

# ほうじょう

## 町づくりにあなたも参加しませんか スタッフを募集します

### 方城町職員採用登録試験

町では、平成13年度職員採用予定者の登録試験を次の通り行います。

- 試験日 平成12年10月22日(日)
- 受験の手続き 総務課人事係に用意している受験申込書に必要な書類を添えて、総務課人事係に申し込んでください。
- 受付期間 平成12年9月11日(月)～9月22日(金)
- 受付時間 8時30分～17時00分(土曜日、日曜日、祝日は除く。)
- 試験会場 福岡県立田川商業高等学校

※ 詳しいことは、方城町大字弁城2237番地の1  
方城町役場総務課人事係にお問い合わせください。  
(☎ 0947-22-0520)

#### (採用登録試験の職種及び受験資格)

職 種	採用予定数	年 齢	資格・免許
一 般 事 務	若 干 名	昭和40年4月2日から 昭和58年4月1日までに生まれた人	

- 第2次試験
- 試験日 11月20日(月) 第1次試験合格者に別途通知します。
- 試験の方法 面接試験を行います。

#### 町の人口

(平成12年7月末日)

男 3,785人  
 女 4,222人  
 計 8,007人  
 世帯数 2,945世帯

2000年(平成12年)9月第213号



編集・発行/方城町役場総務課 印刷/日光印刷  
 福岡県田川郡方城町弁城2237-1 〒822-1293  
 TEL (0947) 22-0520(代) FAX (0947) 22-0771



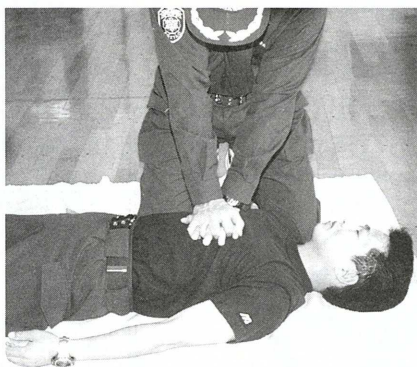
方城町伊方にお住まいの  
救命救急士 香月 隆さん

# 命を救うのは あなたです

## ドレミ・・・ 心肺蘇生法講座

どうか皆さん勇気を出して心肺蘇生法を行ってください。

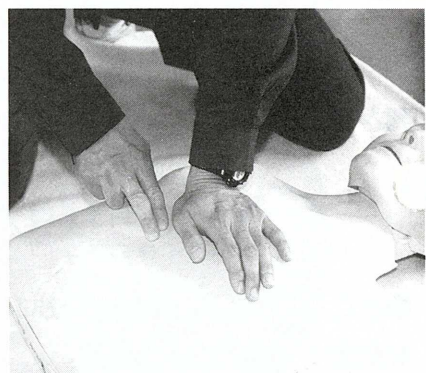
救命は、倒れた人のそばにいるあなたが主役。救急車が来るまでの5分間、どうか皆さん勇気を持って、ここに紹介した心肺蘇生法を実行してください。細かい回数などは忘れていても、息を吹き込み、心臓マッサージするだけで命が助かる確率は、何十倍、何百倍にもなるのです。



シ

### 心臓マッサージ

手を重ね、ひじをまっすぐ伸ばします。上半身の体重を利用して、胸を3.5～5センチ押し下げます。早さは、時計の秒針よりもう少し早いくらい(1分間に80～100回)で、リズムカルに。救急車が来るまで2回の人工呼吸の後15回の心臓マッサージを繰り返します。

