

9月1日は防災の日

9月9日は救急の日

これ、どこにある？



非常口



AED



公衆電話

学校の中や、よく行く場所、どこにあるか確認しておきましょう。

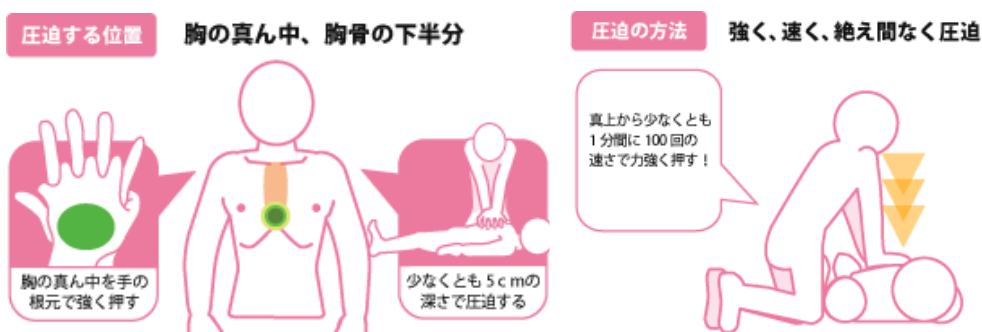
学校では、保健室横にAEDが設置されています！
「AED 持ってきて！」と言われることがあるかもしれませんが、覚えておいてください。



～心肺蘇生の流れ～



～胸骨圧迫のやり方～



～AEDの使い方～



ふだんから知っておきたい 胸骨圧迫の？

Q. 胸骨圧迫はなぜするの？

胸骨を強く押して、止まった心臓の代わりに血液を送りだすためです。

Q. なぜ1分間に100～120回？

圧迫すると心臓から血液が送りだされ、圧迫をゆるめると血液は心臓に戻ります。圧迫を急ぐと、血液は十分送りだされません。遅すぎず、早すぎないのが大事。

Q. 心臓が止まっていないのに胸骨圧迫しても大丈夫？

大丈夫です。心停止の判断は難しいので、迷ったら胸骨圧迫です。また、心臓が止まった直後にあえぐような呼吸をすることがあります。呼吸がいつもと違う場合も胸骨圧迫をします。

心停止から1分ごとに救命率は7～10%下がります。
迷わず、勇気をだして胸骨圧迫です！