



# AEDの実技研修会がおこなわれました。

2月15日(土)10時より第1集会所で、多くの皆さんにAEDの扱い方を知って頂くための講習会を開催しました。

出席者は、30人でした。

指導は、横浜市消防局 戸塚消防署深谷消防出張所の所長と消防士の方々です。

最初は、所長より、「救命の連鎖」、「#7119」のお話がありました。(詳しくは下記)

次に消防士による「心肺蘇生方法とAEDの取り扱い」のデモンストレーションがあり、その後、参加者が3グループに分かれて実践しました。

最初は、緊張して行っていましたが、みんなで声を掛け合いすぐに緊張も取れ、有意義な講習会でした。

## ■救命の連鎖とは

### 1 心停止の予防

成人の突然死の主な原因である心筋梗塞や脳卒中の初期症状に早く気づくことです。

### 2 心停止の早期発見と通報

突然倒れた人や反応のない人を見たら直ちに心停止を疑い大声で応援を呼び119通報とAEDの手配を依頼します。

### 3 一次救命処置

直ちに心肺蘇生(胸骨圧迫)とAEDを実施します。心肺停止傷病者の社会復帰において極めて大きな役割を果たします。

(横浜市のガイドでは、心肺蘇生(胸骨圧迫と人工呼吸)の人口呼吸は除外しています)

## ■ #7119 (横浜市救急相談センター 年中無休/24時間対応)

急な病気やケガで、病院・診療所に行くか、救急車を呼ぶか迷ったとき、電話で相談する

### 救急電話相談 看護師が対応

- 緊急性が高ければ、そのまま119番へ転送
- 緊急性が低ければ、病院や診療所を案内

※横浜市では、救急車77台 救急件数が21万件/年(戸塚区では1万5000件/年) 2分28秒に1回救急車が出動している。 救急車の平均到着時間 9分



横浜市消防局 戸塚消防署 深谷出張所 所長の挨拶



【消防士による指導】 ●倒れている人を発見した場合、周囲の安全を確認します。



●「大丈夫ですか、分かりませんか」と何回か声を掛けて、意識の確認を行います。



●周りにいる人に、助けの声をかけを行います。人が来たら、救急車を呼ぶ人と、AEDを取ってくる人を決めて依頼します。



●呼吸の確認を行います。呼吸が無い場合は、心臓マッサージを行います。



●胸の真上を、両手を重ねて、真下に押し込み、深さは5〜6cm。絶え間なく推す。1分に100〜120回です。



●AEDが来たら、「あなたはAEDが使えるか確認する。使える人がAEDを開けて、AEDの指示通りパッドを付着する。」



●AEDから電気ショックが必要な場合、「倒れた人から離れるように」、「電気ショックボタンを押しように」と音声の指示があります。

電気ショック後も、救急車来るまで、心臓マッサージは続けます。

## 実技研修をしました



心臓マッサージは、胸の真上を、両手を重ねて、体重をのせて真下に押し込みます。女性でもOK。



「AEDの音声ガイドとパッドの貼る場所は、イラストの通り行えば、できました」



「大丈夫ですか、分かりますか」、「意識の確認を行っています」（倒れた人が、急に起き上がる場合があるので注意。）



ダミー（練習用人形）を使って練習をしました。



このAEDが県ハイツのAEDです。現在は管理棟の正面入り口に24時間使える状態で置いています。