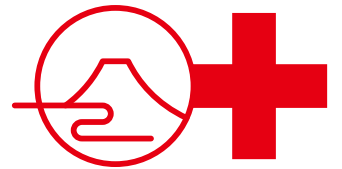


赤十字しずおか

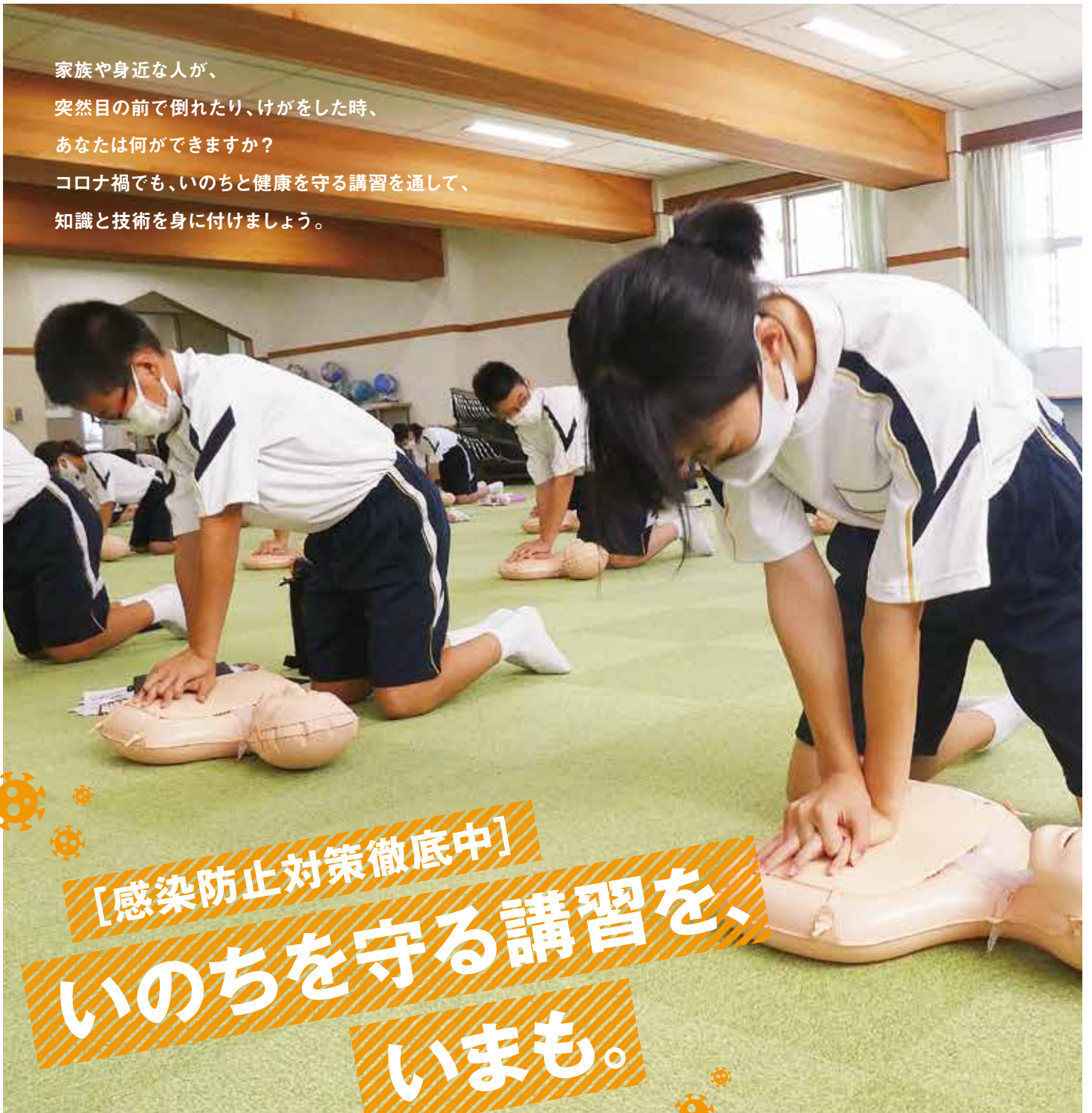
Japanese Red Cross Society SHIZUOKA



2020
VOL. 127

人間を救うのは、人間だ。

家族や身近な人が、
突然目の前で倒れたり、けがをした時、
あなたは何かできますか？
コロナ禍でも、いのちと健康を守る講習を通して、
知識と技術を身に付けましょう。



[感染防止対策徹底中]

いのちを守る講習を、
いまも。

コロナ禍でも、赤十字は講習を進めています。

日本赤十字社では、新型コロナウイルス感染防止のため、国の緊急事態宣言が全国で解除される5月末まで、赤十字講習を中止・延期しました。

しかし、災害や事故はいつ起こるかわかりません。

コロナ禍でも、大切ないのちと健康を守るための知識と技術を広めていく必要があります。

静岡県支部では、安心して講習に参加いただけるよう、開催・参加条件を設定すると共に、感染防止対策を徹底し、6月から一部の講習を再開しています。

「助けたい」という思いを行動に移せるように、

また、健康で安全に暮らせるように、学んでみませんか？



||||| コロナ禍での心肺蘇生ってどうしたら良いの？ |||||

突然、目の前で人が倒れ、その人に反応(意識)が無く、胸と腹部が上下しない等、普段どおりの呼吸がない場合、直ちに心肺蘇生が必要です。令和2年5月、厚生労働省から「新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえた市民による救急蘇生法について」の指針が示されました。静岡県支部ではこの指針のポイントを動画にして紹介しています。

※この指針は、新しい知見や感染の広がり等によって変更される場合があります。

基本的な考え方 全ての心停止傷病者に感染の疑いがあるものとして対応します。



大切ないのちを救おう!!



