

第3学年対象

# 普通救命講習会



令和7年12月9日

命のバトンをつなぐ

東京消防庁  
電子学習室

～普通救命講習～  
短縮救命講習



反応を確認  
助けを呼ぶ  
呼吸を調べる  
胸骨圧迫  
軌道を確認する  
人工呼吸

強く:成人は 5 cm  
小児は胸の厚さの 1/3  
早く:100～120 回/分  
絶え間なく:中断を最小にする

心肺蘇生法

人工呼吸がで  
る場合は 30:2  
胸骨圧迫に人工  
呼吸を加える



AED の使い方は  
覚えられたかな?

救急車が出場してから現場に到着するまでは約7分  
救急車が来るまで何もなかった場合

→ 助かる可能性は10%

倒れた3分後に応急手当を開始した場合

→ 助かる可能性は45%

バイスタンダー(その場に居合わせた人)がAEDを  
使用した場合

→ 60%以上で心拍再開



迅速な救命活動で  
命をつなぐ《救命の連鎖》



まず電源を入れて音声に従う電気  
ショック時は、誰も触っていないこ  
を確認する  
2分間隔で AED が心臓の動きを  
確認する  
何らかの反応が出てくるまで心肺  
蘇生を継続する  
救急隊に引き継ぐまで電源は切ら  
ず、電極パッドは貼り付けたままに  
する

AED まとめ





## 気道異物除去法

大切な命を救うために  
誰もができること

### 腹部突き上げ法

1. 患者の後ろに回り、ウエスト付近に手を回す
2. 一方の手で「へそ」の位置を確認する
3. もう一方の手で握りこぶしを作って、親指側を、患者の「へそ」の上方でみぞおちより十分下方に当てる
4. 「へそ」を確認した手で握りこぶしを握り、すばやく手前上方に向かって圧迫するように突き上げる
5. 腹部突き上げ法を実施した場合は、腹部の内臓を傷める可能性があるため救急隊にその旨を伝えるか、すみやかに医師の診察を受けさせる

### 背部叩打法

患者の後ろから、手のひらの基部で、左右の肩甲骨の中間あたりを力強く何度も叩く

**注意:** 妊婦や乳児は腹部突き上げ法を行わず、背部叩打法のみ行う

#### 回復体位



#### 乳児の胸骨圧迫



### 直接圧迫止血法

出血に対する基本の方法で、止血法の第一選択で、清潔なガーゼやハンカチ(できれば滅菌ガーゼ)を厚めに重ねて傷口にかぶせ、その上から強く圧迫して止血する。**間接圧迫止血法、止血帯**を用いた方法もある

八中のAEDは  
どこにあるか知っていますか？

**\* 生徒昇降口と校舎側  
体育館入口にあります \***



### 止血法

### 救命技能認定証交付

公益財団法人東京防災救急協会指導員の皆様  
東京消防庁調布消防署員の皆様  
**ありがとうございました!(^^)!**

### 「#7119」東京消防庁救急相談センター

東京消防庁では、急な病気やケガで「今すぐ病院に行ったほうがいいのかな?」、「救急車を呼んだほうがいいのかな?」など迷った際の相談窓口として、東京消防庁救急相談センターを開設しています。

救急相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が、医療機関案内と救急相談に24時間・年中無休で対応しています。

受付番号#7119は携帯電話、PHS、プッシュ回線からご利用いただけます。その他の電話、または繋がらない場合23区は03(3212)2323、多摩地区は042(521)2323からご利用ください。



### AED

### Automated External Defibrillator 自動体外式除細動器

突然心臓が正常に拍動できなくなった心停止状態の心臓に対して、電気ショックを行い、心臓を正常なリズムに戻すための医療機器

そこにAEDがあれば  
そこに助けようとする人がいれば  
助かる命がある