

AED導入10年目プロジェクト

# 減らせ突然死 ～使おうAED～

減らせ突然死～使おうAED～ 実行委員会

共催

公益財団法人	日本心臓財団
NPO法人	大阪ライフサポート協会
一般社団法人	松田直樹メモリアル
一般社団法人	ハートセーバージャパン
一般財団法人	日本救護救急財団
NPO法人	愛知万博記念災害・救急医療研究会
NPO法人	日本救急蘇生普及協会
NPO法人	日本ライフセービング協会

## 全体概要

# 減らせ突然死プロジェクト

### 【プロジェクトの目的】

心臓突然死に対する認識と予防することの重要性を国民に周知するとともに、突然の心停止に対して、全ての国民が勇気を持って心肺蘇生法を実施し、AEDを使用することができるように普及・啓発を行うことを目的としています。

### 【事業内容】

#### 1. キャンペーンサイトの立ち上げとコアコンテンツの提供

キャンペーンサイトを立ち上げ、プロジェクトの趣旨・意義を紹介するとともに、これまでに心肺蘇生やAEDで救命活動に遭遇された事実をとりあげ、映像化、コンテンツ化し、広く紹介していきます。メッセージムービーやポスターなどのコンテンツは、広く共有し、講習や医療機関等で活動の趣旨に賛同する方が利活用できるようにします。全国で本プロジェクトに関連する取り組みを随時取り上げ、情報を共有するとともに、トピックスとして発信していきます。

#### 2. SNSを活用した情報共有の促進

キャンペーンサイトと連動したフェイスブック（FB）ページ等を立ち上げて、ソーシャルネットワークによる口コミにより、全国の関係者が自由に投稿でき、情報共有できる場を育てていきます。

#### 3. 各地でのイベントの共催、情報共有

大都市圏（東京、大阪、名古屋）でのコアイベントを共催し、AED導入10年の成果と課題を検証。次なる課題を考えるとともに、話題提供をしていきます（イベントの主催は各地域の関連団体。実行委員会が共催し、連帯感を生みだすとともに、情報発信力を強化します）。

#### 4. メディアを活用した情報の拡散

報道機関で取り上げられた情報をキャンペーンサイトで紹介すると共に、プロジェクトからもトピックスを定期的に発信する事で、社会に持続的に情報を提供し、拡散を図ります。

#### 5. 効果の評価

キャンペーン前にNHKと協力し、全国規模の意識調査を実施。課題の整理を行います。心臓突然死対策は、世界共通の課題であり、本キャンペーンの成果、経験を国際的にも広く役立てることを目指します。

# 全体概要

## 減らせ突然死～使おうAED～実行委員会

発起人	三田村 秀雄、野口 宏、田中 秀治、西本 泰久、石見 拓、島本 大也 喜熨斗 智也、岸森 健文	
委員長	三田村 秀雄	国家公務員共済組合連合会 立川病院 院長
委員 (アイウエオ順)	石見 拓	NPO法人 大阪ライフサポート協会 副理事長 PUSHプロジェクト 代表、京都大学 健康科学センター 教授
	梶野 健太郎	厚生労働省 医政局 災害医療対策室 DMAT事務局 次長 国立病院機構 大阪医療センター 救命救急センター医師
	加藤 啓一	日本赤十字社医療センター 麻酔科 部長
	北村 秀実	株式会社 リバイバルサポート シニアコンサルタント
	桐淵 博	さいたま市 政策アドバイザー 前 さいたま市教育長、埼玉大学 教育学部 教授
	小峯 力	中央大学 生命・健康科学研究室 教授 前 NPO法人 日本ライフセービング協会 理事長
	坂本 哲也	帝京大学 救急医学講座 教授
	武田 聡	NPO法人 愛宕救急医療研究会 代表 東京慈恵会医科大学 救急医学講座 准教授
	田中 秀治	一般社団法人 ハートセーバージャパン 理事長 国土館大学 体育学部スポーツ医科学科 教授
	中村 勝則	一般社団法人 松田直樹メモリアル 相談役
	西本 泰久	NPO法人 大阪ライフサポート協会 理事長 大阪医科大学 救急医学教室 准教授
	野口 宏	NPO法人 愛知万博記念災害・救急医療研究会 理事長 愛知医科大学 名誉教授
	平出 敦	集う蘇生の心 代表、近畿大学 救急医学講座 教授
	源 純夏	徳島ライフセービングクラブ 代表、シドニー五輪競泳 銅メダリスト
	矢崎 良明	鎌倉女子大学 講師、前 全国学校安全教育研究会 会長
	矢崎 義雄	公益財団法人 日本心臓財団 理事長
	事務局	
事務局長	石見 拓	
事務局員	島本 大也	京都大学 大学院生 ※事務局長代行
	喜熨斗 智也	一般財団法人 日本救護救急財団 代表理事 国土館大学 体育学部 こどもスポーツ教育学科 助教
	千田 いずみ	京都橘大学 現代ビジネス学部 助教
	岸森 健文	京都大学医学部附属病院 初期臨床研修医

