

## 【予防のための応急手当訓練～高齢者向け～を開催しました】

当センターでは、緊急事故を予防する対策として、予防応急手当訓練を 始良市消防本部のご協力のもと、毎年実施しております。

今年は、10月21日(水)32名参加のもと開催しました。  
始良市消防本部の皆さん、御協力ありがとうございました。

- 転倒・転落・窒息・溺水・熱中症等
- ⇒事前の予防対策により防ぐことが出来る事故
- 高齢者を救急搬送した過去の事例を紹介
- ⇒予防対策として「事前に行なっておくべき事」
- ⇒事故への注意を喚起



### 【 当日の様子 】



黒川救急救命士による講習



スライドによる講義



心肺蘇生法とAED取扱い説明



その場での質疑応答

## 転倒・転落事故の特徴

- 転倒・転落事故は救急事故原因の第1位
- 体の機能が低下し始めた高齢者に多く発生
- 発生場所は家庭内の敷居・浴室・トイレでの転倒、階段・踏み台からの転落が多い
- 骨粗しょう症も重なり、骨折から長期入院が必要になる



## 窒息事故の特徴

- 生命に直接関係する、緊急性が高い事故
- 高齢者の窒息原因は「もち」「肉類」が多い
- 救急隊到着時点で、心肺停止になっていることが多い
- 窒息事故予防には「安全な環境作り」が重要



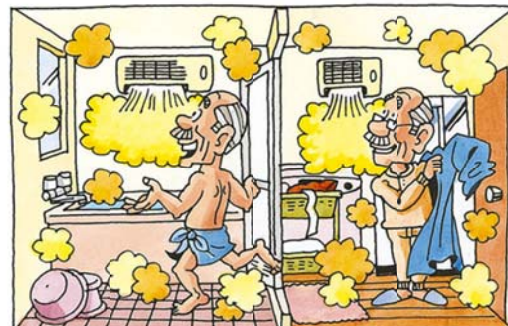
- 食事の際は、お茶や水を飲んで喉を湿らすなど、水分と一緒に食べるようにしましょう



- 高齢者と一緒に食事する場合、家族の方は異変がないか気を配りましょう

## ヒートショック事故の特徴

- ヒートショックとは・・・  
周囲の環境の急激な温度変化により、体に大きな負担がかかること
- ヒートショックが起こる代表的なもの・・・  
冬期の入浴時
- ヒートショックは、脳出血、脳梗塞、心筋梗塞といった、重い病気につながる
- 正しい知識と環境の整備で「予防」できる



心臓や肺の慢性疾患や高血圧を持つ人は半身浴を心掛けましょう



心臓や肺に大きな負担が掛からないように！

○参加者からの意見・感想

- ・とても分かりやすく、日常生活に大変役立つと思います。
- ・AEDの使用方法を知ることができて、とても勉強になった。
- ・講習は良かったが、実技(見る・体で覚える)をした方が忘れない。
- ・1時間が短く思いました。
- ・このような講習は、何回でも受けないと身につかないと思った。
- ・資料が高齢者に合った大きな文字で大変良い。

県防災研修センターより

皆様、お忙しい中お越しいただきありがとうございました。

研修内容は、参加していただいた方々にはご満足いただいた様子ではありましたが、実技体験をしたいとの言葉を多くいただきました。次回の応急手当訓練に活かしていきたいと思っております。

ありがとうございました。