

エーイーディー  
**AED**

じ どう たい がい しき じょ さい どう き  
**(自動体外式除細動器)**

つか おうきゅう て あて  
**を使った応急手当のやりかた**

1. 肩をたたきながら声をかける

わかりますか？



2. 反応がない、又はわからない場合は、  
大声で助けを呼んだあと、119番通報と  
AEDを持ってくるように頼む

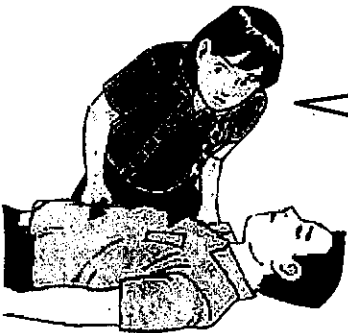
だれか来てください！  
人がたおれています。

119番通報を  
してください。  
AEDを持って  
きてください。



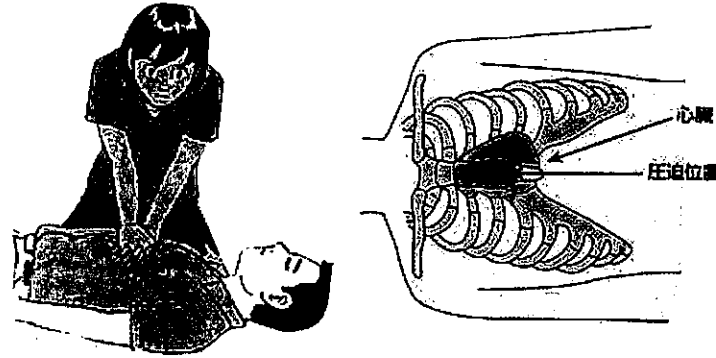
3. 呼吸を確認する

1、2、3、  
4、5、6  
...



胸やおなかの動きをみて、「ふだんどおりの呼吸」をしているかを10秒以内で確認します。

4. ふだんどおりの呼吸がない、又はわからない場合は、  
胸骨圧迫（心臓マッサージ）を開始する。



胸骨圧迫

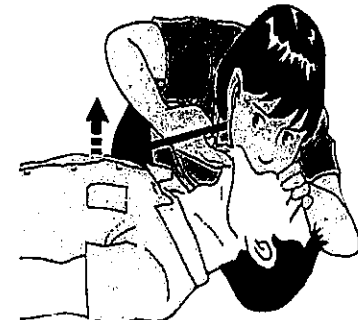
胸の真ん中

両手

約5cm

100~120回/分

人工呼吸を習ったことがあり、自信がある場合は、  
胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返して行います。

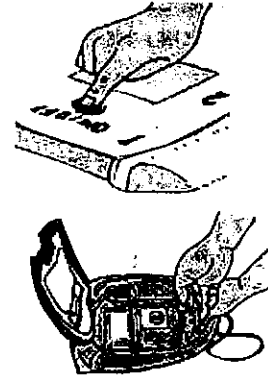


気道を確保して約1秒かけて胸が上がるぐらいの量を、2回ふきこみます。

血がついていたり、口の中が汚れているときは、人工呼吸をしないでおきましょう。



5. AEDが到着したら、まず電源を入れる。

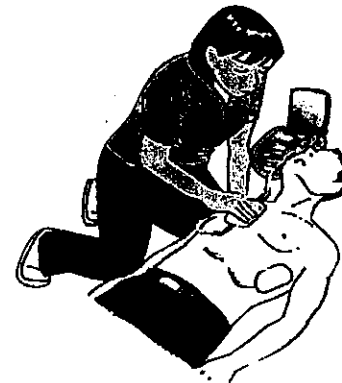


電源を入れるときは、必ず電源を入れる。



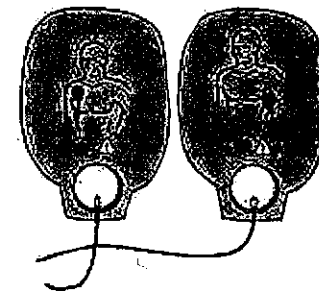
AEDの電源を入れるとメッセージが流れます。  
メッセージに従って操作をしてください。

