

登録しよう防災会公式

LINE@

情報をいち早く入手

KAKOGAWA GREENCITY

防災だより

スマホ・タブレット・
PCで読める防災だより
りはQRコードから！

発行 加古川グリーンシティ防災会

南海トラフ地震臨時情報

『南海トラフ巨大地震』その15「想定の整理」

南海トラフ巨大地震が発生したら、揺れから始まり、何かが並行して起こるのかを考え「22分類」しました。

今回は『⑧ 救命』から考えます。

日本赤十字社ホームページに、興味深い記事がありましたのでご紹介します。



国民の8割「一次救命処置ができることは必要」、一方で50%を超える人が「何をすれば良いかわからず、特に何もしていない」と行動が伴っていない。事故や急病で呼吸や心臓が止まった人に対して、救急車が到着するまでに行う取り組みである一次救命処置を実践できることについて、「とても必要だと思う」と回答した人は67.5%、「やや必要だと思う」と回答した人は18.9%と、8割を超える人が必要性を認識している。

上記の8割超の人のうち、一次救命処置を実践できることの必要性について考えるようになったきっかけの上位回答は、「交通事故(62.1%)」「レジャーや運動中の事故(42.8%)」「地震や豪雨などの自然災害(33.6%)」です。2022年に社会的な注目を集めた「人混みで発生した雑踏事故」は32.2%、「街中で発生した刺傷事件」は31.4%という結果となっています。

同じく、一次救命処置の必要性を認識している8割の人の中で、実際に救命講習の受講など行動に移さず「特に何もしていない」人は54.1%と半数を上回る状況となっています。必要性を感じながらも具体的な行動に移せなかった理由として、「何をすればよいのかわからなかったから」が47.1%にのぼった。次いで「調べたり学んだりしても、自分には実践できる自信がなかったから(21.2%)」「行動に移すほど、自分にとって優先度が高くなかったから(13.9%)」と続いたと、このように記載されています。



多くの人は「一次救命処置ができることは必要」だが「何をすれば良いかわからず、特に何もしていない」ということが現実問題ではないのでしょうか？なぜか？それは『自分事となっていないからだ』と考えられます。道で倒れている人を助けることは「必要だ」と判っていても、現代社会では『声を掛けることのリスク』が存在します。昨今、様々な事象・事件が発生していることで『声を掛けることも躊躇する』と考えられるのです。不思議な世の中になったものです。これらで共通することは倒れている人が『赤の他人』だということです。まったく知らない人ということです。その知らない人のために、自分の貴重な時間や自分の貴重なお金を使ってまで、

救命講習を受講し、救命処置を施したとしても、悲しいことに様々なリスクが存在しているのが現代社会です。そのリスクを背負ってでも『人を救う』という使命があるのかということになるのですが、しかしながら、「目の前で人が困っていることを見過ごせない人が多い」のも心温かな事実です。

ならばリスクを減らすことができれば、応急手当を躊躇なく行うことができるのではないのでしょうか。その答えは「複数人に対応すること」。これでリスクは軽減されるはず。では、どのようにすれば、それができるのかと考えると、やはり『声掛け』なのです。それも倒れている人に向けてではなく、そばに「居合わせる人(バイスタンダー)」の人数を増やすことが近道です。応急手当の講習でも習う一番最初の言葉『だれか！助けてください！』と大きな声で対応可能な人数を増やすことが重要となります。“これができるかどうかにかかっている”と言っても過言ではありません。もしも、周囲に誰もいないければ「119番・110番」のどちらでも緊急電話を掛けながら対応をすることが重要となります。頭の中で「どうしよう？」と思ったら躊躇なく「119番・110番」に電話をして指示を仰ぐことでリスクは軽減されるのです。それでも「知らない人にはちょっと」と思われる方は、自分が対応できなくても、誰かに伝えることが重要です。「見なくて良いものを見てしまったなあ」と誰もが頭の中を過るかもしれません。実際、きっと多くの人はそう思うでしょう。「自分が対応しなくても、誰かがするだろう」と思うでしょうが、あなたが通報し、その場から離れたとしても、あなたのできることをあなたのできる範囲でやったということになります。現代社会では、逆に不用意に近づくリスクよりも正しい行為だと考えられるのではないのでしょうか。

