

大切な命を守るための 手当の流れとポイント

学校やご家庭などあなたのまわりの人が突然倒れたら…
まずは落ち着いて、あわてずに、応急手当を行いましょう。

学校やご家庭で応急手当の練習・体験を行う場合は、次の点に注意してください。

- 練習・体験を行う場合は、指導のできる人と一緒に行ってください。
- 応急手当の実技の練習は、必ず人形（蘇生人形）を使ってください。
- 胸骨圧迫（心臓マッサージ）のリズムはメトロノーム等を使って体験しましょう。

声をかけ 反応を見る

「反応がない」「うめき声」
「名前・年齢が言えない」



1

反応の確認

日頃と違うところはありませんか？

119 救急車を呼ぶ

電話は切らずに
落ち着いて
119番の指示で
手当を行いましょう

胸とお腹を見て

落ち着いてゆっくり確認する



正常の呼吸との
違いを理解して
おきましょう

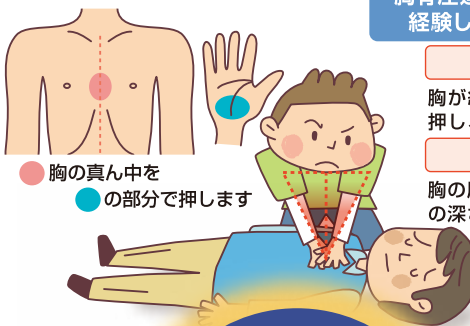
2

呼吸の確認

呼吸が止まっているか
判断に迷う場合は
次のステップへ

強く、速く、たえまなく、しっかり押す

1分間に100回～120回のリズム



胸骨圧迫のリズムを一度
経験しておきましょう

成人の場合

胸が約5cm沈むように
押し、しっかり戻す。

小児の場合

胸の厚さの約3分の1程度
の深さまで押し、しっかり
戻す。

1回1秒かけて 2回

あご先を持ち上げ、鼻をつまんで、
口に軽く息を吹き込みます。
※うまく吹き込めない場合は、省略してもかまいません。

人工呼吸はたくさん
吹き込む必要は
ありません。



4

人工呼吸

落ち着いて
軽く息を吹き込む
2回

3

胸骨圧迫

（心臓マッサージ）
胸の真ん中を押す
30回

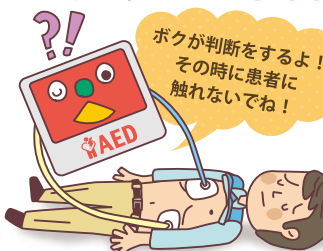
繰り返し

すぐに胸骨圧迫を再開！

ショックの
後すぐ

ショックの
必要なし

AEDが自動的に 心臓のリズムを診断



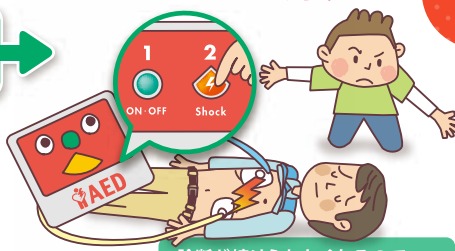
AEDが自動的に患者の心電図を
解析します。

自動解析

ショックの
必要あり

電気ショックが
必要なら充電を
開始します。

誰も触れてないことを確認 ショックボタンを押す



診断が続けられなくなるので
AEDの電極パッドは貼ったままで

人工呼吸をすることが
困難な場合は胸骨圧迫を
優先し、119番の指示に
従いましょう。



熊本市消防局
警防部救急課

※記載イラスト・デザインは無断で、
転用・複写することを禁じます。

AEDが到着したら
すぐに使いましょう！

AEDを
持ってくる

倒れた人の近くで AEDの電源を入れる

電源を入れたあとは
ボクの音声指示で
進めれば大丈夫！



ふたを開けると
電源が入るAEDもあります。

倒れた人の服をめくり肌に直接 電極パッドを貼る



小学生以上は成人用パッドを使います。

汗・水などで濡れている場合は、
パッドを貼る部分を拭いてください。