

# Guide d'utilisation des services d'ambulances

## 救急車利用ガイド フランス語版



***Veillez appeler le "119" lorsque vous avez besoin d'une ambulance.***

救急車が必要なときは「119」に電話をしてください。

Ce guide vous explique comment utiliser les services d'ambulances au Japon et quels sont les points à noter.  
このガイドでは、日本での救急車を呼ぶ際の方法と、注意すべき点を説明しています。

- Comment appeler une ambulance 救急車の呼び方…………… 2, 3
- Exemples de symptômes nécessitant une ambulance (adultes et enfants) …………… 4, 5  
救急車が必要な症状 (大人と子ども)
- Qu'est-ce que l'hyperthermie ? 熱中症とは …………… 6, 7
- Quelques conseils pour appeler une ambulance 救急車を呼ぶときのポイント…………… 8

※ Toute personne présentant une maladie ou blessure à caractère urgent peut utiliser une ambulance.

緊急の病気やケガの際は誰もが救急車を利用することができます

Dès réception de l'appel au 119, le répartiteur (opérateur de l'agence) vous posera quelques questions nécessaires à l'envoi d'une ambulance. En cas d'extrême urgence, l'ambulance sera envoyée avant que toutes ces questions n'aient été posées.

119に電話をすると、指令員（消防のオペレーター）が救急車の出動に必要なことを、順番にお聞きします。緊急性が高い場合は、すべてを聞く前に救急車が出動します。

※ **Si quelqu'un parlant japonais se trouve à proximité, demandez-lui de vous aider.**

※ **あなたの周囲に日本語を話せる人がいる場合は、お手伝いをお願いしてください。**

**Veillez rester calme et répondre lentement. あわてず、ゆっくりと答えてください**

## 1 Indiquer qu'il s'agit d'une urgence 救急であることを伝える



Dites au répartiteur (opérateur de l'agence) qu'il s'agit d'une urgence.

電話に出た指令員（消防のオペレーター）に救急であることを伝えてください

## 2 Donner l'adresse où l'ambulance est nécessaire 救急車に来てほしい住所を伝える



Indiquez l'endroit où vous vous trouvez. Si vous n'en connaissez pas l'adresse, veuillez donner un point de repère comme un bâtiment ou un carrefour à proximité.

あなたがいる場所を教えてください。住所がわからない場合は、近くの建物や交差点などの目印を教えてください。

### 3 Indiquer **les symptômes** de la personne concernée 具合の悪い方の**症状**を伝える



Veillez indiquer de qui il s'agit et depuis quand les symptômes sont apparus.

誰が、いつから具合が悪くなったかを伝えてください

### 4 Veuillez donner **l'âge** de la personne 年齢を教える



Veillez indiquer l'âge de la personne concernée. Si vous ne connaissez pas l'âge exact, veuillez l'indiquer approximativement.

具合の悪い方の年齢を伝えてください。年齢がわからない場合は、おおよその年齢を伝えてください。

### 5 Donner **vos nom et coordonnées** あなたの**名前と連絡先**を伝える



Veillez indiquer votre nom et un numéro de téléphone où il est possible de vous joindre après votre appel au 119. Vous pouvez être contacté s'ils ne parviennent pas à vous trouver.

あなたのお名前と119通報後も連絡が取れる電話番号を伝えてください。場所が不明なときなど、問い合わせることがあります。

\* Le répartiteur (opérateur de l'agence) peut vous demander des précisions au sujet des symptômes. Veuillez donner toutes les informations dont vous disposez.

\* Le dialogue ci-dessus est l'exemple le plus courant lors d'un appel au 119.

