

## 児童・生徒のための救命手当短時間プログラムについて

平成23年6月に国内で5年ぶりに救急蘇生の方法が見直され、その内容がまとめられた「改訂4版 救急蘇生法の指針2010（市民用・解説編）」において、救命率の向上のためには心肺蘇生の普及のすそ野を拡げることが必要とされ、特に学校での児童・生徒に対する心肺蘇生の普及が重要視されています。

また、最近では、学校での死亡事故を受けて、一部の市において全中学校で心肺蘇生教育を導入する動きもあります。

赤十字の使命である「苦しんでいる人を救いたいという思いを結集し、いかなる状況下でも、人間のいのちと健康、尊厳を守る」を具現化した講習事業のうち、児童生徒に対する心肺蘇生教育を積極的に行う目的で、指針で示すとおり心肺蘇生の普及のすそ野を拡げる効果的な心肺蘇生教育を行うことができる指導カリキュラムおよび講習教材を日本赤十字社として以下のとおり作成しました。

**本カリキュラム、講習教材を使用して児童・生徒を対象に講習を学校主体で実施した場合は、別紙5「児童・生徒のための救命手当短時間プログラム実施報告書」をFAXで送付してください。**

ご不明な点は以下の問合せ先にご連絡をお願いします。

### ○標準カリキュラム

- |               |                 |
|---------------|-----------------|
| 別紙1：小学生（中高学年） | 1単元（45分）カリキュラム  |
| 別紙2：小学生（中高学年） | 2単元（90分）カリキュラム  |
| 別紙3：中学生・高校生   | 1単元（50分）カリキュラム  |
| 別紙4：中学生・高校生   | 2単元（100分）カリキュラム |

### ○講習教材

- 別添1：救命の連鎖
- 別添2：一次救命処置（BLS）入門編
- 別添3：一次救命処置（BLS）

参考：「一次救命処置（BLS）-心肺蘇生とAED-」のVTRについて

（問合せ先）

日本赤十字社鹿児島県支部 事業推進課

電話：099-256-2099（講習専用）

FAX：099-258-7037

## 小学生（中高学年） 1単元（45分）カリキュラム

教材：別添1・2

資材：パーソナル（推奨）

※資機材の準備時間を除く

時間（分）	項目	内容
5 (5)	(導入) 予防	○「命の大切さ」を理解する。 ▪傷病を未然に防ぐことが大切である。 ▪通学時の交通事故や給食時の窒息、プールでの溺水などの不慮の事故に注意する。
	救命の連鎖	○救命の連鎖を理解する。 ▪鎖をつなぐことが救命率の向上につながる。
5 (10)	周囲の観察	○自己の安全確保を優先する。 ▪周囲を確認し、自己の安全を確保する（2次事故の防止）。 ▪学校外では、特に気をつける。
	傷病者の観察	○傷病者の状態を観察する。 ▪大出血などの有無を確認する。 ▪傷病者がどのような状態かを確認する。
5 (15)	意識の確認	○傷病者の確認（反応）を確認する。 ▪勇気を出して、肩を叩き、声をかける。 ▪反応がなかったら、意識なしと判断する。
	協力者の要請	○協力者を求める。 ▪大きな声で、大人（先生）を呼ぶ。 ▪119番通報のかけ方、話す内容を知る。 ▪AEDの設置場所を普段から知っておく。 ▪急いでAEDを持ってくる。 ▪AEDの操作は大人（先生）にお願いする。
	呼吸を見る	○呼吸をみることで心停止を判断することを理解する。 ▪呼吸をしていない場合、いつもの呼吸と違う場合は「心停止」と判断する。
15 (30)	胸骨圧迫	○胸骨圧迫の重要性を理解し、できるようにする。 ▪心臓の働きと位置を知る。 ▪胸骨圧迫は「強く、早く、絶え間なく」できるようにする。
3 (33)	(※1) 気道確保と人工呼吸	○気道確保と人工呼吸の重要性を理解する。 ▪胸骨圧迫と組み合わせることで、より効果があることを知る。 ▪やり方がわからない、できない場合は、胸骨圧迫だけでも十分な効果があることを知る。
7 (40)	(※2) AEDの使用	○AEDがどのような器械かを理解する。 ▪AEDは電源を押すと、自動的に音声メッセージで手順を教えてくれる器械であることを知る。 ▪デモンストレーションにより一連の流れを理解する。 ▪電気ショック時は必ず離れることを知る。
5 (45)	結び	○迅速な行動が命を救うことを理解する。 ▪勇気を持って行うことが、救命につながることを理解する。 ▪1~2分ごとに協力者で交替して実施する。 ▪傷病者が動き出す、普段どおりの呼吸があるときは、中止して、傷病者を観察する。 ▪実際には、救命できないケースもあることを知る。

