

身につけよう応急手当



心停止の予防



早期認識と通報



一次救命処置
(心肺蘇生と AED)



二次救命処置と
集中治療

岐阜中消防署

気道異物の除去

傷病者に反応（意識）がある場合

- ・傷病者に「のどが詰まったの？」と聞き、声が出せず、うなずくようなら窒息と判断し、ただちに119番通報を依頼し、次の方法で異物除去を試みる。

①咳による異物の除去

- ・咳は、異物の除去にとっても効果があるため、咳をすることができるのであれば、咳をできるだけ続けて、詰まったものを出すようにしてもらう。



背部叩打法

②背部叩打（こうだ）法（救助者が最初に行う処置）

- ・座って（立って）いるときは、少し上半身を前かがみにさせる。
- ・もしくは横向きに寝かせる体位（側臥位）をとらせる。
- ・傷病者の後方から手の付け根で肩甲骨の間を力強く何回も連続してたたく。

③腹部突き上げ法

- ・傷病者の後ろにまわり、ウエスト付近に手を回す。
- ・一方の手で握りこぶしを作り、その親指側を傷病者のへそより少し上に当てる。
- ・その握りこぶしをもう一方の手で握って、素早く手前上方に向かって圧迫するように突き上げる。



腹部突き上げ法

傷病者に反応（意識）がない場合

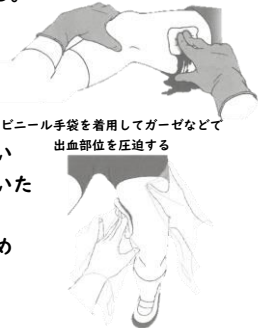
- ・最初から反応がない場合、もしくは最初は反応があったが応急手当を行っている途中でぐったりして反応がなくなった場合には、ただちに通常的心肺蘇生を行う。
- ・心肺蘇生を行っている途中で、口の中に異物が見えたら取り除く。
- ・口の中に異物が見えなければ、異物を探したり、無理に取り除いたりせず、心肺蘇生を続ける。

大出血時の止血法

一般的に体内の血液の20%が急激に失われると出血性ショックという重篤な状態になり、30%を失えば生命に危険を及ぼすといわれている。したがって、出血量が多いほど、止血手当を迅速に行う必要がある。

直接圧迫止血法

- ・出血部位を確認し、きれいなハンカチやガーゼ、タオルなどを重ねて傷口に当て、その上から手で圧迫する。
- ・圧迫にもかかわらず、出血がおさまらないときは、圧迫位置が出血部位からずれていたり、圧迫する力が弱い場合がある。
- ・止血の手当を行うときは、感染防止のため血液に直接触れないように、できるだけビニールの手袋や袋を使用する。



手袋の代わりにビニール袋を利用する

熱中症に対する応急手当

- ①風通しのよい日陰や、クーラーの効いた部屋などに避難させる
 - ②衣服を脱がせ、体を冷やす
- ・衣服を脱がせて体を濡らし、うちわや扇風機で風を当てると効果的である。
 - ・氷のうや冷却バックなどを用いて冷やすときは脇の下、太もものつけ根、首などに当てる。

- ・立ちくらみ
- ・こむらがえり
- ・大量の汗のみ等

日陰などで体を涼ませ水分と糖分の含んだ飲み物を与える

- ・頭痛
- ・吐き気
- ・倦怠感

体を冷やし医療機関を受診させる

- ・意識がもうろう
- ・体温が極端に高い

119番通報して救急車を要請

救急車の適正利用

岐阜市消防本部管内には、病気やケガをした方を搬送するために21台の救急車が配置されています。近年の救急件数増加により、救急車が不足してしまうおそれが・・・

救急車は貴重な医療資源です。こんなときはよく考えて！

- ・風邪をひいた
- ・歯が痛い
- ・眠れない
- ・お酒を飲みすぎた
- ・軽いケガ
- ・寂しい

①救急安心センターぎふ（#7119）

※058-262-3799による救急医療案内は廃止となりました。

急な病気やケガをしたときに、「救急車を呼んだほうがいいのか」、「今すぐ病院にいったほうがいいのか」など迷った際の相談窓口として、看護師等の医療従事者から電話でアドバイスを受けることができます。

