



しんばい せせい きよっちの心肺蘇生



もしも

あなたの大切な家族や友人が
目の前で倒れたら.....

ご存知ですか？

救急車が来るまでの間に、あなたに
しかできないことがあります。

それが

心肺蘇生法(CPR)です！

① はんのう かくにん
反応を確認する

もしもし？



② たす よ
助けを呼ぶ

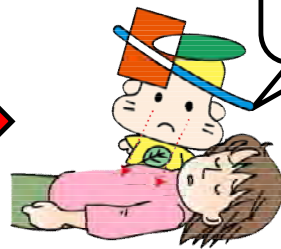
AEDを持って
きてください！

119番
通報して
ください！



③ こきゅう かくにん
呼吸を確認

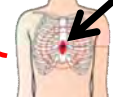
1、2、3、
...
8、9、10
こきゅう
呼吸なし！！



④ きょうこつあつぱく
胸骨圧迫

あつぱくいち
圧迫位置

つよ
強く！
はや
速く！
たま
絶え間なく！



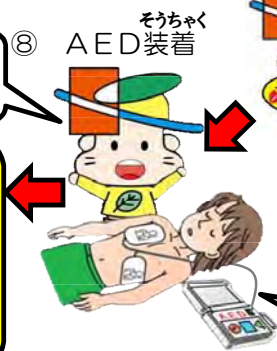
きょうこつあつぱく かい
胸骨圧迫 30回！
1、2、3、...
28、29、30！

⑦ どうちやく
AED到着

そうちやく
AED装着

からだ ふ
体に、触れないで
ください！

えーいー
※AEDの
しじしたが
指示に従って
しんばいせせい
⑥心肺蘇生を
かえ
くり返す



⑥ しんばいせせい
心肺蘇生

きょうこつあつぱく かい
胸骨圧迫 30回！

かえ
くり返す

⑤ じんこうこきゅう
人工呼吸



じんこうこきゅう かい
人工呼吸 2回！

きどうかくほ
気道確保

かたて ひたい
※片手を額に、もう
いっぽう て ひとさしゆび
一方の手の人差し指と
なかゆび ほん さき
中指の2本をあご先
あたまう
あて頭を後ろにのけそ
させあご先をあげる。

じんこうこきゅう かい
人工呼吸2回！

むね
※胸があがらない
ばあい かい
場合でも2回まで！
きょうこつあつぱく
すぐに胸骨圧迫！

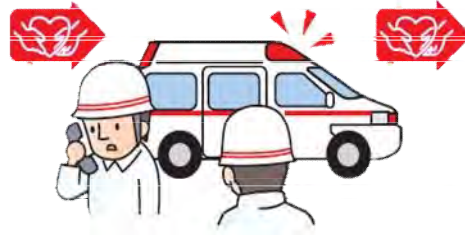
きゅうきゅうたい ひ つ
救急隊に引き継ぐか、または傷病者がうめき声を出したり、普段通りの呼吸や
て あし うご ばあい しんばいせせい ちゅうし
手や足が動きだした場合、心肺蘇生を中止します。

きゅうきゅうしゃ どうちやく
救急車到着までの間、命を救えるのはあなたです！！

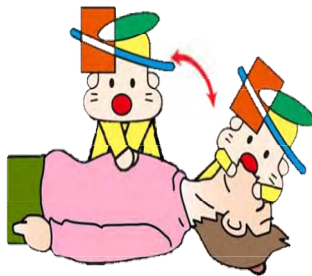




救命のリレー



救急車が到着するまでには札幌市では平均で6分30秒かかります。救急車が来るまで手をこまねいては、助かる命も助けられないこととなります。そうならないためにも、そばに居合わせた皆さん一人一人が救命処置を行えるよう心肺蘇生法やAEDの使用方法を身につけておくことが大切なのです。「市民」から「救急隊」へ、「救急隊」から「医師」へ、命のバトンを引き継ぐ救命の第一走者として、「救命のリレー」をスタートさせてください。



各種救命講習会のご案内

～応急手当講習を受講して下さい～



講習種別	講習時間
応急手当WEB講習	1時間程度
救命入門コース	45分
救命ステップアップ講習	2時間
普通救命講習Ⅰ	3時間
普通救命講習Ⅱ	4時間
普通救命講習Ⅲ(乳・幼児対象)	3時間時間
救命実技フォローアップ講習	1時間程度
応急手当普及員養成講習	3日間(24時間)

申込先：お近くの消防署（出張所）
または（公財）札幌市防災協会
で受け付けております。

※救命入門コース、普通救命講習Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ、救命ステップアップ講習及び救命実技フォローアップ講習は、小学校5年生以上の年齢の方が受講できません。

～お問い合わせ先～

【消防署】

清田消防署 清田区平岡1条1丁目 TEL 011-883-2100

【各出張所】

北野出張所 清田区北野7条5丁目 TEL 011-881-5171

里塚出張所 清田区里塚1条4丁目 TEL 011-883-1119

【その他】

(公財)札幌市防災協会
白石区南郷通6丁目北 TEL 011-861-1211