※その他、消防の指令員（オペレーター）から詳しい症状などについて尋ねられることがあります。答えられる範囲で伝えてください。

※上記に示したものは、一般的な聞き取り内容です。

## Il peut s'agir d'une maladie ou d'une blessure grave !

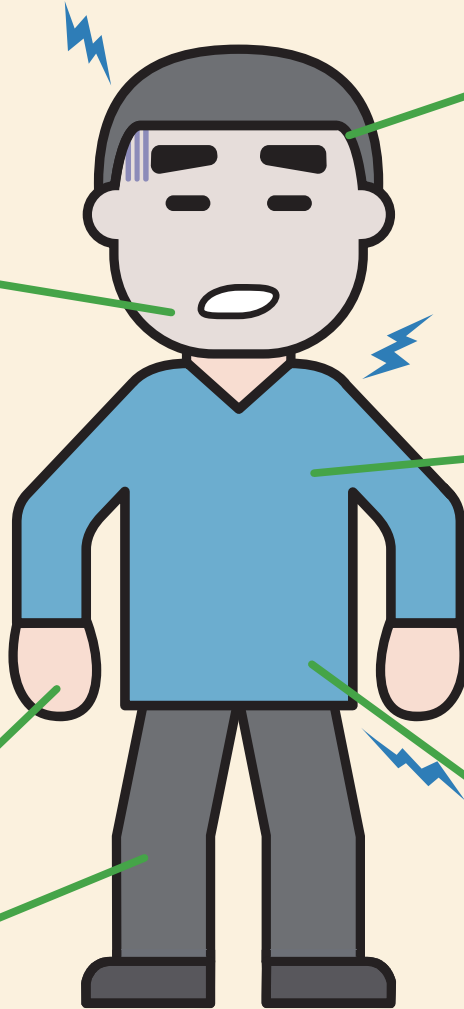
重大な病気やけがの可能性がります！

### Visage 顔

- Difficulté à bouger ou engourdissement d'une moitié du visage  
顔半分が動きにくい、または、しびれる
- Asymétrie faciale lorsque la personne sourit  
ニコリ笑うと口や顔の片方がゆがむ
- Difficultés à parler, ne parvient pas à s'exprimer  
ろれつがまわりにくく、うまく話せない
- Réduction du champ visuel  
見える範囲が狭くなる
- Voit soudainement double  
突然、周りが二重に見える
- A très mauvaise mine  
顔色が明らかに悪い



### Adulte 大人



### Tête 頭

- Brusques maux de têtes aigus  
突然の激しい頭痛
- Brusque poussée de fièvre  
突然の高熱
- Vertige soudain nécessitant une aide pour se tenir debout  
支えなしで立てないぐらい急にふらつく

### Poitrine et dos 胸や背中

- Brusque douleur aiguë  
突然の激痛
- Brusque essoufflement, difficultés à respirer  
急な息切れ、呼吸困難
- Compression ou poids dans la poitrine douloureusement ressenti pendant 2 ou 3 minutes  
胸の中央が締め付けられるような、または圧迫されるような痛みが2~3分続く
- La douleur se déplace  
痛む場所が移動する

### Mains / Jambes 手・足

- Engourdissement soudain  
突然のしびれ
- Faiblesse soudaine du bras et/ou de la jambe d'un seul côté  
突然、片方の腕や足に力が入らなくなる

### Ventre おなか

- Brusque mal de ventre aigu  
突然の激しい腹痛
- Mal de ventre aigu continu  
激しい腹痛が持続する
- Vomissements de sang  
血を吐く
- Selles sanguinolentes ou noires  
便に血が混ざるまたは、真っ黒い便が出る

### Troubles de la conscience 意識の障害

- Inconscience (ne réagit pas) ou pas dans son état normal (chancelant)  
意識がない (返事がない)  
またはおかしい(もうろうとしている)
- Épuisement  
ぐったりしている



### Convulsions けいれん

- Convulsions prolongées  
けいれんが止まらない
- Pas de reprise de conscience même après la fin des convulsions  
けいれんが止まっても、意識がもどらない

### Blessures / Brûlures けが やけど

- Blessures provoquant une forte hémorragie  
大量の出血を伴うけが
- Brûlures étendues  
広範囲のやけど

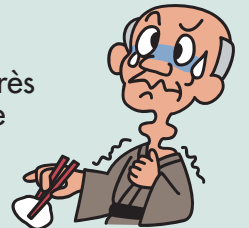


### Nausée 吐き気

- Forte nausée accompagnée de sueurs froides  
冷や汗を伴うような強い吐き気

### Avalement 飲み込み

- Difficulté à respirer à cause de nourriture coincée dans la gorge  
食べ物をのどにつまらせて苦しい
- Perte de connaissance après avoir avalé quelque chose  
変なものを飲み込んで意識がない



