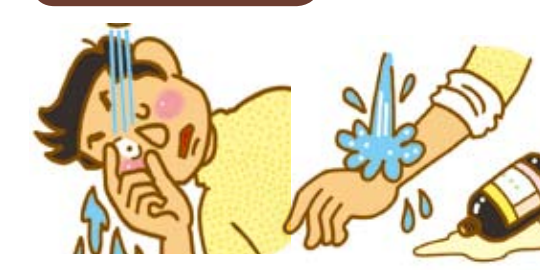
	外見症状
第1度(表皮熱傷)	皮膚が赤くなりひりひりする
第2度(真皮熱傷)	水ぶくれができ、表面がくずれる 焼けるような強い痛みがある
第3度(皮膚全層熱)	皮膚が白くなる やけどをしたところにはほとんど痛みを感じないが、そのまわりは痛みがある

### 一般的なやけど

- 水道水で冷やす
- 刺激が強い場合はやけどしたところに直接水圧がかからないよう洗面器などに浸す
- 服が燃えるやけどの場合は着たままの状態の水をゆっくりかける
- 広範囲でやけどした場合、ホースやバケツで水をかけるか、水につけた清潔なシーツなどでやけどしたところを冷やす
- 子どもが広範囲でやけどした場合で寒い季節以外は、浴槽の水で冷やす



### 薬品によるやけど



- 化学薬品などをかぶった場合は、体についた薬品を流水でよく洗い流す
- 目に入った場合、絶対にこすらない
- 必ずやけどした方の目を下にして流水で洗い落とす

**注意!**  
● 冷やしすぎないように注意し、冷やした後はやけどした部位に清潔なガーゼ、または布などを当て医療機関へ  
● 水ぶくれをつぶしたり、くずれた皮膚を取り除いたりしない(感染を起こしやすくなる、治りが遅くなる)  
● やけどした部分にアロエやみそなどはつけない  
● 広範囲でやけどした場合、全体を冷やし続けると体温をひどく下げる恐れがあるので、10分以上冷却しない

- ハチ、毒蛾、毛虫、ムカデなどに刺されたら、毒針や毒毛が残っている場合があるので毛抜きで取る
- 水でよく洗い流し、毒を吸い出す
- 抗ヒスタミン軟膏(かゆみ止め軟膏)か副腎皮質ホルモン軟膏(抗炎症軟膏)を塗り、冷たいタオルで冷やす

## ハチなどに刺されたとき



## 鼻血が出たら



- 安静にイスに座らせ、頭を少し前にして、衣服をゆるめる
- 口で呼吸し鼻の下部をつまむ(10分位)

## 打撲



- 腫れてくるようなら、包帯の上から氷のうなどで冷やす。
  - 皮膚に傷があるときは、水道水などで洗い、ガーゼを当てて包帯する。
- ※腫れがひどくなるようなら医療機関を受診しましょう。

## 止血法

出血が多いと驚いてあわててしまいがちですが、落ち着いて直ちに止血の手当てをしてください。通常、成人では400ml程度なら問題はありませんが、全身の1/3(1,500ml程度)以上を失うと生命が危険になります。  
出血はどこから、どのように、どのくらい出ているのか観察します。

- 噴き出るような出血か(動脈性出血：大至急止血を)
- わき出るような出血か(静脈性出血：早急に止血を)
- にじみ出るような出血か



### 直接圧迫止血法

- 傷病者の血液に触れると感染を起こす危険があるので、できる限りビニール手袋やビニール袋などを使う
- 傷口を十分におおえる大きさの清潔なガーゼや布を当て、その上を強く押さえ、傷口を心臓より高くしておく



## 足がつったとき

- 足を手前に引っ張り、ひざを曲げ伸ばしする



## 突き指



- すぐに冷やし整形外科へ
- すぐに受診できない場合は割り箸などで固定し、指を引っ張ったりしない



### 衛生用品

ばんそうこう、滅菌ガーゼ(大・中)、滅菌包帯、三角巾(1辺1m位)、脱脂綿、綿棒、体温計、はさみ、安全ピン(大・小)、ナイフ、ピンセット、毛抜き、懐中電灯、清潔なタオル、マッチ、せっけん、ティッシュペーパー