(※1) デモンストレーションは不要。「気道確保」と「人工呼吸」というものがあることを知る程度の理解でよい。

(※2) デモンストレーションによる「AED」の使用方法の理解。ただし、簡単な説明でよい。

## 小学生（中高学年） 2単元（90分）カリキュラム

教材：別添1・3

資材：パーソナル（推奨）

※資機材の準備時間を除く

時間（分）	項目	内容
10 (10)	(導入) 予防	<ul style="list-style-type: none"> <li>○「命の大切さ」を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 傷病を未然に防ぐことが大切である。</li> <li>▪ 通学時の交通事故や給食時の窒息、プールでの溺水などの不慮の事故に注意する。</li> </ul> </li> <li>○「生きている」を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 息をしている、脈を打っていることを知る。</li> </ul> </li> </ul>
	救命の連鎖	<ul style="list-style-type: none"> <li>○救命の連鎖を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 鎖をつなぐことが救命率の向上につながる。</li> </ul> </li> </ul>
5 (15)	周囲の観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自己の安全確保を優先する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 周囲を確認し、自己の安全を確保する（2次事故の防止）。</li> <li>▪ 学校外では、特に気をつける。</li> </ul> </li> </ul>
	傷病者の観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>○傷病者の状態を観察する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 大出血などの有無を確認する。</li> <li>▪ 傷病者がどのような状態かを確認する。</li> </ul> </li> </ul>
5 (20)	意識の確認	<ul style="list-style-type: none"> <li>○傷病者の確認（反応）を確認する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 勇気を出して、肩を叩き、声をかける。</li> <li>▪ 反応がなかったら、意識なしと判断する。</li> </ul> </li> </ul>
	協力者の要請	<ul style="list-style-type: none"> <li>○協力者を求める。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 大きな声で、大人（先生）を呼ぶ。</li> <li>▪ 119番通報のかけ方、話す内容を知る。</li> <li>▪ AEDの設置場所を普段から知っておく。</li> <li>▪ 急いでAEDを持ってくる。</li> <li>▪ AEDの操作は大人（先生）にお願いする。</li> </ul> </li> </ul>
	呼吸を見る	<ul style="list-style-type: none"> <li>○呼吸をみることで心停止を判断することを理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 呼吸をしていない場合、いつもの呼吸と違う場合は「心停止」と判断する。</li> </ul> </li> </ul>
20 (40)	胸骨圧迫 (A)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○胸骨圧迫の重要性を理解し、できるようにする。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 心臓の働きと位置を知る。</li> <li>▪ 胸骨圧迫は「強く、早く、絶え間なく」できるようにする。</li> </ul> </li> </ul>
10 (50) <span style="color: red;">(※)</span>	気道確保と人工呼吸 (B)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○気道確保と人工呼吸の重要性を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 胸骨圧迫と組み合わせることで、より効果があることを知る。</li> <li>▪ やり方がわからない、できない場合は、胸骨圧迫だけでも十分な効果があることを知る。</li> </ul> </li> </ul>
	(A) と (B) 繰り返し	<ul style="list-style-type: none"> <li>○AED到着、救急隊などに引き継ぐまで継続して行う。</li> </ul>
25 (75)	AEDの使用	<ul style="list-style-type: none"> <li>○AEDがどのような器械かを理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ AEDは電源を押すと、自動的に音声メッセージで手順を教えてくれる器械であることを知る。</li> <li>▪ 音声メッセージにより操作できるようにする。</li> </ul> </li> </ul>
10 (85)	心肺蘇生の継続	<ul style="list-style-type: none"> <li>○AEDによる電気ショックの有無とその後の対応を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ AEDと心肺蘇生はセットであることを理解する。</li> <li>▪ 心肺蘇生の継続が大切であることを知る。</li> </ul> </li> </ul>
5 (90)	結び	<ul style="list-style-type: none"> <li>○迅速な行動が命を救うことを理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 勇気を持って行うことが、救命につながることを理解する。</li> <li>▪ 1~2分ごとに協力者で交替して実施する。</li> <li>▪ 傷病者が動き出す、普段どおりの呼吸があるときは、中止して、傷病者を観察する。</li> <li>▪ 実際には、救命できないケースもあることを知る。</li> </ul> </li> </ul>

