

9月9日は『救急の日』 9月8日～14日は『救急医療週間』

消防署では、「救急の日」および「救急医療週間」に合わせて心肺蘇生法の実技講習を行っております。

いざという時のためにも、ぜひこの機会にご近所の方やお友達、職場のみなさまと『心肺蘇生法・応急処置法』を体験してみませんか！？

● 心肺蘇生法の手順 ●

JRC（日本版）ガイドライン2015の公表を受け、新しいガイドラインに基づく
応急手当講習を実施します。

心肺蘇生法の手順

1 周囲の安全を確認する

倒れている人に近寄る前に周囲の安全を確認します。車が通る道路などに人が倒れている場合などには、特に気をつけます。

2 肩をたたきながら、声をかける



呼びかけに対して目を開けるか、何らかの目的のある仕草がなければ、『反応なし』とみなします。

反応（意識）があれば訴えを聞き、必要な応急手当をします。

3 反応がなかったら大声で助けを呼び、119番通報とAED搬送を依頼

救助者が1人の場合や協力者が誰もいない場合は、まず自分で119番通報し、近くにAEDがあれば取りに行き、その後心肺蘇生を開始します。

4 呼吸の確認をする

胸と腹部の動きを見て、『普段どおりの呼吸』をしているか、10秒以内で確認します。

※次のいずれかの場合には普段どおりの呼吸なしと判断します。

- ①約10秒間確認しても呼吸の状態がよくわからない場合
- ②胸や腹部の動きがない場合
- ③しゃくりあげるような、途切れ途切れに起きる呼吸が見られる場合

5 普段どおりの呼吸がなかったら、すぐに胸骨圧迫を30回行う



肘を伸ばし手を胸の真ん中に重ね、約5cm沈むほど強く圧迫します。

1分間に100～120回の速いテンポで30回連続して絶え間なく圧迫します。

圧迫と圧迫の間（圧迫を緩めるとき）は、胸がしっかり戻るまで十分に緩めます。

6 胸骨圧迫後、人工呼吸を2回行う



1回約1秒かけて、胸の上がりが見える程度の量を吹き込みます。

※次のいずれかの場合には人工呼吸を省略し、胸骨圧迫のみ行うことができます。

- ①血液や嘔吐物などにより感染危険がある場合
- ②一方弁付人工呼吸器具がない場合

7 以後、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返し行います。

8 AEDが到着したら電源を入れ、音声ガイダンスに従い操作を行う

お問い合わせ先

長万部町消防本部：救急担当（☎2-2049）

水道ガスメーター検針員募集！

長万部管工事業協同組合では、水道ガスのメーター検針員を次のとおり募集しております。

お問い合わせ・書類提出先

長万部管工事業協同組合（株）佐々木配管内）

〒049-3521 山越郡長万部町字長万部234番地 ☎2-3920

（有料広告）

- ◎募集内容 水道ガスメーター検針員 若干名
- ◎業務内容 毎月21日を基準日とする平日の前4日間
（21日が土日祝日に当たる場合には翌営業日）
の水道メーターおよびガスメーターの検針業務
- ◎提出書類 履歴書・身上書（市販用紙可。要写真貼付）
普通自動車運転免許証の写し
- ◎募集期限 随時
- ◎選考方法 書類選考及び面接により決定
- ◎詳細等は左記までお気軽にお問い合わせください。