6. 電極パッドを胸にはる



電極パッドは胸に直接はります。

電極パッドの接続は必ず正しいです。



7. AEDのメッセージ通りにする。

はなれてください！



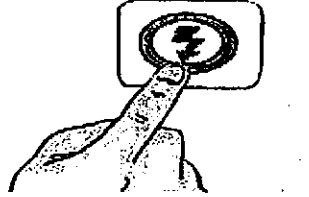
電気ショックが必要です。  
はなれてください。



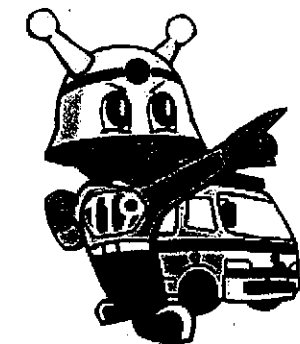
ショックボタンを押してください。

ショックボタン

電源が切れるまで、



誰もさわっていないことを確認してから、  
ショックボタンを押します。



みんなの力が  
命を救うんだ！

「病院へ行った方がいいのかな？」  
「救急車を呼んだ方がいいのかな？」 **迷ったら**

**東京消防庁救急相談センター** 24時間対応  
年中無休

**#7119**

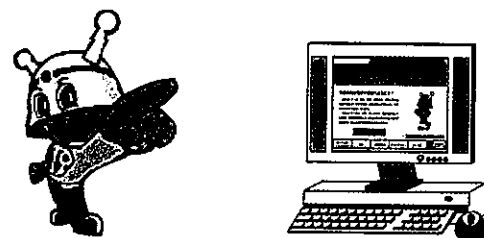
つながらない場合は...

**23区 03(3212)2323**

**多摩地区 042(521)2323**

東京消防庁 東京都医師会 東京都福祉保健局

おうきゆうて あて まな  
**応急手当をパソコンで学ぼう!!**



とうきょうしやうぼうちやう  
東京消防庁ホームページでは、インターネットで  
おうきゆうて あて まな だんしがくしやうしつ かいせつ  
応急手当が学べる「電子学習室」が開設されています。

ぜひ一度、チャレンジしてみてください。

て あて  
手当をする時は、次のことに気を付けましょう!

- まずは、自分の身の安全を第一に行動しましょう。
- 血液にはさわらないようにしましょう。
- 手当をした後は、手洗い、うがいをしましょう。
- 手当のときにケガをしてしまった場合は、近くにいる大人の人に伝えましょう。
- 駆け付けた消防隊や救急隊の人に、手当した内容を伝えましょう。



とうきょうしやうぼうちやう おうきゆうて あて こうしゆうかい  
東京消防庁では応急手当の講習会  
をおこな  
を行っています。応急手当を学んで  
いのち  
命を守ろう  
くわしくは、お近くの消防署または  
ホームページで!

東京消防庁ホームページ  
<http://www.tfd.metro.tokyo.jp>

モバイルサイト

が ぞう けいたいでんわ  
画像を携帯電話で

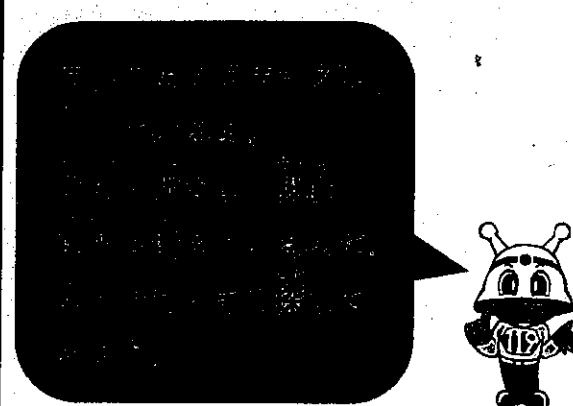
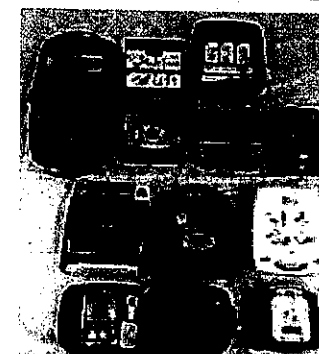
東京消防 検索 と読み取ってね。

エーイーディー し どうたいがいしきじよさいどう き し  
**AED (自動体外式除細動器) を知っているかな?**

エーイーディー しんぞう でん き あた もと ただ  
AEDは心臓に電気ショックを与えて元の正しいリズムに  
もど 戻すための機械です。

でんげん い おんせい なが おんせい  
電源を入れると音声メッセージが流れるので、音声メッ  
セージに従って操作すれば、だれでも使えます。

でん き ひつよう ひと まちが でん き  
電気ショックが必要ない人には間違っ  
て電気ショックを  
あた 与えないようになっています。



ひつよう  
AEDが必要なときは、  
ケースの扉を開けて持って  
いってください。  
(扉を開けると大きな音が  
します。)

つか かた うらめん  
AEDの使い方は裏面を  
見てね。

ばん つう ほう  
**119番通報のしかた**

きゆうきゆうしや  
救急車をよぶときは、「あわてず、おちついて」119番に通報してください。

しょうぼうちやう  
消防庁、  
かじ  
火事ですか?  
きゆうきゆう  
救急ですか?