### Accident 事故

- Victime d'un accident de la circulation (a subi un choc violent)  
交通事故にあった (強い衝撃を受けた)
- Noyade  
水におぼれている
- Chute d'un endroit élevé  
高いところから落ちた

◎ Toute autre situation dans laquelle l'état de la personne est anormal ou inhabituel

その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

N'hésitez pas à appeler le 119 dans les cas suivants  
 こんなときには すぐに119番

Enfant (moins de 16 ans)  
 こども (15歳以下)

Tête 頭

Visage 顔

- Lèvres violettes  
くちびるの色が紫色
- Très mauvaise mine  
顔色が明らかに悪い

Poitrine 胸

- Toux violente et/  
ou respiration sifflante  
激しい咳やゼーゼーして呼吸が苦しそう
- Respiration faible  
呼吸が弱い

Mains / Jambes 手・足

- Rigidité des jambes et/  
ou des bras  
手足が硬直している



- Se plaint de douleurs,  
a des convulsions  
頭を痛がって、けいれんがある
- Hémorragie continue,  
perte de conscience,  
convulsions résultant d'un  
choc violent à la tête  
頭を強くぶつけて、出血がとまらない、  
意識がない、けいれんがある

Ventre おなか

- Diarrhée ou vomissements  
importants l'empêchant de  
boire, absence d'appétit,  
trouble de la conscience  
激しい下痢や嘔吐で水分が取れず  
食欲がなく意識がはっきりしない
- Souffre de violentes douleurs  
à l'estomac  
激しいおなかの痛みで苦しがる
- Vomissements ininterrompus  
嘔吐が止まらない
- Selles sanguinolentes  
便に血がまじった

Troubles de la conscience 意識の障害

- Inconscience (ne réagit pas) ou pas  
dans son état normal (chancelant)  
意識がない (返事がない)  
またはおかしい (もうろうとしている)

Urticaire じんましん

- Apparition d'urticaire sur tout  
le corps après une piqûre  
d'insecte et visage devenu pâle  
虫に刺されて全身にじんましんが出て、  
顔色が悪くなった



Nourrisson de moins de 3 mois 生まれて3カ月未満の乳児

- Nourrisson pas dans son état normal  
乳児の様子がおかしい

Convulsions けいれん

- Convulsions prolongées  
けいれんが止まらない
- Pas de reprise de conscience  
même après la fin des convulsions  
けいれんが止まっても、意識がもどらない

Brûlure やけど

- Brûlure particulièrement  
douloureuse  
痛みのひどいやけど
- Brûlures étendues  
広範囲のやけど

Avalement 飲み込み

- Difficulté à respirer ou perte  
de conscience à cause de  
quelque chose de coincé  
dans la gorge  
物をのどにつまらせて、  
呼吸が苦しい、意識がない

Accident 事故

- Victime d'un accident de la  
circulation (a subi un choc violent)  
交通事故にあった (強い衝撃を受けた)
- Noyade 水におぼれている
- Chute d'un endroit élevé  
高いところから落ちた



◎ Toute autre situation dans laquelle l'état de l'enfant semble anormal ou inhabituel pour les parents  
 その他お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

## <For Your Information> Comment éviter l'hyperthermie 熱中症を防ぐ方法

L'été au Japon est particulièrement chaud et très humide. La température peut parfois dépasser 35°C (95F) et chaque année, **plus de 40 000 personnes** sont ainsi transportées à l'hôpital pour hyperthermie. Des précautions contre l'hyperthermie sont nécessaires.

