

普通救命講習Ⅰ タイムスケジュール

項 目	内 容	時 間
応急手当の重要性	・ 応急手当の目的・必要性等について	9 : 0 0 ~ 9 : 1 5
心肺蘇生法(座学)	・ 観察の手順 ・ 心肺蘇生法の仕方	9 : 1 5 ~ 9 : 3 0
心肺蘇生法(実技)	・ 接触から観察までの流れ ・ 心肺蘇生法(気道確保・人工呼吸・胸骨圧迫)	9 : 3 0 ~ 1 0 : 2 0
休 憩		1 0 : 2 0 ~ 1 0 : 3 0
AED使用方法	・ A E D の使用方法 ・ 心肺蘇生法を含めた A E D の使用方法について	1 0 : 3 0 ~ 1 0 : 5 0
AEDを含めた心肺蘇生法 (実技)	・ 心肺蘇生法・AED使用方法	1 0 : 5 0 ~ 1 1 : 3 0
異物除去法 止血法 体位管理	・ 腹部突き上げ法(ハイムリック法) ・ 背部叩打法 ・ 直接圧迫止血法 ・ 回復体位	1 1 : 3 0 ~ 1 1 : 5 0
修了証交付		1 1 : 5 0 ~ 1 2 : 0 0

別表第1（第4条関係）普通救命講習I

1 到達目標	<p>1 心肺蘇生法（主に成人を対象）を救急車が現場到着するのに要する時間程度できる。</p> <p>2 自動体外式除細動器（AED）について理解し、正しく使用できる。</p> <p>3 異物除去法及び大出血時の止血法を理解できる。</p>
2 訓練実施基準	<p>1 講習は、実習を主体とする。</p> <p>2 1クラスの受講者数の標準は、30名程度とする。</p> <p>3 訓練用資機材一式に対して受講者は、5名以内とすることが望ましい。</p> <p>4 指導者1人に対して受講者は、10名以内とすることが望ましい。</p>

項目		細目	時間（分）		
応急手当の重要性		応急手当の目的、必要性（突然死を防ぐための迅速な通報等の必要性を含む。）等	15		
救命に必要な応急手当（主に成人に対する方法）	心肺蘇生法	基本的心肺蘇生法（実技）	反応の確認、通報	165	
			胸骨圧迫要領		
			気道確保要領		
			口対口人工呼吸法		
	AEDの使用法	AEDの使用法（ビデオ等） 指導者による使用法の提示 AEDの実技要領			
			異物除去法		異物除去要領
			効果確認		心肺蘇生法の効果確認
	止血法	直接圧迫止血法			
合計時間			180		

- 備考 1 2年から3年間隔での定期的な再講習を行うこと。
- 2 訓練用資機材を充実させることによって、受講者一人ひとりが訓練用資機材に接する時間が増えて効果的な講習を行うことができれば、各消防本部の判断により講習時間を短縮することを可能とする。