### 共 催

公益財団法人 日本心臓財団、NPO法人 大阪ライフサポート協会、一般社団法人 松田直樹メモリアル、一般社団法人 ハートセーバージャパン、一般財団法人 日本救護救急財団、NPO法人 愛知万博記念災害・救急医療研究会、NPO法人 日本救急蘇生普及協会、NPO法人 日本ライフセービング協会

### 協 賛 (平成26年度実績)

キャノンマーケティングジャパン (株)、旭化成ゾールメディカル (株)、フィジオコントロールジャパン (株)、日本光電工業 (株)、フクダ電子 (株)、(株)アレクソン、メドピア (株)、オムロンヘルスケア (株)、救命コム、(株)CU、アテナ工業 (株)、プリストル・マイヤーズ (株)、第一三共 (株)、(株)フィリップスエレクトロニクスジャパン、吉村司法書士事務所、レールダール メディカル ジャパン (株)

### 後 援 (平成26年度実績)

厚生労働省、文部科学省、消防庁、日本赤十字社、一般財団法人 日本救急医療財団、一般社団法人 日本救急医学会、一般社団法人 日本臨床救急医学会、さいたま市教育委員会、一般社団法人 大阪府医師会、名古屋市交通局、全国学校安全教育研究会、朝日新聞社、(株)大広、(株)チューリップテレビ、公益財団法人 JR西日本あんしん社会財団

その他：NHKも独自にプロジェクトを立ち上げ、本プロジェクトと連動する

## 平成26年度活動実績

- 7月5日（土） 市民フォーラム AED導入10年目プロジェクト 減らせ突然死～使おうAED～  
主催：特定非営利活動法人愛知万博記念 災害救急医療研究会



- 7月6日（日） 第1回 NEXT GENERATION マッチ  
主催：NPO法人 松田直樹メモリアル



- 7月27日（日） 心臓突然死 ～AED導入10周年記念シンポジウム～  
主催：NPO法人日本不整脈学会、NPO法人日本心電学会



- 9月7日（日） 救急の日2014  
主催：厚生労働省、消防庁等



- 9月7日(日) AEDをもっと身近なものに  
～救命知識の普及と地域におけるドラッグストアの役割～  
主催：減らせ突然死プロジェクト



- JR西日本旅客鉄道 駅構内の液晶画面にて「命の記録MOVIE」の放映  
放映期間 8月29日～9月29日  
放映回数 9/11までは、約10分に1回の間隔で放映  
※ 9月12日以降は、状況により変更あり



- 朝日新聞 医療サイト apital に連載  
減らせ突然死 ～AED10年目の想い～

突然の心停止から命を救う「自動体外式除細動器（AED）」が、国内でも一般の人が扱えるようになって10年。「減らせ突然死」を合言葉に集まった医師たちが、さらなる普及を訴えます。 《「減らせ突然死、使おうAED」プロジェクト》



◆2014年

- 6月24日 AEDで救える命を自分が救う世の中へ
- 7月1日 《心臓突然死の基礎情報1》どんな人に、どこで、どんな時に発生している？
- 7月8日 《心臓突然死の基礎情報2》心肺蘇生とAEDの効果と実態
- 7月15日 《心臓突然死の基礎情報3》心臓突然死を予知できるか？
- 7月22日 学校へのBLS導入と「ASUKAモデル」
- 7月29日 学校における心肺蘇生の普及の状況
- 9月3日 9月7日(日) イベントのご案内～「救急の日」に向けて～
- 9月9日 学校への心肺蘇生教育導入の課題と展望
- 10月21日 アスリートだからこそ知っておきたいAED～2020年に向けて～
- 10月28日 スポーツ中の突然死

◆2015年

- 1月9日 学校への心肺蘇生教育導入に向けた取り組み～小学校安全教育副読本の発刊～
- 2月17日 赤十字の試み 技術の伝達から動機づけの教育へ

●NHKによる配信

4月22日	ニュースウォッチ9	「AED 迷わず使う」
4月22日	NEWS WEB	「減らせ突然死」
4月23日	おはよう日本	「使おうAED」
5月7日	ニュースウォッチ9	「AEDと心臓マッサージはセットで」
5月8日	おはよう日本	「使おうAED 自治体の模索」
5月19日	使おうAED1	「減らせ突然死 使おうAED（1）」
5月27日	ニュースウォッチ9	「スポーツの現場にAEDを」
6月19日	使おうAED2	「大切な人の命を守るために」
6月19日	使おうAED3	「AEDと心臓マッサージはセット」
6月19日	使おうAED4	「スポーツの現場にAEDを」
6月20日	ニュースウォッチ9	「命を救うのは 私たちの勇気」
6月30日	使おうAED5	「減らせ突然死 使おうAED（2）」
6月30日	使おうAED6	「命を救うのは 私たちの” 勇気” 」
7月6日	NEWS WEB	「松田直樹さんの追悼試合とAED講習会」
7月22日	おはよう日本	「AED見えてきた課題」
7月28日	ニュースウォッチ9	「夜間・休日 いつでもAEDを」
8月7日	使おうAED7	「夜間・休日 いつでもAEDを」
8月29日	使おうAED8	「使おう AED」
8月29日	使おうAED9	「AED 自治体で活用を」
8月29日	使おうAED10	「AED 見えてきた課題」
8月29日	使おうAED11	「減らせ 突然死」
9月7日	NEWS WEB	「9月9日は救急の日 AEDを知って」
11月3日	ニュースウォッチ9	「救助者が抱える心の負担」
11月3日	プレマップ	「ここに、公共放送 減らせ突然死 使おうAED」
12月16日	ニュースウォッチ9	「寒さに弱いAED 氷点下で命を救うには」
12月19日	おはよう日本	「小学校向け「AED」副読本を無料配布」