日本の夏は湿度が高く非常に暑いです。時には35°C (95F) を超える場合もあり、その結果、毎年**4万人以上**の方が熱中症のため病院に救急搬送されています。熱中症にならないよう注意が必要です。

## Qu'est-ce que l'hyperthermie ? 熱中症とは？

**Soumis à de fortes température et humidité, l'équilibre entre l'eau et le sel (sodium) de votre corps se dérègle, ne vous permettant plus de réguler votre température corporelle, ce qui provoque divers symptômes comme une élévation de cette température, des vertiges, une apathie musculaire et même des convulsions ou des troubles de la conscience, etc. dans les cas les plus graves.**

**Même à l'intérieur, une température et une humidité élevées rendent difficile l'évacuation de la chaleur par le corps et peuvent provoquer un état d'hyperthermie. Veuillez donc prendre toutes les précautions nécessaires.**

温度や湿度が高い中で、体内の水分や塩分（ナトリウム）のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の障害など、様々な障害をおこします。

屋内でも室温や湿度が高いために、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

## Quelques conseils pour prévenir l'hyperthermie 熱中症予防のポイント

- ☺ **Vérifiez fréquemment la température de la pièce où vous vous trouvez !  
Nous vous conseillons d'y placer un thermomètre.**  
部屋の温度をこまめにチェックしてください！部屋に温度計を置くことをお奨めします。
- ☺ **Utilisez la climatisation ou un ventilateur pour que la température de la pièce ne dépasse pas 28°C (82F) !**  
室温が28°C (82F) を超えないように、エアコンや扇風機を使用してください！
- ☺ **Buvez régulièrement même si vous n'avez pas soif !**  
のどが渇いていなくても水分補給をしてください！
- ☺ **Lorsque vous sortez, portez des vêtements légers et lâches et prenez toutes les précautions pour éviter l'exposition directe au soleil !**  
外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策もしてください！
- ☺ **Évitez le surmenage et faites des pauses régulières !**  
無理をせず、適度に休憩をとってください！
- ☺ **Prenez des repas équilibrés et menez une vie saine !**  
日頃から栄養バランスの良い食事を取り、健康的な生活をしてください！



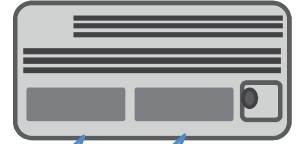
## ✚ Premiers soins en cas d'hyperthermie 熱中症の応急手当 ✚

### ✚ Conduisez le patient à un endroit frais, desserrez ses vêtements et faites-le s'allonger.

患者を涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる

### ✚ Refroidissez sa température corporelle en branchant la climatisation ou un ventilateur.

エアコン、扇風機をつけて体を冷やす

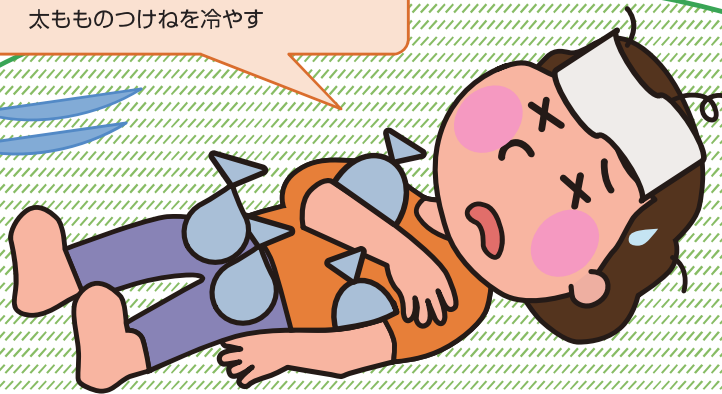
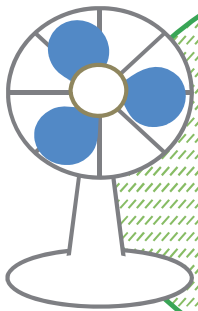


Refroidissez le corps au niveau du tour du cou, des aisselles et des aines.

首の周り・脇の下・  
太もものつけねを冷やす

Si la personne est capable de boire, faites-la boire lentement.

