

# 令和7年度救命講習のお知らせ

2025年12月16日 更新

## 渋谷消防署主催の救命講習

もし皆さんの身近にいる方が倒れたとき、あなたには何ができますか？  
適切な応急手当をすることが、尊い命を救うことにつながります。  
救命講習に参加して、適切な応急手当の知識と技術を身につけましょう！  
救命講習終了後には、認定証が発行されます。認定証は3年間有効です。

※救命技能認定証・上級救命技能認定証の

延長についてはこちら→



## 個人で受講を希望される方

渋谷消防署では、下記予定表のとおり、普通救命講習（3時間）を開催しています。

**【対象】** 渋谷区に在住、在学、在勤の方を優先とさせていただきます。

**【会場】** 渋谷消防署 会議室（東京都渋谷区神南1-8-3）

**【開催時間】** 午前9時～12時（30分前には会場にお越しください）

**【予約】** 空き状況をご確認の上、下記の件名・1～3の必要事項を入力し、メールでお申し込みください。後日、担当者からご連絡いたします。

メールアドレス : [sibuya11@tfd.metro.tokyo.jp](mailto:sibuya11@tfd.metro.tokyo.jp)

講習の受付については、受講人数の上限がありますので、消防署でメールを受信した日時の先着順でのご案内となります。

**【認定証】** 受講後、10日～2週間で出来上がります。

受け取りは郵送（切手貼付した封筒持参）or渋谷消防署への来署

**【教材費等】** 1,700円+振込手数料 ※支払いは後日（郵便振り込み or 請求書払い）

※請求書払いをご希望の方は、ページ下部にある「請求書希望者」の用紙を事前に記載して講習当日持ってきてください。

開催日	定 員	空き状況	認定証状況
令和7年 4月11日(金)	20名	×	○
令和7年 4月24日(木)	25名	×	○
令和7年 5月 9日(金)	25名	×	○
令和7年 5月22日(木)	20名	×	○
令和7年 6月13日(金)	25名	×	○
令和7年 6月26日(木)	25名	×	○
令和7年 7月11日(金)	25名	×	○
令和7年 7月24日(木)	25名	×	○
令和7年 8月 8日(金)	25名	×	○
令和7年 8月28日(木)	25名	×	○
令和7年 9月25日(木)	25名	×	○
令和7年10月23日(木)	25名	×	○
令和7年11月14日(金)	25名	×	○
令和7年11月27日(木)	25名	×	○
令和7年12月19日(金)	25名	×	
令和7年12月25日(木)	25名	×	
令和8年 1月 9日(金)	25名	×	
令和8年 2月13日(金)	25名	×	
令和8年 3月13日(金)	25名	×	

※○:空きあり、△:残りわずか、×:空きなし

## (救命講習・個人)メール内容

件名: 署公募救命講習の申し込みについて

### 1 受講希望日

### 2 氏名(かな)、住所、電話番号

※住所については、渋谷消防署管轄内に在住の方は居住住所を、在学又は在勤の方は学校又は企業等の住所を記入してください。

### 3 認定証の郵送対応の希望の有無

※切手、封筒については受講者様でご用意いただく必要があります。切手を貼付した郵送用封筒に、送付先住所、名称、氏名等をご記入いただき、受講当日ご持参ください。

## 【ご案内】

### 救命講習を受講される方へ（個人用）

#### ○ 受講生の集合時間について

申請書の記載をしていただくため、**講習開始の30分前には集合**していただくようお願いします。

大幅な遅刻や長時間の途中退席をされた方には認定証を発行することができませんのでご注意ください。

#### ○ 教材について

原則、おひとり様1セットの教材を購入していただきます。（講習種別で費用が異なります。）

支払方法は、郵便振込または請求書払いです。なお、振込手数料のご負担をご了承ください。

（郵便振込） 講習当日、ご担当者様の名刺等を講師に渡してください。振込用紙が渡されます。

（請求書払い） 渋谷消防署ホームページに掲載している請求書をダウンロードして講習当日お持ちください。

#### ○ 認定証について

当日申請書をご記入していただいたき、おおむね2週間での発行となります。受け取りは郵送で後日お送りする方法か、渋谷消防署へ来署する方法となります。

（郵送の場合）郵送用の封筒（宛先・宛名を記載のうえ切手を貼ったもの）を当日お持ちください。

（来署の場合）渋谷消防署ホームページの認定証状況を『〇』としますので、確認したら受領しに来てください。

#### ○ キャンセル等について

講師依頼、教材発注に影響がございますので、キャンセル・人数の変更・会場の変更等があった場合、わかり次第すぐに連絡していただきますようお願いします。直前のご連絡には対応できない場合がございますのでご了承ください。

#### ○ その他

- ・講習は心臓マッサージ等の実技がありますので、動きやすい服装でお越しください。飲み物は適宜ご自由にお取りください。体調が悪い、肩・腰・膝が痛い等の場合は無理をせず講師に相談してください。ただし、大部分の実技ができない場合には認定証が発行できませんのでご注意ください。

