

第5回炊き出し防災学習会



この冊子は平成 26 年度日本郵便の年賀寄附金の助成を受けて制作しました。

じぶん いのち じぶん まも ひと いのち

きょうりょく たす

自分の命は自分で守る!人の命は、みんなで協力して助ける!



エーイーディ しりょう
AED 資料



みな たす きかい
~皆を助ける器械について~

エー イー ディ

AEDってなに？

しんぞう でんき なが
AED は、心臓に電気を流して心臓をちゃんと
もと うご もど かのうせい だれ つか
元の動きに戻せる可能性がある誰でも使える
きかい
器械だよ。

きゅうきゅうしゃ き
救急車が来てから AED を使って心臓に電気ショックを与えても、助かる命だって
ておく たす
手遅れで助からないかもしれないんだよ。
いしゃ きゅうきゅうきゅうめいし
だからお医者さんや救急救命士さんでなくとも、みんなで助け合えるように、色々
ところ
な所に AED がおいてあるんだよ。



救助が必要な人がいたら



**じぶん あんぜん
自分は安全？**

バリアで
自分も相手も守ろう！（グローブや
マウスシールドを使う）



**しんぱいそせいほう
心肺蘇生法**



**つよ はや
強く・速く しっかり胸を
お 押す！**

・速く（1分間に 100回以上）

・深く（5cm の深さ）

止めないでとにかく押す。

とっても疲れるからみんなで協力して交代しながら押す

**じんこうきゅう
人工呼吸ができるならする**

・する時にはマウスシールド使う！

できないならしないで大丈夫!!

とにかく胸を押し続ける



AED が届いたら・



「AED の使い方」を見てね

・ボタンを押す前に離れる事よく聞いて指示に従う事！

AED の指示があつたら…

→ 強く・速く胸を押す！を再び開始する

倒れている人が自分の力ではっきり動きだした時には胸を押すのを中止し、意識を確認する。AED はつけたまにしてね。

「○○さん、がんばれ！」「もうすぐ救急車が来るよ！」などの声かけをしましょう。意識がなくても聞こえているよ。

● AED の使い方 ●

① AED を探して持ってきてもらうか、持ってくる

② ふたを開ける **※準備中も胸を押して！**

③ 電源が入らなければ電源を入れる

④ **よく聞いて AED の言う通りに！**

⑤ パットを胸の 2 か所に貼る

⑥ ケーブルをつなぐように言われたら穴（ソケット）にはめて、つなげる

⑦ 「ショックボタンを押してください」と言われた

らみんながどこにも触っていない事を確かめて

⑧ **ボタンを押す！ → つづくよ →**

皆さんのお友達にも、障害をもって生まれた人がいると思います。
しかし、知っているけれどお話はしたことのない人もいると思います。
障害を持っている子供たちを支援しているNPO法人をしていきますので、
そのような人に、避難所であった時に皆さんがどのように接してよいかわから
なかつたり、どうしてのような行動をするのかわからなくて困つたりしない
ように、簡単にお話しいたします。

障害者は皆さんよりも敏感に怖がってしまいます。
皆さんも、突然地震が来た時に怖かったり、パニックを起こしたりしてどうし
てよいかわからなくなってしまうと思います。

障害者の方は、ずっとそのように怖いと思っています。
そのあとの行動をどうしてよいか直ぐには判断できません。
では、そのようなときに一緒に避難しなければならないときは、障害者の人が
できることを知っておくことで、皆さんも、障害者の方も理解し合い、
互いに助け合うことが「避難所のルール」と知ってください。

災害時に困ること

発達障害者の抱えている困難は多岐にわたり、また個人によつても大きな違いがあるので一概に説明することには無理がありますが、次にあげるような点が共通して持つてゐる困難といえます。