- ・相談内容：救急相談・医療機関案内
- ・受付時間：24時間365日
- ・対象者：岐阜県に居住又は滞在している方
- ・対象年齢：全年齢
- ・利用方法：携帯電話・プッシュ回線から#7119

つながらないときは058-216-0119

イメージキャラクター
かけてみちゃん



②全国版救急受診アプリ（愛称「Q助」）



病気やケガをした際に「いつ病院を受診したらいいのか」、「救急車を呼んだ方がいいのか」と迷ったときに、ご自身の判断を手助けするアプリです。

アプリの説明
該当する症状を画面上で選択すると、緊急度に応じた対応が緊急性をイメージした色で表示されます。



QRコード

（製作：総務省消防庁）

救命講習のお問い合わせは各消防署まで

岐阜中消防署	058-262-7165
岐阜南消防署	058-272-2012
岐阜北消防署	058-231-5308
瑞穂消防署	058-327-0119
山県消防署	0581-22-0119
本巣消防署	058-324-0119

身につけよう 応急手当！ 岐阜市消防本部（ガイドライン2020対応）

応急手当の必要性

救命の連鎖（Chain Of Survival）



●心停止の予防

子供の不慮の事故を防いだり、病気の初期症状に気付いて救急車を要請することが大切です。

●早期認識と通報

反応のない人を見たら心停止を疑い、119番通報とAEDの手配をします。

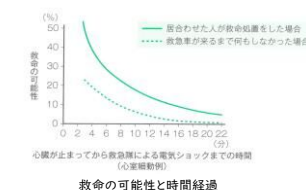
●一次救命処置（心肺蘇生とAED）

止まった心臓と呼吸を補助するため、胸骨圧迫・人工呼吸・AEDを用いた心肺蘇生を実施します。

●二次救命処置と集中治療

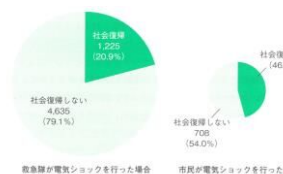
医師、救急救命士による二次救命処置により再び心臓を動かし、専門家の治療により社会復帰をめざします。