わかりました。  
きゆうきゆうしや  
救急車、向かいます。

はいっ!

どうしましたか?

ひと  
人がたおれ  
ています。

そこは何区(市)、  
なにまち なんちやうめ  
何町、何丁目、  
なんばん  
何番ですか?

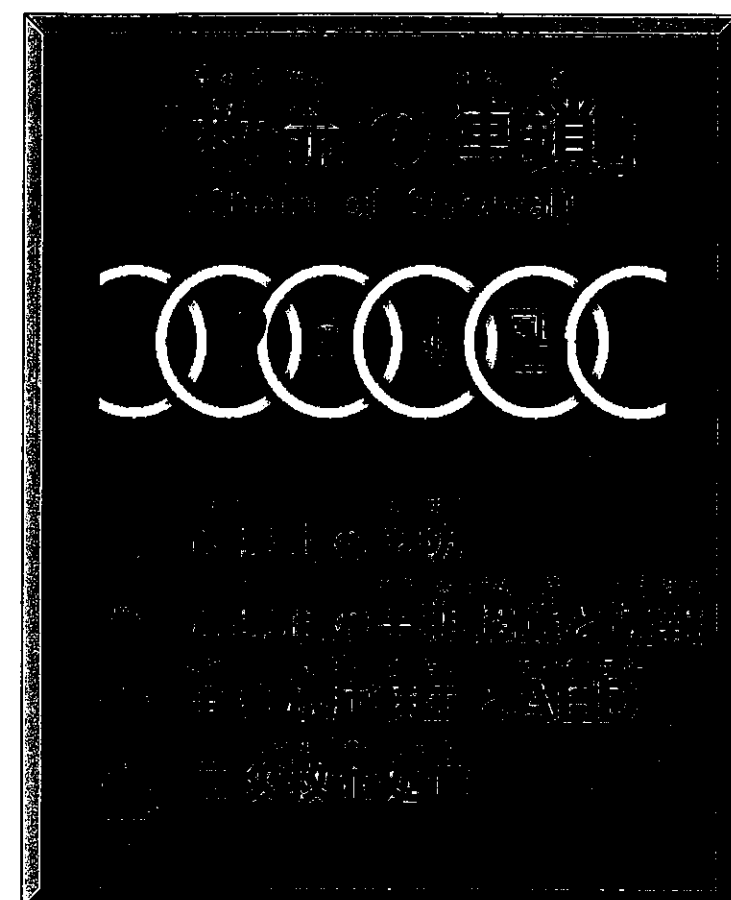
〇〇区▲▲町  
ちやうめ ばん  
1丁目3番です。

きゆうきゆう  
救急です。

ばんつうほう とき しつじゆう きゆうきゆうたい おうきゆうて あ ほうほう つた  
※119番通報した時や出場する救急隊から、応急手当の方法をお伝えすることがあります。

いのち とうと  
**命の尊さ**  
こう ざ  
**講座**

おうきゆうて あて まな  
～応急手当を学びましょう～



たいせつ いのち すく けう き  
**大切な 命を救う その勇気**  
(平成28年度東京消防庁救急標語)  
よしはら  
作者 芳原 さら さん(中野区在学)

とう きやうしやう ほう ちやう  
**東京消防庁**  
TOKYO FIRE DEPARTMENT



リサイクル適性(A)  
この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。



# 家庭教育委員会だより

No. 4

2017/09/25

会長 小林 あかね  
校長 吉田 秀敏  
委員長

家庭教育委員会 2017年度テーマ 「共育！協育！こどもの笑顔のために」

## 平成29年度第2回家庭教育学級 実施報告

### 救命講習会 ～大切な命を守るために～

第2回家庭教育学級「救命講習会～大切な命を守るために～」が9月16日(土)に開催され、世田谷区教育委員会からは、社会教育指導員 村田紀江先生にお越しいただきました。

世田谷消防署救急係主任の涌井さん、山下さん、消防団の大淵さんより、救命についてご指導をしていただきました。ご参加いただいた皆さま、本当にありがとうございました。(参加者内訳:児童5名、保護者15名)

講習会の内容を簡単にご説明いたします。今回は救命入門コース90分でした。胸骨圧迫、AED(自動体外式除細動器)の使用方法を中心とした内容を受講し、終了後には東京消防庁発行の受講証をいただきました。