### そろえておきたい救急品

#### 薬品

常備薬(鎮痛剤、解熱剤、かぜ薬など)、胃腸薬、外傷用消毒液(無色)、かゆみ止め

**注意!** ● 保管場所は、直射日光のあたらない湿気が少ない所で、いつも同じ場所にする ● 薬は有効期限に気をつけて、古くなったものは取り替える



# 予防接種スケジュール表

下記のスケジュール表を参考に、かかりつけ医にご相談のうえ、接種を受けてください。



ワクチン名	接種済み	0歳											1歳											2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳								
		1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳									
不活化 ワクチン B型肝炎 任意	□□□	①→②			③																																
生 ワクチン ロタウイルス (2回接種) 任意	□□	①→②																																			
不活化 ワクチン ヒブ(*) 任意	□□□□	①	②	③												④																					
不活化 ワクチン 小児用肺炎球菌(*) 任意	□□□□	①	②	③												④																					
不活化 ワクチン 三種混合 (DPT) 定期	□□□□	①	②	③												④																					
生 ワクチン BCG 定期	□	①																																			
生 ワクチン ポリオ 定期	□□	①																																			
生 ワクチン MR (麻しん風しん混合) 定期	□□												①												②												
生 ワクチン おたふくかぜ 任意	□□												①												②												
生 ワクチン みずぼうそう (水痘) 任意	□□												①												②												
不活化 ワクチン 日本脳炎 定期	□□□																							①②③													
不活化 ワクチン インフルエンザ 任意	毎秋																																				

ロタウイルス・ヒブ・小児用肺炎球菌・三種混合の必要回数を接種するためには、同時接種で受けることが重要です

細菌性髄膜炎はヒブと小児用肺炎球菌の2つのワクチンで予防「髄膜炎ワクチンセット」と覚えましょう

二種混合 (DT) : 11歳で追加接種 (接種対象11-12歳)

詳細については川崎市より、3か月児健診の通知に御案内を同封いたします

春と秋に集団接種。他のワクチンと重なるときは他を優先しましょう  
2012年度中に国が不活化ポリオワクチンを導入する方針です

MR (麻しん風しん混合) : 小学校入学の前年 (幼稚園・保育園の年長に相当) 1年間に接種 (4月~6月がおすすめ)

インフルエンザ : 毎年、10月から11月ごろに接種しましょう

日本脳炎 : 9歳で追加接種 (接種対象9-12歳)

不活化 ワクチン 不活化ワクチン 定期 定められた期間内で受ける場合は原則として無料(公費負担) 任意 多くは有料(自己負担)。ワクチンによっては公費助成がある任意接種ワクチンの必要性は定期接種ワクチンと変わりません。

生 ワクチン 生ワクチン 定期 定期予防接種の対象年齢 任意 任意接種の接種できる年齢

同時接種 同時接種 : 同時に複数のワクチンを接種することができます。安全性は単独でワクチンを接種した場合と変わりません。日本小児科学会は乳幼児の接種部位として大腿外側部も推奨しています。くわしくはかかりつけ医にご相談ください。

⇄ おすすめの接種時期(数字は接種回数)

◎「VPDを知って、子どもを守ろう。」の会より引用  
 ●次にほかの種類のワクチンが接種できるのは、不活化ワクチン接種後は1週間後の同じ曜日から、生ワクチン接種後は4週間後の同じ曜日からです。  
 ※ヒブワクチン及び肺炎球菌ワクチンは、平成25年3月31日まで公費助成が行われています。

詳しい情報は「VPDを知って、子どもを守ろう。」の会HP参照 <http://www.know-vpd.jp/>

## おしえて、せんせい!

### 予防接種Q&A

**Q** 複数のワクチンを同時に接種することは可能ですか？  
**A** 可能です。同時接種を行う事で副作用の危険が増したり、ワクチンの効果が減ったりすることはありません。また同時接種を行うワクチンの組み合わせや本数に制限はありません。医師と相談の上、赤ちゃんと保護者にとって有益な受け方をしましょう。

**Q** ヒブワクチンや小児用肺炎球菌ワクチンでは年齢が大きくなると接種回数が減るので、1歳過ぎまで待ってから接種してもいいでしょうか？  
**A** ヒブ菌や肺炎球菌が原因となる髄膜炎は6か月から1歳の間で発症のピークです。病にかかるとを防ぐために、6か月までに3回の接種を終えることをおすすめします。

### ● ワクチンの種類と特徴

#### 生ワクチン

生ワクチンは、病原性を弱めた細菌やウイルスを接種し、体内で増殖させることで安全に強い免疫を得ることができます。十分な抵抗力がつくのに約1か月かかります。

#### 不活化ワクチン

不活化ワクチンは、細菌やウイルスを殺して免疫をつくるための必要な成分を取り出し、毒性をなくしたものです。十分な抵抗力をつけるためには、一定の間隔で2~3回接種した後、追加接種が必要です。

### ● 予防接種を受ける前に

予防接種は、体調のよいときに受けるのが原則です。安全に予防接種を受けられるよう、保護者の方は次のことに注意してください。

- 当日は朝から子どもの状態をよく観察します。体調が悪いと思ったら医師に相談しましょう。
- 予防接種は接種する医師への大切な情報です。責任を持って詳しく記入してください。
- 母子健康手帳を忘れずにお持ちください。
- 予防接種を受ける医療機関には、子どもの健康状態をよく知っている保護者が連れていきましょう。

