



胸骨圧迫やAEDの操作に迷ってわからない時は、119番通報をそのままスピーカーにし指示を受けたり、AEDは音声メッセージの指示通りにパッドを貼るなど操作します。

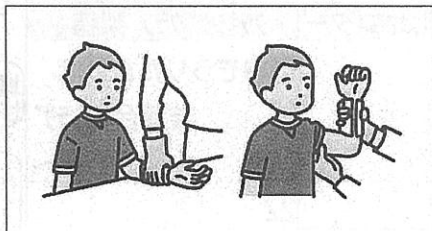
胸骨圧迫とAEDを救急隊が来るまで繰り返し行うことです！



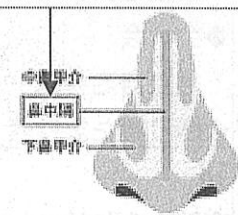
【止血法】

傷口を心臓より高い位置にし強く圧迫する直接圧迫止血法です。

動脈性出血（傷口からびゅーと出血している）の場合は、縛るのはダメで直接、傷口を感染防止のため、血液に直接触れないように手袋やビニール袋などを使用し、ガーゼ等きれいな布等で押さえます。静脈性出血（傷口からじわじわとにじみ出る）の場合も、直接傷口をきれいな布で押さえます。



この部分をつまむ



熱中症、やけど、応急担架等の搬送法やたたみ三角巾の作り方を、実際に三角巾を使い、四つ折り三角巾、八つ折り三角巾を作りました。三角巾は、体のさまざまな部分に使うことができ、ケガをした時の傷口の保護や止血、骨折の固定など応急手当をする場合に大変役立ちます。文責：山本（事務・調理担当）



迅速な救命活動で命をつなぐ「救命の連鎖」

《上級救命講習を受講して》

- 救命講習を受け救命法を知っていると役に立つ時があるかもしれません。その場に居合わせた時は、勇気を出して救命処置を行うことが大切だと思いました。傷口の止血法や鼻血など身近なケガの対処は役に立ちそうです。
- 胸骨圧迫法やAEDの操作を学び救急活動の必要性をあらためて感じました。
- 稲城市も高齢者が増えている現状、AEDを実際に手にとって使ったことで今後必要な場面に慌てず、行動できるかもと思いました。
- 事前にWEB講習を受けていたので内容が良く分かった。
- WEB講習は、特に抵抗なかった。
- WEB講習は、ちょっと大変だった。

〈ちょこっと余談〉



昼食は、みのりのお弁当をいただきました！

- メニュー
- ・レンコン入りハンバーグ
 - ・卵焼き
 - ・ゴーヤのお浸し
 - ・煮物 等