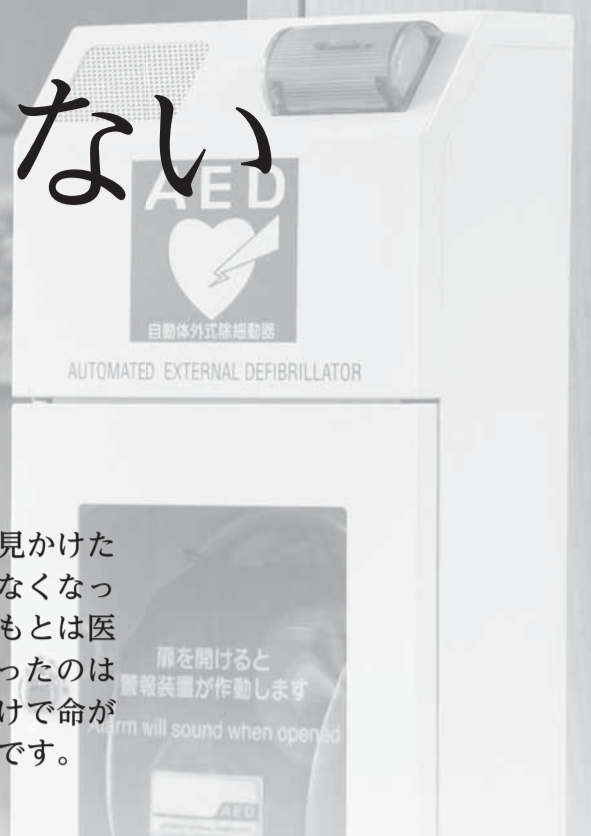


# あなたにしかできない 救命があります

## AEDと心臓マッサージ

「AED（エー・イー・ディー）」と大きく書かれた表示を、公共施設やお店などで見かけたことはありませんか？ AED（自動体外式除細動器）は、突然心臓が正常に働かなくなって倒れた人の命を、その場に居合わせた人が救うことのできる医療機器です。もとは医師や救急救命士などしか使えなかったAEDが、市民でも使用できるようになったのは2004年のこと。それから10年、全国的に普及が進んでいます。でも、それだけで命が救えるわけではありません。いざという時にまず動く——その一步が必要なのです。



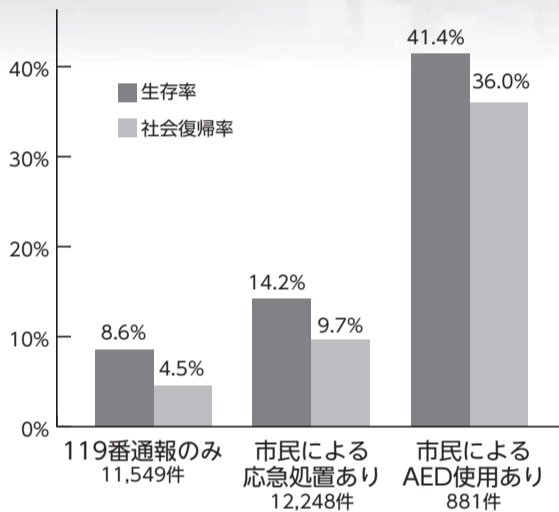
救急隊到着までの6分  
処置の有無が分けるもの

もし、目の前で人が倒れたら、あなたはどうしますか？ 呼びかけても反応がなかったら、まず救急隊の要請をしましょう。それから？

救急隊が駆けつけるまでの平均時間は約6分。倒れた原因が心臓にあるなら、一刻を争います。心臓が血液を送らなくなると、たちまち脳の機能が失われていくからです。

日本では、予期せぬ突然死で亡くなる人が年間約12万人、うち急性心筋梗塞や不整脈、心筋症など心臓に原因があった人は7万人を超えます。その多くは、心臓がけいれんしたような状態（心室細動）になって血液を送り出せなくなるために起こります。この心室細動に有効な救命処

