

～命を救う心肺蘇生の手順～



倒れている人を見かけたら勇気をもってすぐに行動しよう！

1. 周囲の安全確認

倒れている人を見え！

まずは周囲の安全を確認



2. 反応の確認

肩を軽くたたきながら、大声で呼びかける



反応なし or 判断に迷う場合も3へ

3. 119番通報、AED手配

大声で助け（応援）を呼ぶ！
119番通報＆AED手配！



周囲に人がいない場合は自分で119番通報し、指示に従う

4. 呼吸の確認

上半身を見て、10秒以内に胸と腹の動きをチェック！



呼吸なし or 判断に迷う場合も5へ

5. 胸骨圧迫開始（心臓マッサージ）

人工呼吸の技術と意思がある場合は人工呼吸も追加

胸骨圧迫30回＋人工呼吸2回

を繰り返す



成人の場合は胸が5cm沈むように1分間に100～120回のテンポ

AEDが到着したら6へ

*1 ふたを開けると自動で電源が入る製品もあります

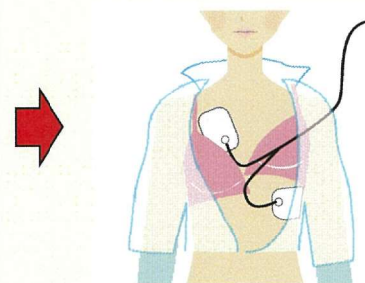
6. AEDを使用

*2 ボタンを押すタイプと自動で行われるタイプがあります

I

*1 AEDの電源を入れる

II 電極パッドを貼る



＞パッド等に表示された貼付位置を確認し、素肌に貼り付けます。
＞小学生～大人用と、未就学児用でパッドが異なる場合や、共通パッドでモードを切り替えて使用するタイプがあります

I、IIの間も胸骨圧迫は継続

女性への配慮

- ＞必ずしも全て衣類を脱がす必要はありません。
- ＞ブラジャーの金属部分がパッドに触れなければ、下着をずらして使用することもできます。
- ＞パッド貼付後に上からタオルや衣類をかけても、AEDは使用できます。

III

電気ショックの要否を解析



*2 電気ショック

必要

離れてください！



意識が戻らない状態なら5へ戻る

不要

あわてず音声メッセージに従う

呼吸が戻らない場合は、ただちに5へ戻る

救急車到着

救急車到着

救急隊に引き継ぐ