

Save ALL, Share LOVE みんなを助けよう！愛を分かち合おう！

PUSHコースをオンラインで体験してみませんか？

みなさん、新型コロナウイルス感染症の流行により、健康面での不安や外出自粛によるストレスは溜まっていますか？今回、日本AED財団がオンラインによるPUSHコース（AED・救命講習会）を企画しましたのでご紹介いたします！

プログラム

- 1: **健康を守る** (10分)
～皆で筋トレ！～
- 2: **命を守る** (30分)
救命講習 (PUSHコース)
- 3: **社会を守る** (10分)
自分の健康/健康情報の管理について



なるほど～。PUSHコースだけではなく
簡単な運動や自分の健康管理についても
考える時間があるんだね！

講習はZOOM®アプリ
を使って行われるよ！



1 毎回アスリートが登場するよ！
簡単な運動で“こころ”も“からだ”
もリフレッシュ！！

健康を守る。～皆で筋トレ！～

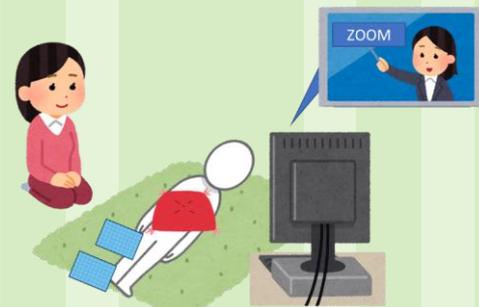
腹筋の気持ちを知る

ウイルスに負けるな！
運動不足を解消して元気な体を作ろう！
休み明けに、皆に筋肉を見せつけよう！



日本AED財団

2 『救え！！ボジョレー』のDVDを使って、
心停止ってなに/ 胸骨圧迫の仕方/ AEDの
使い方を学ぶよ！胸骨圧迫の体験には、
座布団やクッションなどを使ってみてね！



3 アプリを使った健康管理と自宅での健
康観察について紹介するよ！

社会を守る。自分の健康/健康情報の管理

- ・対策をしても感染してしまうかも
 - ・早期発見のために健康観察を！
 - ・「体温」
 - ・「せき」
 - ・「息苦しさ」
 - ・「痰」
 - ・「のどの痛み」
 - ・「体のだるさ」
 - ・「下痢」
 - ・「頭痛」
 - ・「その他風邪症状」
 - ・「解熱剤・せき止め薬・かぜ薬等の服用」
- こんなに大変・・・





知ってる??

With コロナでの

救命方法



新型コロナウイルス感染症と共に生活している現状において、救助活動に伴う救助者の感染が気になる場所です。そのような状況下であっても心停止に陥った人を救命するために、最も優先すべきはAEDによる電気ショックであり、電気ショックの前後には胸骨圧迫をしっかりと行う必要があります。傷病者の感染がとくに危惧される状況では、**相手の口を布などで覆って行うことが勧められます**。人工呼吸は、感染のリスクが危惧される状況下では行わない方が望ましいと考えます。また救命活動に関わった後には、**手洗い**を忘れないで下さい。救命といえども、まずはご自分の身を守り、無理はせずにできることをしてください！今こそみんなでPUSH！



『PUSHコース開催支援システム』をより使いやすく改修中

PUSHコース開催支援システムは、PUSHコースの開催およびインストラクターの管理に利用されているものです。現在PUSHプロジェクトに賛同し、全国各地域で活動の輪を広めている団体は12団体あり、その他にも立ち上げの準備をしている地域が多くあります。

(<https://osakalifesupport.or.jp/push/group/>) こういった各地域の取り組みを後押しする意味でも、大きくリニューアルを計画しています！

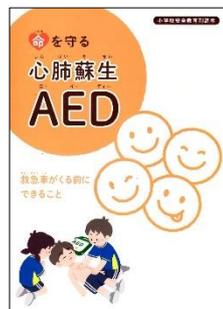
どんなことができるの??

- ♥ 各地の講習会情報をPUSHホームページで公開！受講者の募集までできちゃうよ♪
- ♥ 団体独自のマークを入れた受講証の発行ができるよ！
- ♥ これまでどおり指導に必要な教材や資料の閲覧・取得ができるよ！



心肺蘇生・AED副読本が新しくなりました！！

日本AED財団より発行されている小学校安全教育副読本『命を守る 心肺蘇生・AED』が改定されました！日本AED財団のホームページよりダウンロードできますので、ご興味のある方はこちらへアクセスしてください↓↓



<https://aed-zaidan.jp/download.html>