- ・普通救命講習（再講習）で受講される方は、本来2時間20分の講習ですが3時間受講していただきますのでご了承ください。また、該当の方は事前に渋谷消防署にお知らせください。

- ・講師は英語の翻訳を行っていませんので、必要であれば翻訳の方に同伴していただくようお願いします。

- ・駐車場、駐輪場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

#### ○ その他ご不明な点がある場合は、下記までお問い合わせください。

渋谷消防署救急係 03-3464-0119（代）内線383

## 団体(20名以上)で受講を希望される方

**【対象】** 渋谷区に在住、在学、在勤の方

**【人数】** (渋谷消防署の場合) 20名～25名、(その他会場) 広さに応じた人数

**【講習種別】** 普通救命講習(3時間／短縮2時間) 普通救命再講習(2時間20分)

上級救命講習(8時間／短縮6時間) 上級救命再講習(3時間)

※事前にウェブサイトでの学習を行うことで、時間を短縮した講習を受講することができます(短縮講習)。ご希望の方は予約完了後、講習日の前1か月以内に電子学習室にて事前学習していただき、確認テストの結果(認定証)を受講当日印刷してご持参してくださいか、スマートフォン等に保存したデータを掲示してください。



←普通救命講習  
(電子学習室)



←上級救命講習  
(電子学習室)

(30問中24問以上正解すると、認定証がダウンロードできます)

**【予約】** 下記の件名・1～8の必要事項(渋谷消防署以外での実施は1～11)を  
入力し、メールでお申し込みください。

メールアドレス: [sibuya11@tfd.metro.tokyo.jp](mailto:sibuya11@tfd.metro.tokyo.jp)

後日、担当者から連絡いたします。講習の受付については、消防署でメールを受信した日時の先着順でのご案内となります。

**【予約期限】** 希望する開催予定日の前々月10日まで

**【認定証】** 当日受け取り(事前に申請)or 後日受け取り(受講後、10日～2週間)

**【教材費等】** 各種講習の教材費用は、下記の「各種料金のご案内」をご確認ください。

(教材費等) + 振込手数料 ※支払いは後日(郵便振り込み or 請求書払い)  
※請求書払いをご希望の方は、ページ下部にある「請求書希望者」の用紙を  
事前に記載して講習当日持ってきてください。

## (救命講習・団体)メール内容

件名: 団体救命講習の申し込みについて

### 1 講習区分・受講人数・受講者の属性

普通救命講習 ○名 (例 学校の場合 教師○名、学生○名)

普通救命再講習 ○名 (例 会社の場合 社員○名)

上級救命講習 ○名 (例 町会の場合 近隣住民○名)

上級救命再講習 ○名 (例 保育園の場合 保育士○名、保護者○名)

※上記以外の講習は、東京防災救急協会へお問い合わせください。

### 2 受講希望日時

第1希望日: 令和〇年〇月〇日 ○時〇分～〇時〇分

第2希望日: 令和〇年〇月〇日 ○時〇分～〇時〇分

第3希望日: 令和〇年〇月〇日 ○時〇分～〇時〇分

※第3候補まで記載してください。

※短縮講習を希望される場合は、短縮講習に合わせた時間での記載をお願いします。

### 3 短縮講習の希望の有無

### 4 企業・事業所・団体名等

### 5 申込者または担当者氏名

### 6 連絡の取れる電話番号

### 7 実施場所の住所、会場名

(例 渋谷区神南1-8-3 2階 ○○会議室)

※渋谷区内の会場とさせていただきます。

※渋谷消防署での実施も可能です。希望する場合は、その旨記載ください。

### 8 認定証の事前発行希望の有無

※事前発行を推奨しています。事前発行の場合、講習終了直後にお渡し可能です。

《渋谷消防署以外で実施される方は、下記の入力お願いします》

### 9 訓練人形等、講習資器材の貸出日、返却日

貸出日: 令和〇年〇月〇日 ○時〇分頃

返却日: 令和〇年〇月〇日 ○時〇分頃

※原則、当日貸出、当日返却となります。

※会場での準備がありますので、講習開始時間の1時間前には訓練人形等、訓練資器材が会場に届いていますよう、時間の調整をお願いいたします。

※車両等をご用意いただき、渋谷消防署へ来署していただく対応となります。訓練人形等、訓練資器材の搬送については、消防署では行っておりませんので、予めご了承ください。

### 10 スクリーン等の有無

※講習内容に映像を流して説明する場面があるため、映し出せるスクリーンやホワイトボードがあるかご確認お願いいたします。

### 11 入館時の注意事項

(例 駐車場・駐輪場の有無、入館前に事前の申請が必要)

## 【ご案内】

### 救命講習を受講される方へ（団体用）

#### ○ 会場準備について（会場が渋谷消防署以外の場合）

講習開始の1時間前には講師（東京防災救急協会職員）が到着し、資器材準備を開始します。あらかじめ会場・椅子・投影機器等の準備、および資器材の搬入をお願いします。紛失防止のため、コンテナ等は開封しないようお願いいたします。