飲めるようであれば  
水分を少しずつ飲ませる。



⚠ S'il s'agit d'une personne ou d'un enfant souffrant d'une maladie chronique, veuillez consulter votre médecin pour obtenir des conseils de prévention de l'hyperthermie.  
持病を持っている方や子どもの場合は、医師に相談し、熱中症予防のアドバイスをもらっておきましょう。

## N'hésitez pas à appeler une ambulance dans les cas suivants.

このような時は、迷わずに救急車を呼びましょう

\*Si quelqu'un parlant japonais se trouve à proximité, demandez-lui de vous aider.

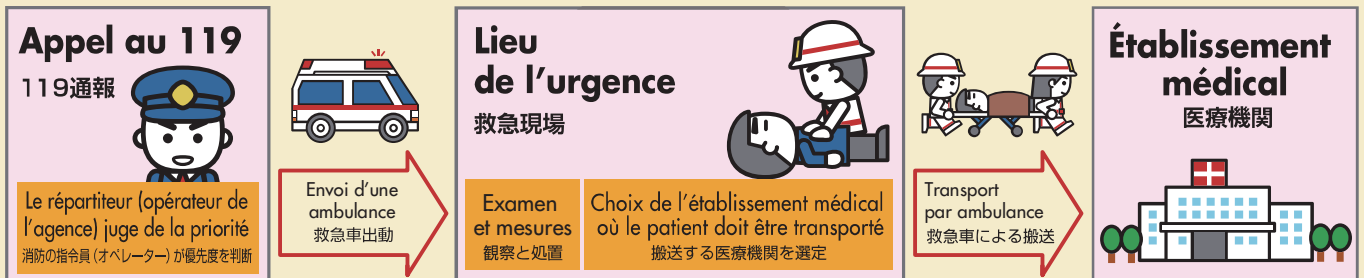
※あなたの周囲に日本語を話せる人がいる場合は、お手伝いをお願いしてください。



- Lorsque vous êtes incapable de boire, ressentez un état de faiblesse ou de lassitude très marqué, ne pouvez plus bouger.  
自分で水が飲めない場合、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合。
- La personne est inconsciente (dans un état anormal) ou a des convulsions dans tout le corps  
意識がない（おかしい）全身にけいれんがある場合

**Pour appeler une ambulance, composez le «119»**  
 救急車を呼ぶときの番号は「119」です

**Transport d'urgence par ambulance (Depuis l'appel au 119 jusqu'à l'établissement médical)**  
 救急車による救急搬送 (119通報から医療機関まで)



Si des personnes sont disponibles, **envoyez-les guider l'ambulance depuis le lieu d'arrivée présumé** pour que l'équipe d'intervention vous atteigne plus vite.

人手がある場合は、**救急車の来そうなところ**まで案内に出ると到着が早くなります。

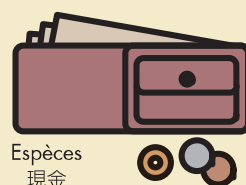


**Préparer les choses suivantes après avoir appelé une ambulance pourra vous être utile.**  
 救急車を呼んだら、**このような物を用意しておく**と便利です。

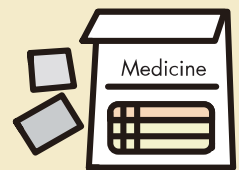
- Passeport パスポート
- Espèces / Carte de crédit (Paiement à l'hôpital)  
現金/クレジットカード (病院での支払い)
- Traitements médicamenteux actuels  
普段飲んでいる薬



Passeport  
パスポート



Espèces  
現金



Traitements médicamenteux actuels  
普段飲んでいる薬

**Dès l'arrivée de l'ambulance, communiquez les informations suivantes à son équipe.**  
 救急車が来たら、**このようなことを伝えてください。**

- Conditions dans lesquelles l'accident ou les symptômes se sont manifestés  
事故や具合が悪くなった状況
- Évolutions de l'état jusqu'à l'arrivée de l'équipe d'intervention  
救急隊が到着するまでの変化
- Symptômes les plus aigus 最もつらい症状
- Maladies chroniques 持病
- Traitements médicamenteux actuels 普段飲んでいる薬

\* Avoir une note écrite de votre état de santé pourra vous être utile.

※あなたの健康状態をメモにまとめておくとう便利です。