1. 災害時のような突発的な状況変化の把握が困難であり、臨機応変に対応することが困難。
2. 同時並列的な情報処理や行動調節のための優先順位決定が苦手なため、適切な行動が取りにくく。
3. 災害情報や避難情報などを自分の置かれた状況に照らし、適切に取捨選択し取り入れることが困難。
4. 外見上は健常者と区別がつかないため、視覚・聴覚的な情報が当然得られているだろうと見られがちなので、逆に適切な情報提供を受けられないことがある。
5. 特に発達障害児に見られる傾向として、災害後の混乱した状況に不適応を起こし情緒不安定になつたり、行動面で退行的な現象が見られたりする。

(2) 災害が起きたとき

災害発生時、ご本人の特性をある程度理解している人が周囲にいる場合にほ、そのような人の支援により避難行動を取ることができるように。発達障害者の場合、障害のない人以上に災害時の突発的な状況変化に適応できにくい傾向があり、パニックに陥ったりすることがありますので、支援者の適切な声かけや指示で適切な避難行動を取る必要があります。

外出先などで被災した場合で周囲に適切な支援者がいない場合は、自ら意思表示をすることで適切な支援を受けられるようにすることが必要です。発達障害者の場合、外見上ではいわゆる健常者と区別がついていくのでこのようないい意思表示が大切です。

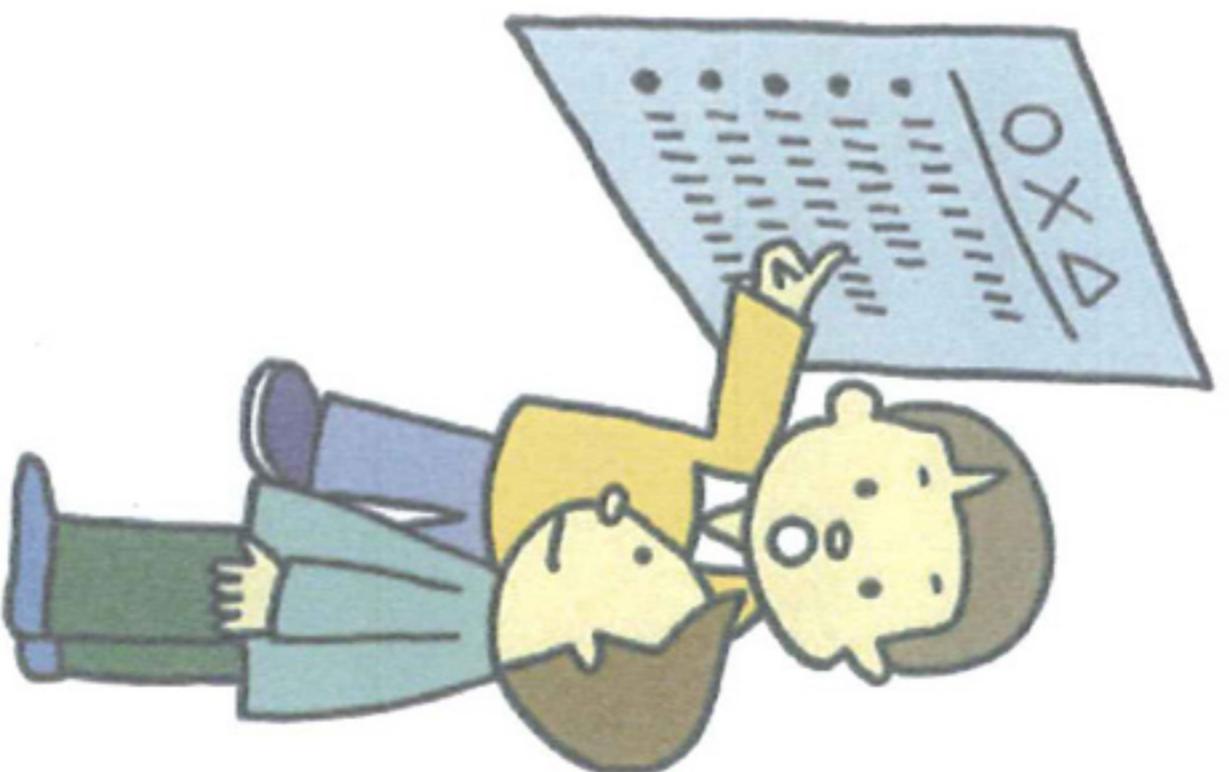
逆に言いますと、本人や家族などからの意思表示がない限り、周囲に気づかれにくい状況があります。災害時の混乱した状況の中ではこのような傾向は強まるでしょう。

