

# 平成27年度 減らせ突然死 プロジェクト

減らせ突然死 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	AED-PROMOTE
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
NPO法人	愛宕救急医療研究会
一般社団法人	ATHLETE SAVE JAPAN

## はじめに

AEDが日本に導入され10年という節目の年を迎えた今年、減らせ突然死実行委員会は、すべての国民が「心臓突然死を減らすことの重要性」と「AEDを自らが使うことの意義」について再認識することを目的に発足しました。

今年度の活動は、ホームページやフェイスブック・ツイッターなどを通じて情報を発信するとともに、全国各地の取り組みや個々が抱えている問題・考えなどを共有する場として大いにご活用いただきました。また、ロゴやポスターといった共通で利用できるツールの提供に加え、シンポジウムの開催やメディア（NHKなど）と連動した取り組みは、多くの反響をいただきました。

本実行委員会では、本年度の実績、経験を活かし、心臓突然死を減らすという大きな目標を達成するために、次年度以降も活動を継続していくことといたしました。

次年度は、心臓突然死を減らすという目的を達成するため、以下の6つの目標を掲げ活動していきます。

1. 突然心臓が止まってしまった人へ心肺蘇生を実施する割合を4割から5割へ
2. AEDによる電気ショック実施率を4%から5%へ
3. AEDで電気ショックを受けた方の救命率を早期電気ショックの実現により4割から5割へ
4. 学校での心臓突然死をゼロへ
5. 学校教育を基盤に、全ての国民が心肺蘇生教育を受けることのできる環境の整備
6. スポーツ中の心臓突然死をゼロへ

本実行委員会の活動の趣旨をご理解いただき、皆様のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

# 全体概要

## 減らせ突然死 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)	飯沼 誠司	一般社団法人 ATHLETE SAVE JAPAN
	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 環境安全保健機構 教授
	梶野 健太郎	厚生労働省DMAT事務局 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
	小森 和也	公益財団法人 JR西日本あんしん社会財団 係長
	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 AED-PROMOTE 理事
	西本 泰久	NPO法人 大阪ライフサポート協会 理事長
		京都橘大学 現代ビジネス学部 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

岸森 健文

滋賀県立成人病センター 循環器内科 シニアレジデント

喜熨斗 智也

一般財団法人 日本救護救急財団 代表理事

千田 いずみ

国土館大学 体育学部こどもスポーツ教育学科 助教

京都橘大学 現代ビジネス学部 助教

### 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 AED-PROMOTE、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、NPO法人 愛宕救急医療研究会、一般社団法人 ATHLETE SAVE JAPAN

### 協賛

キヤノンマーケティングジャパン(株)、フィジオコントロールジャパン(株)、(株)CU、(株)セコム、日本光電工業(株)、(株)フィリップスエレクトロニクスジャパン、フクダ電子(株)、オムロンヘルスケア(株)、旭化成ソールメディカル(株)、第一三共(株)メドピア(株)、(株)クオリティー、(株)エム・キューブ、(株)東部レントオール、アテナ工業(株)、レールダルメディカルジャパン(株)、トーアエイヨー(株)、ファイザー(株)、日本ライフライン(株)

### 後援

厚生労働省、消防庁、文部科学省、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、一般社団法人 日本循環器学会、さいたま市教育委員会、名古屋市交通局、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、日本安全教育学会

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

## 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. 心臓突然死の予防法や心肺蘇生・AEDに関わる普及・啓発活動の推進  
全国各地で開催される心肺蘇生・AEDの普及に関連した各種イベントの連携推進
2. メディア、ホームページ等を用いた心肺蘇生・AEDの利用を促すための広報活動  
HPを維持更新し、継続的に情報を発信する。コンテンツの更なる充実を目指す
3. 学校への心肺蘇生教育導入の推進  
学校教育に心肺蘇生教育を導入することで、心肺蘇生やAEDの必要な場で確実に適切な処置が行われるようにし、将来的な救命率の向上につなげる。
4. 学校での心臓突然死ゼロを目指す取り組みの実践  
学校教育に心肺蘇生教育を導入することで、心肺蘇生やAEDの必要な場で確実に適切な処置が行われるようにし、将来的な救命率の向上につなげる。
5. スポーツ中の心臓突然死ゼロを目指す取り組みの実践  
アスリートやその関係者への啓発および安全に取り組める環境の整備、スポーツ関係者またはイベントの主催団体を主導とした、参加者に対する心肺蘇生・AEDの普及啓発活動の支援

