

9月9日は救急の日、9月4日~10日は救急医療週間

あなたの勇気が、命を救う一

心肺蘇生法

もしあなたの目の前で人が倒れたら、どうしますか？救急車の平均到着時間は※8.9分といわれています。心停止から1分ごとに、救命率は7~10%下がります。その間に、あなたに出来ることがあります。

※令和3年度版 救急救助の現状より

1 119番通報とAEDの手配



2 普段通りの呼吸がなければただちに胸骨圧迫（心臓マッサージ）を開始！



強く

胸が5cm沈むように圧迫

早く

1分間に100~120回のテンポ

絶え間なく

中断は最小限に

新型コロナウイルス（COVID-19）が流行している状況ではすべての心停止傷病者に感染の疑いがあるものとして対応

- 倒れている人がマスクをしていたら、外さずに胸骨圧迫を開始し、マスクをしていなければ、口と鼻に布をかぶせてから開始しましょう。
- 成人の心停止に対しては、人工呼吸を行わずに胸骨圧迫とAEDによる電気ショックを実施して下さい。
- 小児の心停止に対しては、人工呼吸ができる場合は胸骨圧迫に人工呼吸を組み合わせ実施して下さい。感染の危険などを考え人工呼吸を行うことにためらいがある場合には、胸骨圧迫だけを続けて下さい。

3 AEDで除細動（電気ショック）

AEDが到着したら電源を入れて（ふたを開けると電源が入る機種もあります）電極パッドを装着し、音声ガイドに従います。



電気ショック後ただちに胸骨圧迫（心臓マッサージ）を再開します。

除細動ボタンを押すときは、「みんな離れて」と声を出し、手振りも使って離れるように指示します。

「救急蘇生法の手順」をチェックしましょう。

🔍 救急蘇生法

検索

📞 携帯電話をご利用の方はこちら



（有料広告）

広報「おしゃまんべ」に 広告を掲載しませんか？

あなたのお店や会社をご紹介します！広報紙は長万部町内の全世帯に配布されますので、宣伝効果が期待できます。掲載をご希望される方は、お気軽にご相談ください！

町ホームページのバナー広告も随時募集しております。

●掲載料 4.5cm×8.8cm 1回 2,500円
4.5cm×17.8cm 1回 5,000円

【お問い合わせ先】まちづくり推進課企画係（☎2-2450）



〒049-3112
八雲町末広町8
TEL:090-7057-8014

完全予約制になります。

・30分 ￥3200
・60分 ￥5300
・90分 ￥7700

ボディセラピスト1級 認定

もみほくし&タイ古式マッサージ

【自由サロンLeaf】

サイト予約も可能！

