

## <心肺蘇生法とAED>

### 心肺蘇生法

- 「もしもし」などと呼びかけ意識を調べる
- 何も反応がない場合は、「意識なし」と判断
- 呼吸があるかどうかを確認し、「呼吸がない」場合は人工呼吸を
- 心肺蘇生法について学んだ人に助けを求める



### AED

- 自動体外式除細動器のこと
- ※普段からAEDの設置場所について確認しておきましょう



◆消防署などで実施されている講習に参加して、具体的な方法を身につけましょう。

## ③災害時、要援護者を地域ぐるみで支援

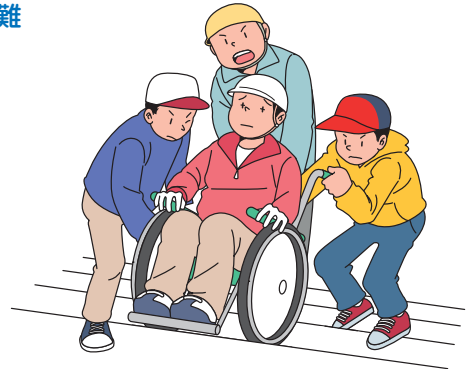
災害が発生したときには、地域ぐるみで要援護者（一人暮らしや寝たきりの高齢者、障がい者など）を援助することが重要です。災害に関する情報把握や避難、生活の確保などを、迅速に行いにくい立場にあるためです。お互いに協力し合い、地域ぐるみで支援できるように心がけましょう。

### <高齢者、傷病者>

- 援助が必要なときは、複数の人で対応
- 急を要するときは、ひもなどで背負い、安全な場所まで避難

### <肢体の不自由な人>

- 車いすで階段を移動する場合は3～4人で援助する
- 上がるときは前向きに、下がるときは後ろ向きにして、恐怖感をあたえないように
- とっさの脱出には、2人以上いるとは限りません。ひもなどで背負い、救援者の両手は自由がきくように



### <耳が不自由な人>

- 話をするときは、まっすぐに顔を向け、口はなるべく大きく動かして話す
- 筆談（筆記法）は、手のひらに指先で文字を書くやり方でも可能



### <目の不自由な人>

- 杖を持った方の手はとらない
- 手先や手首を持たないで、ひじのあたりに軽く触れ、ゆっくり歩く
- 方向や目の前の位置などは、時計の文字盤の位置を想定して伝える



### <外国人・旅行者>

- とっさのときは、身振り、手振りで話しかけ、孤立させないようにする