## 平成27年度事業計画

4月9日	大阪駅 救9の日 エキデモAED (JR西日本あんしん社会財団)
4月25日	第13回禁煙推進・心肺蘇生法 合同市民公開講座 (日本循環器学会)
5月3~5日	多摩「こどもまつり2015」へ出展 (国士舘大学ウエルネス・リサーチセンター)
5月9日	三ノ宮駅 救9の日 エキデモAED (JR西日本あんしん社会財団)
5月9日	ハローキティと学ぶ交通安全と応急手当 (日本赤十字社)
5月23日	三田駅 救急フェア (JR西日本あんしん社会財団)
5月30日	和歌山駅 救急フェア (JR西日本あんしん社会財団)
6月9日	伊丹駅 救9の日 エキデモAED (JR西日本あんしん社会財団)
6月20日	高槻駅 救急フェア (JR西日本あんしん社会財団)
6月27日	明石駅 救急フェア (JR西日本あんしん社会財団)
7月4日	大阪駅 救急フェア (JR西日本あんしん社会財団)
7月4日	市民公開講座「AEDをもっと身近なものに」 (BS朝日)
7月9日	神戸駅 救9の日 エキデモAED (JR西日本あんしん社会財団)
7月11日	尼崎駅 救急フェア (JR西日本あんしん社会財団)
7月31日	市民公開講座「減らせ・突然死」 (日本不整脈学会/日本心電学会)
8月中	健康ハートの日フェア/全国一斉PUSH運動 (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)
8月9日	桂川駅 救9の日 エキデモAED (JR西日本あんしん社会財団)
9月6日	イベント「救急の日2015」に参加 (日本救急医療財団)
9月30日	学校での心肺蘇生教育の普及並びに突然死ゼロを目指した危機管理体制整備の提言を文部科学省に提出
11月2日	いのちのリレー大会in京都 (JR西日本あんしん社会財団)
通年	副読本の配布 (平成27年度8万部を発行)

※この他、連動するイベントを広く募集

事務局連絡先 Tell : 080-4562-0911  
Email : aed10th\_jimukyoku@yahoo.co.jp

# 減らせ突然死プロジェクト 活動実績（平成26-27年度）

- 2014年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



- 2014年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



- 2014年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



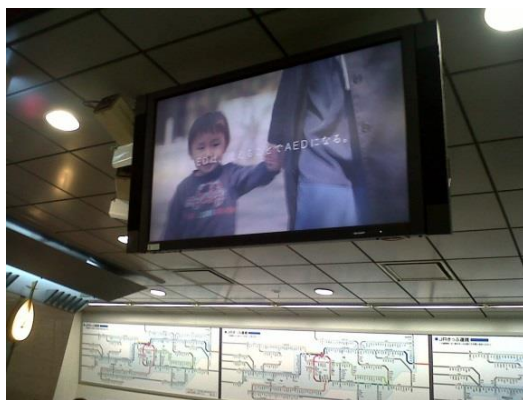
- 2014年9月7日（日） 救急の日2014 主催：厚生労働省、消防庁等



● 2014年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 2014年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



● 2015年3月8日（日） AED導入10年目に見えた課題と将来展望  
 主催：大阪ライフサポート協会



● 2015年4月24～26日 第13回禁煙推進・心肺蘇生法 合同市民公開講座  
主催：日本循環器学会



● 2015年7月31日（金） 市民公開講座「減らせ・突然死」  
主催：日本不整脈学会／日本心電学会



● 2015年9月6日（日） 救急の日2015  
主催：日本救急医療財団、消防庁、厚生労働省





● 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
- 3月17日 AEDのさらなる普及に向けて ～学生としてできること～
- 6月23日 「AEDをもっと身近なものに」（7月、神奈川）のお知らせ

### ●YAHOO!JAPANニュース

2014年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

2014年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

2014年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

2014年1月18日 AED 『もしも...に備えて使い方を学ぼう』

### ●FBS（福岡放送）

2014年9月9日 NEWS5ちゃん 「AEDから10年」

### ●チューリップテレビ局

2015年度テレビ放送 「AED啓発キャンペーン ～AEDで救おう、救える大切な命～」

## ●NHKによる配信

## ◆2014年

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」

## ◆2015年

4月27日	おはよう日本	「AED 学校での教育が命を救う」
5月15日	ニュースウォッチ9	「AEDが救った命 その時何が…」
9月30日	ひるまえほっと	「AEDがつなぐ命」
9月30日	NHKニュース&スポーツ	「学校での突然死なくそう AED教育の強化提言」



「減らせ突然死」 aed-project.jp/

# 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話をしました。



迷ったら使う! AEDで救おう命!

