

9月9日は救急の日、9月3日～9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。

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）

見守りサービス

あんしん



ハローライトプラン



- 1 ご自宅の電球と交換するだけ！
LED電球と通信機能が一体になった「ハローライト」が点灯/消灯を前日朝9:00～当日朝8:59の間計測し見守ります。
- 2 メールでお知らせ！
電球に点灯/消灯の動きが無い場合、異常を検知して当日朝9:00～朝10:00の間に事前に設定した通知先へメールでお知らせします。
- 3 訪問確認！
異常時にも通知先のご依頼に応じてスタッフが設置先を訪問。必要に応じて地域包括センター等の地域の窓口へ通報します。

見守られる側、見守る側どちらの安心にも繋がります

お手頃な月額料金

1,078円

※後払い手数料はお客様負担となります。（税込209円）

- | | | |
|--|---|--|
| ご高齢の方
一人暮らしで不安
安心して暮らしたい
もしもの時に備えたい
高齢なサービスは使えない | ご家族の方
離れて暮らす親が心配
何かあっても気付けない
すぐに訪問できない
毎日電話するのは大変 | 介護事業者
福祉関連団体の方
人材不足が深刻
コロナの影響で対応での声掛けや見守りが減っている |
|--|---|--|

お申し込み方法

☎ ヤマト運輸株式会社 ネコサポサービスセンター

フリーダイヤル 0120-545425

受付時間9:00～18:00 年中無休（※年末年始を除く）

お申込み専用
サイトはこちら