#### ○ 受講生の集合時間について

申請書の記載をしていただくため、講習開始の30分前には集合していただくようお願いします。

大幅な遅刻や長時間の途中退席をされた方には認定証を発行することができませんのでご注意ください。

#### ○ 教材について

原則、おひとり様1セットの教材を購入していただきます。（講習種別で費用が異なります。）

支払方法は、郵便振込または請求書払いです。

郵便振込をご希望の場合は、講習当日、ご担当者様の名刺等を講師に渡してください。

請求書払いの場合、渋谷消防署ホームページに掲載している請求書をダウンロードして講習当日お持ちください。なお、振込手数料のご負担をご了承ください。

#### ○ 認定証について

当日か後日のお渡しがあります。後日の場合は、郵送か渋谷消防署への来署で受け取りしていただきます。（※）

（当日の場合）講習日の1か月前には東京防災救急協会（03-5216-9995）に電話し、事前申請の旨をお伝えください。

（後日の場合）講習当日に申請書をお渡しするので、記載後講師にお渡しください。おおむね2週間での発行となります。

※（郵送の場合）郵送用の封筒（宛先・宛名を記載のうえ切手を貼ったもの）を当日お持ちください。

※（来署の場合）認定証が準備でき次第ご連絡しますので、渋谷消防署へお越しください。

#### ○ キャンセル等について

講師依頼、教材発注に影響がございますので、キャンセル・人数の変更・会場の変更等があった場合、講習予定日の1か月前までには連絡していただきますようお願いします。期限過ぎてのご連絡には対応できない場合がございますのでご了承ください。

#### ○ その他

- ・講習は心臓マッサージ等の実技がありますので、動きやすい服装でお越しください。飲み物は適宜ご自由にお取りください。体調が悪い、肩・腰・膝が痛い等の場合は無理をせず講師に相談してください。ただし、大部分の実技ができない場合には認定証が発行できませんのでご注意ください。

- ・普通救命講習と一緒に普通救命講習（再講習）の受講される方は、本来2時間20分の講習ですが3時間受講していただきます。テキストは普通救命講習（1,700円）を購入していただきますのでご了承ください。また、該当の方は事前に渋谷消防署にお知らせください。

- ・講師は英語の翻訳行っていませんので、必要であれば翻訳の方に同伴していただくようお願いします。

- ・渋谷消防署で実施の場合は、駐車場、駐輪場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

#### ● その他ご不明な点がある場合は、下記までお問い合わせください。

救命講習全般に関するお問合せ 渋谷消防署救急係 03-3464-0119（代）内線383

認定証事前申請に関するお問合せ 東京防災救急協会 03-5216-9995

○メールでのお申し込みが困難な方は渋谷消防署 救急係までお問合せください。

TEL:03-3464-0119(内線382)

		<b>請求書希望者</b>			
<b>1 請求先（正式名称）&lt;例&gt;株式会社〇〇 (株)×</b>					
<b>2 住 所</b>					
〒 -					
<b>3 代表者氏名</b>					
<b>4 電話番号</b>					
<b>5 受講者数・氏名（複数の場合は全員の氏名）</b>					
計 名					

## (参考)各種料金のご案内(令和7年4月1日~)

渋谷消防署では、個人で受講を希望される方は、**下表①のみ**。

団体で受講を希望される方は**下表①と下表②**が受講可能となっております。

下表にある、上記以外の講習については東京防災救急協会までお問い合わせください。

講習名(講習時間)	教材費 (税込み)	内容
<b>①普通救命講習</b> (3時間／短縮2時間)	1, 700円 生徒編: 1, 000円	心肺蘇生、AED の使用方法。窒息の手当、止血の方法などを学ぶコースです。
<b>②普通救命講習</b> (自動体外式除細動器業務従事者) (4時間)	1, 700円	AED 一定頻度者を対象とした講習です。上記の講習に加えて、知識の確認と実技の評価があります。
<b>②普通救命再講習</b> (2時間20分)	1, 500円	前回の普通救命講習受講日から3年以内に再度受講する方のためのコースです。
<b>②上級救命講習</b> (8時間／短縮6時間)	3, 400円 生徒編: 1, 700円	普通救命講習(自動体外式除細動器業務従事者)の内容に加え、小児・乳児の心肺蘇生、外傷の応急手当、搬送法を学ぶコースです。
<b>②上級救命再講習</b> (3時間)	2, 200円	前回の上級救命講習受講日から3年以内に再度受講する方のためのコースです。
応急手当普及員講習 (8時間×3日間=24時間)	11, 600円	普通救命講習、普通救命講習(自動体外式除細動器業務従事者)の指導要領を学ぶためのコースです。
応急手当普及員再講習 (3時間)	6, 200円	前回の応急手当普及員講習受講日から3年以内に再度受講する方のためのコースです。