

# 事業所防災リーダー通信 vol.20

事業所防災リーダーに向けて、防災知識や防災に関するお知らせ等を定期的に発信します。

事業所防災リーダーへのご登録、ありがとうございました！  
東京都防災リーダー事務局からのお知らせです。  
本メールは、事業所防災リーダーとして登録された際のメールアドレスにお送りしています。

## <<事業所防災リーダー必携②⑩>>

### ◆目の前に人が倒れていたら...

「もしも、目の前に人が倒れていたら」  
こんな時、冷静に対応できる自信のある人は少ないでしょう。それなのに、発災時は救急車もなかなか来てくれない中で、あなたが何かをしなければならないかも...  
そんな万が一のことなど考えたくもない、とってしまうかもしれませんが、ぜひ、周りの人を助けるためにできることを考えて、少し備えてみましょう。

#### □まずは応援を呼びましょう！

倒れている人を見つけたら、なるべく多くの人を呼び、早めにAED等を持ってきてもらいましょう。  
呼びかけで**医療関係者**を見つけられればなお良しです。  
ぜひ協力してもらいましょう。



#### □顔色と呼吸をチェックしましょう

「意識がない」「顔色が変わる」「呼吸が変わる」は危険な兆候です。

災害時で救急車が来なかったり通信ができない場合は、**自力で近くの医療救護所や医療機関まで運ぶ覚悟**を持ちましょう。そのために、**近くの施設までの安全な道順は事前に確認**しておきましょう。



#### □呼吸がない場合はAEDを装着しましょう

呼吸もない場合は、速やかにAEDを使用しましょう。  
AED機器が主導するので、使用法があまりわからなくても大丈夫です。  
でも、AEDの使い方や基本的な救命処置は、平常時から救命講習会などで身につけておくと安心ですね。



(出典：「減災カレンダー-HDMG」 絵 沙倉拓実、©HDMG)

### ◆何よりもまず、発災時にけがをしないこと！



発災時にけがをすると、平常時よりも治療を受けることは大変になります。災害が起きても**なるべくけがをしない、病気にならない備えを心掛け**ましょう。  
たとえば事業所内の整理整頓、家具の転倒・移動・落下防止はとても重要です。

(図出典：東京防災)