(※) デモンストレーションによる「気道確保」と「人工呼吸」の理解。

## 中学生・高校生 1単元(50分)カリキュラム

教材：別添1・3

資材：パーソナル（推奨）

※資機材の準備時間を除く

時間(分)	項目	内容
4 (4)	(導入) 予防	○命の大切さを理解する。 ▪傷病を未然に防ぐことが大切である。 ▪通学時の交通事故や給食時の窒息、プールでの溺水などの不慮の事故に注意する。
	救命の連鎖	○救命の連鎖を理解する。 ▪鎖をつなぐことが救命率の向上につながる。
4 (8)	周囲の観察	○自己の安全確保を優先する。 ▪周囲を確認し、自己の安全を確保する（2次事故の防止）。 ▪学校外では、特に気をつける。
	傷病者の観察	○傷病者の状態を観察する。 ▪大出血などの有無を確認する。 ▪傷病者がどのような状態かを確認する。
5 (13)	意識の確認	○傷病者の確認（反応）を確認する。 ▪勇気を出して、肩を叩き、声をかける。 ▪反応がなかったら、意識なしと判断する。
	協力者の要請	○協力者を求める。 ▪大きな声で、大人（先生）を呼ぶ。 ▪119番通報のかけ方、話す内容を知る。 ▪AEDの設置場所を普段から知しておく。 ▪急いでAEDを持ってくる。 ▪AEDの操作は大人（先生）にお願いする。
	呼吸をみる	○呼吸をみると心停止を判断することを理解する。 ▪呼吸をしていない場合、いつもの呼吸と違う場合は「心停止」と判断する。
15 (28)	胸骨圧迫	○胸骨圧迫の重要性を理解し、できるようにする。 ▪心臓の働きと位置を知る。 ▪胸骨圧迫は「強く、早く、絶え間なく」できるようにする。
3 (31)	(※1) 気道確保と人工呼吸	○気道確保と人工呼吸の重要性を理解する。 ▪胸骨圧迫と組み合わせることで、より効果があることを知る。 ▪やり方がわからない、できない場合は、胸骨圧迫だけでも十分な効果があることを知る。
15 (46)	(※2) AEDの使用	○AEDがどのような器械かを理解する。 ▪AEDは電源を押すと、自動的に音声メッセージで手順を教えてくれる器械であることを知る。 ▪デモンストレーションにより一連の流れを理解する。 ▪電気ショック時は必ず離れることを知る。
4 (50)	結び	○迅速な行動が命を救うことを理解する。 ▪勇気を持って行うことが、救命につながることを理解する。 ▪1~2分ごとに協力者で交替して実施する。 ▪傷病者が動き出す、普段どおりの呼吸があるときは、中止して、傷病者を観察する。 ▪実際には、救命できないケースもあることを知る。

