

交通安全ニュースレター

発行：公認 浦和中央自動車教習所

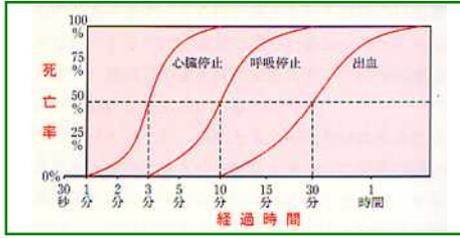
電話：048-878-1141

ホームページも見てね！ [浦和中央教習所](#) [検索](#)



みんなで尊い命を救おう運動！！

急な時、落ち着いて
対応できるように、
みんなで読んでね！



上の図は心臓停止、呼吸停止、出血による経過時間と死亡率の関係を示したものです。心臓停止では3分、呼吸停止では10分、出血では30分で死亡率が50%になることを表しています。一刻も早い応急救護措置が、尊い命を救うのです。

カーラー曲線(1981年一部改変)

一刻も早い
応急救護措置が大切！
あまり交通事故の現場に居合わせるといことはありません。しかし、事故が発生し救急隊が到着するまでの6〜7分の間に行う応急救護措置こそが、負傷者の救命率を高めるポイントなんです。
さて皆さんは、目の前で事故が起きたとき、勇気を持って行動を起こせますか？
助けたいと思っても、なかなか行動までは難しいと思います。そこで、今回は応急救護措置を取り上げてみました。

一刻も早い行動
踏み出す勇氣



○片手を負傷者の額にあて、頭部を後屈しながら、もう一方の手の人差し指と中指を揃えて、あご先を上を引き上げる。

○顔を近づけ、5〜10秒かけて呼吸の確認をする。(目で見て、耳で聞いて、頬で感じる。)



大丈夫ですか？

意識がないときは、すぐに助けを呼び119番通報とAEDを依頼する。

○大声で声をかけたり、強く体を揺らさないようにする。

まずは、意識の確認！
負傷者を発見したら、周囲の安全を確認し近づき、意識の確認をします。(危険がある時は、負傷者を移動させてから行う。)

《心肺蘇生法の流れ》



○手の位置は、手掌基部(写真の赤い部分)で、手を重ねて圧迫する。



○圧迫の位置は、上の写真の赤い部分。

○乳頭と乳頭の間中部になります。

胸骨圧迫(心臓マッサージ)をする！
両手を重ねて胸の中央に置きひじを曲げずに胸が4〜5センチ沈むくらい圧迫する。



○気道確保したまま、額にあてた手の親指と人差し指で鼻をつまみ、1秒かけて息を2回吹き込む。

○吹き込み量は、胸が持ち上がるくらい。

人工呼吸をする！
普段通りの呼吸をしていないければ、口対口の人工呼吸(マウス・ツー・マウス)をする。

インストラクターからのひとこと

今回は、心肺蘇生法を取り上げましたが、これは、交通事故の時だけでなく、私生活の中で家族や友達が意識を失い倒れた時にも、活用できます！“もしも”の時の参考にして下さい！

知っておいて、損はありません！！



感染防止を忘れずに！

応急救護措置を行う際、血液や体液による感染を防止しなければいけません。その為、ビニール手袋や一方弁付き呼吸吹き込み用具などを準備しておくとういでしょう。

人工呼吸と胸骨圧迫を、AEDが到着するまで絶え間なく続ける。



○両肩が、胸骨の真上に来るようにし、両肘を曲げずに、1分間に100回のペースで30回、4〜5センチくらいまで押し下げる。



交通安全 うららちゃん



第6回 車の点検はしっかりネ!



夜、くらい道を走る時もこれならあんしん!



空気入れのところに差し込むだけでライトに反射してピカピカ光ります。



反射材でできたシールです。自転車の後方などにお貼り下さい。
サイクルキャップと反射シールのどちらがご希望かもお知らせ下さい。

ご希望の方
に無料で
お送りいた
します!

みんなでおぼえてね!うらチュ~の人気者
うららちゃん いもこちゃん すずむくん

浦和中央自動車教習所

左の交通安全グッズのご請求は、
電子メールかお電話でご請求ください。
ホームページ [浦和中央教習所](#) [検索](#)
Eメール info@ucds-net.co.jp
でんわ 048(878)1141

浦和中央自動車教習所は地域の交通安全センターとして、交通安全宣教師活動を実施しています。