

まず、P7の質問を確認してください。

6 成人の腰痛

主な
症状

「腰が痛い」「ぎっくり腰」「腰痛」など

ひとつでも該当する項目があれば **はい** → へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

赤

- 突然の痛みで強くなっている。
- 強く痛む場所が移動する。
- 急に足がしびれた。または、足のだるさが強くなっている。
または、足を動かせない。
- 便や尿が漏れる。

はい



119

1つも該当しない場合

橙

- 痛みが強くて動くことができない。
または、自力で病院を受診することができない。
- 赤い尿が出る。
または、尿をするとき激しい痛みがある。

受診する科目

【整形外科】
または【救急科】

はい

- 65歳以上である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

はい

いいえ

1つも該当しない場合は次ページへ

今すぐに受診

黄

受診する科目

- 発熱（38℃以上）があって、吐いたり吐き気がある。
.....【内科】または【救急科】
- がんや糖尿病に罹っている。または、治療中である。
.....【内科(かかりつけ医)】または【救急科】
- しりもちなどのけがの後に痛み出した。
.....【整形外科】または【救急科】
- 腰から足へ響く痛みがある。
.....【整形外科】または【救急科】
- 歩きにくい。.....【整形外科】または【救急科】
- 痛み止めが効かない。.....【整形外科】または【救急科】
- 2日ぐらいの間に、けがをした。または、事故にあった。
.....【整形外科】または【救急科】
- 尿が出にくい。または、トイレに行っても出ない。
.....【泌尿器科】または【救急科】
- 尿をするときに痛みがある。
.....【泌尿器科】または【救急科】
- 腰を打った後に赤い尿がでた。
.....【泌尿器科】または【救急科】

1つも該当しない場合

緑

- もともと腰痛もちである。または、腰の手術後である。
- 軽い痛みであり、自分で移動することができる。
または、痛みを我慢できる。

受診する科目

【整形外科】または
【かかりつけ医】

1つも該当しない場合

～すべての項目に該当しない場合～

継続的に容態をチェックし、症状が悪化した場合、変わらずに続く場合、他の症状が出現した場合には、医療機関の受診を考慮してください。

※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323
042-521-2323

今すぐに受診

はい

- 65歳以上である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

いいえ

これから受診

はい

- 65歳以上である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

いいえ

当日または翌日の
通常時間に受診

腰痛
成人

まず、P7の質問を確認してください。

7 何か固形物を飲み込んだ

〔成人
小児〕

主な
症状

「何か固形物を飲み込んだ」「食べものなどがのどにつかえた」
「のどに引っかかっている・取れない」など

ひとつでも該当する項目があれば はい へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

赤

- ☐ いつも通りの息ができない。
- ☐ むせている。
- ☐ とがったものを飲んだようだ。（針、釘、びょう、ガラス、錠剤のシートなど）
- ☐ のど、または、胸が激しく痛む。
- ☐ のどから1円玉より大きなものが取れない。
- ☐ 血を吐いた。

はい



119

はい

橙

1 つも該当しない場合

受診する科目

- ☐ のどから1円玉より小さいものが取れない。
・・・【耳鼻咽喉科】または【外科】
または【小児科】または【救急科】
- ☐ 飲んだものに毒性がある。
・・・【内科】または【外科】
または【小児科】または【救急科】
- ☐ ボタン型の電池を飲んだようだ。
・・・【内科】または【外科】
または【小児科】または【救急科】
- ☐ 吐いた。または、吐き気がある。
・・・【耳鼻咽喉科】または【外科】
または【小児科】または【救急科】
- ☐ お腹が痛い。→P31「腹痛」

※小児科は15歳以下の場合に考慮してください。

1 つも該当しない場合は次ページへ

はい

いいえ

今すぐに受診

黄

□飲んだものがわからない。

受診する科目

【内科】または【外科】
または【小児科】
または【救急科】

※小児科は15歳以下の場合に考慮してください。

1つも該当しない場合

はい

今すぐに受診

はい

- 65歳以上である。
- 未就学児(6歳未満)である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。
- 血が止まりにくい。
- 抗凝固薬(血液をさらさらにする薬)などを飲んでいる。

いいえ

これから受診

はい

- 65歳以上である。
- 未就学児(6歳未満)である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。
- 血が止まりにくい。
- 抗凝固薬(血液をさらさらにする薬)などを飲んでいる。

