

ガイドライン2020

# 心肺蘇生法

突然のけがや病気に見舞われ、119番で救急車を呼んでも、到着するまでに瀬戸市内の平均で約7分かかります。

けがや病気の中でも、最も緊急を要する心臓や呼吸が止まってしまった場合に、その7分間は、「生死を分ける時間」となります。

そのような傷病者の命を救うためには、そばに居合わせた人が、心肺蘇生法をただちに始めて、後に到着する救急隊に引き継ぐ必要があります。それにより、傷病者の後遺症を軽減し、もとどおりの生活に戻れる可能性も高くなります。

また、近くにAED(自動体外式除細動器)があれば、迅速に装着し、必要時には電気ショックを行ってください。

いざというときに備えて、救命講習会を受講され、救命の知識と技術を覚えてください。



心停止の予防

早期認識と通報

一次救命処置

二次救命処置

瀬戸市消防本部

# 心肺蘇生法のポイント

## ① 安全を確認する

## ② 反応を確認する



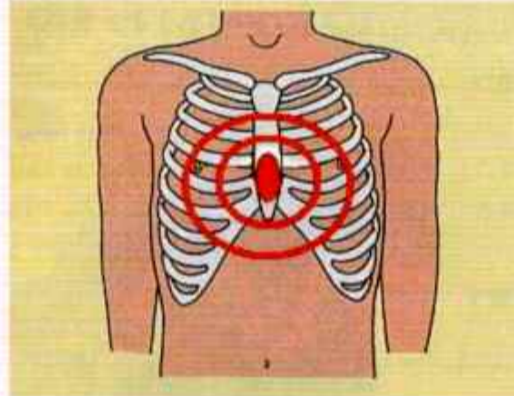
- ・反応を確認する  
(肩をたたきながら大声で呼びかける)
- ↓
- ・反応なし・判断に迷えば  
大声で助けを呼ぶ
- ↓
- ・助けが来たら、「119番通報」と  
「AED」を依頼する