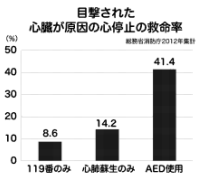


三田村 秀雄さん

「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。

命が救える  
率を低下  
します。救  
急車を  
待つてはな  
かなか間に  
合いません。



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という事態が、この原因は心室細動といふ不整脈が原因で、これを治す方法はAEDを使うこと。つまり電気ショックを加えるしかない。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。救急車を待つてはなかなか間に合いません。」

「石見 万一の場面でも動いたために、講習受講を。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話をしました。」

「小林 でも、目の前で人が倒れたら、恐ろしく動けず、助けを求めたい。でも、目の前で人が倒れたら、恐ろしく動けず、助けを求めたい。でも、目の前で人が倒れたら、恐ろしく動けず、助けを求めたい。」



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  
動いたために、  
講習受講を。

「三田村 万一の場面でも動いたために、講習受講を。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話をしました。」

### 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

## 勇気が救ったいのちのエピソード

**手が震えた。それでも絶対助けたかった。**  
その日ローラーと運動場には私の目の前で、走っていた男性が突然倒れていきました。声をかけても反応がなく、顔色がどんどん失われていく様子を目にした私は「AEDと救急車の連絡」と仲間と声を出しました。AEDを開けたパッドの袋を取り出すとき、自分の手が震えていることに気づきました。「私、怖いんだ……でも、絶対助けない」。自分を責め立てるように袋を破り、全身全霊で処置を続けたのです。その後、救急車で病院へ運ばれた後がパッドの上で寝たことも覚えていない姿を目にしたときは、本当にうれしかったです。  
福田瑞穂さん 学生 (現在は会社員)

**今行かなければ、車を止めて駆け寄った。**  
看護士を目指していた僕は、何度も救急の勉強会に参加していました。それでもまさか実際にAEDを使う日がくるとは……。その日、運転中に歩道で倒れている男性が目にとまりました。「呼吸がヘンだ」と気づき、車を止めて駆け寄りました。集まってきた人たちが担当して救急車を呼び、胸圧を運ばれてきたAEDのパッドを男性に装着すると「ショックが必要です」と音声で聞こえてきました。怖かったです。だけど、勇気を出してボタンを押しました。その男性が社会復帰したと聞き、あのとき一歩踏み出せてよかったと心から思いました。  
鯉江宏樹さん 学生 (現在は会社員 慶仁会 高槻病院 看護士)

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  
旭化成リアルメテカカル

JMS 株式会社ジェイ・エム・エス

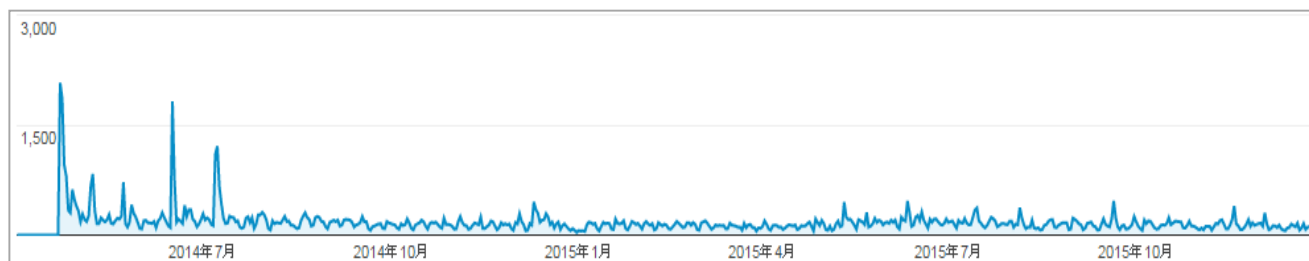
PHILIPS 株式会社フィリップス エレクトロニクス ジャパン

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12月25日現在の状況  
いいね数：6,212

● Webの閲覧状況 (開設から12月25日現在まで)