さらに問題を複雑にしているのは、発達障害者の場合、ご本人または家族などが周囲に告知していないケースが多いと考えられることです。

このような事態をまねいている原因は様々でしようが、発達障害者を持つことが原因で近所付き合いが疎遠になっているケースもあるようです。具体的な配慮事項としては述べにくいのですが、このような複雑な問題があることを考慮する必要があります。

(3) 避難している とき（避難行動・避 難生活）

発達障害者の中には、もともと環境の変化に適応するのが苦手な人が多く、情緒不安定になつたり、普段できていたことができなくなるといった「退行的現象」を示す人がいます。このようなケースで、心理などの専門知識を持ったカウンセラーや、児童生徒の場合は学校の先生などによる「心のケア」が必要であり、一定の効果がみられた例があります。



また、災害後日数が経過し状況が落ち着いてきた場合には、発達障害者ご本人が避難所内などのボランティア活動に参加することで、情緒の安定を取り戻した例があるとのことです。

また、発達障害者の中には、避難所で見知らぬ人たちと長時間一緒に過ごすことが苦手な人がいます。可能であれば大部屋ではなく、他の人たちから離れた避難場所を提供するか、もしくは比較的人数の少ない小規模な避難所に移動できるような配慮が必要です。

発達障害者の中には、コミュニケーション能力の一部に困難がある人があります。避難所の建物内での放送等による伝達や、張り紙などの掲示物による伝達ではスムーズに伝わらないケースがあります。個別にその人にあった伝達方法を工夫する配慮が必要です。

避難所での集団生活という悪条件に、さらに災害のフラッシュバック現象が重なると、発達障害者の中には、周囲の人たちにとつて問題行動ととられる行動をとってしまうケースもあります。このような場合、ご本人の環境を調整したり、発達障害者の抱える困難や特性に関じて

分な知識と理解を持つカウンセラー等の派遣を配慮して欲しいところです。

また、発達障害者の中には適切な支援者のもと、自らが避難所内での様々な活動に参加できる人が多くいますので、このような能力を過小評価することなく活用していくような配慮も必要です。必要以上に子ども扱いしたり、足手まといのようになうことには避け欲しいもので

ポイント

1年に1回は救急講習を受け助けあおうね！！！



★AED の声がちゃんと聞こえるよう、まわりを静かにさせるのも立派な救助だよ。

★AED のパットは裸にして肌に直接貼ります。命が関わっているから恥ずかしいなんて言っていられません。でも…やっぱりみんなの前で裸になるのは恥ずかしいよね。意識のない人も同じ気持ち。みんなで裸の姿見えないようにしてあげるのも立派な救助だよ。

★AED のパットは絵の通りに2か所に貼ればOK。でも、もし絵の通りに貼れなくても、2枚がくっつかないように「心臓をサンドイッチ」して貼れていれば大丈夫だよ。

★AED が心臓のリズムを自動解析している時は、AED がちゃんと判断できるように倒れている人に触らないでね。

★汗や水で貼る所が濡れていたり、胸に貼付薬（貼り薬やシップなど）をしていたら、必ず剥がしてよく拭いてからパットを貼ってね。

★体毛が濃い場合は、パットごとはがして、かみそりでそりましょう。カミソリも AED についているよ。

★AED は日ごろから点検が大切です。バッテリーが切れる前に交換していく必要があるよ。

★勇気をもって助ける事をした人は、だれでも落ち着かなくなったり、不安になったり、そればかり考えてしまう事があるんだよ。そんな時には誰かに相談することがとても大切だよ。

