



けすぞう新聞

2026年9月発行
NO.105 播磨町消防団
女性分団

「救命リレー」第一走者スタート!!

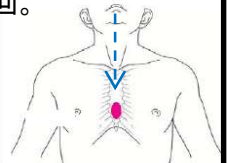
2026年8月30日、東部コミュニティセンターにて「普通救命講習会」が実施されました。一次救命処置および気道異物の除去について加古川市防災センターの皆様にご指導頂きました。

救命の連鎖の重要性、一次救命処置の手順、胸骨圧迫の方法、AED使用法を座学研修後、実際に体や手を動かして学び、実技テストが行われました。



胸骨圧迫

鼻の延長線上、胸の真ん中を手のひらの付け根部分に体重をかけ垂直に。5cm沈み込むように1分間に100～120回。



●呼吸の確認●

10秒以内に胸とおなかの動きを確認 → 「判断に迷う場合」または「わからない場合」も「呼吸なし」とみなす

気道異物の除去

背部叩打法

手のひらの付け根で左右の肩甲骨の中間あたりを数回たたく。



腹部突き上げ法

後ろにまわり、へそより少し上に握りこぶしをあて圧迫するよう突き上げる。

救命の連鎖の重要性



心臓や呼吸が止まった人の応急手当はまさに1分1秒を争います。心臓や呼吸の動きが止まった人の命が助かる可能性は、1分遅れるごとに約7～10%低下します。まず必要なことは「すぐに119番通報」して下さい。119番通報が早ければ早いほど救急隊員による救命処置を早く受けることができます。その後早く病院へ到着することもできます。

救急車がくるまでには、全国平均で約10分間かかります。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。「現場に居合わせた皆さん」～「救急隊」～「医師」へ命のバトンを引き継いでください。

AED

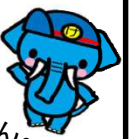
電源を入れ、電極パッドを貼り付け、音声メッセージに従って操作。

AEDの音声メッセージが「電気ショックは不要です」のときは胸骨圧迫をすぐに再開します。

AEDは心臓がけいれん(細動)した状態を「正常な状態」に整えるのが役目です。止まっている心臓を動かすことはできません。

人工呼吸

気道を確保し、人工呼吸を2回。胸が一回も上がらない状況が続くときは、胸骨圧迫に切り替え。



お問合せ 播磨町企画総務部 危機管理課
電話番号: 079-435-0991

播磨町「女性分団」

検索

私たちの活動、けすぞう新聞はこちら