(※1) デモンストレーションは不要。「気道確保」と「人工呼吸」というものがあることを知る程度の理解でよい。

(※2) デモンストレーションによる「AED」の使用方法の理解。

## 中学生・高校生 単元(100分)カリキュラム

教材：別添1・3

資材：パーソナル（推奨）

※資機材の準備時間を除く

時間(分)	項目	内容
10 (5)	(導入) 予防	<ul style="list-style-type: none"> <li>○命の大切さを理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 傷病を未然に防ぐことが大切である。</li> <li>▪ 通学時の交通事故や給食時の窒息、プールでの溺水などの不慮の事故に注意する。</li> </ul> </li> <li>○「生きている」を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 息をしている、脈を打っていることを知る。</li> </ul> </li> </ul>
	救命の連鎖	<ul style="list-style-type: none"> <li>○救命の連鎖を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 鎖をつなぐことが救命率の向上につながる。</li> </ul> </li> </ul>
5 (15)	周囲の観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自己の安全確保を優先する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 周囲を確認し、自己の安全を確保する（2次事故の防止）。</li> <li>▪ 学校外では、特に気をつける。</li> </ul> </li> </ul>
	傷病者の観察	<ul style="list-style-type: none"> <li>○傷病者の状態を観察する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 大出血などの有無を確認する。</li> <li>▪ 傷病者がどのような状態かを確認する。</li> </ul> </li> </ul>
5 (20)	意識の確認	<ul style="list-style-type: none"> <li>○傷病者の確認（反応）を確認する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 勇気を出して、肩を叩き、声をかける。</li> <li>▪ 反応がなかったら、意識なしと判断する。</li> </ul> </li> </ul>
	協力者の要請	<ul style="list-style-type: none"> <li>○協力者を求める。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 大きな声で、大人（先生）を呼ぶ。</li> <li>▪ 119番通報のかけ方、話す内容を知る。</li> <li>▪ AEDの設置場所を普段から知しておく。</li> <li>▪ 急いでAEDを持ってくる。</li> <li>▪ AEDの操作は大人（先生）にお願いする。</li> </ul> </li> </ul>
	呼吸を見る	<ul style="list-style-type: none"> <li>○呼吸をみることで心停止を判断することを理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 呼吸をしていない場合、いつもの呼吸と違う場合は「心停止」と判断する。</li> </ul> </li> </ul>
20 (40)	胸骨圧迫（A）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○胸骨圧迫の重要性を理解し、できるようにする。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 心臓の働きと位置を知る。</li> <li>▪ 胸骨圧迫は「強く、早く、絶え間なく」できるようにする。</li> </ul> </li> </ul>
10 (50)	気道確保と人工呼吸（B）	<ul style="list-style-type: none"> <li>○気道確保と人工呼吸の重要性を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 胸骨圧迫と組み合わせることで、より効果があることを知る。</li> <li>▪ やり方がわからない、できない場合は、胸骨圧迫だけでも十分な効果があることを知る。</li> </ul> </li> </ul>
10 (60)	(A) と (B) 繰り返し	<ul style="list-style-type: none"> <li>○AED到着、救急隊などに引き継ぐまで継続して行う。</li> </ul>
25 (85)	AEDの使用	<ul style="list-style-type: none"> <li>○AEDがどのような器械かを理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ AEDは電源を押すと、自動的に音声メッセージで手順を教えてくれる器械であることを知る。</li> <li>▪ 音声メッセージにより操作できるようにする。</li> </ul> </li> </ul>
10 (95)	心肺蘇生の継続	<ul style="list-style-type: none"> <li>○AEDによる電気ショックの有無とその後の対応を理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ AEDと心肺蘇生はセットであることを理解する。</li> <li>▪ 心肺蘇生の継続が大切であることを知る。</li> </ul> </li> </ul>
5 (100)	結び	<ul style="list-style-type: none"> <li>○迅速な行動が命を救うことを理解する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 勇気を持って行うことが、救命につながることを理解する。</li> <li>▪ 1~2分ごとに協力者で交替して実施する。</li> <li>▪ 傷病者が動き出す、普段どおりの呼吸があるときは、中止して、傷病者を観察する。</li> <li>▪ 実際には、救命できないケースもあることを知る。</li> </ul> </li> </ul>

年 月 日

日本赤十字社鹿児島県支部長様

(主催者)

住所(〒 - )

学校名

### 児童・生徒のための救命手当短時間プログラム実施報告書

日本赤十字社作成の標準カリキュラムおよび講習教材を使用し以下のとおり実施しましたので報告します。

開催日時	自 年 月 日 ( )			時 分	分間
	至 年 月 日 ( )			時 分	
開催目的					
受講者数	男性 名	女性 名	合計 名		
学年					
担当者	氏名			フリガナ	
	住所	(〒 - )			
	TEL	( ) -	FAX	( ) -	

使用教材	※使用教材を○で囲んで下さい。 救命の連鎖・一次救命処置(BLS)入門編・一次救命処置(BLS)		
使用資材	※使用資材をご記入下さい。		

# 救命の連鎖



**一次救命処置(心肺蘇生とAED)の動画をインターネットで公開**

いざという時、家族や周りにいる人がすぐに手当を行えば、救命の可能性は高くなります。日本赤十字社は、このような場合を想定して赤十字救急法などの講習を実施していますが、その中でも特に重要な「心肺蘇生」と「AED」を学べる動画(15分)をガイドライン2010に基づいて作成しましたので是非ご覧ください。

携帯電話用QRコード



**[URL]** [www.jrc.or.jp/study/safety/](http://www.jrc.or.jp/study/safety/)



# 一次救命処置 (BLS)

きょうこつあっぽく  
胸骨圧迫のみの心肺蘇生 (CPR)とAED

ピーエルエス

入門編

「人が倒れている」近づくその前に

- 周囲の安全を確認する(2次事故防止)
- 傷病者の状態を確認する(大出血の有無など)

