

救急法講習を実施しました！

先日、磐田スイミングスクールに磐田市消防署の講師4名をお招きして、救急法（AED使用訓練）と初期消火訓練（水消火器での消火訓練）を行いました。



隊員さん達は
カッコイイ消防車で
登場してくれました！

以下に今回講習を受講した内容を簡単にお伝えします。皆さんも万一の場合に備えて覚えておいてくださいね。

☆倒れている人を発見した時☆

- ①周囲の状況を確認 … 2次災害を防ぐ
- ②意識の確認 … 声を掛けて反応を見る
- ③協力者を呼ぶ … 119番通報時に意識が無い事を伝えてもらう
AEDを持ってきてもらう
- ④呼吸の確認 … 6~10秒間
- ⑤胸骨圧迫（心臓マッサージ）
- ⑥AED装着 … 水気・薬品・ペースメーカーに注意
電気ショック実施後も、意識が回復するまで胸骨圧迫を継続



今回の講習では、実際に救急車が到着できる時間を想定して、発見から約8分間、全員が協力して「通報・救助・胸骨圧迫・AED」の流れを実践しました。また、一人で2分間連続して心臓マッサージを行う体験もしました。とてもとても長い時間に思えました。



皆で協力し合って、
真剣に練習しました。

初期消火の方法を実践しました。

☆消火器の使い方☆

- ①「火事だ！」と大きな声で・・・協力者を呼ぶ
- ②火元から2m程度に近づく
- ③ピンを抜く
- ④ノズルの先端を持ち、火元に向ける
- ⑤レバーを握って放水開始・・・ほうきで掃くように火元をめがけて



消火の際には、「自分の逃げ道」を確保して消火に当たることが必要だと教えて頂きました。
日頃から消火設備の点検や設置場所を確認しておいて、落ち着いて消火器を使用する事で
初期の火事で消火できる場合が多いそうです。



大変有意義な講習でした。磐田市消防署の皆さん、有難うございました m()m
本来あってはならない事です、もし、万が一の場合には的確な行動がとれる様に
磐田SSスタッフ一同、日頃から準備しております!!

