

その体調不良、熱中症かも！？

～ 学内でも油断せず、しっかり暑さ対策を！ ～



基本の対策

- **のどが渇く前に水分補給！**
→ ペットボトルや水筒を常に持ち歩こう
- **直射日光・暑さを避けて移動しよう**
→ 外出・通学時は帽子・日傘・通気性の良い服で対策を
- **今日の熱中症指数をチェック！**
→ [環境省熱中症予防情報サイト](#)※では、各地の熱中症指数の予報が随時確認できます。警戒アラートの発令時は、特に注意しましょう。

学内における学生等の救護対応手順

※通称は… ※違ったときは、裏面を確認！

昼間 8:30～17:00 平日（祝日除く）の場合

反応がない
（呼びかけ、目、呼吸がない）
大出血 等
明らかに重症
である場合

救急車を呼ぶ
119

救急車到着のため連絡
する
019-694-2050
内線 2050

救急車到着時の報告等
019-694-2030
内線 2030

反応があるが
歩けない
どうしたよいかわからない場合

救護サポートセンター
019-694-2030
内線 2030

夜間 17:00～翌8:30 土日祝日の場合

反応がない
（呼びかけ、目、呼吸がない）
大出血 等
明らかに重症
である場合

救急車を呼ぶ
119

救急車到着のため連絡
する
019-694-2050
内線 2050

救急車到着時の報告等
019-694-2010
内線 2010

かぜなどの軽い症状

毎日（19:00～23:00）
盛岡市夜間急患
診療所

休日（9:00～17:00）
休日救急当番医

盛岡市医師会ホームページ
<http://www.morioka.med.or.jp/>

盛岡市医師会ホームページ
（休日当番医の一次救急対応の状況は随時確認することができます）

入院が必要と思われる症状

24時間対応
二次救急入院
受入病院

24時間対応
岩手県高度救命
救急センター

盛岡市中央病院
独立行政法人岩手県立総合
医療センター
岩手県立
八戸病院 等

24時間対応
盛岡市内丸 1F-1
（岩手県立大学附属病院内）
019-651-5111（FAX）

健康サポートセンター学外ホームページ
救護対応マニュアル

環境省熱中症予防情報サイト

熱中症予防情報サイト

環境省熱中症
予防情報サイト

QRコード

本部棟 1階の学生センター前に
熱中症予防情報を掲示しております。

← 学内で体調不良者への救護対応手順方法
健康サポートセンターのHP、学内に設置している車椅子に掲示しています。
体調不良時などに是非、ご活用ください。

- 「ちょっと変かも…」と思ったらすぐに対応！！
→ めまい・頭痛・吐き気は熱中症のサインです。

