市民救命士講習会の講習内容について

市民救命士講習では、呼吸がない人や心臓が止まった人に対して行う心肺蘇生法やAEDの使い方、ケガに対する止血などの正しい知識・技術を学びます。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 項　　目 | 細　　目 | 時間（分） |
| 応急手当の重要性 | 応急手当の目的・必要性等 | 15 |
| 救命に必要な応急手当（成人に対する方法） | 心肺蘇生法 | 基本的心肺蘇生法（実技）　　　　　　 | 反応の確認、通報、気道確保要領 | 165 |
| 呼気吹き込み人工呼吸法 |
| 胸骨圧迫（心臓マッサージ）要領 |
| シナリオに対応した心肺蘇生法（一人法） |
| ＡＥＤの使用法 | ＡＥＤの使用方法（ビデオ等） |
| 指導者による使用法の呈示　　　　 |
| ＡＥＤの実技要領 |
| 異物除去法　 | 異物除去要領 |
| 効果確認 | 心肺蘇生法の効果確認（一人法） |
| 止血法 | 直接圧迫止血法 |
| 合計時間 | 180 |