



救急



ひと たお 人が 倒れました。そのとき、あなたは

① 周りを 見ます。危なく ありません。
その 人の 所へ 行って 優しく
両方の 肩を たたきます。

② その人が 動きません。そのとき、
大きい 声で、周りの 人に 言います。

③ 「119番」に 電話を します。
そして 救急車を 呼びます。

④ 倒れた 人の 胸・お腹を 見ます。

⑤ 胸・お腹が 動かない とき、
胸を(胸骨圧迫) 強く 押します。

⑥ AEDが ある とき、使います。

AED : Automated External Defibrillator

ふる 震えた 心臓 (Heart) を
電気ショックで 正しく 動かします。

AEDから 声が出ます。
声が 説明します。

あなたは 聞いて AEDを
使います。



むね きょうこつあっぱく つよ お
胸を (胸骨圧迫) 強く 押す



胸を 押す



お 押す ときの 体

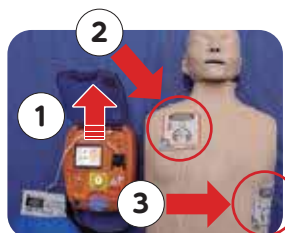


- 1分 100 ~ 120回 押します。
- 胸が 5cm 沈む 強さで 押します。

AEDの 使い かた

① ふたを 開けます。

- パッドは
- ② 右の 胸の 上と
 - ③ 左の 胸の 下に
- 貼ります。



④



⑤

- ④ AEDが 心臓を 調べます。そのとき
倒れた 人に さわりません。
- ⑤ AEDの ボタンが 光った とき
押します。

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。



ぼう さい かん

防災館

あぶ 危ない とき、どうしますか

やさしい日本語で
勉強と 練習が できます。



池袋防災館



本所防災館



立川防災館



ぼうさいかん しょうかい
防災館の紹介

とうきょうしょうぼうちやう
東京消防庁

こうえきざいだんほうじん とうきょうぼうさいきゅうきゅうかい
公益財団法人 東京防災救急協会

地震

- ① 日本は地震が多いです。
- ② 地震のとき、机・テーブルの下に入ります。
- ③ 机・テーブルがないとき、クッションなど頭のうへにおきます。

地震のとき



机・テーブルの下へ



クッションなど頭のうへ

地震のとき、気をつけること

● 10個のポイント



二次元コードから見れます



消火

- ① 火事を見たとき、大きい声で他の人に「火事だ!」と言います。
- ② 「119番」に電話をします。そして消防車を呼びます。
- ③ 火が小さいとき、消火器で消します。
- ④ 火が大きいとき、危ないです。すぐに逃げます。

消火器の使い方

- ① ピンをぬく



- ② ホースをもつ



- ③ レバーをにぎる



煙

- ① 火事の煙はとても危ないです。
- ② 逃げるとき、ハンカチ・タオルを鼻・口におきます。
- ③ 体を低くします。立ちません。そして逃げます。

煙から逃げるとき