## ① 意識を確認する

- 肩を叩いて、声をかける



## ② 協力者を求める

- 119番通報
- AEDの手配



## ③ 呼吸を見る

- 10秒以上かけないで、胸とお腹をみて、普段どおりの呼吸があるかを確認する

しせんきこきゅう  
※ 死戦期呼吸を普段どおりの呼吸と間違えないようにする



## ④ 胸骨圧迫

- 「胸の真ん中」を垂直に押し下げる
- 圧迫の深さは「少なくとも5cm」
- 圧迫の速さは「少なくとも100回／分」
- 圧迫は「強く・速く・絶え間なく」を意識する



## ⑤ AED

- 電源を入れる
- 音声に従う
- 電極パッドをはる
- ショックボタンを押す



じんこうこきゅう  
※ 人工呼吸ができる場合は、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す  
※ 人工呼吸ができない場合は、胸骨圧迫のみを継続する

# 一次救命処置 (BLS)

## — 心肺蘇生(CPR)とAED —

### 「人が倒れている」近くその前に

- 周囲の安全を確認する(2次事故防止)
- 傷病者の状態を確認する(大出血の有無など)

#### 1 意識を確認する

- 肩を叩いて、声をかける



#### 2 協力者を求める

- 119番通報とAEDの手配をお願いする



#### 3 呼吸を見る

- 10秒以上かけないで、胸とお腹をみて、普段どおりの呼吸があるかを確認する

※死戦期呼吸を普段どおりの呼吸と間違えないようにする



#### 4 胸骨圧迫を30回

- 「胸の真ん中」を手掌基部で垂直に押し下げる
- 圧迫の深さは「少なくとも5cm」
- 圧迫の速さは「少なくとも100回／分」
- 圧迫は「強く・速く・絶え間なく」を意識する

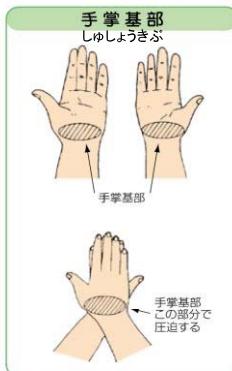
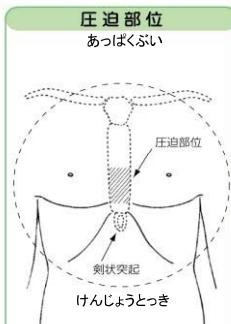


#### 6 メッセージに従ってAEDを使う

※AEDのメッセージは、タイプにより少し違う場合がある

日本赤十字社では、一次救命処置の動画をホームページで公開しています。

- ホームページ  
<http://www.jrc.or.jp/study/>
- 右のQRコードから携帯電話でもご覧になれます。



#### できれば、人工呼吸を2回

- 気道を確保する(頭部を後ろに下げる、あご先を上げる)
- 鼻をつまんで口をおおい、胸が上がるのがわかるまで吹き込む
- 1回の吹き込みに約1秒かける
- 吹き込んだら、つまんだ手と口を離す



※ 胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す

※ 人工呼吸ができない場合は、胸骨圧迫のみを継続する

#### STEP 1 電源を入れる



#### STEP 2 電極パッドを装着してください



- イラストのとおり貼る
- 電極パッドは、密着させる
- 水ぬれや、はり・ぬり薬などは取り除く
- コネクターがあるものは差し込む



#### STEP 5 胸骨圧迫と人工呼吸のくり返し



- 直ちに
- ④ 胸骨圧迫
- ⑤ 人工呼吸

#### STEP 4 「電気ショックが必要です」



- 傷病者から離れる
- ショックボタンを押す

#### STEP 3 心電図を解析中です



#### STEP 6 以降もAEDのメッセージに従う

- AEDの電源は切らず、電極パッドは着けたままにする





日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

## 「あなたは大切な人を守れますか？」

日本赤十字社では、いざという時に役立つ  
**「一次救命処置（BLS）－心肺蘇生とAED－」のVTR**  
 をweb上で公開しています。ぜひご覧ください。

【URL】

[www.jrc.or.jp/study/safety/](http://www.jrc.or.jp/study/safety/)



- 日本赤十字社では、赤十字救急法をはじめ、それぞれのライフステージにあわせた講習会を実施しています。
- 講習会のお問い合わせは各支部ホームページまたは、下記ナビダイヤルから最寄りの各支部まで。

ナビダイヤル



0570-009595