練習用の人形を使って、倒れている人を見かけた場合(胸骨圧迫→人工呼吸→AEDの使用)を順に全員で実習いたしました。

#### ①胸骨圧迫

- 周囲の安全確認(指さし確認)
- 両肩をたたきながら声をかける(3回)
- 反応が無かったら、周囲に大声で助けを求め、119番通報とAEDを持ってくることを依頼する
- 呼吸を約6秒間確認する(口元に耳を近づけながら胸部の動きを見る)
- 普段通りの呼吸が無かったら、すぐに胸骨圧迫を30回行う  
(胸の真ん中に両手を重ね親指の付け根辺りを使って、真上から垂直に押す)

#### ②人工呼吸

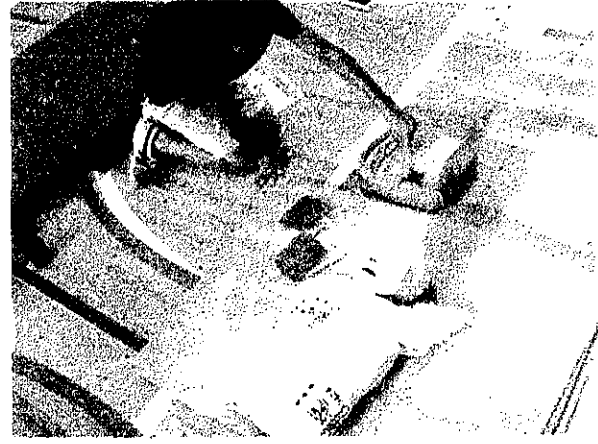
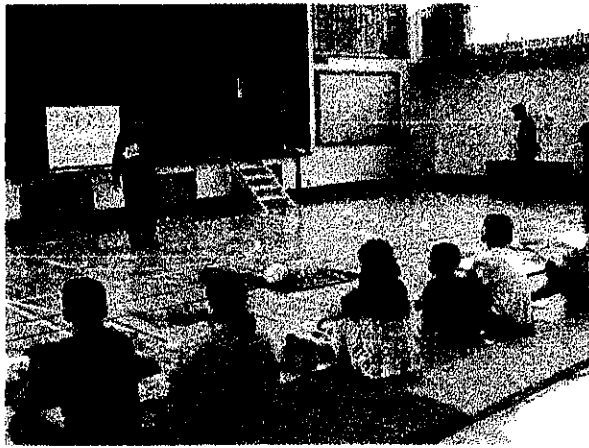
- レサコ(蘇生用マウスピース:今回配布)を倒れている人の口に入れて、中指と人差し指で顎を上げ気道確保する
- 鼻をつまんで人工呼吸を2回行う(胸が上がっていることを確認すること)

※AEDが到着するまでは、この胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返すこと

#### ③AEDの使用

- 胸骨圧迫をしながらAEDの電源を入れる(胸骨圧迫は複数で交代するのが望ましい)
- 2枚の電極パッドを素肌の心臓を挟む位置(例:右胸上部と左わき腹)にしっかり貼る  
(火傷の原因にならないために、体が濡れていたならタオルなどでふき取り、衣服や貴金属が電極パッドに触れたり重なったりしないように貼ること)
- 倒れている人に触れず、電気ショックが必要かどうかAEDが判断するのを待つ
- AEDより音声で指示があればショックボタンを押す

**※全ての判断はAEDが行い音声で指示をしますので怖がらずにAEDを使用しましょう！！**



### 参加者アンケートより

#### <児童>

- ・胸骨圧迫が大変でした。手が痛くなるほど大変だとわかりました。
- ・本当に人が倒れていたときは、今日のことを忘れずにやりたいです。
- ・いつ何があるかわからないので覚えておきたいです。

#### <保護者>

- ・胸骨圧迫は最初位置もわからず人間の身体を押すことに抵抗があったが、何度か練習をして自信がついた。
- ・消防の方のご説明はとてもわかりやすく、自分でも実際に救命しなければいけないときに活かせると思いました。
- ・今日学んだことが実際に役立つように、また機会があったら復習のために参加しようと思います。家で子ども達や主人と共有します。
- ・ぜひステップアップ講習も受けて身につけていきたいと思いました。
- ・一度現物に触ってみただけで、かなり救命が身近なものに感じることができました。

### 救命講習会を開催して

失敗を恐れて何もしないより、実際に処置を行うことが大切です。命を救える可能性を高める本日の講習は意義深い内容だと感じました。

今回ご指導いただいた世田谷消防署の方々、ご協力いただきありがとうございました。

家庭教育委員会(1-1 富山、2-1 佐島、3-1 根橋、4-1 高島、5-1 柳、6-1 林)

次回の家庭教育学級は、12月16日(土)～「発達障害に関する学習会(仮)」を予定しております。  
詳細は追ってお知らせしますので、奮ってご参加ください。