



地域包括・在宅介護支援センター

健康教室のご報告



10月の健康教室は、知っておきたい救急法～AED使えますか？～との題で、御所消防署の方を講師に迎え葛公民館で開催されました。当日は、台風が接近するあいにくの悪天候にもかかわらず、葛地区の方や近隣の事業所の方にご参加いただきました。

初めに、救急車が必要な時はどんなとき？かを冊子を使って説明して下さいました。近年、救急車の出動件数・搬送人員数はともに増加し、現場までの到着も遅くなってきている。しかも、搬送された人の約半数は入院を必要としない軽症という現状から、「緊急通報のポイント」「ためらわず救急車を呼んで欲しい症状」「救急車の呼び方」の3点について説明して頂きました。

次に「AEDの使い方について」今回は、参加された方全員、一度は講習を受けたことのある方ばかりでしたが、再度復習も兼ねて説明して頂きました。



署員の方は「倒れている人を発見したら肩をたたき呼びかけ、反応がなければ119番通報とAEDの手配を依頼し、心肺蘇生法（心臓マッサージ）を行います。」と実演も混ぜて教えて下さり、また、「AEDだけでは心肺は蘇生しないので、必ず心肺蘇生法とセットで行って下さい。AEDがない時は心肺蘇生法だけでもOKです。」とも教えて下さいました。

参加された方からは「雨の日にAEDを使っても大丈夫なのか？」など実際に使用するイメージを持ちながら、熱心に質問をされていました。

今回の健康教室においては、あらためて、救急車やAEDの利用方法について、いざというときに慌てず行動できるように、定期的に講習を受ける必要があると感じた健康教室でした。

地域ケアセンター榎原 松村 智史