

倒れている人を見たら…

① 声をかける! & 助けを求める!

肩を軽く
たたきながら
声をかけます。

119番通報とAED搬送を
大声で周りの人に
依頼します。



※意識・呼吸の確認時
感染症流行時は顔を近づけ
すぎないようにしましょう。

あなたにも
救える命が
あります!

② 呼吸を確認!

胸と腹部の動きを
10秒以内で見ます。

普段どおりの呼吸がない、
判断に迷う場合は
胸骨圧迫を!



③ 胸骨圧迫!

胸の真ん中を、
強く、早く、絶え間なく
押します。

※胸骨圧迫を開始する前に、倒れている
人の口と鼻に、ハンカチやタオル等が
あればかぶせましょう。

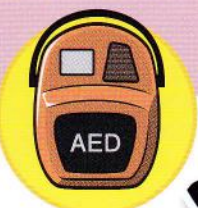
大人の場合
人工呼吸を行わず
胸骨圧迫を続けます。

子供の場合
胸骨圧迫30回
人工呼吸 2回
※ためらう時は胸骨
圧迫のみ続けます。



④ AEDを使う!

AEDが到着したら
電源を入れ、
案内に従い操作します。



知っていますか? 応急手当



病院へ行く?救急車を呼ぶ?迷ったら…

7 1 1 9

まず行動 救える命 あなたから

令和4年度東京消防庁救急標語 作者:岡本 純一さん(府中市在勤)

こちらからも
つながります

23区 03-3212-2323
多摩地区 042-521-2323

東京消防庁

東京消防 検索
<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp>



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます
12130-040706