**全体プログラム概要**

1. **導入・消防体制と119番通報のしくみ**（約10分）
2. **乳幼児の心肺蘇生法（実技含む）**（約30分）
3. **痙攣（ひきつけ）時の対応（バクスミー含む）**（約10分）
4. **アナフィラキシー（エピペン含む）**（約10分）
5. **窒息時の対応**（約10分）
6. **水難事故の対応・予防**（約5～10分）
7. **現場での経験談**（約15分）
8. **まとめ・質疑応答**（残り時間）

1～6の内容でだいたい1時間半前後、7と8で合計30分程度を想定しています。

**1. 導入・消防体制と119番通報のしくみ（約10分）**

* **自己紹介・目的説明**
  + 消防士としての経歴、救急隊長・指導救命士としての役割
  + 今日の講習では「乳幼児に多い緊急事態への対応」を学ぶ
* **消防体制の概要**
  + 管轄する消防本部の体制、出動形態
  + 資機材や人員配置などの簡単な紹介
* **119番通報システム**
  + どのように通報が受理され、救急隊が出動するか
  + 通報時に伝えるべき情報（場所、状況、年齢、症状 など）
* **搬送件数や主な搬送先医療機関**
  + 年間どのくらいの救急要請があるのか
  + おもな小児の受け入れ病院
  + 「この地域ではこういう症例が比較的多い」などの特徴があれば共有

**2. 乳幼児の心肺蘇生法（約30分）**

1. **理論的なポイント（10分）**
   * 成人との違い：力加減、頭部後屈の程度、人工呼吸の量
   * 胸骨圧迫の深さやテンポ（1分間に約100～120回）
   * 圧迫と人工呼吸の比率（30:2）
   * AEDの使用：パッドの貼り方（小児用パッドがあれば使用、なければ成人用でも可）
2. **実技（20分）**
   * **デモンストレーション**：講師が人形を使って正しい姿勢・圧迫方法を説明
   * **受講者による実技練習**：グループ・ペアで、乳幼児用の人形を使用
   * **フィードバック**：圧迫の深さやテンポ、手の位置などを講師が随時修正

**3. 痙攣（ひきつけ）時の対応（バクスミー含む）（約10分）**

1. **熱性けいれんなど、子どもの痙攣の特徴**
   * 痙攣の原因（熱性、頭部外傷、持病など）
   * 危険なサイン（長引く痙攣、呼吸状態が悪い、意識が戻らない など）
2. **対応手順**
   * 周囲の安全確保・ケガ防止（周辺の物をどかす）
   * 口に物を入れない、体を無理に押さえつけない
   * 痙攣が落ち着いたら呼吸の確認・回復体位など
   * 救急車を呼ぶタイミング（初めての痙攣、5分以上続く、顔色不良など）
3. **バクスミー（痙攣止め薬）の説明**
   * 医師の処方がある場合の使用方法（鼻腔投与）
   * 使い方と保管上の注意
   * 万が一使用しても痙攣がおさまらなかったり、意識レベルが低下していれば速やかに救急要請

**4. アナフィラキシー（エピペン含む）（約10分）**

1. **アナフィラキシーの症状**
   * 食物アレルギー（卵、乳製品、ピーナッツなど）、ハチ刺傷 など
   * 呼吸困難、蕁麻疹、顔面蒼白、血圧低下 などが同時に起きる場合
2. **エピペンの使用方法**
   * エピペンの構造、打つ場所（太ももの外側前面）
   * 実際の打ち方・使用タイミング
   * 使用後も症状が改善しない場合は再投与の可能性（医師からの指示・処方に準じる）
   * いずれにしても早期の救急要請が重要
3. **日常生活での注意**
   * アレルギーの原因食物を把握し、除去・制限食を意識する
   * 保育園や幼稚園、小学校との情報共有