●YAHOO!JAPANニュース

6月16日 約2割の医師が、AEDの利用について「自信がない」「できない」

●日本経済新聞 夕刊

7月3日 「AED解禁10年 普及30万台 活用は途上」(MedPeerとの共同調査)

●朝日新聞 夕刊

1月9日 AEDの大切さ、小学生にも 医師ら、副読本5万部作成 「助け合いの精神学んで」

●朝日小学生新聞

1月18日 AED 『もしも...に備えて使い方を学ぼう』

●FBS(福岡放送)

9月9日 NEWS5ちゃん 「AEDから10年」



AED導入10周年プロジェクト  
減らせ突然死 aed-project.jp/

迷ったら使う! AEDで救おう命!

# その命を救うのはあなたの勇気です

～AED普及10周年特別企画～ “備える”AEDから“使う”AEDへ!

日本で一般市民がAED(自動体外式除細動器)を使うことができるようになってから10年。AEDの数は急速に増えてきたものの、実際に使用されるケースはまだほんの一部にとどまっています。とっさのときに私たちがどのように動けばいいのか……。AEDを活用し一人でも多くの命を救える社会を目指す「減らせ突然死プロジェクト」実行委員会の三田村秀雄氏と石見拓氏に薬剤師でフリーアナウンサーの小林美幸さんがお聞きしました。

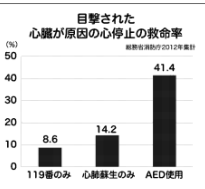
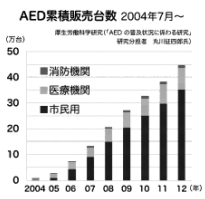


三田村 秀雄さん

「減らせ突然死プロジェクト」実行委員会委員長  
日本救急医学会 AED 検討委員会委員長  
国家公務員共済組合連合会 立川病院 院長

救えるはずの命を  
救う世の中に  
していきたい。

命が助かる確率が低下する。救急車を呼ぶだけで済むはずの命が、AEDを使わずに失われていく。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。



小林 美幸さん

薬剤師・フリーアナウンサー  
アピタル夜間学校に出演中

三田村 日本では突然心臓が止まる人が増えています。その原因は心室細動といふ不整脈です。これを治す方法はAEDを使つて心臓に電気ショックを加えるしかありません。しかも、電気ショックの効果は時間と共に減るため、1分遅れれば救命率が低下します。救急車を呼ぶだけで済むはずの命が、AEDを使わずに失われていく。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。

三田村 日本では突然心臓が止まる人が増えています。その原因は心室細動といふ不整脈です。これを治す方法はAEDを使つて心臓に電気ショックを加えるしかありません。しかも、電気ショックの効果は時間と共に減るため、1分遅れれば救命率が低下します。救急車を呼ぶだけで済むはずの命が、AEDを使わずに失われていく。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。

三田村 日本では突然心臓が止まる人が増えています。その原因は心室細動といふ不整脈です。これを治す方法はAEDを使つて心臓に電気ショックを加えるしかありません。しかも、電気ショックの効果は時間と共に減るため、1分遅れれば救命率が低下します。救急車を呼ぶだけで済むはずの命が、AEDを使わずに失われていく。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。



石見 拓さん

「減らせ突然死プロジェクト」事務局  
PUSHプロジェクト代表  
京都大学 環境安全保健機構 准教授

万一の場面で  
動くために、  
講習受講を。

三田村 日本では突然心臓が止まる人が増えています。その原因は心室細動といふ不整脈です。これを治す方法はAEDを使つて心臓に電気ショックを加えるしかありません。しかも、電気ショックの効果は時間と共に減るため、1分遅れれば救命率が低下します。救急車を呼ぶだけで済むはずの命が、AEDを使わずに失われていく。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。

三田村 日本では突然心臓が止まる人が増えています。その原因は心室細動といふ不整脈です。これを治す方法はAEDを使つて心臓に電気ショックを加えるしかありません。しかも、電気ショックの効果は時間と共に減るため、1分遅れれば救命率が低下します。救急車を呼ぶだけで済むはずの命が、AEDを使わずに失われていく。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。AEDを使えば、命が助かる確率が41.4%に上がる。

### AEDを使った救助手順

- 電源を入れてAEDの声をよく聞く
- パッドの絵の指示通り胸に貼る
- 必要なら、安全確認後ショックボタンを押す

第29回日本不整脈学会 / 第31回日本心電学会合同学術大会  
「心臓突然死～AED導入10周年記念シンポジウム～」  
■日時：2014年7月27日(日) 12:30開場 13:00開会  
■場所：グランドプリンスホテル高輪(東京都港区高輪3-13-1)

