

ひとりが知れば、誰かが助かる。みんなが知れば、あなたが助かる。

## 5分でできる！紙上初(?)ペーパー救急訓練



### 応急手当を学ぼう！

♥東京都では、救急車を呼んでから到着するまで平均7分かかっています。

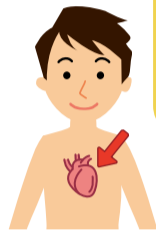
♥もしも倒れている人の呼吸も心臓も止まっていたら…。市民の皆さんが付き添っているこの7分間に、胸骨圧迫（心臓マッサージ）で酸素を循環させること、そしてAEDで心臓に電気ショックを与えることがとても大切です。

♥多くの方が応急手当を覚えることで、いざという時にお互いが助けあえる社会につながっていきます。

### 1 倒れている人を見かけたら…

1 声をかけて返事がない場合は、周りの人と協力して救急車を呼び、AEDを搬送しましょう。

2 普段どおりの呼吸（胸やお腹が上下するようす）がなければ、胸の真ん中を押しましょう。（早く、強く、絶え間なく！）



心臓は左だと思っただけで、押すのは真ん中なんだね！



### 2 AEDが到着したら…

1 まず、電源を入れましょう。（電源を入れると、AEDが声でやることを教えてくれます）

2 電極パッド（手のひら大のシール）を、倒れている人の胸に貼りましょう。絵のとおり、心臓をはさむように貼ります。



初めて使う人でも声とイラストで分かるよ！



### 3 電極パッドを貼り付けたら…

1 AEDが自動的に心電図を解析して、電気ショックが必要な場合は充電をはじめます。

2 ショックボタンを押すように言われたら、倒れている人に触らないようにして押しください。



ショックをする時以外は、安全なんだね！



### 4 ショックボタンを押したら…

1 すぐに触って大丈夫です。心臓マッサージを再開しましょう。

2 しばらくするとAEDが心電図の解析を始めます。そうしたら③に戻って対応しましょう。



もう少しで救急車が到着するよ！がんばって！



AEDの動画は、YouTube 東京消防庁公式チャンネルか、東京消防庁公式アプリでご覧ください。もっと詳しく知りたい、実際に訓練したいと思ったら、お気軽に消防署にご相談ください。



YouTube



アプリ

狛江消防署 03-3480-0119

## Digi Police

### 警視庁防犯アプリ

Digi Policeとは警視庁公式の防犯アプリです。知りたい場所の犯罪発生情報、アポ電情報を表示することができます。

ルート機能を使えば一番近い警察署や交番までの経路を表示できます。

助けて欲しい際に使える防犯ブザー機能や、画面上に助けを求めていることを表示する機能もありますので女性や学生にもおすすめのアプリです。

このアプリ一つで様々な防犯情報を確認することができますので、ぜひダウンロードして、ご自宅周辺の情報を受け取ってみましょう！

詳細はこちらから



### 盗難防止

## ワイヤー錠を配布しています！



市内の令和2年中の刑法犯認知件数は310件、そのうち113件が自転車盗の被害です。

自転車が盗まれると生活に影響が出るほか、盗まれた自転車がひたくりや空き巣、女性や子どもへの声掛けなど、重大な犯罪を誘発するおそれもあります。

自転車の盗難を防ぐためには、通常装備の鍵に追加で鍵をかけるツーロックが有効です。

鍵かけを徹底して自転車を守りましょう。



安心安全課窓口では、ワイヤー錠を配布しています。（在庫がなくなり次第終了します。）



## 狛江市消防団出初式



日時/場所  
令和4年1月9日（日）午前10時～11時30分  
木遣り・縄・梯子乗りは午前9時45分から  
多摩川緑地公園グランド

### 広告募集中！

安心安全通信に広告を掲載しませんか？（掲載料1枠25,000円）

市内全戸配布を行っています。次号は令和4年3月頃発行予定です。ご希望の方は安心安全課までお問い合わせください。

