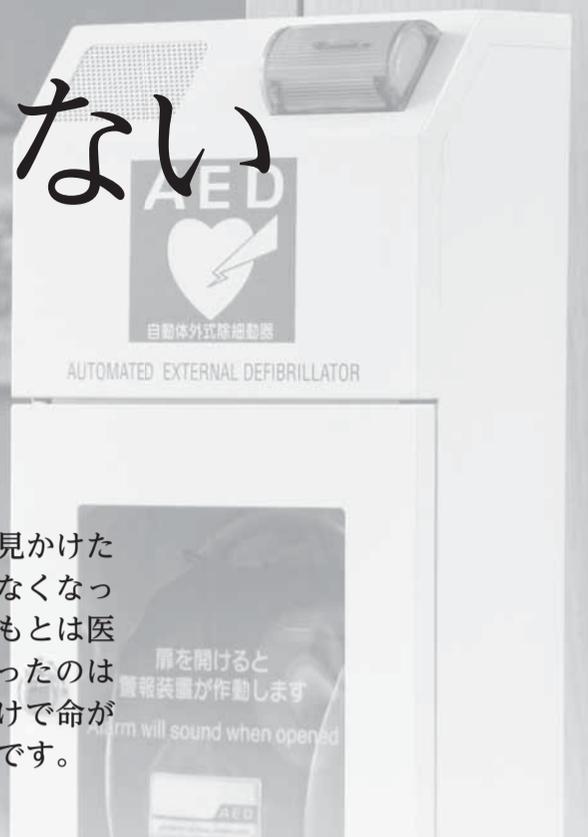


# あなたにしかできない 救命があります

## 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。



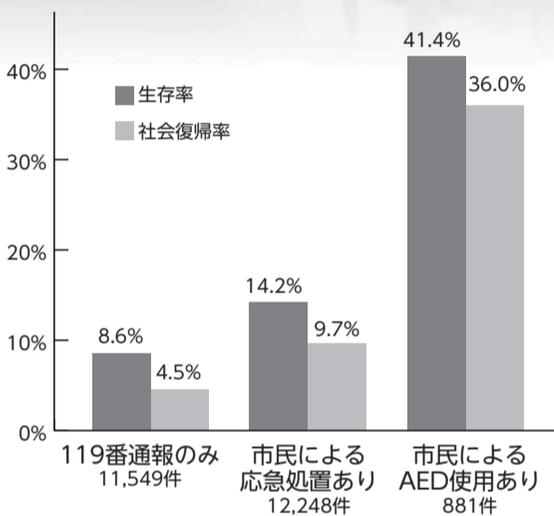
救急隊到着までの6分  
処置の有無が分けるもの

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、その場にあなたがいなかったら？ 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！

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の使い方

音声ガイドに合わせて点滅ランプでも次の手順を指示します



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」の音声どおり誰にも触れていないのを確認し、通電スイッチを押す

3

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



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？ AEDは、電気ショックが必要な状態なのか自動で心電図を解析し、心室細動以外の不整脈や心停止、または呼吸や意識がある場合にはスイッチを押しても電気が流れないようになっています。見えないうちに心臓の動きはだれにも分かりません。そのため、AEDを使って必要か否かを診断してもらえばよいのです。

市内約200カ所に設置  
半数以上は民間施設に

もちろん、AEDを使っても救命できないことはあります。けれども、そもそも心臓が正常に動いていない状態では、1分経過することによって可能性が1割減るといわれています。AEDを使ったために状態が悪化するということはないのです。

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)