「PUSHコース」参加申し込み  
①名前(ふりがな) ②連絡先電話番号 / FAX番号を明記し、下記までお申し込みください。(締切 7/18必着)

日本不整脈学会事務局  
●FAX:03-3219-1955  
●Mail:office@jhrs.or.jp

先着80名様限定

7月5日(土)の名古屋をはじめ、関東・関西・中部を各地で開催予定。詳しくは「減らせ突然死プロジェクト」HPへ。

## 勇気が救ったいのちのエピソード

絶対助けたかった。それが、手も震えた。それで、車も止めて駆け寄った。

福田瑞穂さん 学生(現在は会社員)

鯉江宏樹さん 学生(現在は社会保険法人 慶仁会 高槻病院 看護部)

公益財団法人 日本心臓財団 www.jhf.or.jp

私たちは、日本心臓財団が進めるAED普及啓発活動を応援しています。

エレクトロニクスで病魔に挑戦  
NIHON KOHDEN 日本光電工業株式会社  
http://www.aed-life.com/

Physio-Control Japan Inc.  
フィジオコントロール  
ジャパン株式会社  
www.physio-control.jp/

OMRON オムロンヘルスケア株式会社  
www.healthcare.omron.co.jp/

SECOM セコム株式会社  
www.secom.co.jp

Asahi KASEI 旭化成グループメテカール

JMS 株式会社ジェイ・エム・エス

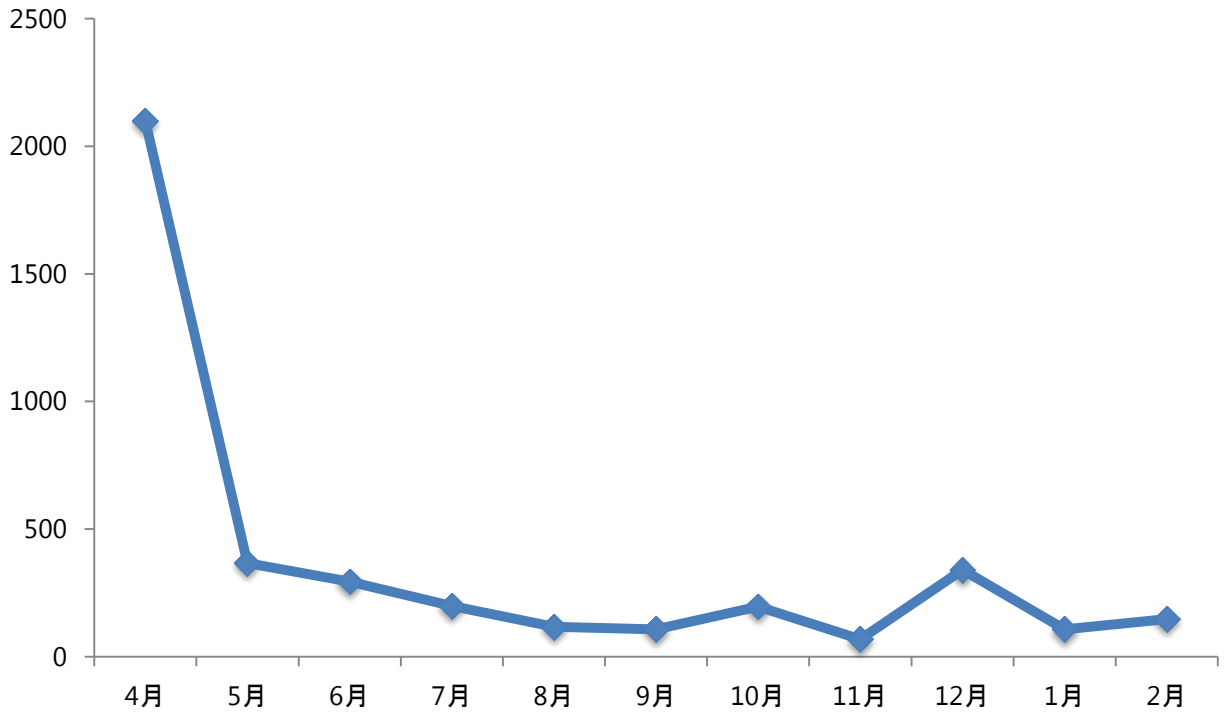
PHILIPS 株式会社フィリップス エレクトロニクス ジャパン

医療機器専門メーカー  
777.電子 フクダ電子株式会社

● Facebook (4/22OPEN) 平成27年3月25日現在の状況

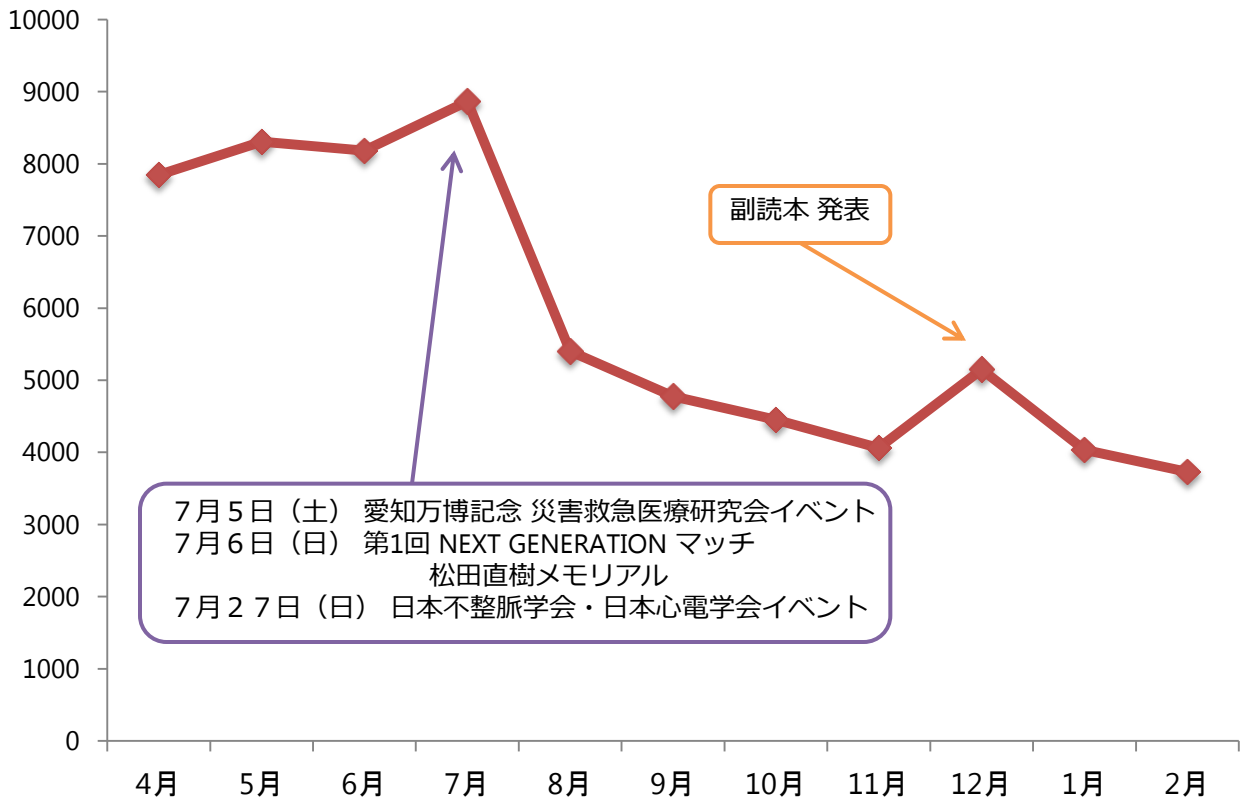
いいね数：4,358

【月別いいね数】



【アクセス数】

アクセス数