しかし！あなたの家族や知人ならどうでしょう。たぶん何の躊躇もなく「即対応」の行動に移るでしょう。それはなぜか？『助けたい人』だからではないのでしょうか。これからもみんなと一緒にいたい、みんなと会話をしたい、みんなと美味しいものを食べたいという『楽しい記憶』として残したいからこそ『助けたい』という感情がわき上がるのではないのでしょうか？昨今の社会状況からやはり『救命処置』が理解されていないのです。なぜ人を助けるのか？そこには『誰を助けるのか？』が曖昧な状態での一次救命処置啓発となっているのです。

最後に問います『あなたは誰を助けたいですか？』

このことを「心の中に定義」できれば、必ず一歩踏み出す勇気が沸きます。

私たちと一緒に学びましょう！



応急手当

一般財団法人 熊本県PTA教育振興財団・熊本市消防局

心肺蘇生法とAEDの使用手順

新型コロナウイルスに対応した手当手順

【倒れている人は感染症のある人と考えます】

声をかけ 反応を見る

- 反応がない ● うめき声
- 名前・年齢が言えない

そばを離れないで
大声で助けを呼ぶ

コロナ禍では顔を近づきすぎないようにします

通報は
あわてず
早く正確に

1 反応の確認

日頃と違うところは
ありませんか？

救急車を呼ぶ
119番へ

まずは場所を伝え、落ち着いて
指令員の質問に答え対応しよう



AEDは
「反応のない人」
「呼吸のない人」に
すぐに使いましょう！

倒れた人の近くで AEDの電源を入れる



電源を入れたあとは
ボクの音声指示で
進めれば大丈夫！

ふたを開けると電源が入るAEDもあります

胸とお腹を見て

落ち着いて ゆっくり
確認する

呼吸がないか？
異常な呼吸か？



2 呼吸の確認

呼吸が止まっているか
判断に迷う場合は
次のステップへ

倒れた人の服をめくり肌に直接 電極パッドを貼る



すき間ができないよう
密着させて貼ってね！

小学生以上は
成人用パッドを
使います

汗・水などで濡れている
場合はパッドを貼る部分を
拭いてください

強く、早く、たえまなく しっかり押す

1分間に100～120回のリズムで
胸が元に戻ってから次を押します

胸骨圧迫の
リズムを
一度経験して
おきましょう



● 胸の真ん中を
● の部分で押します

押しっぱなしはいけません！

成人の場合

胸が約5cm沈むように
押し、しっかり戻す

小児の場合

胸の厚さの約3分の1程度の
深さまで押し、しっかり戻す

感染を防ぐため、倒れている人の鼻と口を
タオルやハンカチなどで覆います

3 胸骨圧迫

(心臓マッサージ)
胸の真ん中を押す

30回

繰り返し

AEDが到着するか
救急隊員と交代するまで
絶え間なく、繰り返します
(10秒以上休まない)

ショックの必要なし

AEDが自動的に 心臓のリズムを診断



ボクが判断をするよ！
その時に患者に
触れないでね！

AEDが自動的に
患者の心電図を
解析します

自動解析

ショックの必要あり

電気ショックが必要なら
充電を開始します

1回1秒かけて2回

あご先を持ち上げ
鼻をつまんで口に軽く
息を吹き込みます

たくさん
吹き込む必要は
ありません



成人には人工呼吸を実施しません
子供には人工呼吸を実施する方が望ましい

人工呼吸が
できない場合は
胸骨圧迫のみ
続けます

4 人工呼吸

落ち着いて
軽く息を吹き込む

2回

ショックの後すぐ

倒れている人に誰も触れてないことを確認 ショックボタンを押す



診断を続けるため
AEDの電極パッドは
貼ったままで

AED配置場所

日頃から場所を確認しておこう

スマホ対応「心肺蘇生法の手順」は
右のQRコードを読み取って確認しよう！

