



# 救急法短期講習

～とっさの手当が命を救う～  
(各2時間程度で組み合わせOK)

## ①心肺蘇生とAEDの使用法

- ・胸骨圧迫・人工呼吸の方法ほか
- ・AED(自動体外式除細動器)の使用法について学べます。



いざという時に  
動ける知識と  
技術を学ぶ。



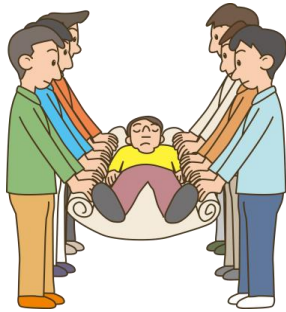
## ②けがの手当て

- ・頭、手足など全身どこでも活用できる三角巾包帯法が学べます。
- ・身近にあるものを使った応用包帯法が学べます。

## ③止血の方法

- ・大出血、切り傷、やけど等...
- 様々な止血方法や、出血の危険性と手当について学べます。

日常にひそむ  
危険への正しい  
手当てを学ぶ。



## ④急病、搬送

- ・心臓発作や脳卒中、熱中症に対して正しい知識を学べます。
- ・傷病者を毛布など活用しながら安全に運ぶ方法が学べます。

## ⑤捻挫、骨折等への対応

- ・捻挫、脱臼、骨折の違いや患部の固定方法を学べます。





# 幼児安全法短期講習

(各2時間程度で組み合わせOK)

## ①乳幼児(0歳～6歳)の心肺蘇生とAEDの使い方

- ・乳幼児の心肺蘇生の手順は大人とは少し違います。
- ・もしもの時、慌てないように胸骨圧迫・人工呼吸・AEDの使い方を学びましょう。



## ②こどもの病気と看病の仕方

- ・病院に連れて行こうか、このまま様子を見ようか悩んだことはありませんか？
- ・熱が出た時など、どんなことに注意して看病すれば良いか学びましょう。

## ③こどもに多い事故と応急手当の方法

- ・転んで頭を打った時、どう手当てしますか？
- ・日常よく目にする擦り傷などの正しい手当の仕方は？
- ・あめ玉がのどに詰まった、たばこを食べてしまった、など正しい応急手当の方法を学びましょう。



## ④こどもの安全教育

- ・こどもの事故やけがは成長と共に変わってきます。
- ・けがを予防するために月齢に応じた安全教育はどうすればいいか学びましょう。

## ⑤避難所における乳幼児支援 (災害時乳幼児生活支援講習)

- ・災害時には乳幼児や保護者への支援も必要です。
- ・気をつけたい”ころ”と”からだ”のサインを知り、心地よく生活するためのケアを学べます。





# 健康生活支援講習短期講習 (各2時間程度で組み合わせOK)

## ①高齢期の体とところの特徴

加齢に伴うからだところの変化を知り、老年期の病気の特徴について学べます。

## ②車椅子・杖の介助法

車椅子や杖を安全に使用するために、使用上の注意点や車椅子への乗せ方・運転の仕方、杖の使い方などを学べます。ボランティアでの活用も出来ます。

## ③食事の介護方法

高齢者の食事について考え、食事介助や口腔内の清潔について学べます。窒息時の応急手当も学べます。

## ④衣服の着せ方・脱がせ方

高齢者に適した衣服を考え、脳卒中など麻痺のある時の無理のない着脱方法を学べます。



## ⑤体の動かせ方・介助の仕方

起き上がり、立ち上がり、歩行のメカニズムを知り、自立に向けた移動の方法を学べます。

## ⑥体を清潔にする介助の仕方

椅子に座ってからだを拭く、足湯の仕方など、体を清潔にする方法を学べます。

## ⑦フレイルについて

健やかな高齢期を迎えるために、栄養・身体活動・社会参加などのフレイル予防について学べます。

## ⑧認知症高齢者の理解 (地域で支える認知症)

認知症を正しく理解して、その対応方法や、予防方法について学べます。

## ⑨高齢者に多い事故予防と手当・急病への対応

加齢に伴い起こる事故やけがの種類を知り、応急手当の方法を学びます。また、急病への対応方法についても学べます。



## ⑩リラクゼーションと癒しのハンドケア

人とのつながりは、こころの支えとなり、安らぎの場ともなります。ゆったりとした気分になれる

## ⑪人生会議

元気なうちから前向きに残りの人生をどのように生き、どのようなエンディングを迎えたいかなど終活について学べます。

## ⑫避難所における高齢者の生活支援 (災害時高齢者生活支援講習)

災害で不自由な避難生活を送らなければならない時、高齢の家族や地域の人々の“こころ”と“からだ”のケアを学べます。



# 赤十字防災セミナー

「自助」と「共助」の力を高め、人々のいのちを守りたい

日本赤十字社は、赤十字防災セミナーを通じて、地域コミュニティにおける「自助」と「共助」の力を高めることで、地域の住民の方々が自ら、災害からいのちを守り、被災に伴う心身の苦痛を軽減することを目指します。

## 赤十字防災セミナーの内容



### 1 災害への備え

災害・防災についての考え方や地震・大雨災害など災害別の想定被害等から、平時の備えの重要性を理解する。

### 2 災害エスノグラフィー

大規模災害の被災者の経験談を通じて、災害を追体験することで被災の具体的なイメージを理解する。



### 3 災害図上訓練 (DIG)

地域の防災マップの作成を通じて、防災上の資源や危機箇所等を把握・理解し、個人や地域での防災対策の実施につなげる。

### 4 応急手当等

身近なものを用いた応急手当(搬送含む)をはじめ、一次救命処置(心肺蘇生、AEDを用いた除細動)等を学ぶ。



その他、ご希望される内容等があればご相談ください。



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society



<連絡先>日本赤十字社愛媛県支部  
TEL: 089-921-8603  
FAX: 089-932-9160  
E-mail: nisseki@ehime.jrc.or.jp