

# 普通救命講習のご案内

「助かるはずの命を救えるのは、あなた自身の勇気」  
であることを知っていますか？

あなたの身のまわりで起こる急な病気や突然のケガ

「反応がない!」「呼吸がない!」「出血が止まらない!」

こんなとき、救急車が来るまでに、あなたが行なう応急手当が、その人の生命を救うために大きく役立ちます。



瀬戸内市消防本部

# 応急手当の重要性

事故や急病は、いつ、どこで起こるか分かりません。傷病者を救命するためには、現場に居合わせた人（バイスタンダー）による、迅速な119番通報と速やかな応急手当

救急隊員による高度な応急処置と適切な医療機関への搬送  
医療機関での適切な医療処置

が、スムーズな連携プレーで行なわれることが欠かせません。

心臓や呼吸が止まった人の治療はまさに1分1秒を争います。119番通報が早ければ早いほど、病院に早く到着できます。救急車が到着するまでに全国平均6分間以上かかると言われており、救急車がきてくれるまで手をこまねいてみたら救命のチャンスは大きく遠ざかってしまいます。応急手当のやり方を身につけた人が増えることにより、傷病者の救命への流れが途切れることなく行なわれることになります。

応急手当にはさまざまなものがありますが、特に心疾患(心筋梗塞や不整脈など)により突然に心臓が止まった傷病者を救うためには、心肺蘇生(気道の確保、人工呼吸、胸骨圧迫)を行なうとともに、心臓への除細動(電気ショック)を速やかに行なうことがとても重要なことです。この救命のための連携プレーを表したのが、図1「救命のリレー」の考え方で、一般の人々がAEDを用いて除細動を行なうことは、この輪を支える重要な役割を担うことになります。

図1 救命のリレー





AED 設置状況

**AED** とは、“自動体外式除細動器”のことを指します。コンピューターを内蔵し、電極を胸に貼ると心電図を自動的に解析し、心室細動か否かを判断し、機械が電気ショック（通電）を指示してくれます。最近では、病院や救急車のほか、航空機、空港、公衆出入り場所等での導入が進んでいます。

**除細動**とは、主に心筋梗塞が原因で起こる心室細動を電氣的刺激で正常の脈動に戻す治療のことです。心室細動になってから電気ショックを行なうまでの時間が1分遅れるごとに、生存退院のチャンスが7～10%ずつ低下することが知られています。

## 普通救命講習カリキュラム

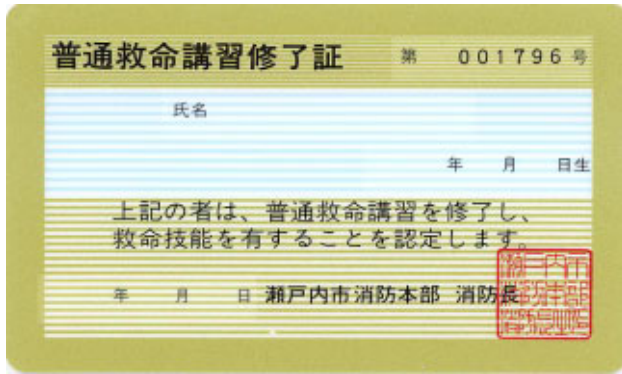
### 普通救命講習

項 目		細 目		時間(分)
応急手当の重要性		応急手当の目的・必要性（突然死を防ぐための迅速な通報等の必要性を含む）等		15
救命に必要な応急手当 （成人に対する方法）	心肺蘇生法	基本的心肺蘇生法（実技）	反応の確認、通報、気道確保要領	165
			口对口人工呼吸法	
			胸骨圧迫要領	
		シナリオに対応した心肺蘇生法		
	AEDの使用法	AEDの使用法(ビデオ等)		
	指導者による使用法の呈示			
異物除去法	異物除去要領			
効果確認	心肺蘇生法の効果確認			
止血法		直接圧迫止血法		
合 計 時 間				180

（業務の内容や活動領域の性格から一定の頻度で心停止者に対し応急の対応をすることが期待・想定されている人を対象とした講習です）

### 普通救命講習

普通救命講習 と同内容		時間(分)
心肺蘇生法に関する知識の確認（筆記試験）	知識の確認	60
	シナリオを使用した実技の評価	
心肺蘇生法に関する実技の評価（実技試験）		
合 計 時 間		240



- ・ 普通救命講習 ・ を修了された方には、修了証を交付します。  
修了後も救命技能を維持向上させるため、2年から3年間隔で定期的に講習を受けてください。

<p>申込方法</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 電話でお申し込みしていただき、日程調整後、受講申請書を提出してください。</li> <li>・ 詳細については、問い合わせ先にご相談ください。 受講申請書は瀬戸内市消防本部のホームページからダウンロードできます。 (<a href="http://www.city.setouchi.lg.jp/fire/shinseisyo.html">http://www.city.setouchi.lg.jp/fire/shinseisyo.html</a>)</li> <li>・ 申請書用紙サイズはA4で印刷してください。</li> </ul>
<p>持参するもの</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 筆記用具</li> <li>・ 上履き</li> <li>・ 再講習の方は、講習修了証をお持ちください。</li> </ul>
<p>講習料</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 無料です。</li> </ul>
<p>服装</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 実技を中心に講習を行ないますので、動きやすい服装でお越しください。</li> </ul>
<p>問い合わせ先</p>	<p>瀬戸内市消防本部警防課救急係 〒701-4214 瀬戸内市邑久町本庄1795番地 TEL(0869)22-1333 FAX(0869)22-1762 E-mail:(<a href="mailto:syouboukeibou@city.setouchi.lg.jp">syouboukeibou@city.setouchi.lg.jp</a>)</p>

平成 年 月 日

瀬戸内市消防本部消防長 様

団体名

所在地

代表者

印

電話番号

普通救命講習受講申請書

実施場所	瀬戸内市	町	番地
実施年月日	平成	年	月 日 ( 曜日) 時 分から
参加人員	名		
備考			
※ 受付		※ 経過	

- 備考 1 事前に消防本部の担当者と調整してください。  
2 普通救命講習受講者名簿を添付してください。

# 普通救命講習受講者名簿

事業所名 \_\_\_\_\_

平成 年 月 日 講習

交付 番号	氏 名	住 所	生 年 月 日	備 考

備考 再講習者については、備考の欄に修了年月日及び番号を記入してください。