「大丈夫ですか？」

## ③ 呼吸を観察する(10秒以内)

- ・胸と腹部の動きを見る  
(動いていなければ呼吸なし)
- ・普段どおりの呼吸かどうかわからない
- ↓
- 胸骨圧迫を始める

## ④ 胸骨圧迫

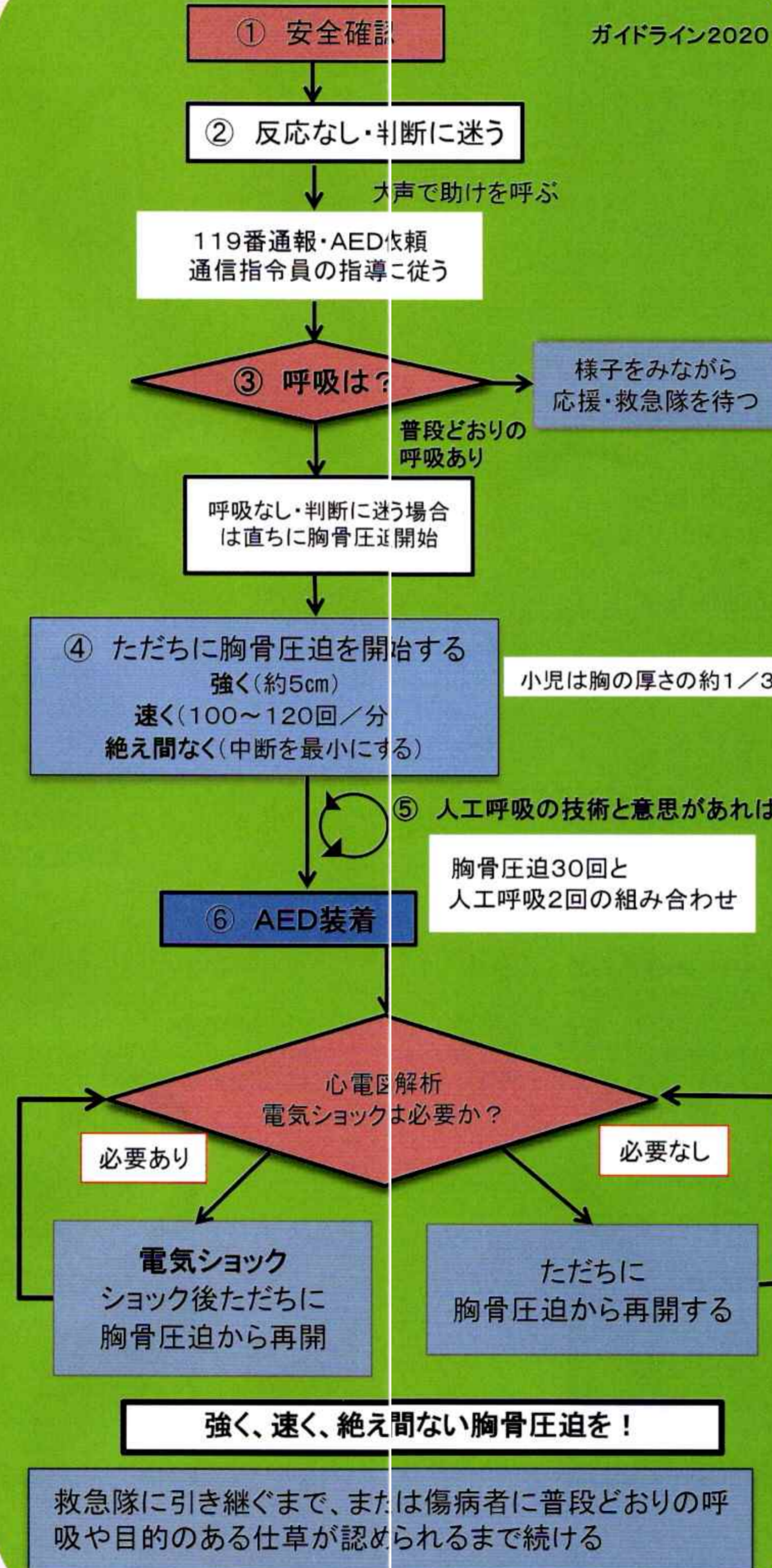


- ・胸の中央で手を重ねる(胸骨下半分)
- ・肩から垂直に圧迫する  
深さ 成人は約5センチ  
小児は胸の厚みの約1/3
- ・100～120回/分のテンポで  
強く・速く・絶え間なく圧迫する
- ・胸が元の高さに戻るよう圧迫を解除

⑤ 人工呼吸は、胸骨圧迫30回に対して2回で行います。  
人工呼吸ができないか、ためられる場合は胸骨圧迫のみ行ってください。

# 市民が行う心肺蘇生法の手順

ガイドライン2020



## ⑥ AED

- ・蓋を開ける(蓋を開けるだけで電源が入る機種もあります)
- ・電源を入れる
- ・傷病者の胸の衣服を開く
- ・電極パッドを素肌に貼る
- ・コネクター接続(自動的に解析が始まる)
- ・傷病者から離れるメッセージが流れたら、胸骨圧迫を中断し、誰も傷病者に触れないようにする
- ・ショックメッセージが流れたら、ショックボタンを押す
- ・胸骨圧迫を再開し、心肺蘇生を継続する
- その後は2分毎のAEDの解析メッセージに従う

AEDの音声指示  
に従ってください

電源を入れる



電極パッドを貼る



コネクターを接続する



ただちに  
胸骨圧迫を  
再開する



安全確認



ショックボタンを押す



※「電気ショック必要なし」とAEDが解析した場合、ショックメッセージは流れません。その際はAEDの音声メッセージ(胸骨圧迫再開)に従ってください。

瀬戸市は、市の公共施設のAED(自動体外式除細動器)を順次屋外に設置しており、市内全ての小・中学校にAEDの屋外設置が完了しています。  
平日昼間帯のみならず学校開放日等による運動場及び体育館使用時にも24時間いつでも使用可能になる環境を提供しています。



## 119番通報（火災・救急）

携帯電話による通報は、場所によっては隣接する他市の消防本部につながることもあるため、必ず「瀬戸市内」であることを教えてください。また、携帯電話は電波事情により通報途中で切れてしまうことがあるため、近くに一般電話や公衆電話がある場合は、そちらを使用してください。

電話での119番通報が困難な方でもFAXやEメールを利用して119番通報ができます。くわしくは消防指令センターへお問い合わせください。

(85-1119・FAX85-0441・アドレスtouroku@setoasahishirei.info)

### 119番通報のポイント

#### ●何があったのか

センター「消防署119番です。火事ですか？救急ですか？」

通報者「火事です。」or「救急です。」

#### ●場所はどこ？

センター「場所は何町何番地ですか？」

通報者「〇〇町〇丁目〇〇番地、〇〇(名前)です。」

・住所がわからないときは、目標となる建物などを伝える

「スーパー〇〇の北側です。」

「〇〇交差点です。」

#### ●どうしましたか？(具体的にはっきりと)

センター「どうされましたか？」

通報者「〇〇が突然倒れました！」

「激しくお腹が痛みます。」

「交通事故で、車内にけが人が閉じ込められています。」

#### ●あなたの名前、今かけている電話の番号

センター「あなたのお名前をお願いします。」



※通報途中でも、状況がわかり次第、消防車や救急車は出動します。落ち着いて話してください。

※119番通報の後にも、消防指令センターや出動隊から現場の状況を確認したり、応急手当の方法を連絡することがあります。出動隊が現場に到着するまでは、電話の使用を控えてください。

### 救命講習会



瀬戸市消防本部では、瀬戸市民のみなさんが安心して住める街づくりを目指して、より多くの人に心肺蘇生法をマスターしていただけるように、成人に対する心肺蘇生法とAEDの取扱いを学ぶ**基礎コース(90分)**、**普通救命講習Ⅰ(3時間)**、**小児・乳児の心肺蘇生を学ぶ普通救命講習Ⅲ(3時間)**、その他の応急手当を含めた**上級救命講習(8時間)**など各種の救命講習会を開催しています。

また、小学生を対象とした**小学生救命講習(45分)**も開催しています。

ご希望に応じて各地域でも救命講習会を開催できます。

消防署救急担当(85-0463)までご相談ください。



救命講習会風景

瀬戸市消防本部

消防署 85-0463