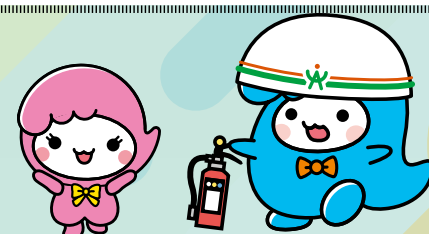


荒川消防署で学ぶ

災害時に役立つ防災アクション



災害が発生すると、すぐには支援や救助の手が届かない可能性があります。そんな時に私たちができることは何でしょう？ 自分自身の身の安全を守る「自助」であり、周りの人と協力し、助け合う「共助」です。その方法には、身の回りのものを使った応急救護や搬送、消火器による初期消火などがあります。いざという時のために、正しい知識と方法をしっかり学びました！

応急救護訓練

応急救護とは、救急隊が到着するまでの間に行う、一時的な救命処置や手当のこと。命を救う可能性を高める大事な役割です。心臓の動きや呼吸が止まった人に胸骨圧迫(心臓マッサージ)などで血液を特に脳や心臓に送る「心肺蘇生」、けがの出血を止める「止血法」、気道に詰まった異物を取り出す「気道異物除去」を実践しました。



胸骨圧迫は1分間に100～120回のテンポで押すよ



救護される方が呼吸しやすいように、片手でおでこを押さえ、指2本であごを上げてから呼吸を確認します。6秒数えても無呼吸なら胸骨圧迫を行います

止血法



額からの出血を想定して実践。三角巾の中央を額に当て後頭部で交差させ結びます。傷口に結び目が当たらないように強く締めます。手ぬぐいやタオルでも代用できます



気道異物除去

窒息すると声が出ないため、両手を首の前で交差する「チョークサイン(窒息のサイン)」で知らせます。気道に詰まった異物を取り出すために、その人の背後から片手の拳をみぞおちに当て、もう一方の手で拳を包んで5回ほど押し上げます

慌てず落ち着いて行動すれば大丈夫！



「電気ショックが必要ですよ」と音声の流れたら、救護される方の体から手を離し、周囲の人も触れていないことを確認してからAEDのショックボタンを押します

AEDの使い方

AED(自動体外式除細動器)は心停止した人の心臓に電気ショックを与えて、正常な動きに戻す医療機器です。音声に従って電気ショックを与えた後は、直ちに胸骨圧迫を行い、救急車が来るまで、約2分おきに、解析と電気ショックを繰り返します。



参加してみよう！

消防署の救命講習

消防署では、心肺蘇生やけがの手当の方法を習得してもらうため、区民の方や事業所などを対象とした、応急手当の講習会を行っています。震災や風水害などで、同時に多数の傷病者が発生したときは、平常時のように救急車を期待することが困難となります。そこで、自主的な救護活動が極めて重要となります。いざという時に備え、自分や家族、周りの人の命を守るため、救命講習で応急救護の知識と技術を身につけましょう！東京消防庁のホームページで、区内の消防署で開催される救命講習の日程などをチェックしてみよう！



▲荒川消防署はこちらから



▲尾久消防署はこちらから

地域の防災訓練

区内の町会・自治会では、初期消火・応急救護などの訓練や、町会・自治会の担当者や区の職員が連携して行う避難所の開設・運営訓練を行っています。荒川区ホームページで、町会・自治会の防災訓練の日程などをチェックして参加してみよう！



▲避難所開設・運営訓練



▶起震車体験

消火訓練

火災発生時、火が小さいうちに行う消火活動を初期消火といいますが、そこで欠かせない消火器の使い方を学びました。火元から3mほど離れて狙いを定め、「ピン(を抜く)、ホース(を持つ)、レバー(を引く)」という合図で、順番に操作しました。

消火器が家や学校のどこにあるか確認しよう



上野 楓さん



火元に向かってノズルの先端をしっかりとって、いざ消火！訓練では、消火薬剤の代わりに氷の入った消火器を使いました

搬送訓練

災害時、けがなどで動けない人を搬送しなければいけない場合があります。そのために必要な道具が担架です。ただし、緊急事態が発生した場合、その場に担架があるとは限りません。毛布・衣類や物干し竿などの身近なものを使って、応急担架を作り、人を運ぶ練習をしました。



前後左右4人で運びます。安全に運ぶため、上げ下ろしは頭に近い方が指揮を取り、「3で持ち上げます。1、2、3」などと声を掛けます



レスキュー部の活動で、応急担架づくりの経験があるジュニア記者たち。スムーズに応急担架を作っていました



身近なもので人を運べるんだね！

佐藤 世歩さん

防災士の資格の取得費用を全額補助

区では、地域防災の担い手を育成するため、区内在住の中学生・高校生の年齢の方を対象に、防災士の資格の取得に係る、費用の全額補助を実施しています。皆さんも地域防災を担う、防災士になりませんか。皆さんのチャレンジをお待ちしています。

荒川区ホームページで、防災士資格取得助成についての制度や、申込方法などをチェックしてみよう！
[問合せ]危機管理課 ☎内線418



荒川消防署から皆さんへ

普段から「もし災害が起きたら」を想定して、家族で避難場所や行動を確認しておきましょう。また、応急救護の訓練は一度でも経験してほしいです。人助けには勇気が要るものですが、訓練経験があればあるほど自信がついて、いざという時にしっかり行動できるからです。

また、家庭でも家具類の転倒・落下・移動防止対策(家具転倒対策)やマイ消火器を備え、白頭から防災対策を行いましょう。



石川 明日香さん

体験してみてもうどうだった？

松島さん●チョークサインを初めて知りました。今日の体験を通して、周りの状況を見る大切さがわかり、視野が広がった気がします。これからは自信を持って行動できそうです

上野さん●印象に残ったのは、心肺蘇生です。もし人が倒れたら率先して動きたいと思いました。今日の体験で得た知識を資料にまとめて、レスキュー部のみんなにも共有したいです



謝さん●消火活動は落ち着いて行おうと思いました。今日の体験を通して、消防士になりたい思いはもっと強くなりました。夢に近づけるよう頑張りたいと思います！

佐藤さん●学校で学んだ訓練の復習ができてよかったです。訓練は繰り返すことで身に付くと感じました。重い装備の消防士さんの消火活動を邪魔しないように、助けになりたいと思いました