

うだるような暑さですが、熱中症対策は十分にできていますか？  
日頃から「汗をかく」「水分をこまめにとる」という習慣と、  
体調を整えたり、早めに対処することを心がけてください。

※熱中症については <http://websrv.onomichi-u.local/~itrc/imu/no2.pdf>  
【医務室通信 No. 2】 情報処理研究センター HP → マニュアル → 学科・機関別 → 医務室  
を参考に！



## 尾道市立大学 第1回 心肺蘇生法&AED 使い方

## 講習会 開催

7月4日に尾道市消防局の尾道消防北分署の消防士さんを  
講師に迎え、16:00からの1時間で、心肺蘇生法とAED  
使い方の講習会が行われました。今回は、大学執行部主催で  
各運動クラブの代表者20名と数名の教職員が参加しました。



### 講習後のアンケートから 回答率：50%

- 回答者の8割は心肺蘇生法&AEDの講習を受けたことがあった
- 受けた場所は、学校や自動車学校が半数ずつ
- 大学のAEDの設置場所を知らなかった人は6割
- 心臓マッサージや人工呼吸を知らなかった人はいなかったが、  
AEDの操作方法を知らなかった人は3割いた
- アンケート回答者の全員が、今後も講習を受けたいと答えた

### 大学のAEDがある場所は

- ① A棟自動販売機
- ② 第一体育館
- ③ 第二クラブ棟



- ・AEDの使い方は、何度習ってもとてもためになった。
- ・もし、自分の目の前で倒れている人を見かけたら、講習で学んだことをいかしたいと思った。
- ・自動車講習ではただ心肺蘇生(マッサージ)するだけだったのでこの講習は本当によかった。
- ・自信を高めるため次の講習もぜひ参加したい。
- ・今後ともこのような講習があればぜひ受講したいです。ありがとうございました。
- ・もっと多くの人に心肺蘇生法やAEDの使い方を知ってもらいたいと思います。
- ・毎年、全員受けるべきだと思います。
- ・AEDの設置場所を知らない人が多いと思うので、もっと知ってもらいたいと思います。

### 心肺蘇生法 point



### AED 使用 基本

1. 倒れた人を発見したら、意識や反応、呼吸がなかったら、大声で助けを求める。
2. 119番通報とAEDを持ってきてもらう(自分しかいない場合は、まず119番を通報する)
3. すぐに胸骨圧迫を始める。(人工呼吸は自信がなかったり、躊躇したらしなくてよい)
4. 両手を合わせた手のひらの下半分で胸の真ん中を圧迫する(5cm以上、1分間100回以上)
5. AEDの解析、電気ショック時以外は胸骨圧迫を中断せず、交代しながら救急隊に引き継ぐまでやめない。

1. AEDとは、心臓がけいれんし血液を流すポンプ機能を失った状態(心室細動)になった心臓に対して電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。
2. 倒れている傷病者に意識がなく、普段どおりの呼吸がないときに、AEDを使います。
3. AEDは、心室細動と心室頻拍という不整脈の場合のみ、電気ショックが必要だと判断し、充電をします。
4. メーカーによって多少違いはありますが、ふたをあけることでスイッチが入り、音声ガイドをしてくれます
5. 厚生労働省通知により、救命の現場に居合わせた市民が救命のためにやむを得ず行った結果については医師法上、民事上、刑事上、責任は問われないとされています。

## 学生相談室のご案内

「一人で考えるべきことだから・・・」  
「他人に話しても・・・」  
「自分で答えを出さないと意味がない」  
「カウンセリングする程のことでもない」  
「利用するタイミングが分からない」

と一人で悩まずに  
利用できる場所

それが  
学生相談室です



【カウンセラー：弓場佳子】

(臨床心理士)

(毎週) 月・木曜日

※長期休業中、祝日は除く

12:00 ~ 12:50  
13:00 ~ 13:50  
14:00 ~ 14:50  
15:00 ~ 15:50  
15:55 ~ 16:45

相談内容等についての秘密は厳守されますので安心してご利用ください。

原則として予約制になっています。  
(空いていれば予約がなくても相談に応じられます)  
相談の予約は、直接医務室または電話でお願いします。  
直通電話 0848-22-8312 (内線 199) 医務室 富田

### 【蘇生法の自信度 (講習前と後の比較)】

