

今年もやります！救命講習！

◇令和5年 普通救命講習

日程：各日9:00～12:00

1月8日(日) 1月22日(日)

2月12日(日) 2月26日(日)

3月12日(日)

場所：清瀬消防署

費用：1,500円(テキスト代等)

※お申し込みは、下記の電話番号までお気軽にお電話ください。

◇ガイドラインが変更になりました。

東京消防庁では、令和4年12月1日から「救急蘇生法の指針2020（市民用）」に基づいた効果的な応急手当の普及をしています。



※これまでの方法を否定するものではありません。大切なことは、目の前で倒れている人を救うために自分ができることを行うことです。



キヨコと
不死鳥コケックス

お餅による窒息にご注意ください！

東京消防庁管内では、毎年12月から1月にかけて餅などの窒息事故が多くなります。過去5年間で餅などをのどに詰まらせて救急搬送された方は401人おり、約9割の方が65歳以上の高齢者です。

◇まずは、予防を！

- ・小さく切って、少量ずつ食べましょう。
- ・急いで飲み込まず、**ゆっくりと噛んでから飲み込み**ましょう。

◇万一、窒息してしまったら、、、

①できる限り咳をさせましょう。



②背中を強く叩きます！

肩甲骨の間を手のひらで強く叩きます。



③反応がなくなった場合は胸骨圧迫！

救急隊が到着するまで続けます。



※いざという時のために応急手当を学びましょう！

救命講習のお問合せ



清瀬消防署・救急係

042-491-0119 (内線380)