

たいせつな人をまもるための

心肺蘇生法と AEDの体験講習会

主催：ナユキスイミングクラブ
新ペンギン倶楽部

日時：10月19日(日)
場所：☆国立青少年センター センター棟 小研修室 5A
☆利用クラブ名 トマト倶楽部子供会
① 9時-10時30分 ②10時30分-12時 各回10名

参加費：無料

対象：6歳以上 会員外のお友達もご参加いただけます。

経験者の方も大歓迎です。練習をしないと忘れてしまうことがありますので、再確認の場としてご活用ください。

申込方法：sc.nayuki@gmail.com (半角英数)

- ①上記アドレスまでご希望の時間と参加者氏名をご連絡ください。
- ②その後、文末にあります、申込書のご提出をお願いします。



新ペンギン倶楽部会員以外の方も参加できます。他のスイミングにそのまま通いながら、ペンギン倶楽部のプログラムに参加してください。スイミングに行っているお友達も、行っていないお友達も、みんな一緒に参加することができるのが新ペンギン倶楽部です。ぜひ声をかけてあげてください。

当クラブの水泳指導では、「1,000m」を泳ぎきれる泳力を身に付けることを重要課題としています

水泳を習い始める理由(健康のため、学校級のため...)は人それぞれではありますが第一の目的は水難から自分の命を守ることでできる水泳を身に付けることではないでしょうか。

水難事故の多くは、自然の水辺(スイミングプールのように監視員がいたり足の着くところでの事故よりも)で起こります。水難回避のための水泳(着衣泳など)はもちろん大切ですが最も重要なのは本人の泳力です。いざとなった時、命が助かるためには、最低1,000m泳げるようになって

おく事が必要なのです。

人の命を救うことも重要です

同じように、人の命を助けることも重要です。

水難事故が起きた時には、その場での救命処置が必要となる場合が多くあります。助けてくれる監視員や救急隊員がいなければ、その場にいる人が行わなければなりません。

水難事故に限らず、自分の身近な人が突然倒れてしまった場合にも救命処置が必要となります。



当クラブのコーチが指導に当たります

体験練習の指導は、救急蘇生法適任者である、当クラブの名雪大岳、丹羽有子、丹羽良太が行います。

「心肺蘇生法が初めて」という方でも安心してご参加いただけます。

救急車が来るまでに6分間！

心臓停止で3分間、呼吸停止で10分間放置されると死亡率が約50%！！

この図は、心臓停止、呼吸停止、出血などの緊急事態における経過時間と死亡率の関係を示したものです。

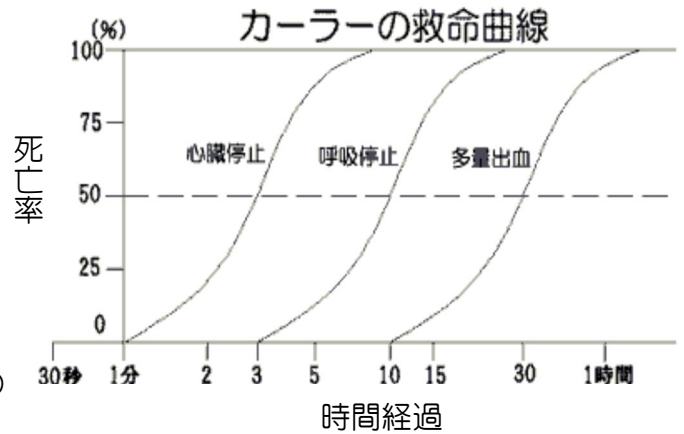
例えば、**心臓停止では3分間、呼吸停止では10分間** 放置されると**死亡率が約50%**になります。このことは、緊急事態が重大であるほど早く適切な応急手当をしなければ、死亡者が増加することを意味しています。

救急車が来るまでに全国平均6～7分！

救急隊員が来るまでの空白の6～7分間が傷病者の生命を大きく左右することになります。東京都内であれば、渋滞などもあり、もっと時間が掛かることも想定できますね。

その場に居合わせた時、私たち一人一人が心肺蘇生法が行えたら、傷病者は助かるかもしれません。

これは自分の大切な人(家族や友人)のためだけではなく、周りの人々のためでもあります。決して他人事ではありません。その助け合いの気持ちが巡り巡って、自分や自分の大切な人を助けてくれます。



たいせつな人を守るため
この機会に是非体験してください！！



- ※ 各回先着10名となりますので、お早めにお申し込みください
- ※ 当日は動きやすい服装(ヒザを床に付けて行いますので、長ズボンが良いです)、運動靴でお越しください。
- ※ 人工呼吸の練習も行いますので、歯ブラシセットもお持ちください。

「2014年」心肺蘇生法とAEDの体験講習会

申込日 月 日

私は2014年 心肺蘇生法とAEDの体験講習会に参加いたしますので、ここに申込みをいたします。

(以下必ずご記入下さい)

参加者氏名 _____、

保護者氏名(参加者が未成年の場合) _____ 印

住所 _____ 通常連絡先 () _____、

緊急連絡先(通常連絡先以外) () _____、

連絡事項、質問事項(水泳指導の事についてのご質問でもお受けします)