市民による一次救命処置と社会復帰率



救急隊を待つ間に居合わせた市民が救命処置を行うと救命の可能性は

2倍！



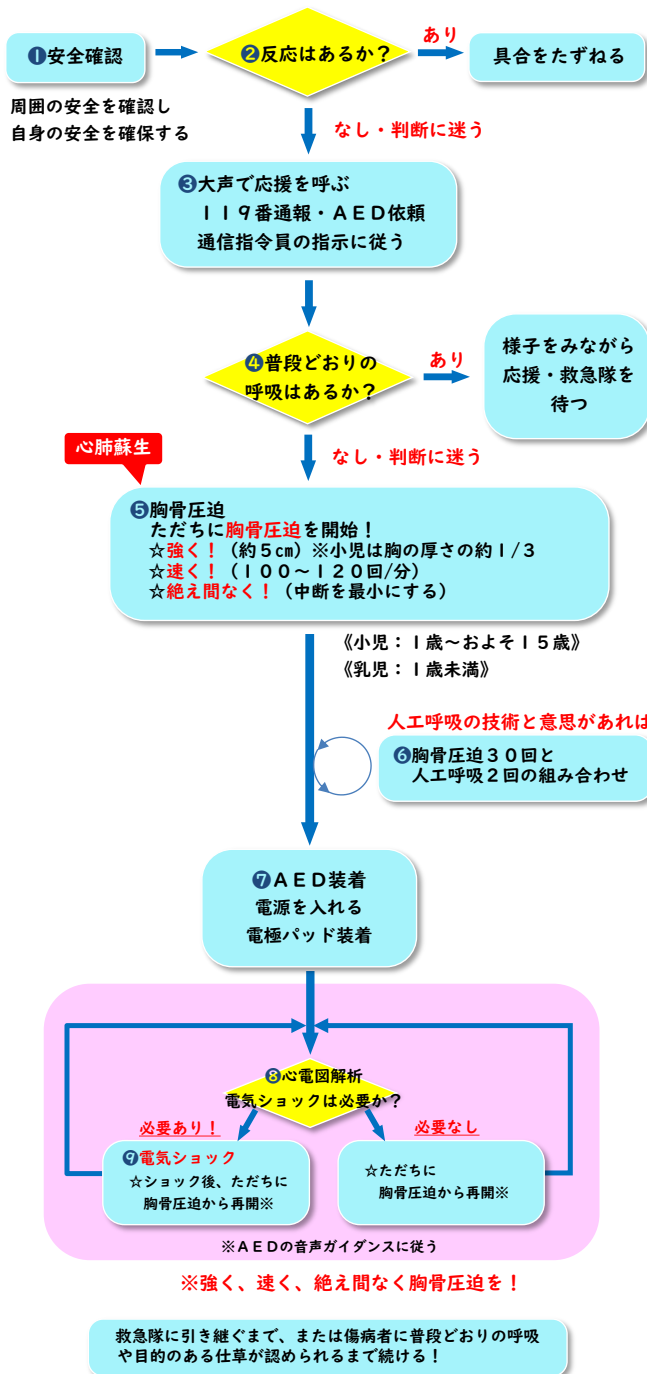
市民が救急隊の到着までに電気ショックを行った場合の社会復帰率は

2倍！

電気ショックを救急隊が行った場合と市民が行った場合の1か月後社会復帰率
[総務省消防庁「救急・救助の現況」令和2年版より]

に増加

一般市民が行う一次救命処置の手順



心肺蘇生の手順

①安全確認

- ・周囲の安全を確認する。
- ・自身の安全を確保する。

②反応（意識）の確認

- ・肩を叩きながら大声で呼びかけ、反応を確認する。

③119番通報AED依頼

- ・近くに誰がいる場合119番通報、AEDの手配を依頼する。
- ・もし1人なら、119番通報を優先。AEDは近くの設置場所がわかれば取りに行く。
- ・119番通報を通じて通信指令員の指示に従う。

④呼吸をみる

- ・胸と腹が普段どおり、上下に動いているか、10秒以内で確認する。
- ・胸と腹が動いていなければ、呼吸が止まっていると判断し、胸骨圧迫を開始。
※わからなければ胸骨圧迫！

⑤胸骨圧迫

- ・両手を重ね、手の付け根を「胸の真ん中」におき、30回続けて圧迫する。
《小児：成人と同じ（体格に応じて片手で行う）》
《乳児：手指2本を用いる》

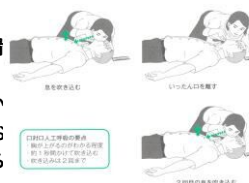
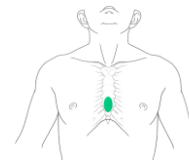
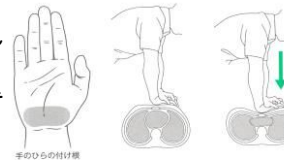
胸骨圧迫 3つのポイント

- ①胸が約5cm沈むように**強く**
《小児・乳児：胸の厚さの約1/3》
- ②1分間に100～120回のリズムで**速く**
- ③**絶え間なく圧迫**（中断を最小にする）
・圧迫解除は、胸が元の高さに戻るまで！
・他に救助者がいれば1～2分ごとに交代する。