アクセス数	109,732
ユーザー数	70,035
直帰率	63.23%
新規アクセス率	63.82%



# 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  
国野山救急共済組合 立川病院 院長



石見 拓

減らせ突然死事務局  
PSJプロジェクト 代表  
京都大学 経済学部長兼 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



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



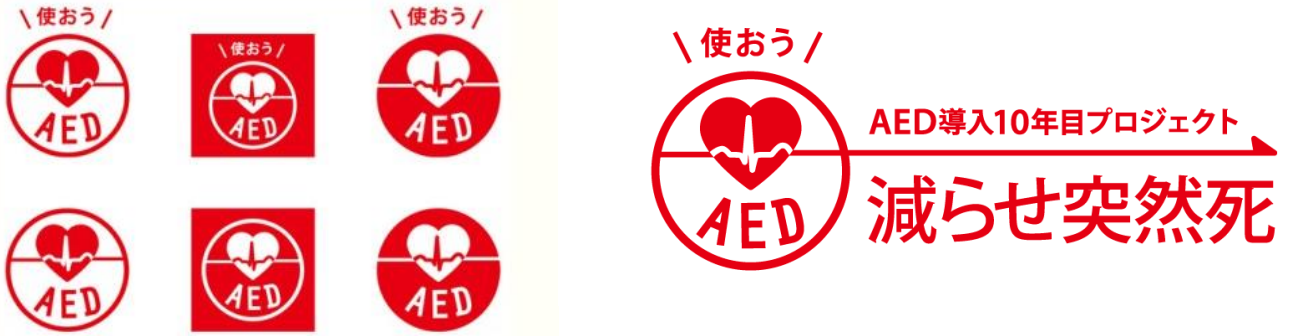
清水 範久さん



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。

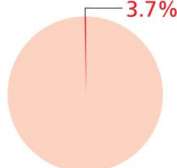
### From 4 to 5

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 救急医療の現状と課題(2014) 表4-10



#### 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発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、一般財団法人 ハートキーパーズ、一般財団法人 救急医療メカニカル、一般財団法人 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 日本救急医療普及協会、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)、日本電気工業(株)、フクダ電子(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)フィリップスエレクトロニクスジャパン、山村司法書士事務所、レールタルメディカルジャパン(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 日本救急医学会、さいたま市教育委員会、一般社団法人 大塚市医師会、名古屋市交通局、全国学生安全教育普及員、朝日新聞社、(株)大宮、(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)



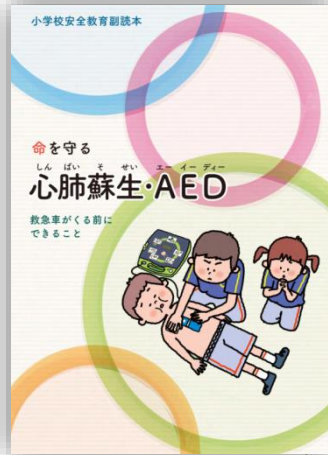
#### 救急隊到着までに時間を要する場所

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年間に約7万人、これは、日本でもつねに心臓が止まり、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りません。

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すか？  
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、自分にとってできること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
救急車をよぶよ	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。

呼吸は10秒以内！  
指先にまよったら、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、しっかり体重をかけておす
- 「遅く」……1分間に少くとも100回のテンポで(休まずに)一たおれた人が動き出すか、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!

## 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

●AEDのしくみ

●AEDの使い方

●AEDの注意点

●AEDの点検

●AEDの点検方法

●AEDの点検頻度

●AEDの点検記録

●AEDの点検担当者

●AEDの点検チェックリスト

### なぜ胸がたたく必要なの？

心停止により脳の酸素供給が途絶える。意識が戻って呼吸は回復するが、脳がダメージを受けると、このダメージは、たとえ一時的に回復しても脳機能障害を引き起こす可能性があります。救急隊が到着するまで、完全な社会復帰できる人を増やすために早期の胸骨圧迫が必要です。

また、胸骨圧迫は脳を強く繰り返し繰り返すことで有効な圧に達し、一瞬の中断でも血圧が低下してしまうことも懸念されています(下記参照)。有効な心臓が保たれたら、心臓が再開した胸骨圧迫を継続することが必要なのです。