救急隊が来るまでの処置の有無で変わる  
1カ月後の生存率・社会復帰率



平成24年中の市民に目撃された心肺停止症例（心臓に原因があるもの）【総務省消防庁「平成25年版消防白書」より】

置がAEDなのです。

AEDは、電気ショックを与えて心臓の震えを止め、心臓の働きを正常に戻そうとする小型機器です。救急隊が来るまでに、何もしなかった場合と心臓マッサージなどの応急手当をした場合、さらにAEDを使った場合とを比べると、1カ月後の生存率・社会復帰率に大きな違いのあることがデータからも明らかになっていきます。【左のグラフ】

もし、呼びかけても「意識がない」「普段どおりの呼吸をしていない」「けいれんを起こしている」人がいたら、そして、その場にあなたしかいなかったら？ すぐ近くにAEDがあることを知っていれば、救急隊の要請後にいち早くAEDを取りに行ってみようこともできるはず。

救急隊より早くAEDを使えるのは、その場にいるあなたしかいないのです。

### AEDが必要不要を診断 使い方は音声で指示

AEDの操作は、基本的にどの機種も同じ手順です。AEDの電源を入れると次の操作を音声で教えてくれるので、その指示どおりに操作すれば「初めての人でも使える」ように作られています。【右の図解】

では、AEDが用意できたとして、一番の不安は「本当に電気ショックを使うべき状態なのか分からない」ということではありませんか？

1 電源を入れると音声ガイドが始まる  
(蓋を開けると自動的に電源が入るものもある)

2 パッドの絵のとおり、電極パッド2枚を体に直接貼る(小児はパッドが重ならないよう胸部と背中に貼る)  
×通電するので金属類はよける  
×胸が濡れている場合は拭いてから

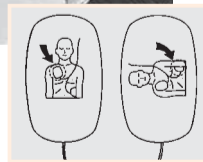
#### AEDが自動で解析

×電気ショックが不要な場合は音声で不要と流れる

(AEDが必要と判断した場合)  
「通電するので体から離れてください」の音声どおりに誰も触れていないのを確認し、通電スイッチを押す

#### 電気ショック

※必要に応じ心臓マッサージなどその後の手順が指示される



### 市内約200カ所に設置 半数以上は民間施設に

AEDが有効だと言われても、あらためてAEDを「見たことがない」と言う人もまだまだいます。でも、意外とあることに「気がついていない」だけかもしれません。

3頁に市内のAED設置箇所のうち、市や国県の施設について一覧にしました。現在、AED設置場所を登録する統一した仕組みはありません。県がホームページで公開している情報や、設置場所を登録できるホームページを参考に



# 市内の公共施設(関連施設)のAED設置状況

【※印は平成26年9月に市が設置予定の施設】

佐原地区
香取市役所
佐原保健センター
佐原中央公民館
香取市民体育館
伊能忠敬記念館
水郷佐原水生植物園 ※
水郷佐原山車会館 ※
佐原町並み交流館
川の駅 水の郷さわら
道の駅 水の郷さわら
香取市養護老人ホームひまわり苑
佐原児童クラブ(佐原小校内) ※
新島児童クラブ(新島小校内) ※
市立の保育所・幼稚園・小学校・中学校 28
県立の高等学校 2
県立中央博物館大利根分館
香取健康福祉センター(香取保健所)
香取合同庁舎 (香取県税事務所・香取地域振興事務所)
香取警察署
佐原税務署
日本年金機構 佐原年金事務所
ハローワーク佐原
佐原簡易裁判所

小見川地区
小見川市民センター「いぶき館」
小見川スポーツ・コミュニティセンター
小見川B&G海洋センター
小見川西児童クラブ(小見川西小校内) ※
市立の保育所・幼稚園・小学校・中学校 10
県立の高等学校 1
県立水郷小見川少年自然の家
香取署小見川幹部交番

