

## 覚えておきたい救急法

9/24「ママたちの防災」  
第5回講習会（中野消防署）  
より一部を紹介します！

### ★子どもが何か呑み込んだ！

食道ではなく気道に入ってしまうと窒息の危険が！！



顔を下に向け  
腕に乗せて  
あごは上げて  
頭の位置は低くして  
背中をたたく

プチトマト、  
スーパーボール等  
丸くてツルっとした  
ものは危険。  
ピーナツは膨らんで  
気道をふさぎます！

### ★心臓が止まった！呼吸をしていない！

**AED** 駅や学校、公共施設に設置されています。

AED（エー・イー・ディー）は Automated External Defibrillator の略語。日本語では「自動体外式除細動器」といいます。心臓が細かくけいれんし、血液を送れなくなる重い不整脈「心室細動」の患者に電気ショックを与えて救命する装置です。音声ガイダンスに従って、落ち着いて使用すれば誰でも操作できます。

<使い方>

1. 電極パッドを二カ所に貼り付ける。  
(子どもの場合は写真のように前後に)
2. コネクターを接続すると、機械が心電図を解析します。
3. 電気ショックが必要と解析されたら、患者から離れてボタンを押します。



その後、人口呼吸と心臓マッサージを行います。

### 心臓マッサージ

30回 大人は両手で押す。

子どもの場合は指二本で押す。位置は図の○の部分



乳頭を結んだ線から指一本下



### 人口呼吸

大人の場合、鼻をつまんで口から2回息を吹き込む。  
子どもは鼻と口からいっぺんに息を吹き込む。

きちんと知りたい方は、消防署で行われている普通救命救急講習会にご参加下さい！  
第3土曜日9時～12時  
問い合わせ：中野消防署救急係  
03-3366-0119（内線380）



## 秋！地域の子ども・学校関連情報

**10/22**(月)午後3時～5時 第二中学校校庭  
**二中ゆうねっと・秋のガーテニング**（栽培部と一緒に）  
一緒に二中の庭の手入れをしてくださるサポーター募集！

**11/3** (土)午前9時半～午後2時半 第二中学校体育館  
**第二中学校 文化発表会**  
合唱・I組楽器演奏・英語スピーチ・理科発表など

**11/17**(土)午前8時45分～12時半 中野本郷小学校体育館  
**中野本郷小学校 学習発表会**(舞台発表)

**10/27**(土)午後1時半～4時 宮の台児童館  
**DonDon きてくだ祭(児童館祭り)**  
子どもたちや地域のおとなの方々がゲームなどのお店を出します。  
チケットは10月中旬から配る予定です。  
詳しくは後日発行されますお祭りのちらしをご覧ください。

**11/22**(木)午前10時～12時 弥生区民活動センター  
**(公開) 二中校区地区懇談会**

イクメンの次はソフリエ？「ソフリエ」という言葉をご存知でしょうか。ワインに詳しい専門家のことをソムリエといいますが、孫育てがきちんとできる人の事を「ソフリエ」と呼ぶんだそうです。パパやおじいちゃんの子育て、地域の子育てのお話が聞けそうです。



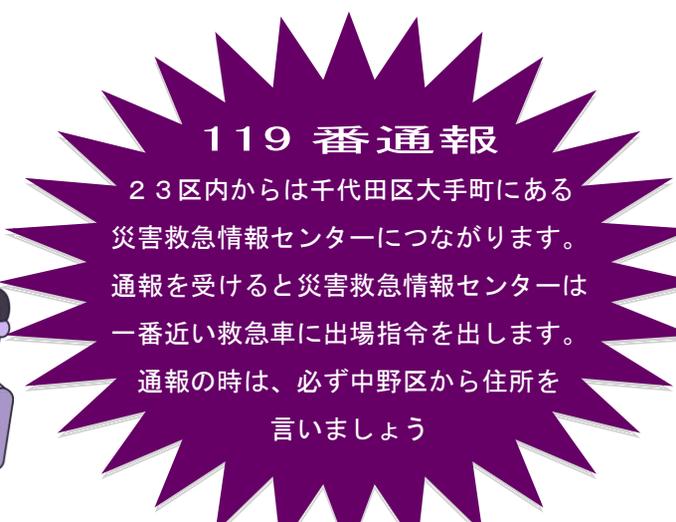
地域の方の参加・観覧歓迎！ぜひお出かけください！



<今までの講座>

第1回	6/18(月)	体験から学ぼう！ MAMA-PLUGのロー紀子さんを講師に乳幼児を持つママの視点から考える
第2回	6/25(月)	我が家の防災 再点検！
第3回	7/8(月)	パパもいっしょに防災ピクニック1 避難所開設訓練（第二中学校）を見学
第4回	7/21(土)	パパもいっしょに防災ピクニック2 わくわく大作戦（中野本郷小）を見学
第5回	9/24(月)	乳幼児の救命救急講座 消防署で乳幼児の救急法を学ぶ
第6回	10/5(金)	なべよこ防災探検 まちを歩いて危険な場所をチェック！

「ママたちの防災」は鍋横区民活動センター運営委員会の今年度の重点事業です。乳幼児を持つママやパパが参加し、地域を知り、我が家の防災を考えています。この講座はこれからも続きます。



### 119 番通報

23区内からは千代田区大手町にある  
災害救急情報センターにつながります。  
通報を受けると災害救急情報センターは  
一番近い救急車に出場指令を出します。  
通報の時は、必ず中野区から住所を  
言いましょう