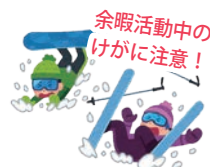




余暇活動中の救急時に備えましょう

問まちづくり支援課 ☎51-6777

十和田市セーフコミュニティ（SC）の「余暇活動の安全対策部会」では、余暇活動中の救急時に備え、誰もが救急救命対応ができる体制づくりを進めています。



救急時のために 01

心肺蘇生方法やAEDの使用方法を知ろう！

救急時、その場に居合わせた人たちが適切な処置を行うことで、救命の効果が高まります。

十和田地域広域事務組合消防本部では、ホームページで心肺蘇生方法やAED「自動体外式除細動器」の使用方法などを紹介しているほか、市民を対象とした普通救命講習会を開催しています。

いざという時に備え、適切な救命処置を学びましょう。
※普通救命講習会の受講は申し込みが必要です。



救急時のために 02

市内のAED設置場所を知ろう！

AEDがより一層有効に使用されるために、私たちが暮らしている地域のAEDの設置場所を知ることがとても大切です。

市の公共施設に設置されているAEDは、市ホームページで確認できます。

また、（一財）日本救急医療財団のホームページでは「財団全国AEDマップ」から設置場所の検索ができ、位置情報を利用することで、現在地から最も近い場所のAEDを調べることができます。同マップは、スマートフォンアプリ「QQMAP」として提供しています。

※「QQMAP」は「App Store」や「Google Play」からダウンロードできます。



救急時のために 03

緊急度の判定にアプリを活用しよう！

消防庁が作成した、緊急度判定の支援や利用できる医療機関などの情報提供が受けられる「全国版受診アプリ（愛称：Q助）」を活用しましょう。

※「Q助」は「App Store」や「Google Play」からダウンロードできます。

こんな時はどうする!? ～「Q助」活用事例～

①【子どもが転んだ！骨が折れているかもしれない！】

→「Q助」の画面上で該当する症状や症候を選択すると「今すぐ救急車を呼びましょう」「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」などが表示され、緊急度に応じた対応が確認できます。

②【突然人が倒れて意識が無い！】

→まずはすぐに119番通報をしましょう。「Q助」を活用すると心肺蘇生手順の案内が聞けますので、救急車が到着するまで、必要に応じて指示に従い、応急手当をしてください。

全国版救急受診アプリ



▲消防庁「Q助」案内サイト

【知っていますか？①】

- 救命講習を受講したことがある十和田市民の割合…**29.9%**
※令和3年SC市民アンケートより

【普通救命講習会】

とき 毎月第4日曜日
※3月と12月を除く
午前9時～正午

ところ 十和田消防署

対象 中学生以上の市民

内容 ▶心肺蘇生法（成人）

▶AEDの使用方法 など



申問十和田消防署 ☎25-4115

※救命講習は各消防署でも実施しています。詳しくは各消防署にお問い合わせください。

【AED設置者へのお願い】

- AEDの日常点検
- 財団全国AEDマップへの設置情報の登録・更新

※登録した設置情報を非公表とすることも可能です。



【知っていますか？②】

- 青森県の119番通報から現場到着までの所要時間…**平均8.7分**
※総務省消防庁「令和3年度版救急救助の現況」より