# ホームページ



もしあなたがAEDを使えたら、  
もしあなたが心臓マッサージ(胸骨圧迫)をできたなら。  
救える命はもっとある!

目の前で大切な人が突然倒れた時、  
あなたは何かができますか?  
まさか...というその時に、誰もが  
手を差し伸べられる社会を目指し、  
みんなで力を合わせる  
プロジェクトが生まれました。

減らせ突然死プロジェクト実行委員会

減らせ突然死プロジェクト関連イベント

減らせ突然死プロジェクトからの提言

AED設置ガイドライン・普及版



心臓マッサージって何?



AEDって何?



心臓マッサージとAED、  
皆がやってる?

## AED10年目の想い AED 10MEMORIAL Message



三田村 秀雄

減らせ突然死実行委員長  
愛知県議員 早稲田大学 立川病院 院長



石見 拓

減らせ突然死事務局  
PR担当プロジェクト 代表  
京都大学 経済社会連携機構 准教授



喜熨斗 智也

減らせ突然死事務局



島本 大也

減らせ突然死事務局



岸森 健文



桐瀬 博



稲葉 康久



上丞 啓介

## News・活動報告

Facebookもチェック

減らせ突然死プロジェクト  
いいね! あなたがいいね! と言っています。

減らせ突然死プロジェクト

9月14日 13:40

ホームページの講習会情報がオープンしました!

講習会の受講をお考えの方、ぜひ活用ください。... もっと見る



減らそう突然死 AED プロジェクト

AED導入10年目プロジェクト「使おうAED減らせ突然死」特設サイトです。AEDについて、AEDプロジェクト活動内容などを紹介しています。

AED-PROJECT.JP

減らせ突然死プロジェクトさんがタイムラインに9月13日 16:30の投稿を追加しました。

9月14日 8:01

第4回減らせ突然死プロジェクト実行委員会を開催しました。

現在までの活動報告とともに、今後の活動について活発な意見交換が行われました!