2ひなんのやくそく

か
4つのやくそくを書き入れてみましょう。それぞれ、なぜ大切なのか、友だちとお話ししてみましょう。



お ○○○

か ○○○

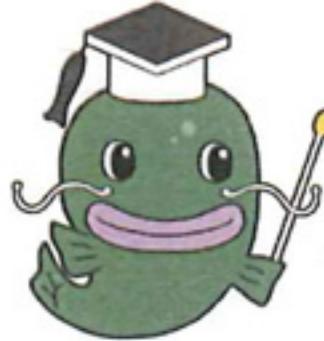
し ○○○○○

も ○○○○○

わかるかな？ -自分の命を自分で守るために

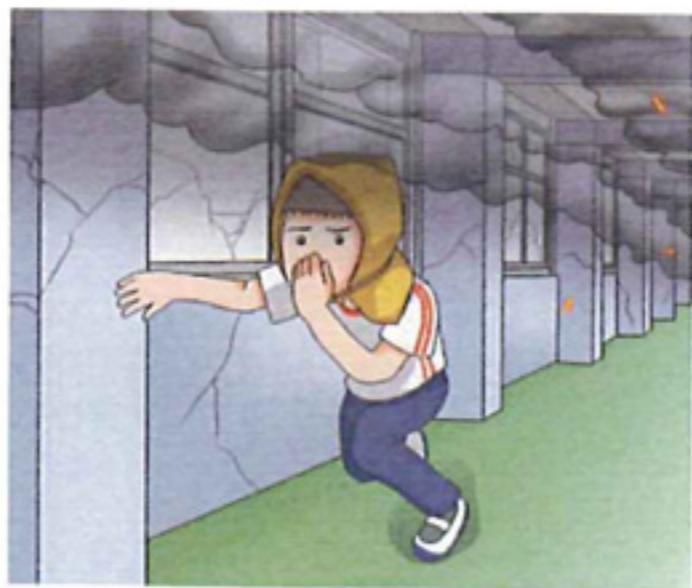
もんだい①

ヘルメットや防災
ずきんをどうして
かぶるのでしょう。



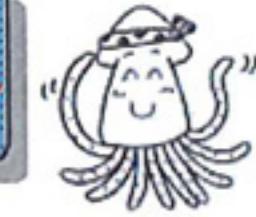
もんだい②

大きな地じんが
起きたと、火事が
起こることがあり
ます。
けむりの中から
にげるとき、気を
つけることは何
でしょう。



~よいこのみなさんへ~

イカのおすし



ひと よ ひと
ほとんどの人は、良い人です。

なか わる ひと
でも 中にはあなたを「ゆうかい」しようとする悪い人もいます。

あなたが知らない人に声をかけられたら？

イカない

し 知らない ひと ついて いかない



のらない

し 知らない ひと の 車に のらない



おおごえでさけぶ

たす 「助けて！」と おおきな声を 出す



すぐ にげる

こわかったら 大人の いる 方に

すぐ にげる



しらせる

どんな ひと 人が なに 何を したか、家の 人に しらせる



ぐんまけん けいさつほんぶ

<MEMO>

NPO 特定非営利活動法人 思いをつなぐ会

〒370-0068 群馬県高崎市昭和町 158-17

Tel:027-327-7566 Fax: 027-327-7612

E-Mail: info@npo-omoi.com

URL: <http://www.npo-omoi.com>

デザイン・制作協力 :

柴山良子 (MEDIC First Aid イストラクター)

※MEDIC FIRST AID (略称 MFA) の名称とロゴマークは、MEDIC FIRST AID International, Inc.の登録商標です

<参考文献>

・アメリカ心臓協会心肺蘇生と救急心血管治療のためのガイドライン 2010 日本版
(アメリカ心臓協会)

・改訂 4 班 救急蘇生法の指針 市民用・解説編 2010
(日本救急医療財団 心肺蘇生法委員会 ヘルス出版)

・改訂 4 版 救急蘇生法の指針 2010 医療従事者用

(日本救急医療財団 心肺蘇生法委員会 ヘルス出版)