

## 普通救命講習Ⅰ カリキュラム(例)

時 間		項 目	内 容
時 分 ～ 時 分	分	挨拶等	講師紹介 本日のカリキュラムの説明
時 分 ～ 時 分	分	救急蘇生法の重要性	救急蘇生法、救命の連鎖について
時 分 ～ 時 分	分	救命の手当 心肺蘇生法	成人の心肺蘇生法実技展示
時 分 ～ 時 分	分	安全確認～呼吸観察まで実技	2人1組で実施 (患者役・救助者役交互に)
時 分 ～ 時 分	分	休 憩(10分程度で調整)	
時 分 ～ 時 分	分	心肺蘇生	訓練人形を使用し、人工呼吸と胸骨圧迫を実施 成人の心肺蘇生法の一連の流れ
時 分 ～ 時 分	分	AEDの説明	AEDの必要性
時 分 ～ 時 分	分	AEDを取り入れた心肺蘇生法	成人の心肺蘇生法実技展示
時 分 ～ 時 分	分	休 憩(10分程度で調整)	
時 分 ～ 時 分	分	AED+心肺蘇生1人法の流れ	成人の心肺蘇生法
時 分 ～ 時 分	分	異物除去法	背部叩打法・腹部突き上げ法
時 分 ～ 時 分	分	止血法	止血法についての説明
時 分 ～ 時 分	分	質疑	