Facebookユーザープロフィール



動画で学ぶ  
救命手当の方法



NHK共同プロジェクト



減らせ突然死プロジェクト  
関連イベント

全国講習会情報



HP: <http://aed-project.jp/>

Facebook: <http://on.fb.me/1kPomK8>

# 動画

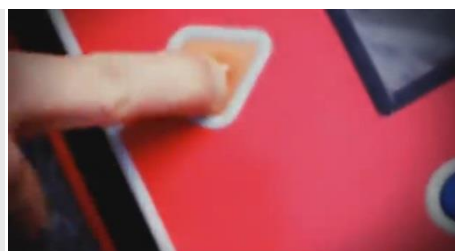
命の記録MOVIE（60秒）×4タイプ



10分経過で  
救命率はほぼ0%  
逃げ。



体中が震える。  
怖い。  
でも  
生きてほしい。



心の緊急ブザーが  
私の中で  
鳴り響いた。



AEDは電気ショックが  
必要かどうかを判断してくれる。



アスリートからのメッセージ動画（随時追加予定）

## アスリートたちからの応援メッセージ



源純 夏さん



大島 めぐみさん



宗 猛さん



中村 兼三さん

## 一般社団法人 松田直樹メモリアル 様より



代表理事  
安永 聡太郎さん



大橋 正博さん



久保 竜彦さん



小村 徳男さん



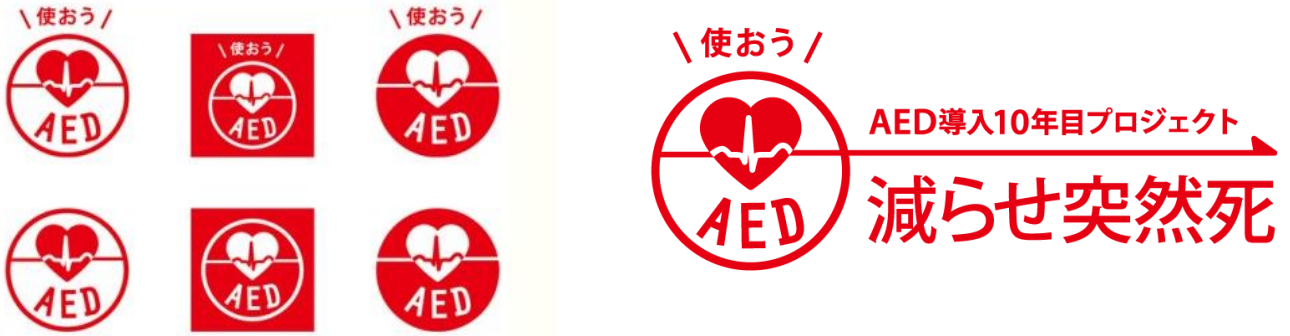
清水 範久さん



田中 誠さん

# HPからダウンロードできる広告ツール 自由にダウンロードして使用できるものとしています。

## ロゴやバナー



## ポスター



# HPからダウンロードできるツール 自由にダウンロードして使用できるものとしています。

## 減らし突然死プロジェクトのチラシ と AED設置ガイドライン



愛する家族、友人、同僚らの命を突然奪う突然死。それは、ある日突然やってくる。心臓が原因の突然死は年間およそ7万件。いつでも、どこでも、誰にでも起こりうる。心臓が止まってから何もされなければ、数分でその命は消える。しかし、そばにいる人が直ちに心肺蘇生を実施し、AEDを使うことができれば、救命率は4倍に跳ね上がる。2014年は日本で一般市民がAEDを使うことができるようになって10年の年。ところが、目の前で突然倒れた人に電気ショックが行われたケースは、わずか3.7%。—このままでいいの—普及しつつあるAEDを有効に活用すれば、救える命はたくさんあるはず。そんな思いで、全国的心肺蘇生とAED普及に努める組織が一つになって、「減らし突然死～使おうAED～」プロジェクトが立ち上がった。

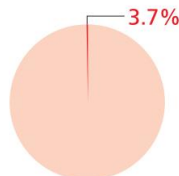
### From 4 to 5

減らし突然死プロジェクトが掲げる目標「From 4 to 5」

1. AEDによる電気ショック実施率を4%から5%へ<sup>※1</sup>
2. 突然の心停止現場に居合わせた人が心肺蘇生を実施する割合を4割から5割へ
3. AEDで電気ショックを受けた方の救命率を4割から5割へ

プロジェクトでは、この目標実現に向けて、具体的な方策の提言と情報の共有を目指している。

図1:AEDによる電気ショック実施率



※1: 調査: 消防庁発表 平成25年度 救急活動の状況より 変更あり



#### Web site

AED体験者による命の記録Movie、プロジェクトへの思い、誰もが利用できるボクスターやボクスターのダウンロードコーナーなど、情報発信の基地として公開。アスリートたちからの応援メッセージも届いています。



<http://aed-project.jp/>

#### facebook & twitter

全国のAED、心肺蘇生に関するトピックを紹介する交流の場として解放。一体となって目標に挑んでいます。



減らし突然死プロジェクト



減らし突然死プロジェクト @aed\_project

#### NHK project

本プロジェクトと連動して、心臓突然死を減らすため、心臓マッサージやAEDの重要性をニュースやイベントなどで発信していきます。  
<http://www3.nhk.or.jp/id-station/program/aed/>



#### Event

協賛している各団体が主催する各地のイベントで啓蒙活動に取り組んでいます。



使おう!