いいえ

緑

- 異物を飲み込んだが症状がない。
- のどに違和感が残っている。

受診する科目

【内科】
または【小児科】
または【かかりつけ医】

※小児科は15歳以下の場合に考慮してください。

1つも該当しない場合

はい

当日または翌日の
通常時間に受診

～すべての項目に該当しない場合～

継続的に容態をチェックし、症状が悪化した場合、変わらずに続く場合、他の症状が出現した場合には、医療機関の受診を考慮してください。

※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323
042-521-2323

誤飲
成人 小児

まず、P7の質問を確認してください。

8 熱中症 〔成人 小児〕

主な
症状

「暑気あたり」「熱射病・日射病」
「暑い所にしばらくいた」「激しい運動をした」 など

ひとつでも該当する項目があれば **はい** へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

赤

- 意識がなくなった。
- うまく動けない。または、麻痺がある。
- 変なことを言う。
または、どこにいるかわからない。
または、あばれている。
- 熱がありそうで、汗をかいていない。
- 熱がありそうで、ふらついている。
- 熱がありそうで、視野障害がある。
- 熱がありそうで、皮膚が赤い。

はい



119

1つも該当しない場合

橙

- 熱がありそうで、頭痛がある。
- 熱がありそうで、吐き気がある。
- 熱がありそうで、脈または呼吸が速い。
- （体温が測定できれば）39℃以上ある。

受診する科目

【救急科】または【内科】
または【小児科】

はい

- 65歳以上である。
- 未就学児（6歳未満）である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

はい

いいえ

1つも該当しない場合は次ページへ

今すぐに受診

黄

- 熱がありそうで、暑い所にしばらくいた。
または、激しい運動をした。
- ふらつきがある。または、体に力が入らない。
- 汗がひどい。
- 筋肉がけいれんしている。
- 脈が遅い。
- 尿の色が濃い。
- 吐き気がある。

受診する科目

【内科】または
【小児科】または【救急科】

はい

今すぐに受診

はい

- 65歳以上である。
- 未就学児（6歳未満）である。
- 妊娠している。
- 歩けなくなった。

いいえ

これから受診

1つも該当しない場合

～すべての項目に該当しない場合～

継続的に容態をチェックし、症状が悪化した場合、変わらずに続く場合、他の症状が出現した場合には、医療機関の受診を考慮してください。

※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323

042-521-2323

熱中症
成人 小児

まず、P7の質問を確認してください。

9 小児の発熱 〔15歳以下〕

主な
症状

「熱が出た」「熱がある」「体が熱い」
「悪寒がする」「震えている」「熱が下がらない」など

ひとつでも該当する項目があれば はい へ、該当がなければ次の項目へ進んでください。

赤

- 意識がもうろうとしている、
または、おかしいことを口走っている。
(声をかけてもふつうに受け答えできない。)
- 興奮している、または、あばれている。
(声をかけてもふつうに受け答えできない。)

はい



119

1 つも該当しない場合

橙

- 生後3ヵ月未満である。
- 8時間以上うとうとしている。
(声をかければ、ふつうに受け答えできる。)
- 元気がなく、ぐったりしている。
- ひどい頭痛がある。
- 何か特別な病気(ステロイド剤服用中、免疫不全、
悪性腫瘍、先天性心疾患など)で病院にかかっていて、
熱が出たらすぐ病院に行くように言われてる。

受診する科目

【小児科】

はい

今すぐに受診

1 つも該当しない場合は次ページへ

黄

- 水分を十分に取れていない。（飲む量や回数が減っている。）
- 尿量や尿の回数が減ったり、尿の色が濃くなった。
- ほとんど涙が出ない。または、口の中や舌が乾いている。
- 尿が出るとき、痛がる。または、尿の色や臭いが普段と違う。
- 1か月以内に海外に渡航した。（北米・ヨーロッパ以外）
- 2回以上または多量の下痢がある。
- 吐き気やおう吐がある。→P47「小児 吐き気」
- 強い腹痛がある。
- せきまたは鼻汁でつらそう。
- 暑い所や蒸し暑い所にしばらくいた。
または、激しい運動の後である。→P43「熱中症」
- 全身が赤い。または、発疹（体が赤くなっている。
または、蕁麻疹のようにブツブツが出ている。）
- 耳を痛がる。・・・・・・【耳鼻咽喉科】または【小児科】
- 耳の穴から膿が出ている。耳だれがある。
・・・・・・【耳鼻咽喉科】または【小児科】

受診する科目

【小児科】

1つも該当しない場合

はい

これから受診

緑

- 以上の項目にあてはまらない。

受診する科目

【小児科】
または
【かかりつけ医】

はい

当日または翌日の
通常時間に受診

※なお、判断に迷われる場合または救急病院の情報を知りたい場合は、
東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）へご連絡ください。

#7119

こちらからもつながります

03-3212-2323
042-521-2323