

5 防災マップについて

～防災マップの使い方～

まず、自宅の位置を確認しましょう。

災害が想定される位置を確認しましょう。ご自宅がある場所は、どのような災害が予想されるのかを、地図をみて確認しましょう。



次に、自宅付近の避難所を確認しましょう。

自宅に一番近い避難所を地図で確認しましょう。



災害想定区域を避けて、避難経路を決めましょう。

避難経路を地図で確認し、土砂災害や津波などの災害が想定される場所を避けて避難できるようにしましょう。



実際に避難経路を歩いてみて、安全を確認しましょう。

家庭や地域で話し合いながら、実際に歩いてみましょう。避難経路に危険な場所がある場合には、避難経路を見直しましょう。



AEDの使い方

AEDの操作手順は、すべて機械が音声メッセージを出してガイドしますので、音声メッセージのとおりに行えば一般の人でも簡単に操作ができます。



1. 電源を入れる。

2. パッドを貼る。

パッドを貼る場所は、パッドに図で表示されているので、それにしたがって患者に貼り付けましょう。なお、電気を使用しますので、感電防止のために皮膚が濡(ぬ)れていないことを確認しましょう。

3. コネクターを指定された場所に差し込む。

機械が心電図を解析し、心室細動(心臓の痙攣(けいれん))を検出すると、自動的に充電します。

4. 放電ボタンを押す。

充電が完了すると、「放電してください」との音声メッセージが流れるので、それにしたがって、放電ボタンを押しましょう。このとき必ず自分と周りの人も離れ、患者に触れないようにしましょう。