AED導入10年目プロジェクト

減らし突然死

大切な人が突然倒れたとき、あなたは何かができますか？

【賛助】公益財団法人 日本心臓財団、NPO法人 大塚ライフサポート協会、一般社団法人 ハートキーパーズ、一般社団法人 救急医療メカニカル、一般社団法人 日本救急医療財団、NPO法人 愛知労働記念会、救急医療研究会、NPO法人 日本救急医学会、NPO法人 日本ライフセイビング協会、【協賛】キヤノンマーケティングジャパン(株)、旭化成ヘルメティクス(株)、フジエレクトロニクス(株)、日本電産(株)、フタバ電子(株)、(株)アレクソン、メトピア(株)、オムロンヘルスケア(株)、救急コム、(株)CJ、アナエ工業(株)、アリストル・マイエーズ(株)、第一三共(株)、(株)フィッパエレクトロニクスジャパン、資材調達士事務所、レルダメッド(株)、【後援】厚生労働省、文部科学省、消防庁、日本赤十字社、一般社団法人 日本救急医療財団、一般社団法人 日本救急医学会、さいたま市教育委員会、一般社団法人 大塚商工会、名古屋市交通局、全国学生安全教育普及員、朝日新聞社、(株)大仏、(株)テックアップテレビ、【その他】NHKも協力にプロジェクトを立ち上げ、本プロジェクトと連動する。(2014年8月26日 現在)

# AED設置ガイドライン

AEDの効果を最大限に活かすための適正な設置・配置 普及版

### 設置が求められる施設

#### 心停止が多く発生し、目撃されやすく、救助を得られやすい場所、目印となる施設

駅、空港、大規模商業施設、アミューズメント施設、ホテル、市役所などの公共施設、学校、会社・工場、コンビニエンスストア、ドラッグストア、薬局等

高齢者や疾患を持っている人が多く利用する施設(介護福祉施設等)

スポーツ施設(スポーツジム、グラウンド、プール、海水浴場、球場、ゴルフコース、マラソン大会、学校における運動施設等)

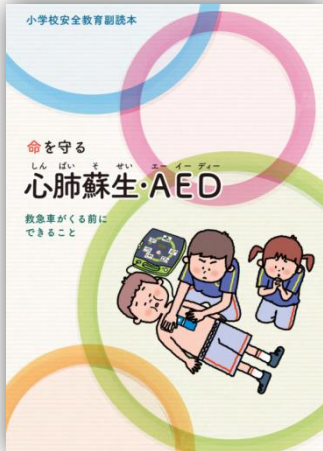


#### 救急隊到着までに時間を要する場所

離島、山間部の施設、旅客機、列車、旅客船などの長距離輸送機関等



# 小学校安全教育副読本 「命を守る 心肺蘇生・AED」



## はじめに

1年間で約7万人、これは、日本でとぜん心臓が止まり、亡くなっている人の数です。そして、大人ばかりでなく元気な子どもにも起こるということを、あなたは知っていましたか？

2011年9月、さいたま市の小学校で、6年生の朝田明日香さんが課外で駅伝の練習中におたれ、亡くなるという事故がありました。このような事故が、いつあなたのまわりで起きるかわからないのです。

みなさんは「命」について考えたことがありますか？心臓の音を聞き、自分の命を実感したことが、家族や友達の命を大切に思ったことはありませんか？

命は一度失えば、二度と取りもどすことができない、かけがえのないものです。この本を通して、みなさんが命について考え、大切な命を守るために、自分になんかことができるかを知るきっかけになることを願っています。

かけがえのないいのち

人間

犬やねこ

かえやとんぼ

花や木

●もじ

はじめに	……………	2	AEDを使う	……………	8
こんな時、どうしたらいいのかな?	……………	3	AEDについて知ろう	……………	10
救急車をよぼう	……………	4	わたしたちができることを考えよう	……………	12
心肺蘇生をしよう	……………	6	おぼえておこう、コール＆ブッシュ	……………	14

## 心肺蘇生をしよう

### 命を守る心肺蘇生

心臓が止まると、呼吸も止まります。たおれている人が心停止の状態になっていたら、AEDによる電気ショックと、心肺蘇生を行います。

#### 3 呼吸の確認

たおれている人の胸やお腹の動きを見る。

「動きがない」または「呼吸がない」「ふだんどおりの息をしない」と判断した場合には、胸骨圧迫(心臓マッサージ)へと進む。

観察は10秒以内！  
視線にまよったら、ただちに胸骨圧迫を開始しよう!

#### 4 胸骨圧迫(心臓マッサージ)

胸骨(胸の中央にあるかたい骨)の下半分に両手をあて、強くおす。

ポイント

- 【速く】……胸が少くとも5cmしずむまで、しっかりと体重をかけておす
- 【速く】……1分間に少なくとも100回のテンポで(休まずに)……たおれた人が動き出したら、救急車がくるまで続ける

つかれる前に、まわりの人と交代しながら胸骨圧迫を続けよう!

