

あなたの知識と経験が命を救う!

心肺蘇生法

9月9日は
救急の日

みんなで学ぼう、AEDの知識!

日本では、毎年7.9万人の方が、病院の外での心臓突然死で亡くなっています※1。突然の心停止からの救命には、素早い119番通報と心肺蘇生、AEDの使用が欠かせません。

救急車の平均到着時間は、10.3分と言われています※2。心停止から1分ごとに、救命率は10%ずつ下がります。あなたの知識と経験があれば、誰かの命を救うことができるかもしれません!

※1 日本AED財団「心臓突然死の現状」
※2 総務省消防庁：令和5年版救急・救助の現況

AED=自動体外式除細動器
(Automated External Defibrillator)



▶▶▶▶ 倒れている人を見かけた時の心肺蘇生の流れ ◀◀◀◀

119番通報とAEDの手配



呼吸がないか判断に迷う時は直ちに 胸骨圧迫(心臓マッサージ)を開始!



AEDで除細動(電気ショック)

除細動ボタンを押す時は、「みんな離れて」と声を出し、手振りも使って離れるように周りに指示します。



人工呼吸よりも 心臓マッサージを優先!

胸骨圧迫が最も救命に有効であるというデータから、人工呼吸よりもまず心臓マッサージを優先しましょう。

「救急蘇生法の手順」を
チェック! 救急蘇生法 検索



午後11時以降も
対応しています! こども夜間ケアダイヤル

受付時間 / 午後11時～翌朝8時
電話番号はどちらの時間帯も同じです

ご要望は何なりとご遠慮なくお寄せください
岩手県医師会
「お元気ですか」次回の掲載は9/25(水)です。



〒020-8584 盛岡市菜園2丁目8-20 TEL.019-651-1455 FAX.019-654-3589

協賛 / 岩手県医師信用組合・岩手県予防医学協会・JA岩手県厚生連



こども救急相談電話
受付時間 / 午後7時～午後11時

☎019-605-9000
または ☎#8000

※PHS・ダイヤル回線・IP電話の方は上記の番号をご利用ください。