



AED 講習会@東大阪事業所



日時：6月22日 13:00~16:00
場所：東大阪事業所 3F 会議室及び倉庫 2F
参加者：社員 16名

内容：3F 会議室にて AED 取り扱い説明及び講習
倉庫 2F にて AED 実技救命講習

今期の大阪では 3 回目の AED 講習会です。初めて受講する社員もいますが、複数回受講する社員も増えてきました。身近な人が倒れた時に何が出来るか……。迅速で正確な行動がその人の命を左右します。今後もひきつづき AED 講習会を行い、社員受講率 120%以上を目標にしております！！



新入社員も真剣に取り組んでいます。



胸骨圧迫しながら AED 準備。応援要請は重要です！



気道異物（窒息）の対応について



☆新人さんいらっしゃ〜い☆



今回は大阪製作課の新入社員 2 名に AED 講習会の感想を聞きました。

◎製作 3 係 北嶋一絵◎

今回 AED 講習会を受けさせて頂き実際に人形に心肺蘇生を行いました。胸骨圧迫は思ったよりも力があるため 1 人で長時間行うことはとても困難で、みんなで協力して心肺蘇生を行わなければならないと知りました。また、幼児の心肺蘇生を初めて習ったのですが、大人とは方法が違い、胸を押す力の加減がとても難しかったです。以前、教習所や学校で AED 講習を受けたことがありましたが、今回の講習会を受けて忘れていたことがとても多いと感じました。心肺蘇生の方法と AED の使用方法をよく復習し、いざという時に素早く対応できるようにしたいと思います。



サイン担当 北嶋です！

◎製作 2 係 本田百香◎

今回 AED 講習会で AED の使い方や人工呼吸、心臓マッサージの方法を学びました。指導員の方のお話で、いつ、だれが突然倒れて意識不明の状態になってもおかしくないと聞き、自分もきちんと方法を知っておくべきだと強く感じました。実際に突然傷病者が出た時にスムーズに行動することは難しいと思いましたが、自分で経験することによって自分が目の前で倒れている人を進んで助けなければいけないという意識を持てるようになったと思います。手順をしっかり教えて頂いたので、それを意識して臨機応変に行動しようと思いました。



仕上げ担当 本田です！

ちよこっとコラム

夏の繁忙期を乗りきる為に有効な対策をご紹介します！

◎サングラスをかけるのは眩しいからだけじゃない！！

実は、目から入った紫外線により角膜で疲れを引き起こす原因となる活性酸素が発生します。この、目から入ってくる紫外線で発生する活性酸素も、疲れの原因のひとつなのです。外出や運動などで太陽にさらされる場合、サングラスをかけると疲れの度合いが違いますから、ぜひ活用しましょう。濃い色のサングラスは目が夜だと錯覚して、瞳孔がより開かれた状態になり、眼球が紫外線を受けやすくなってしまいますので薄い色のものにしてください。

◎常温の水が体に良い。

冷たいと体がびっくりしたり、体の中で水分が常温になるのに時間がかかります。常温のほうが体に吸収しやすく、筋肉を動かしやすいそうです。

◎汗対策の決め手は「重ね着」

体温が上がると汗が出て、その汗が蒸発するときに熱が奪われて体温を下げますが、体にフィットしたインナーを着ていると、汗をまんべんなく吸収して体温を抑えることができるのだそうです。