### 人工呼吸はしなくてもいいの？

上述のように、酸素供給には絶対必要のない胸骨圧迫が最も重要であること、人工呼吸によって高頻にわたり胸骨圧迫が中断してしまうこと、胸骨圧迫のみで大半の心停止例でも大半の心停止例でも人工呼吸を併用して行う場合と同様に効果があることから、以下のいずれかに該当する市民救急隊員には、胸骨圧迫のみでの心肺蘇生が推奨されています。

- ①十分に心肺蘇生手技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

ただし、小児の心臓疾患以外の原因の心停止では人工呼吸も行ったほうが効果が高いという報告もあり(下記)で心臓疾患が原因の心停止では胸骨圧迫のみでも有効です。医療従事者や学校教員など、子どもの心停止を迅速する可能性がある方々には人工呼吸も併せて習得していただく必要があります。しかし、教員であって子どもに適切な対応をする場合は胸骨圧迫のみでの心肺蘇生を行っていただく。

### おぼえ、人工呼吸の方法 (入門編である児童に対する心肺蘇生では指導を行いません)

- 1) 片手を両肩の骨の間に、反対の手の人差し指と中指で顎をよじって顔を上げる。
- 2) 顎があたった手は肩の人差し指で鼻をつまむ。
- 3) 両唇の口を唇をインテークで自分の口を大きく開く。
- 4) 口を密着させ1秒に1回おろす空気を送る。
- 5) 吹き込んだ量が胸が膨らむ程度。
- 6) 吹き込んだ量は、すくやかに胸膨らみを行う。
- 7) 胸骨圧迫と人工呼吸の比は 30 対 2。

人工呼吸を中断したとしてもおぼえは 2 まで。

### 心臓蘇生は胸骨圧迫から

従来、心臓蘇生は、気道の確保→人工呼吸→胸骨圧迫の順で行われていました。が、救命のために胸骨圧迫が最も重要であることを示す多くのデータが得られたこと、人工呼吸の手技の習得は、口をつけることに対する抵抗感や心臓蘇生の効果が低くなることから、2010年以降「胸骨圧迫は胸骨圧迫から開始し、可能であれば気道の確保(人工呼吸を併用)」と変更になりました。児童を対象に指導する場合、入門編として胸骨圧迫のみでの心肺蘇生を重点を置いて指導することも有効です。

### 情報ポイント 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、心臓に人工ペースメーカーの電気を送る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効果があります。

#### AEDの電気ショックが必要となる時とそうでない時の心臓の状態

- 「心室細動」は、心臓が不規則に興奮し、規則的な動きがなくなりますが、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言われていました。
- AEDを触れたからといって必ずしも電気ショックが必要状態と限りません。下部のように、心臓の電気的活動が弱くなった状態で電気ショックの効果がありません。しかし、電気ショックの効果がなくても生きていないというだけではありません。反応がなくても、呼吸が止まらなければ心停止とせず、胸骨圧迫を行う必要があります。

電気ショックの適応あり

電気ショックの適応なし

### 情報ポイント 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、小学生の児童に複雑な AED の手技を習得させる必要はありません。AED の役割、電気ショックの必要性は理解させることを優先させます。トレーニング用の AED がある場合、教員が事前に児童に AED を触らし、音と動作方法について慣らすことも有効です。児童がすでに発達に AED に触れておらず、トレーニング用の AED が無い場合は、AED に触れる機会を設けて、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上、実際に取りに行っていることも有効です。(参考：動画で AED の使い方を https://www.ak-zoll.com/general/movie01.html)

#### ポイント

AED は音声メッセージによって操作するだけでなく、詳細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裸になっている人も触れていいことを確認することを徹底して伝えてください。

#### 学習方法

- 小児用のパッド
- 小児用のキー
- 小児用のレシーバー

小児用に切り替え機能が付いている AED は、切り替えの方法がわからない場合、大人用で指導することもできます。一方、大人用に対して小児用を切り替えることはできませんので注意してください。