**5. 窒息（誤嚥）時の対応（約10分）**

1. **誤嚥の起こりやすい場面・食材**
   * ブドウ、ミニトマト、ゼリー、ナッツ類など
   * 食事中の姿勢が悪い、遊びながら食べる など
2. **応急処置**
   * **意識がある場合**：背部叩打法、乳幼児の場合は胸部突き上げ法
   * **意識がない場合**：心肺蘇生を開始する
3. **注意点**
   * すぐに口を無理やり手でかき出そうとしない（奥へ押し込む危険）
   * 呼吸状態（苦しそう、咳が弱い or できない）を観察して迷ったら救急要請

**6. 水難事故の対応・予防（約5～10分）**

1. **家庭内での水難リスク**
   * 浴槽や洗面器でも溺れる危険性
   * 浴槽の水は使わないときは抜く、子どもから目を離さない
2. **外出時の注意点**
   * プールや海、川での監視・ライフジャケット着用
3. **溺れた場合の対応**
   * 水中からの救助は無理をせず周囲の大人と協力
   * 救助後、呼吸や意識の確認 → 必要なら心肺蘇生

**7. 現場での経験談（約15分）**

ここでは受講者の理解を深めたり、印象を強く残したりするために、**実際の事例を可能な範囲で共有**します。

* **分娩介助**
  + 救急隊が到着するまでに分娩が進んだケース
  + 赤ちゃんの産声やお母さんへの声かけの大切さ
* **孫を心配しすぎてパニックになる祖母**
  + 家族の取り乱しで現場が混乱することもある
  + 周囲への声掛け・協力がどれだけ大切か
* **交通事故**
  + 車内の子どもがケガをしている場合の対応
  + シートベルトやチャイルドシートの重要性
* **ピーナッツを鼻に詰まらせた子ども**
  + 子どもの好奇心が原因になる事故例
  + 焦らず対処して、早めに医療機関へ
* **お父さんの自殺事例**
  + 心の問題が背景にある場合
  + ショックで動揺している家族への対応の難しさ

**注意点**

* ショッキングな内容も含まれるため、言葉選び・表現には配慮する
* 「こういう現場がある」という事実を伝えつつ、受講者が過度に不安にならないようフォロー

**8. まとめ・質疑応答（残り時間）**

* **主要ポイントの再確認**
  + 乳幼児のCPRのキーポイント
  + 痙攣（バクスミー）、アナフィラキシー（エピペン）の使い方
  + 窒息と水難の予防と対応
  + 救急要請のタイミングと伝え方
* **質疑応答**
  + 講習全体で疑問点がなかったか確認
  + 日常生活での予防策や、急変時の具体的な対処法など
* **受講者へのメッセージ**
  + 「今日学んだ知識は、いざという時に家族や周囲の人を守る力になる」
  + 「分からないこと、不安なことがあれば遠慮なく消防や医療機関に相談を」

**進め方のヒント**

1. **時間配分のメリハリ**
   * 受講者が体験しやすいように、心肺蘇生の実技には十分な時間を確保
   * 話すトピックが多いので、エピソードは短めにまとめて興味を引きながら進める
2. **用意するもの**
   * 乳児・小児用の人形、AEDトレーナーなどの実技用機材
   * バクスミー・エピペンのトレーナー（可能であれば）
   * 窒息対策の背部叩打法・胸部突き上げ法の説明用資料
3. **ショッキングな事例の伝え方**
   * お父さんの自殺例など、重い話題は事前に「少し重い内容のお話になります」と前置きし、配慮を忘れずに
   * ゴールは“不安を煽る”ことではなく、「日頃から声を掛け合い、早めの対応をすること」の重要性を伝える
4. **双方向性を大事に**
   * 質疑応答や、随時「ここは分かりますか？」と問いかけながら進めると理解が深まる

以上が、2時間程度の講習プランです。乳幼児を育てる方にとって、

* **実技を通して“自分でできる”感覚**を掴むこと
* **実際の現場の生の声**を聞いて、適切な判断や早めの通報がどれだけ大切かを学ぶこと

が非常に大きな学びになるはずです。参考にしていただき、受講者が安心して受けられる講習をぜひ実施してください。