



人が倒れていて反応がない…

**誰か来てください!**

あなたはすぐに対応できますか

赤十字救急法 オンライン講習

心肺蘇生とAEDの使い方 市民による一次救命処置

救急車が到着するまでの対応がその後の救命率を高めます  
いざというときに対応できるように講義と実技でお伝えします  
講習時間 60分

## 内容

「突然倒れて動かなくなった…」 「呼びかけても反応がない…」  
救急車が来るまでにできる救命処置を覚えませんか。  
ペットボトルやカードを使って、心肺蘇生とAEDの使い方をお伝えします。

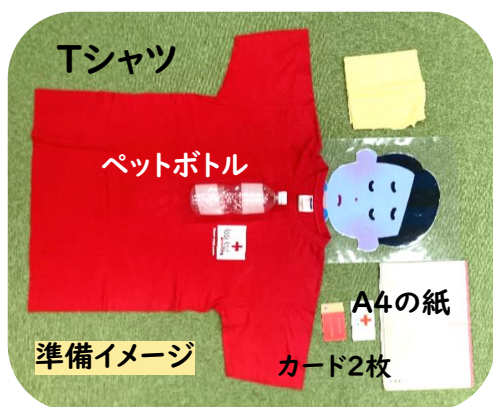
## お申込と受講までの流れ

- ① 日本赤十字社東京都支部ホームページを開き、希望コースの申込みボタンから事前登録をしてください
- ② zoomの参加方法マニュアル、講習資料、参加URL等をメールにてお送りします
- ③ 当日、参加URLを開いてご参加ください

## ご準備いただくもの

- ① Tシャツ
- ② 空のペットボトル500ml程度
- ③ カード2枚 ハガキやポイントカードなど
- ④ A4サイズ程度の大きさの紙1枚

傷病者のからだをイメージします  
胸骨圧迫の実技で使用するので固めのものがおすすめです  
AEDの電極パッドに見立てて使用します  
AED本体に見立てます ノートなどでも構いません



## よくある質問

### ◎どこで受講できるの？

スマホやインターネットがつながるパソコンがあればご自宅で受講できます。ご家族で受講することもできます。赤十字東京都支部に集まる形式ではありません。

### ◎オンライン講習にはどんなツールを使うの？

Zoomを利用します。参加方法のマニュアルをメールでお送りします。

### ◎キャンセルはどうしたらいいの？

Zoomの事前登録後に届くメールからキャンセルができます。東京都支部への連絡は必要ありません。

## お問合せ

日本赤十字社東京都支部 健康安全課 03-5273-6746 [koushu@tokyo.jrc.or.jp](mailto:koushu@tokyo.jrc.or.jp)



短時間で安全に学べる

赤十字の  
オンライン講習

ONLINE Training session

日赤 東京 オンライン講習



検索