

| 講習名   | No.                    | 内容   | 使用教材                                      | 備考（一人あたりの教材費・受講者持参品等）  |
|-------|------------------------|--|---|--|
| 救急法   | 身近な人の命を守るために～一次救命処置～   |  |   |  |
|       | 1                      | 心肺蘇生<br>AEDを用いた除細動<br>気道異物除去                     | Qマスク<br>冊子<br>心肺蘇生人体モデル                   | Qマスク+冊子+人形・AED使用料⇒¥400<br>Qマスク+人形・AED使用料⇒¥350<br>※青少年赤十字加盟校は別途相談                   |
|       | とっさの時のきずの手当            |  |   |  |
|       | 2                      | 止血<br>三角巾を用いた包帯<br>骨折の手当                         | 冊子<br>三角巾<br>副子                           | 冊子 ¥55<br>三角巾、フェイスタオル（汚れてもよいもの）<br>各1枚/1人ずつ  |
|       | 傷病者を安全に運ぶ              |  |   |  |
|       | 3                      | 搬送の基本<br>応用担架                                    | 冊子  | 冊子 ¥55<br>毛布   |
| 水上安全法 | プールまたは海での救命処置          |  |   |  |
|       | 4                      | 水の事故防止について<br>監視の方法<br>溺れている人の救助法                | 救助用資器材<br>冊子                              | 冊子 ¥55<br>プールまたは海で実施   |
| 水上安全法 | もし水に落ちたら～着衣泳～          |  |   |  |
|       | 5                      | 着衣泳の実技<br>身近なもので浮く方法                             | 水着、長袖、<br>長ズボン、靴、<br>ペットボトル(2ℓ)、<br>ビニール袋 | プールまたは海で実施<br>水着、長袖、長ズボン、靴、ペットボトル(2ℓ)、<br>ビニール袋                                    |
| 幼児安全法 | 子どもに起こりやすい事故の予防と一次救命処置 |  |   |  |
|       | 6                      | 子どもに起こりやすい事故の予防について<br>心肺蘇生・AEDを用いた除細動<br>気道異物除去 | Qマスク<br>冊子<br>心肺蘇生人体モデル                   | Qマスク+冊子+人形・AED使用料⇒¥350<br>Qマスク+人形・AED使用料⇒¥300<br>冊子のみ（実技なし）⇒¥55<br>※青少年赤十字加盟校は別途相談 |
|       | 子どもに起こりやすいけがと手当の方法     |  |   |  |
|       | 7                      | 事故予防について<br>けがの手当の方法<br>ハンカチ・ストッキングを用いた包帯        | 大判ハンカチ<br>ストッキング                          | 大判ハンカチ<br>ストッキング   |
| 幼児安全法 | 子どもの病気と看病の仕方           |  |   |  |
|       | 8                      | 看病にあたっての基礎知識<br>起こりやすい症状と手当<br>病気の予防について         | 冊子<br>大判ハンカチ                              | 冊子 ¥55<br>大判ハンカチ   |

|                    |  |   |  |
|--------------------|--|---|--|
| 健康<br>生活<br>支<br>援 | <b>高齢者特性を理解する～高齢者疑似体験～</b>   |   |  |
|                    | 9  | 加齢によるからだところの変化<br>体験セットを用いた高齢者のからだの理解           | 高齢者疑似体験セット                                   |
|                    | <b>健康な高齢者をめざして～健康維持と病気の予防～</b>                                     |   |  |
|                    | 10   | 生活習慣病について<br>生活習慣を見直す<br>高齢者に起きやすい事故について        |  |
|                    | <b>高齢者を見守る支援活動の心構えと方法～歩行・車椅子の介助～</b>                               |   |  |
|                    | 11   | 高齢者の理解・支援活動とは<br>立ち上がり・歩行の介助・車椅子の扱い方            | 車椅子・杖  |
|                    | <b>自立に向けた身体の動かし方</b>   |   |  |
|                    | 12   | 介護疲れを少なくする方法<br>ベッド上での寝返り・起き上がり方<br>ベッドからの立ち上がり | ベッド  |
|                    | <b>誤飲を防ぐ食事援助</b>   |   |  |
|                    | 13   | 誤飲と肺炎について<br>食材と調理の工夫<br>食事の姿勢<br>健口体操          | お茶または水<br>プリンまたはヨーグルトなど                      |
|                    | <b>からだの清潔～ベッド上で洗い流す～</b>   |   |  |
|                    | 14   | 清潔の意義<br>蒸しタオルの作り方<br>臥床での清拭・足浴など               | ベッド、熱湯、<br>バスタオル、洗い桶<br>バケツなど<br>ビニール袋、タオル2枚 |
|                    | <b>排泄の援助</b>   |   |  |
|                    | 15   | 排泄障害について<br>便器、尿器の扱い方・排泄用品の選択<br>紙オムツ、布オムツのあて方  | ベッド<br>便器、尿器、<br>紙オムツ                        |
|                    | <b>衣服の介助</b>   |   |  |
|                    | 16   | 寝たきりの方へのパジャマや寝巻の着脱                              | ベッド<br>パジャマ、寝巻<br>前開き上着                      |
|                    | <b>災害時高齢者生活支援</b>  |   |  |
| 17                 | 災害が高齢者に及ぼす影響<br>避難所生活で起こりやすい症状と予防<br>避難所での高齢者支援の方法<br>ボランティア活動について | ブルーシート、熱湯                                       |  |