

# 自主防災かわら版

# 2016-8号

## 心肺脳蘇生法講習会のご案内

大切な人が突然倒れたら、あなたはどのようにしますか？  
そんな時、役立つ講習会です。是非ご参加ください。



- 【日時】 2016年11月20日(日) 午前10時～昼12時
- 【会場】 はるひ野黒川地域交流センター(はるひ野小中学校敷地内)
- 【費用】 個人負担無し
- 【参加者数】 先着 40名
- 【講師】 国土舘大学 防災・救急救助総合研究所
- 【申し込み先】 [bousai@town-haruhino.join-us.jp](mailto:bousai@town-haruhino.join-us.jp)

- ① 「心肺脳蘇生法講習会参加希望」と明記
- ② 参加人数並びに参加者名(全員)
- ③ 参加代表者メールアドレス

【申し込み締め切り日】2016年11月17日

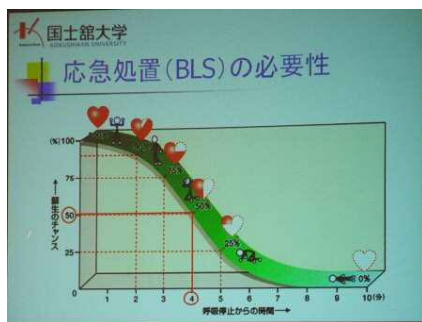
\* 参加者数が40名に達した場合は、受付を終了致します。

**残り座席数が少なくなってきました。お申込みはお早めに。**

【お持ち頂くもの】 室内履き、筆記用具



昨年の講習の様子



呼吸停止から蘇生可能な時間  
(国土舘大学防災・救急救助総合研究所資料より)

今年も「心肺脳蘇生法講習会」を開催いたします。心臓や呼吸が止まった時、胸骨圧迫とAEDを使用した適切な応急措置方法を学びます。

呼吸停止時に適切な応急措置をしないと、蘇生率は4分経過で半分に、5分で1/4、10分経つとゼロになってしまいます。救急車到着までが平均10分かかってしまうので、**身近の人が**

**適切な応急措置しないと間に合いません。** また、一刻を争う応急措置を適切に施すには、

**繰り返し体験して身体が覚える事が求められます。**

お互いの命を守るため、既に受講、体験された方も含め、ぜひご家族の皆様で(特にご夫婦や中学生以上のお子さんと一緒に)受講されることをお勧めします。小さなお子様をお連れになったの参加も歓迎です。奮ってのご参加申し込みをお待ちしています。



昨年の実習の様子