山田地区
山田支所 ※
山田B&G海洋センター
山田児童クラブ(山田児童館内) ※
市立の小学校・中学校 6

栗源地区
栗源支所 ※
栗源B&G海洋センター
市立の保育所・小学校・中学校 3
道の駅くりもと

- ・この表に、消防署や医療機関は掲載していません。
- ・民間施設では、医療機関(病院・医院・歯科医院)や福祉施設のほか、農協、銀行、自動車販売店、スポーツクラブ、ゴルフ場、パチンコ店、葬祭場、そのほか会社などに置かれています。

### 設置場所を調べるには

最新のデータを反映しているわけではありません。あくまでも参考程度です。

- 県ホームページ「千葉県AED設置情報提供システム」(地図検索可) / 携帯電話→
- 一般財団法人日本救急医療財団ホームページ「AED設置場所検索」(登録可) など



すると、既に市内の約200カ所にAEDが備わっています。そのうち、市が設置・管理しているのは、9月に設置予定の所を含めると65カ所。国県や市の関連施設全体では約90カ所あることから、あとの半数以上は民間施設にあることがわかります。

では、家の周辺、職場の周辺、買い物など定期的によく行く場所…あなたの生活圏(行動範囲)にAEDは何か所設置されていますか? その設置された「どこ」に置いてあるか、すぐに思い当たる所はありますか? 施設によっては、AEDの収納ボックスを玄関・ロビー付近に置いてある所もあれば、本体を事務所に保管している所もあり、必ずしも目に触れる場所にあるとは限りません。もし、表示に気が付いた時は、あらためて「これがAEDか」と確認してみてください。

AEDの一般市民使用が解禁になって10年。数だけ見ると、かなり身近な所にも普及しつつあるといえます。でも、AEDの数が増えただけでは人の命は救えません。いざという時、AEDを使うための知識を、どれだけの人が持っているかが鍵となります。

日ごろからAEDがどこにあるかを「気にとめておく」こと、そして、いざというとき「行動」できる人になること。それには、講習を受けておくと安心かもしれません。だれに起こるかわからないからこそ、一人ひとりの意識がだれかの命を救うことにつながります。あなたが救えるその命は、あなたの隣にいる一番大切な人の命—かもしれません。

行動する人が増えてこそ救命につながるAED

心臓マッサージやAEDを使った心肺蘇生法を学べます

## 応急手当救命講習会

- 日時 毎月第2日曜日 9時~正午
- 場所 佐原消防署・小見川消防署
- 定員 各署20人(先着順)
- 申込 開催月第1日曜日の17時までに各署へ

このほか、依頼があれば出向いて講習することもできます

佐原消防署 ☎(52)4111  
小見川消防署 ☎(83)0119

## AEDが近くに なかったら?

## 救急隊に引き継ぐまで 心臓マッサージ を!!

呼びかけても「意識がない」、「普段どおりの呼吸をしていない」時は、ただちに心臓マッサージを開始し、全身に血液を送らないといけません。救急隊に引き継ぐまで、心臓マッサージを続けてください。やり方がわからなければ、119番通報の際、手順を指示してくれます。

AEDを使う場合も、その場に数人いたら  
一人はただちに  
心臓マッサージを開始!!

AEDがすぐ近くにあり、そして、その場に数人いる場合には、一人がAEDを持ってきて用意している間もずっと、別の人が心臓マッサージを続けてください。

また、電気ショックを与えたあと、AEDの音声ガイドで心臓マッサージの指示が流れたら、それに従います。数分後にAEDが再度心電図を解析し、必要ならまた電気ショックを行う…これを繰り返すこともあります。

救急隊に引き継ぐ、あるいは普段どおりの呼吸が戻るまで、心臓マッサージは極力中断せずに続けます。

### 心臓マッサージのポイント

- 胸の真ん中を
- 上から垂直に
- 肘をまっすぐ伸ばし
- 重ねた両手の付け根部分に体重をかけて「強く、速く、絶え間なく」圧迫する

**強く** 胸が5cm沈むほど強く  
(小児は両手または片手で胸の厚さの約3分の1が沈むほど強く)

**速く** 1分間に100回の速いテンポで

**絶え間なく** 30回連続して圧迫する  
(1回ごとに力を抜く)