動画は、静岡県支部公式YouTubeで公開中です!!

反応と呼吸の確認
傷病者の顔に近づきすぎないようにする。

胸骨圧迫
心肺蘇生は、エアロゾル(ウイルス等を含む微粒子が浮遊した空気)を発生させる可能性があるため、胸骨圧迫を開始する前に、ハンカチ等を傷病者の鼻と口にかぶせる。人工呼吸は行わず、胸が約5cm沈む程度の強さで、1分間に100~120回のテンポで胸骨圧迫を行う。

心肺蘇生の実施後
傷病者を救急隊に引き継いだ後は、速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う。

コロナ禍での赤十字講習の開催・参加条件

- ☑ 3つの密(密閉・密集・密接)の防止を図ります。
 - 十分な換気を行います ● 人との間隔は、原則2メートル程度確保します
 - 人と人が接触する実技は、動画視聴等にかえて行います
- ☑ マスクの着用や手指消毒を徹底します。消毒済みの器材を使用します。
- ☑ 受講者や指導員の健康状態を確認した上で行います。



||||| コロナ禍での赤十字講習の感染防止対策 |||||

病気やけが、災害から、いのちを守る知識と技術を学ぶ

1 救急法講習



心肺蘇生の実技では、人工呼吸は行わず、胸骨圧迫の実技を学びます。

水の事故から、いのちを守る知識と技術を学ぶ

2 水上安全法講習



プール内・プールサイド共に人との間隔を空けて行います。

子どもに起こりやすい事故や病気から、いのちを守る知識と技術を学ぶ

3 幼児安全法講習



受講者一人につき専用の訓練用的人形(トレーナー)を用意します。トレーナーは、ペットボトルとタオルで簡単に作れます。ご自宅での復習にも◎

すこやかな高齢期を迎えるための、健康増進や支援を学ぶ

4 健康生活支援講習



スキンシップを伴う実技から、ストレス解消等に役立つ内容にかえています。

※本紙の内容は、すべて令和2年10月末現在の状況です。

◆赤十字講習の開催は、感染拡大状況によって変更します。最新の情報は、静岡県支部ホームページをご確認ください。◆グループワークを除く実技の内容は、動画でご覧いただけます。▶





赤十字講習を支える指導員の多くが、 実は…ボランティアなのです！

赤十字講習の指導にあっているのは、県内に226人いるボランティア指導員のみなさんです。指導員養成講習を修了して認定試験に合格した指導員は、いのちと健康を守る知識と技術を広める大切な存在です。今回は、県内で活躍するボランティア指導員の声をご紹介します。

Interview 01



いのちを救うためには、 正しい知識と技術が必要

私は、年間30回程度の講習に携わっていますが、いのちを救うためには、正しい知識と技術が必要だと常に感じています。講習は、きっと誰もが持つ「苦しんでいる人を救いたい」という優しい気持ちに、正しい知識と技術を加えて育てる場なのだとは考え、日々活動しています。現在、コロナ禍で講習内容が制限され、実技を動画で紹介する等、内容を一部変更しています。しかし、今だからこそみなさんに伝えられることや、一緒に学ぶことがあると思っています。受講者のみなさんと共に、指導員も学びの姿勢を忘れず、今後も努力し続けていきたいです。

平山 和也 さん
(救急法・水上安全法・幼児安全法・健康生活支援講習指導員)

Interview 02



みなさんの生活や地域の中で 役立つことが学べる

日本は超高齢社会を迎え、医療・福祉の現場や地域での“担い手”が不足していると感じます。社会の中で誰もができることを続けながら、お互いの繋がりを強くし、支え合って乗り越えていかなければなりません。赤十字の講習は、時代の変化に合わせて内容を見直しており、きっとみなさんの生活や地域の中で役立つことが学べると思います。コロナ禍で講習内容に一部変更はありますが、指導員は、受講者に合わせて、どのようにすれば分かりやすく伝えられるのか等、工夫しながら真剣に取り組んでいます。ぜひ、大切な方を誘って受講してみてください。

畑中 陽子 さん
(幼児安全法・健康生活支援講習指導員)

株式会社三井住友銀行 静岡支店様からご提供!

PRESENT!

「ミドすけ ハンドタオル & ボールペン」セットを10名様にプレゼント!

以下を明記の上、WEB・メール等でご応募ください。

- ①お名前 ②郵便番号・ご住所 ③年齢 ④赤十字しずおかVol.127のご意見・ご感想
⑤赤十字しずおかで、今後取り上げてほしい情報

※回覧でご覧いただいた方には、本号を郵送します。ご希望の方は①②を明記の上、「Vol.127希望」とお書きください。
なお、プレゼントのご応募と同時に申し込みいただく場合は、①～⑤を明記の上、応募締日必着をお願いします。

応募方法

WEB



メール



郵送

〒420-0853 静岡市葵区追手町44-17
日本赤十字社静岡県支部 組織振興課

FAX

054-254-5830

koho@shizuoka.jrc.or.jp



応募締切

令和3年2月26日(金) 必着

当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

※収集した個人情報につきましては、個人情報保護法及び日本赤十字社の保有する個人情報保護規程に則り取り扱います。



日本赤十字社

静岡県支部

〒420-0853 静岡市葵区追手町44-17
TEL 054-252-8131 <http://www.shizuoka.jrc.or.jp>



この印刷物は、みなさまからいただいた資金で作っています。