

一分一秒を争う生命のために

救命の連鎖と居合わせた方の力

人の命を救い、社会復帰につなげるために必要な一連の行動を救命の連鎖といいます。救命の連鎖を構成する4つの輪がすばやくつながると救命効果が高まります。

心臓と呼吸が止まってしまっからの救命の可能性は時間とともに低下します。救急隊の到着までの短時間であっても、居合わせた方による心肺蘇生法で救命の可能性は約2倍も高くなり、AEDによる電気ショックまで行くと更に救命率は高くなります。



心停止の予防

早期認識と通報

一次救命処置

二次救命処置

心肺蘇生法などに伴う法律について

善意の気持ちから心肺蘇生を行いたいと思っても、「よけい悪化させてしまったり、うまくいかなかったら責任を問われるかもしれない。」と考えてためらう方もいますが、善意に基づいて最低限の注意義務を尽くした行為には、責任を問われることはないと考えられています。※

また、救急の現場に遭遇すると、その後のストレスによる不安感や気分の落ち込みなどが生じることがあります。そのような場合には一人で悩まずに、身近な方や専門家に相談してください。もちろん消防にご相談いただいても構いません。

※ 民法第698条の「緊急事務管理」、刑法第37条の「緊急避難」の規定の解釈より

救命処置の流れ（心肺蘇生法とAEDの使用）

安全確認をしてから
反応の確認

「反応なし」

応援を呼ぶ
119 番と AED

呼吸の確認

「普段どおりの呼吸なし」
or
「わからない」

胸骨圧迫（30 回）と
人工呼吸（2 回）を繰り返す

※ためらいがある場合、人工呼吸は
省略可能（胸骨圧迫のみ繰り返す）

AED のパッドをつけたまま
救急隊到着まで救命処置を継続

AED の操作
（電源を入れてメッセージに従う）



人が倒れていることを
119 番通報してください

AED を持って
きてください

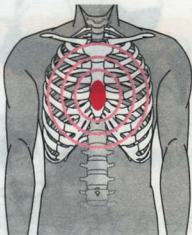
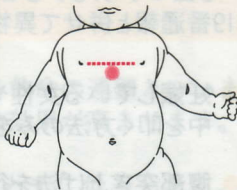


「普段どおりの呼吸あり」

様子をみながら
救急隊を待つ



心肺蘇生法・手技の詳細

年齢別 手 技		成 人 (15 歳超が目安)	小 児 (1 歳から中学生まで)	乳 児 (1 歳未満)
胸骨圧迫	位置	胸の真ん中（胸骨の下半分） 		両乳頭を結ぶ線の少し足側 
	方法	両手を重ねて 肘を伸ばし 手の付け根部分で圧迫	成人と同様 (体格により両手では 強すぎる場合は片手)	手の指 2 本で圧迫 
	深さ	胸が約 5 cm 沈むまで しっかりと圧迫	胸の厚さの約 1 / 3 沈み込む程度に圧迫	
	テンポ	1 分間に 100 ～ 120 回の早さで		
人工呼吸	気道確保	片手で額を押さえ一方の手であごの先端を押し上げる		
	方法	口で傷病者の口を覆って息を吹き込む 	口で口と鼻を 一緒に覆い吹き込む 	
	量	約 1 秒間 胸が上がる程度の息を吹き込む		
AED		電源を入れ音声メッセージに従い、 電極パッドを素肌に貼りショックボタンを押す		小学校に上がる前の子どもには 小児用パッドか小児用モードを使用

前橋市が設置している市内のAED一覧はこちらで確認できます。

前橋市ホームページ > 暮らしの情報 > 健康・福祉 > 休日・夜間・救急医療 > AEDについて

○ 異物除去法と止血法

食事中に食べ物がつまり息ができなくなって死に至ることも少なくありません。のどにものが詰まったと疑われる場面に居合わせた時には、まず、強く咳をするように促してください。声も出せず咳もすることができない場合には119番通報と併せて異物除去法を行います。

- 妊娠している女性や高度な肥満者には背中を叩く方法のみを行います。
- 腹部突き上げ法を行った場合は、その旨を救急隊に伝えるか、すみやかに医師の診察を受けさせる必要があります。

異物除去法



けがなどで出血が多い場合は命の危険があり、できるだけ早い止血が望めます。そういった場合は、出血部位を見つけ、そこにガーゼ、タオルなどを当ててその上から圧迫して止血を試みます（直接圧迫止血法）。止血をする際は、感染予防のためビニール手袋を着用するか、ビニール袋を使用して直接出血部位に触れないようにしましょう。

直接圧迫止血法



○ 熱中症にご注意を！

炎天下での作業やスポーツ、高温多湿な室内、密閉された乗用車内などで発生するおそれのある熱中症は、重症化すると生命に危険を及ぼします。そういった環境下でたちくらみや大量の汗の症状があった場合は塩分を含んだ飲み物を十分に摂る（摂らせる）ようにしてください。熱中症が疑われ、意識も悪く水分が摂れない場合は緊急と判断し、直ちに119番通報をしてください。併せて服を脱がせて体を濡らしうちわ等で風をあてながら、脇の下、太ももの付け根、首などをアイスパックや氷のうで冷やすと効果的に体温を下げることができます。

前橋市消防局テレホンサービス

受診可能な病院を知りたい時

前橋消防局管内の火災等の情報を知りたい時

病院案内 027-221-0099

災害情報 0180-99-2223