

# 定期救命講習会のご案内

私たちは、いつ、どこで、突然のケガや病気におそわれるか予測ができません。もしものときに、家庭や職場でできる手当のことを「**応急手当**」といいます。

現在、119番通報をされてから救急車が到着するまでに、**約9分**かかると言われています。目の前で家族が、友人が倒れたら…。重篤な症状の場合には、救急車が到着するまでに何らかの応急手当をしないと、命が助からない場合があります。

応急手当を速やかに行えば、命を救えるだけでなく、**治療の経過にも良い影響を与えることができる**のです。

救える命を救うために、応急手当の講習を受けてみてはいかがでしょうか。

## 救命講習の種類と内容

- AEDを用いた心肺蘇生法を主体とした救命講習会です。
- 各講習内容は以下のとおりです。

### 普通救命講習Ⅰ又はⅡ

主に成人を対象とした心肺蘇生法、AEDの使用方法、異物除去要領、止血法などを学びます。なお、普通救命講習Ⅱは業務の内容などから、一定の頻度で心停止者に対し応急の対応をすることが期待・想定される方が対象となりますが、それ以外の方でも受講することができます。

### 普通救命講習Ⅲ

主に小児、乳児、新生児を対象とした心肺蘇生法、AEDの使用方法、異物除去要領、止血法などを学びます。

### 上級救命講習

上記内容の他、傷病者管理法、外傷の手当、搬送法などを学びます。

### 応急手当普及員講習Ⅰ

対象者は主として事業所又は防災組織などにおいて、当該事業所の従業員又は防災組織の構成員に対し、普通救命講習を指導する方で、救命に必要な知識、実技、指導要領などを学びます。 ※ 受講には普通救命講習又は上級救命講習の受講が必要です。

### 救命入門コース

胸骨圧迫とAEDの使用方法を主体とした90分または45分の講習です。

## 受講料

受講料は無料です。

但し「応急手当普及員講習Ⅰ」については、別途テキスト代が必要です。

【使用テキスト】

応急手当指導者標準テキスト～ガイドライン 2015 対応～東京法令出版株式会社：@3,400円+税



## 2020年度 定期救命講習開催予定日時・会場

【普通救命講習Ⅰ又はⅡ】		
成人に対する心肺蘇生法 AEDの使用法などを学びます なお、講習内容により時間が異なります		
開催年月日	開催場所	開催時間(※)
2020年 7月16日(木)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
8月8日(土)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
<del>9月8日(火)</del>	<del>戸倉上山田消防署</del>	<del>8:30~12:30</del> <b>中止</b>
<del>9月27日(日)</del>	<del>戸倉上山田消防署</del>	<del>8:30~12:30</del> <b>中止</b>
10月3日(土)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
10月12日(月)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
<del>11月14日(土)</del>	<del>戸倉上山田消防署</del>	<del>8:30~12:30</del> <b>中止</b>
<del>11月21日(土)</del>	<del>戸倉上山田消防署</del>	<del>8:30~12:30</del> <b>中止</b>
12月2日(水)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
12月23日(水)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
2021年 1月14日(木)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
2月10日(水)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
2月20日(土)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
3月6日(土)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30
3月26日(金)	戸倉上山田消防署	8:30~12:30

※普通救命講習Ⅰは8:30~11:30  
普通救命講習Ⅱは8:30~12:30までとなります

【上級救命講習】		
心肺蘇生法、AEDの使用法、傷病者管理法 外傷の手当、搬送法などを学びます		
開催年月日	開催場所	開催時間
2020年 7月23日(木) (海の日)	戸倉上山田消防署	8:00~17:00

【応急手当普及員講習Ⅰ】		
救命に必要な知識、実技、指導要領などを学びます ※講習時間：3日間(下記日程全ての受講が必要です) ※テキスト代：@3,400円+税が必要です		
開催年月日	開催場所	開催時間
2021年 1月15日(金) 22日(金) 29日(金)	戸倉上山田消防署	各日とも 8:30~17:30

【応急手当普及員再講習】		
応急手当普及員講習Ⅰを修了した方が対象です ※応急手当普及員の認定期間は3年間ですが、期限までに再講習を受けることでさらに3年間有効となります		
開催年月日	開催場所	開催時間
2020年 8月3日(月)	戸倉上山田消防署	9:00~12:00
12月12日(土)	戸倉上山田消防署	9:00~12:00