⑥人工呼吸

人工呼吸の技術と意思があれば

- ・胸骨圧迫30回のあとは人工呼吸2回。
- ・額に手をあて、指であご先を持ち上げる。（気道確保）
- ・気道確保したまま、額にあてた手で鼻をつまみ、胸の上がりを確認しながら1回約1秒かけて、2回息を吹き込む。
（入らなくても2回まで）
- ・人工呼吸ができない場合は省略し、胸骨圧迫のみ続ける。
- ・胸骨圧迫中断時間を10秒以上かけない
- ・救急隊に引き継ぐか、傷病者に普段どおりの呼吸や目的のある仕草が認められるまで、胸骨圧迫：人工呼吸（30：2）を繰り返し続ける。



AEDの使い方

⑦AED使用

- (1) AEDの電源を入れる。
・ボタンを押して電源を入れ、音声ガイダンスに従う。
※ふたを開けるだけで電源の入る機種もある。
- (2) 電極パッドを貼る。
・電極パッドを傷病者の胸にしっかりと貼り付ける。
（貼る位置は電極パッドに絵で表示されている）
※電極パッドは、電気を効率よく流すために皮膚に密着させることが重要。

電極パッド装着 3つのポイント

- ①胸が濡れていれば、胸を拭いてから電極パッドを貼る。
- ②貼り薬があれば除去する。
- ③パッドの貼付位置に医療用の植え込み器具があればその場所を避けて貼る。
《未就学児は、未就学児パッド・モードを用いる。》
※未就学児用パッドや、未就学児用モードがない場合は、小学生～大人用パッドを同じように使用する。

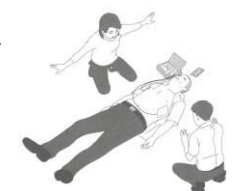


①胸が濡れている場合

③医療器具が埋め込まれている場合

⑧心電図解析

- ・AEDが自動的に心電図を解析するため、「体に触れないでください」などの音声ガイダンスが流れたら、心肺蘇生を中断し、傷病者に触れない。



⑨電気ショック

電気ショック（除細動）の実施

- ・電気ショックが必要であると判断され、「ショックが必要です」などの音声ガイダンスが流れたら、傷病者に誰も触れていないことを確認してから、ショックボタン（点滅ボタン）を押す。
- ・電気ショックが終わったら、ただちに胸骨圧迫を再開する。
- ・「ショックは不要です」などの音声ガイダンスがあれば、ただちに胸骨圧迫を再開する。

豆知識

令和3年以降、ショックボタンを有しないAEDが製造されています。（オートショックAED）
パッド装着後、自動で解析し除細動が必要と判断すると、自動で除細動を行います。もしもの時のため、覚えておきましょう。

K Y T

(危険予知トレーニング) の進め方



岐阜市子ども会育成連合会
会長 森下 珠美

K

キケン
(危険)

Y

ヨチ
(予知)

T

トレーニング
(訓練)

Ⅰ ステップ 10分

どんな危険がかくれてる？

危険だと思うものを書き出してみよう！ なるべく具体的に。

～していて～なので・・・になる

ワイワイ・ガヤガヤ会議

決めごと！ ルール

- ①人の意見を否定しない
- ②発表は質より量
- ③人のアイディアを加工してよい
- ④全員が平等に自由に発表する

2 ステップ 10分

最大の危険は何だろう？

2つか3つに

しぼりこんでみよう！

「これが危険のポイントだ」

みんなで考える。

3 ステップ 10分

私ならこうする！？

どうしたらよいか考える。

対策を考える。

一人一人が考える。

4 ステップ 10分

私たちはこうするよ！？

スローガンを決めよう。

～を♡して ♡♡♡しよう

実行する目標をみんなで確認

グループ発表

リーダー 危険のポイントは

全員 ○○して××・・・するよ
ヨシ！！

これを繰り返す

最後に全員で指をさして ヨシ！！