

倒れている人を見たら…

# ① 声をかける! & 助けを求める!

肩を軽くたたきながら声をかけます。



119番通報とAED搬送を大声で周りの人に依頼します。

※意識・呼吸の確認時  
感染症流行時は顔を近づけすぎないようにしましょう。

あなたにも  
救える命が  
あります!

# ② 呼吸を確認!

胸と腹部の動きを10秒以内で見ます。



普段どおりの呼吸がない、判断に迷う場合は胸骨圧迫を!

# ③ 胸骨圧迫!

胸の真ん中を、強く、早く、絶え間なく押します。



※胸骨圧迫を開始する前に、倒れている人の口と鼻に、ハンカチやタオル等があればかぶせましょう。

## 大人の場合

人工呼吸を行わず胸骨圧迫を続けます。

## 子供の場合

胸骨圧迫30回  
人工呼吸 2回  
※ためらう時は胸骨圧迫のみ続けます。

# ④ AEDを使う!

AEDが到着したら電源を入れ、案内に従い操作します。



# 知っていますか? 応急手当



病院へ行く?救急車を呼ぶ?迷ったら…

#7119

## まず行動 救える命 あなたから

令和4年度東京消防庁救急標語 作者:岡本 純一さん(府中市在勤)

こちらからも  
つながります

23区 03-3212-2323

多摩地区 042-521-2323

# 東京消防庁

東京消防

検索

<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp>



リサイクル選性(A)

この印刷物は、印刷物の解へ  
リサイクルできます。

12130-040706

R4