【普通救命講習Ⅲ】		
小児・乳児・新生児に対する心肺蘇生法 AEDの使用法などを学びます		
開催年月日	開催場所	開催時間
2020年 8月18日(火)	戸倉上山田消防署	9:00~12:00
2020年 11月7日(土)	戸倉上山田消防署	9:00~12:00

### ◆定員 10名程度

### ◆持ち物 筆記用具、タオル、マスク、飲料水(自動販売機もあります)など

\*動きやすい服装で参加してください(スカート不可)

### ◆その他 ◇「救命入門コース」については下記消防署までお問合せください。

◇規定の講習を修了した方には修了証を交付します。

\*応急手当普及員講習は認定証、救命入門コースは参加証となります。

◇千曲坂城消防本部では「e-ラーニング」による救命講習を実施しています。

詳しくはこちら(<http://www.fdc.or.jp/e-learning/index.html>)をご覧ください。

## 受講上の注意事項

- ◇各講習とも修了証等が交付されますが、欠席、遅刻、早退されると交付できません。
- ◇駐車場には限りがあります。お車でお越しの際はできるだけ乗り合わせでお越しください。
- ◇災害等の発生若しくは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況に応じ、中止とさせていただく場合があります。予めご承知おきください。

## 救命講習の申込み・お問合せ

### 申込み

申込書に必要事項を記載し、開催日3日前までに下記までお申し込みください。  
\*但し「応急手当普及員講習Ⅰ」のみ開催日2週間前までの受付

### 問合せ先

戸倉上山田署消防署	救急係	☎ 026-276-0119
更埴消防署	救急係	☎ 026-274-0119
坂城消防署	警防係	☎ 0268-82-0119



## e-ラーニング（応急手当 Web 講習）について

e-ラーニングとは、パソコン、タブレットパソコン、スマートフォンなどのインターネットを通じて、場所・時間を選ぶことなくご自分のペースで、映像などにより応急手当の基礎知識を学ぶことができる講習です。この e-ラーニングを受講し、有効期限内（受講から概ね 1 か月以内）に受講証明書を提示することにより、講習時間が 1 時間短縮され受講することができます。

【例】普通救命講習Ⅰの場合：通常 3 時間が 1 時間短縮され 2 時間の実技講習で修了

なお、対象となる救命講習は以下のとおりです。

講習種別	e-ラーニングの可否
普通救命講習Ⅰ	可
普通救命講習Ⅱ	可
普通救命講習Ⅲ	可
上級救命講習	可
応急手当普及員講習Ⅰ	不可
救命入門コース	不可
再講習	不可

- \* e-ラーニングの受講にはインターネットに接続されたパソコン、タブレットパソコン、スマートフォンなどが必要です。なお、受講に係る各通信料などは自己負担となります。
- \* e-ラーニングの受講状況により開始時間が異なりますので、受講希望の方は事前に受付時申し出てください。
- \* e-ラーニングの受講が終了されましたら、受講証明書を印刷、または画像をタブレットパソコンやスマートフォンなどに保存し、講習会当日お持ちください。e-ラーニングの受講証明書が確認出来ない場合は、救命講習の修了証を交付できませんのでご注意ください。
- \* 詳しくはこちら (<http://www.fdcs.or.jp/e-learning/index.html>) をご覧ください。

### AED って知ってますか？

心臓が原因の突然死には、「**心室細動**」という不整脈が起こっていることが多いといわれています。心室細動とは、心臓がけいれんしてポンプの機能が失われている状態です。心室細動により血液の流れが止まると、脳への血流も途絶えてしまいます。しかし脳が酸素なしで生きていられる時間は**3～4分**とされています。

また、心室細動は発生から 1 分ごとに救命率が 7～10% 下がるといわれ、いかに早く救命処置をするかが生死を分けることとなります。

AED（自動体外式除細動器）は、この心室細動に対し強い電気ショックを与え、心臓のけいれんを除去する「電氣的除細動」を自動的に行う機械です。

AED の操作は**音声ガイダンスに従うだけで、どなたでも簡単に行え**、すでに多くの方の救命事例が全国で報告されています。

この機会にぜひ救命講習を受講しましょう！

**受講者募集！！**