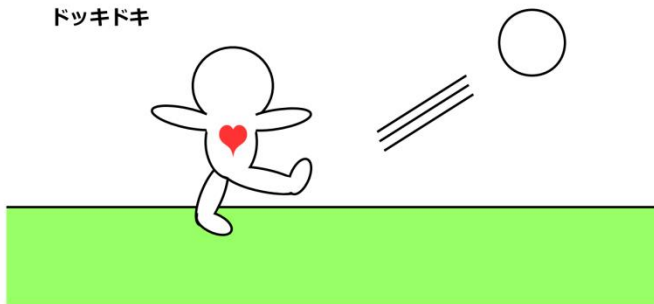
学校教育導入を条件に26年度は5万部、  
27年度は13万部を無料配布！

# AEDの絵本 「ドキドキくん」

だいすきな

おともだちとあそんで

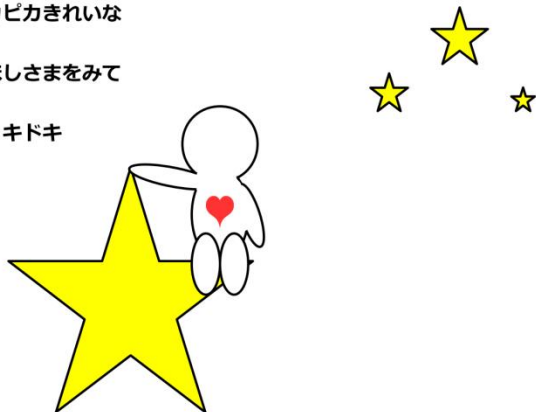
ドキドキ



ピカピカきれいな

おほしさまをみて

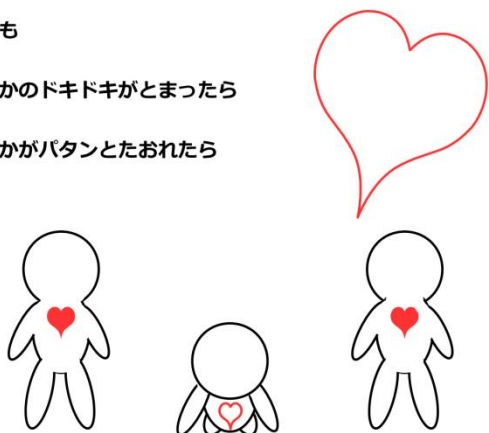
ドキドキ



もしも

だれかのドキドキがとまったら

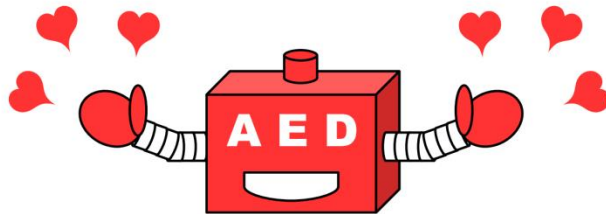
だれかがパタンとたおれたら



よんでくれて ありがとう!

さあ!ぼくといっしょに

たおれたひとを ドキドキさせよう!



たおれたひとの

からだをしらべたあとに

ひとつきみにおねがいするよ

「ドキドキボタンをおして!」



またドキドキしてきたよ

たおれたひとが げんきになったよ

きみのおかげだ



# AEDラーニング教材の作成

AEDサスペンスドラマゲーム -

## 心止村(しんどむら)湯けむり事件簿

ある老舗旅館で倒れたひとりの男。命をかけた事件が幕をあけた。

君は、この緊急事態にどう対処する!?ゲームで解いていく笑撃のストーリー。  
アクセスした瞬間、君は事件の主演になる。

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

HOME STORY 登場人物 ABOUT AEDについて 推奨環境

AEDサスペンスドラマゲーム

# 心止村

しんどむら

# 湯けむり 事件簿

ENTER

ムービー再生中にブラウザの戻るボタンを押すと、  
初めに戻ってしまうのでご注意ください。

一般社団法人 日本循環器学会  
JCS ~ The Japanese Circulation Society

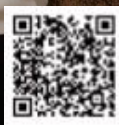
一般社団法人 AED 減らせ突然死

ツイート 1,248 いいね! 521

Q5

胸骨圧迫はどこを押す?

[押すべき場所をマークしよう]



Q6

胸骨圧迫の適切なリズムは?

[ が の場所にきたら、リズムにあわせてスペースキーを押そう]



NO GOOD

AEDサスペンスドラマゲーム「心止村湯けむり事件簿」へアクセス

AEDサスペンス

検索

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



使おうAED /  
減らせ突然死



一般社団法人

日本循環器学会