



令和5年9月4日
島本町立第一中学校
保健室



9月9日は、「救急の日」。また、この日を含む一週間は「救急医療週間」です。厚生労働省と総務省消防庁は、救急業務や救急医療について私たちが正しい理解と認識を深めたり、救急医療に携わる人たちが意識を高めたりすることを目的に定められました。改めて、命の大切さについても考える日にしてほしいと思います。

あなたにもできる救命処置

救急車を呼ぶべき？ 迷ったら #7119



急なケガや病気の時、救急車を呼ぶべきか判断に迷ったら「#7119」に電話しましょう。医師や看護師などの専門家が、病気やケガの状態を聞き、緊急性を判断したり、病院を紹介したりしてくれます。

こんなときは電話してみよう

これくらいの症状で救急車を呼んでいいのかな…

体調が悪いけど、すぐに病院に行ったほうがいいのか…

ケガや病気の時、不安になるもの。一人で判断せず、専門家の力を借りましょう。



胸骨圧迫で救える命の数 約2倍

AEDで救える命の数 約6倍

何もせずに救急車を待つ場合と比べて、胸骨圧迫を行うと約2倍、AEDを使用すると約6倍もの命を救うことができます*3。胸骨圧迫とAEDで、心停止を起こした人の約半数を救えるともいわれています*3。



救急車が来るまでにできること

119番通報をしてから救急車が到着するまでは9.4分(全国平均)*1。心停止では、1分ごとに救命率が10%低下するといわれます。また、脳は酸素がなくなって3~4分で死にいたりします*2。救急車を待っているのは手遅れになることがあるのです。

胸骨圧迫の方法

胸骨圧迫は、止まった心臓の代わりに脳と心臓に血液を送る唯一の方法です。

胸骨の下半分を手の根本で強く押す



約5cmの深さで
強く
圧迫する

真上から100~120回/分の速さで力強く!

ポイントは「強く」「早く」「絶え間なく!」

普段通りの呼吸がないとき、判断に迷ったときは、ただちに開始します。

AEDの使い方

AEDは、電気ショックを与えて心臓を再び動かす救命器具です。

- AEDの電源を入れる。
 - 音声の指示通りにパッドを貼る。
 - 必要であれば、周囲の安全確認後、電気ショックを行う。
- AEDの音声指示に従うだけなので、誰でも簡単に使えます。

AEDはどこにある?

AEDは、2004年より医療従事者ではない一般市民でも使用できるようになり、病院・空港・駅・学校・公共施設等、人が多く集まる場所を中心に設置されています。

第一中学校にも1台設置されています。どこにあるか知っていますか。職員玄関の入り口に設置されているので、ぜひ覚えておいてください。

AEDは、操作方法を音声でガイドしてくれるため、簡単に使用することができます。また、心臓の動きを自動で解析し、電気ショックが必要な場合のみ電気を流す仕組みになっています。



体調が悪い人がいた時、「大丈夫ですか。」と声をかけたり、周りに助けを呼んだりすることが、大きな協力となります。