視線は肩の位置に  
ひざまずくのです  
圧迫位置  
この部分で圧迫する

## 先生向け解説書

### 命を守る 心肺蘇生・AED (先生向け解説書)

●心肺蘇生とAEDの役割を説明する意義  
●心臓の働き、呼吸のしくみを説明する意義  
●AEDのしくみや使い方、胸骨圧迫のやり方を説明する意義  
●心肺蘇生とAEDの重要性を説明する意義  
●心肺蘇生とAEDの普及を促す意義

●目録の編成  
●各ページの内容  
●各ページの見出し

### メモ なぜ絶ええのない胸骨圧迫が必要か?

心停止により脳の酸素供給が途絶えると、意識は数分で消失し脳は数分で大きなダメージを受け、このダメージは、たとえ一命を取り留めたとしても脳の機能障害として残ってしまう場合があります。救命するだけでなく、完全な社会復帰できる人を増やすためにも早期の胸骨圧迫は必要なのです。

また、胸骨圧迫は絶ええなく繰り返すことで有効な圧に達し、一瞬の中断でも血圧がゼロに落ちしてしまうことも懸念されています(下記)。有効な心拍出を保つために、中断を最小にした胸骨圧迫を継続することが必要なのです。

胸骨圧迫の中断

絶ええのない胸骨圧迫

### メモ 人工呼吸はしなくてもいいの?

上述のように、緑化成功には絶ええのない胸骨圧迫が最も重要であること、人工呼吸よりも高頻時にわたり胸骨圧迫が中断されしうこと、胸骨圧迫のみで心臓蘇生でも大半の心停止時で大半の人工呼吸も合わせて行う場合と同以上の効果があることから、以下のいずれかに該当する現場救助者は、胸骨圧迫のみの心臓蘇生が推奨されています。

- ①十分に心肺蘇生の技術を習得していない場合
- ②人工呼吸の実施に抵抗がある場合
- ③訓練を受けていない場合

ただし、心臓の動き以外が原因の心停止では人工呼吸も行ったほうが救命効果が高いという報告もあり(小児でも心臓蘇生の心停止では胸骨圧迫のみでも有効です)、医師等や学校教員など、子どもの心停止を予防する可能性がある方々には人工呼吸も含めて習得していただく必要があります。しかし、救急が来てから10分以内の対応に該当する場合は胸骨圧迫のみの心臓蘇生を行って下さい。

### 参考：人工呼吸の方法 (入門編である児童に対する心臓蘇生では指導を行いません)

- 1) 片手を両肩の間にあて、反対の手の人差し指と中指で顎を上下に動かす。
- 2) 顔にあたる手の裏側の人差し指で鼻をつまむ。
- 3) 両者の口を重なるように息を吐く口を大きく開く。
- 4) 口を密着させ1秒に1回おへえを吹き込む。
- 5) 吹き込んだ後は、すやかに胸骨圧迫を行う。
- 6) 胸骨圧迫と人工呼吸の比は 30 対 2。

人工呼吸に失敗したとしても息吹き込みは2度まで。

### 救命ポイント 7ページ AED(電気ショック)

#### AEDの動きについて

AEDによる電気ショックは、心臓に高エネルギーの電流を流すことで心臓の異常なリズムをリセットし、正常な電気活動を回復させるためのものです。

#### メモ AEDの電気ショックが必要な時とそうでない時の心臓の状態

●「心臓動脈」は、心臓の筋肉に興奮し規則的な動きがなくなった結果、全身に血液を送り出せなくなった状態をいいます。突然の心停止の多くは心室細動の状態であり、これを取り除く唯一の方法がAEDによる電気ショックです。心室細動は発生から数分程度しか持続しないといわれています。

●AEDを装着したからといって必ずしも電気ショックが必要状態とはなりません。下部の図に、心臓の電気的活動が正常な状態では電気ショックの適用はありません。しかし、電気ショックの適用がないからといって正常な状態ではないわけではありません。反応がない、呼吸がつかず呼吸が止まれば心停止ですので、胸骨圧迫を行う必要があります。

●「電気ショックの適用あり」

●「電気ショックの適用なし」

### 救命ポイント 8～11ページ AEDの機能と使い方

#### ●学習方法

発達段階に応じた到達目標を示した通り、小学生の児童に確実な AED の手技を習得させる必要はありません。AED の役割、電気ショックの際には触れる必要があることなどを伝えます。トレーニング用の AED があれば、教師が指導の場で実際に AED を触らし、音響と操作方法について紹介することも有効です。触れがずり回し状態に AED に触れてもらいましょう。トレーニング用の AED がなければ、AED に触る動作を見て、イメージを持たせましょう。学校の AED の設置場所について習得したり、実際に取り行ってみるなども有効です。【参考：動画で見る AED の使い方】: <https://www.ak-zoll.com/general/movie01.html>

#### ●ポイント

AED は音声メッセージに従って操作するだけであり、診断機能により間違えて電気ショックをしても心配がないこと、電気ショックを行う際には触れている人に触れられないことを確認することを後述して伝えてください。

#### メモ 子ども(6歳未満の未読児)に対する電気ショック

AEDには、子どもにも切り替える機能が付いています。その切り替え方法はメーカーによって様々です。

#### ●切り替え方法

- 小児用パッド
- 小児用のキー
- 小児用のレシーバー

小児用に切り替える機能が付いていない、または切り替えの方法がわからない場合、成人用で使用する方がおすすめです。成人用に対しては小児用を触れずとも安全に使用できることを伝えてください。

## 学校教育導入を条件に5万部無料配布！好評を博しました。