

ユース災害ボランティア ネットワークニュース

2013年 2月発行
東京都生活協同組合連合会
ユース災害ボランティアネットワーク幹事会
03-3383-7800

第62号

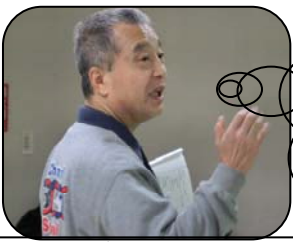
第4回
ユース災害
ボランティア
養成講座

救急救命 & AED講習

1月26日 普通救急救命講座は12期受講生のほかにスキルアップとしてネットワークメンバー26名が集まり救急救命を学びました。毎年少しずつ改正されており、再講習の方も熱心に講師の講義に耳を傾けていました。イザというとき、何が出来るのか？AEDの使い方やみんなで協力して行う方法などを体験しました。

《突然死を防ぐために》

成人の突然死の主な原因は心臓発作と脳卒中です。本人は症状を重大に考えない場合があるので周りの人が説得し救急車を依頼することも大切です。



もし倒れている人がいたら顔を見るのではなく呼吸をしているか確認することが大事です。大声で周りの人に119番通報とAEDの搬送依頼をしてください。

事例を挙げたり、全身で表現して分かり易く講義を進める講師の中川さん



熱心に講義を聴く受講生



手を握らせてどちらが正常でないか確認する方法

心肺蘇生



肩をたたきながら呼びかけます。呼吸が正常か胸腹部を目で確認します。

胸の真ん中(胸骨上)に手を当てて5cmぐらい沈むように30回圧迫します。行進曲の速さで圧迫し続けます。



吹き込みすぎに注意して、空気が漏れないように口を覆って、胸の上がり必ず確認します。

あごを持ち上げながら額を後ろに押し上げ頭を反らせて気道を確保します。



AEDを使った心肺蘇生



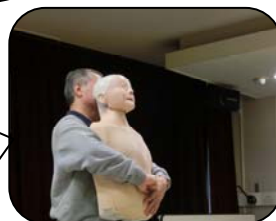
AEDは電源をいれ音声ガイドに従って操作してください。体が濡れているときはタオルで拭いてから、ペースメーカーなどは、その場所を避けてパッドを張ったり、医療用貼付薬が確認されたときははがして胸を拭いてから貼ってください。



いろんなタイプのAED

気道異物除去

手の付け根で背中を強く叩く方法とこのように後ろに回りへそとみぞおちの中間部に手を当てこぶしを作って体に密着させこぶしを斜め上方に瞬時に引き上げます。



乳児の場合はうつぶせにして背中を叩く方法がありますが間違っても足を持って振り回したり頭を固定しないで叩いたりしないでください。

～受講生の感想～

- ♥ 実際にやるのが一番大事ですね。講義は分かり易く 万が一のときは役立つと実感しました。
- ♥ 心肺蘇生は結構大変です。あせってリズムが早くなったり、深く圧迫するのは大変でした。
- ♥ 30回のマッサージを5回繰り返したことで手順を体で覚えることが出来た。除細動というのが細動を除くだけというのが良く分かった。救命処置の重要性が理解できた。
- ♥ 基本的なことは確実にいき臨機応変な対応が求められているものだと感じました。数年前と内容が更新されていて受けてよかった。
- ♥ AEDの働きを初めて知りました。初めてAEDにさわりましたが実際に体験できて良かったです。
- ♥ 心臓マッサージは難しかったです。
- ♥ 3年前に受講しましたが忘れていたことが多く今回受けて思い出すことができ良かったです。

救急救命で救護者が気をつけなければならないのは**自分の身は自分で守る**ということです。人工呼吸用マウスピースを使ったり、傷病者がけがをして血を流している場合などはゴム手袋などで手を覆い病気などの感染を防ぐことが大事です。



携帯電話にストラップとしてつけてあるマウスピース



避難されてきた方と
地域の方の交流サロン

親子で集まれ～!

わいわい! 広場!!

開催日

1月22日(火)

11時～16時

東京都生協連会館3階

* 東京都孤立化防止支援事業を受けて実施しています。

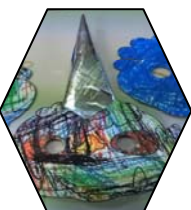
第3回「わいわい広場」は雨にもかかわらず2組の親子が参加してくれました。子どもたちは4時まで目いっぱい駆け回ったり、玩具で遊んだりしていました。ママたちは「こういう場があるのがうれしい」。また、おにのお面作りをして「震災以降伝統行事はしていないな」とポツリと話されたのが心に突き刺さりました。あらためて「わいわい広場」の開催意義を感じました。



ママも一緒におにのお面作り



王子様みたいでしょ



力作! おにのお面



スマートホンのシールは子どもたちがいるとなかなか貼れないのよ。



エイ! ヤー!
おにをやっつけるぞ~!



次回開催日

3月26日(火)

東京都生協連会館3階

11時から16時