



我が家の防災・命をまもる (3)

◆心臓発作から命をまもる◆

倒れている人を発見したときには、一刻を争う場合があります。こんなとき、貴方の「咄嗟の対応」が家族や隣人の命をまもることに繋がります。(救急車の到着までには平均で8分かかると言われています。)

◆心肺蘇生の手順

1. 肩を軽くたたきながら声をかけて、意識があるかを確認する



2. 反応がない、又は判断に迷う場合は、大声で助けを求め、119番通報とAED搬送を依頼する



3. 呼吸を確認する

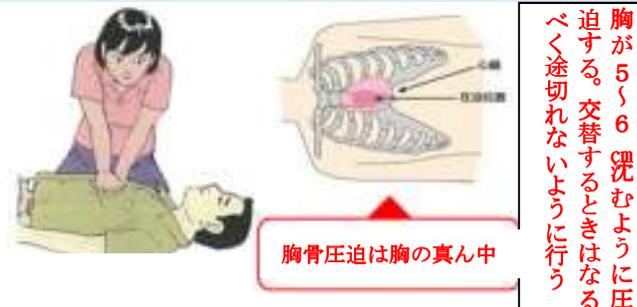


防災便りは、富士が丘ポータルサイトにも掲載しています。
(<http://sanda-fujigaoka.com/> 「富士が丘」で検索)

◆通信欄

- 先月の防災訓練には271人の参加者がありました
- 安否確認で無事カードの掲載状況を確認しましたが、掲載率が33%と低い状況でした。無事カードは隣人などに被災状況を知らせる重要な手段です。必ず掲載しましょう
- 訓練を機に今一度ご自宅の防災への備えを見直しましょう

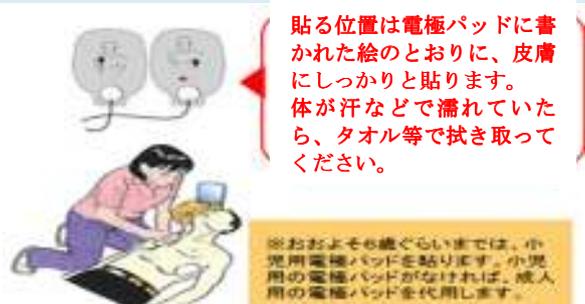
4. 普段通りの呼吸がない、又は判断に迷う場合は、すぐに胸骨圧迫 (100~120回/分) を行う



5. AEDが到着したら



6. 電極パッドを胸に貼る



7. 電気ショックの必要性はAEDが判断する



8. ショックボタンを押す



ショックが終わったら、すぐに胸骨圧迫を再開する。