

1 倒れている人を見たら…
声をかける!

両肩を軽くたたきながら

周りの人に
119番に通報
AEDを要請
大声で助けを求めろ!

119

迅速な応急手当

2 **呼吸を確認!**

10秒以内に
胸と腹部の動きを見る!

正常な呼吸がない、不明な時は
胸骨圧迫を!

4 **AEDの電源を入れ案内に従う!**

AEDが自動解析して案内!

が命を繋ぐ。

3 **胸の真ん中を強く押す!**

胸骨圧迫

胸骨圧迫を開始する前に、倒れている人の口と鼻にハンカチやタオル等があればふせましょう

大人の場合
人工呼吸を行わず胸骨圧迫を続けます!

強く早く! 絶え間なく!

子供の場合
人工呼吸2回ためらう時は胸骨圧迫のみ続けます。
手元に人工呼吸用のマスク(1方向向け)等があれば活用

胸骨圧迫 30回 繰り返す



まず行動 救える命 あなたから [令和2年度東京消防庁救急標語 作者 岡本 純一さん (府中市在勤)]

応急手当奨励制度 事業所や商店街、地域等において、救命講習に対する安全安心な取り組みを奨励する制度です。詳しくは、東京消防庁ホームページをご覧ください。

東京消防庁

東京消防 検索 <https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp>
東京消防庁公式アプリ配信中!!

リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
130-020710