

子育てひろば便り 臨時号

「安全対策を学ぶ講習会」を開催しました！

子育てひろばサポーター部会では、2026年6月19日（金）ドーンセンター中会議室（地下多目的室）にて、「あんしんポケットひらかた」の講師3名を迎え、「安全対策を学ぶ講習会」を開催しました。胸骨圧迫、AEDを使った救命方法（大人と乳幼児の場合）、止血、異物除去、骨折時の対応、防災への備えなどを実践を交えて学びました。

参加者は、子育てひろばのサポーター7名、ボランティア1名、他託児リーダー4名、居場所ほっとこ2名、エコロ委員1名、常任理事1名、理事1名も参加し、合計17名でした。

講習会の内容は、最初から最後までテンポ良く、また、重い内容でも時にはユーモラスでわかりやすい説明で楽しく学べる講習会でした。

参加者からは「助けられる命がある、しないよりはした方が良い」「わかりやすく楽しく学べた」「何度も繰り返し学びたい」などの嬉しい感想がありました。

子育てひろばが安心安全な居場所となるように実施した講習会でしたが、すべての人に知ってもらいたい大事な講習会となりました。

「あんしんポケットひらかた」さんのホームページ「今日の活動197」にも講習会の様子を掲載して頂いています。

「あんしんポケットひらかた」さんのホームページ「今日の活動197」



【講習会の様子】

◇はじめに

啓発用のDVD「あなたしか救えない大切な命～君の瞳とともに」の視聴をしました。パソコンからの映像のため視聴しにくくご迷惑おかけしました。日本心臓財団のホームページからご覧いただけます。

DVD「あなたしか救えない大切な命～君の瞳とともに」



◇講師のデモンストレーション



倒れている人がいます

反応がない時は大声で助けを呼びます。
「119で救急車を！」「AEDをもってきて！」
すぐに胸骨圧迫を始めます。
肘を伸ばして手のひらの付け根で押しましょう。



AEDの使い方の説明

電極パッドを素肌に貼り
AEDの指示に従いましょう。



人工呼吸の説明

人工呼吸は抵抗があれば省いても構いません。
小さいお子さんや水に溺れた人の場合は新しい酸素を入れるために推奨されています。



意識が戻ったら

回復体位（横向け）にして、救急車が来るのを待ちましょう。

◇全員で実習



意識がない人が倒れています

意識なし、呼吸なし。
応援を呼び119番、AEDの依頼します。
すぐに胸骨圧迫を始めます。
真上から垂直に。
強く！早く！絶え間なく！



AEDが来たら

電源を入れて指示に従います。
電極パッドは素肌にイラストの通りに貼ります。
交代しながら胸骨圧迫を続けます。

《ウラも見てね！》

◇乳幼児の場合



幼児は
片手、あるいは大人と同じように両手
で圧迫します。



乳児は
中指、薬指2本で。
床か膝の上に乗せて。
乳幼児の場合は胸の厚みの
3分の1ぐらいまで圧迫します。

講師のデモンストレーションの後、自由に体験しました。
意外と乳幼児でも固いこと実感しました。

◇骨折した時の対策法、止血や異物除去の説明



骨折の時は
固定をします。
手の骨折の時は三角巾で吊る
と楽になります。スーパーの
レジ袋が三角巾の代わりになり
ます。



止血は
直接血液が触れないように、タオル
などを出血している部分に直接当て
強く圧迫します。
(直接圧迫止血法)



異物がのどに詰まった時は
すぐに119番通報します。
その後、背部叩打法を試みましょう。
手のひらで背中を強く何度も叩きます。
また、後ろからみぞおちあたりで手を組んで、
ぐっと上に持ち上げる方法も試してみましょう。

◇防災への備えのお話

防災バッグの中身をいくつか紹介していただきました。
水を使用しないシャンプーや歯ブラシ、古いメガネ、LED ランプも便利。
水の備えは必須です。
一番困るトイレは自宅のトイレを利用する方法を紹介し、ペットボトルの水で凝固材が実際に
固まる様子も見せてもらいました。
新聞紙やペットシートも役に立つとの事でした。

◇最後に

質疑応答、アンケートに感想を記入してもらい終了となりました。
これからの子育てひろばの活動に役立てたいと思います。



生活クラブ生協大阪の
子育てひろばへ
遊びにきてね！



枚方「ひらひら」



茨木「クレードル」



高槻「ぼらん＊ぼらん」

是非、お近くの子育てひろばへ遊びにいらしてください！
どなたでも、申し込み無し無料で参加できます。