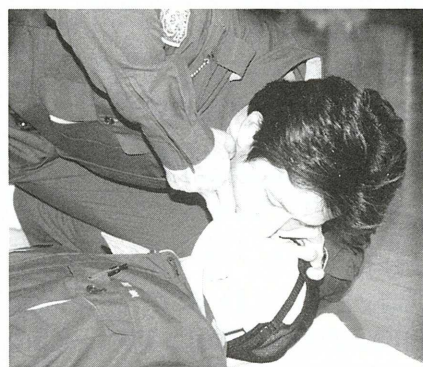


ラ

### らっ骨ーろっ骨ー肋骨 (胸の心臓マッサージの位置を見つめます)

写真のように胸の中央(みぞおち)部分を指で触ってみましょう。

肋骨が途切れる部分を感じたらそこから指2本分上部に、親指の付け根を当ててください。手のひらの肉厚の部分でここを圧迫して、心臓マッサージを行います。



ソ

### そっと手を当て総頸動脈で脈を見ます(人工呼吸をします)

写真のように首の頸動脈に手を当てて脈拍を見ます。

5秒間観察しても脈拍がなければただちに心臓マッサージを行ってください。脈拍があれば人工呼吸のみを続けます。人工呼吸は、成人の場合で5秒間に1回が目安になります。

ファ

### ファーと息を吹き込みます(人工呼吸をします)

5秒以上観察しても呼吸がないときは人工呼吸を始めましょう。

気道を確保したまま鼻をつまみ、息を吹き込みます。

抵抗なく息が吹き込めて、胸が軽く膨らむくらいが目安となります。最初は2回息を吹き込みます。

# あなたです

心肺蘇生法は難しいものと思われがちです。一つには、覚えることが一杯有りすぎる様に感じるからです。そこで、心肺蘇生法をドレミの音階で覚える方法をお教えしましょう。

基本は、①意識が有って呼吸していない人はいません。  
②呼吸していて心臓(脈)が止まっている人はいません。  
の二つです。  
意識→呼吸→心臓の順にみていきます。  
では、ドレミ・・・心肺蘇生法をお教えします。

ド

### どうしました?

目の前で人が倒れたら、意識があるかどうかを確認しましょう。

片方の手を額に当てて、もう一方の手で肩などを軽くたたきながら「どうしました?大丈夫ですか?」と声をかけます。なにか反応があれば意識がある、なにもなければ意識がないと判断します。



レ

### 連絡してください。

意識がなければ「だれか、119番に連絡してください。」と大きな声で助けを求めてください。自分ひとりで対処しようとしなくて、周りの人たちの協力を得ることが大切です。連絡すると場所や名前、倒れた人の症状などを聞かれます。落ち着いて答えてください。

### 3つ見ます

#### ① 口の中を見ます。

まず、口の中を見ます。写真のように、がまぐちを開けるようにして口を開かせます。口の中に、食べたものを吐いたり、血液がたまっていたり、呼吸の妨げになる異物があった場合は、顔を横に向けて、人差し指と中指にガーゼなどを巻き付けてかき出します。

#### ② 気道を見ます。

次に空気の通り道を作ります。意識がない場合、筋肉がダラリとなって、舌の付け根がのどをふさいでしまうこともあるそうです。額を下げるような感じで手をあて、もう一方の手であごの先端をもち上げるようにすると比較的簡単に気道の確保ができます。

#### ③ 呼吸を見ます。

最後に、気道を確保した状態で、耳を口もとに近づけて、呼吸音を聞き、肌に空気の動きを感じるかどうかを見ます。このとき目は胸のあたりに動いているかを見ている。倒れた人の呼吸の状態を目と耳、肌の3つの感覚で感じ取ってください。



救急車が着くまでの  
5分間!!救命

もしも目の前で、大切な家族が倒れたらどうしますか? 急いで119番に電話する人がほとんどでしょう。しかし、連絡を受けてから救急車が現場に到着するまでは、平均して約5分間かかると言われています。実はこの5分間こそ、その人の命を左右すると言われる大切な時間だったのです。この5分間であなたならなにができますか? ただじっと救急車がくるのを待つだけでは、この5分間で、正しい救命の手当をすれば、大切な人の命を救うことのできる確率は飛躍的に高まるのだそうです。9月9日は「救急の日」。今回はこれにちなんで、救命手当 もしもの時に、大切な命を救う方法について学んでみましょう。