

# 蘇生法講習を実施しました！

3月30日（月）、磐田スイミングスクールに磐田市消防署の講師3名をお招きして、蘇生法講習会（AED使用訓練）を行いました。

隊員さん達の指導  
から講習がスタート！



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・装着品・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、  
1人で休まず2分間連続で行う胸骨圧迫も体験しました。

心臓マッサージは、「強く・速く・絶え間なく」行う事が重要だそうです。  
脳まで血液が届くことがその後の社会復帰に繋がるとのことでした。



皆で協力し合って、  
真剣に練習しました。



隊員さん達は消防車  
で来てくれました



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が、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!!