スケジュール表付き

# お医者さんが教える

# よくわかる予防接種の受け方

スケジュール表付き

予防接種は、感染症から子どもとその周囲の人々の健康を守る効果の高い手段です。生後2か月からの接種がおすすです。産後の生活が落ち着いてきたころから、医師と一緒に予防接種の計画を考えていきましょう。

# 救急医療機関のご案内



川崎市医師会は、休日にも市民の皆様にご安心いただけるように、  
会員が当番制で休日急患診療所への出動、また在宅当番医を行っています。

**内科** 各区の休日急患診療所

**小児科** 各区の休日急患診療所、小児急病センター

**耳鼻咽喉科・眼科** 休日在宅当番医

## 休日急患診療所

診療日

日曜・祝日・  
年末年始(12/30~1/4)

受付時間

午前9時~11時30分  
午後1時~4時

## 川崎市川崎 休日急患診療所

☎044-211-6555

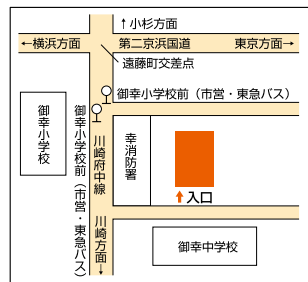
教育文化会館前交差点の角



## 川崎市幸 休日急患診療所

☎044-555-0885

幸消防署隣り



## 川崎市中原 休日急患診療所

☎044-722-7870

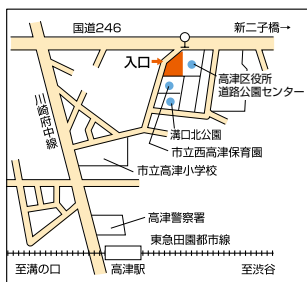
中原保健所前



## 川崎市高津 休日急患診療所

☎044-811-9300

国道246号線新二子橋手前

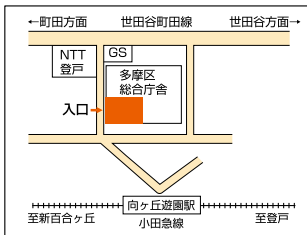


## 川崎市多摩 休日夜間急患診療所

☎044-933-1120

多摩区総合庁舎内

内科夜間診療所の受付時間は  
毎夜間の午後6時30分~10時30分



## 川崎市宮前 休日急患診療所

☎044-853-2133

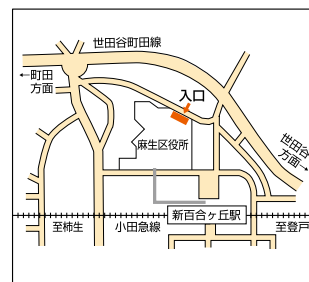
東急バス宮前休日診療所前



## 川崎市麻生 休日急患診療所

☎044-966-2133

麻生区役所敷地内



## 川崎市救急医療情報センター 24時間

### オペレーターによる医療機関のご案内

お問い合わせの時間に診療を行っている、近くの医療機関をご案内します。

☎044-222-1919

### コンピューターによる自動応答システム

電話・FAXによる医療機関案内を行っています。

☎044-222-3399

川崎市の  
総合医療機関  
検索サイト

「かわさきのお医者さん」を  
ご利用ください。

<http://www.qq.city.kawasaki.jp/>

今診てもらえるお医者さんを探す、かかりつけ医を見つけるなど、さまざま  
な条件で医療機関を検索することができます。また、耳鼻咽喉科や眼科  
の休日当番医、薬局など、関連情報も掲載されています。



携帯電話による情報提供を、  
行っています。

<http://www.qq.city.kawasaki.jp/k/>

## 小児急病センター

### 南部小児急病センター (川崎市立川崎病院内)

[診療日・受付時間]

- ・毎夜間(365日)……午後5時~翌朝8時30分
- ・日曜・祝日・年末年始(12/29~1/3)……24時間

☎044-233-5521(代)

※診療を希望する場合はあらかじめ電話連絡の上来院してください。

### 北部小児急病センター (多摩休日夜間急患診療所内)

[診療日・受付時間]

- ・毎夜間(365日)……午後6時30分~翌朝5時30分
- ・日曜・祝日・年末年始(12/30~1/4)……午前9時~11時30分  
午後1時~4時

☎044-933-1120

## 耳鼻咽喉科・眼科休日在宅当番医

[診療日・受付時間]

- ・日曜・祝日・年末年始(12/29~1/3)……午前9時~午後5時(原則)
- ※当日の当番医及び受付時間については川崎市救急医療情報センターにお問い合わせください。