

救命入門コース（45分）講習プラン作成例

項目		細目	指導内容	時間 (分)
応急手当の重要性		○応急手当の目的・必要性 ○予防救急等	説明はボジョレーに教わる救命ノート指導作用アプリとテキストを活用	15分
（主に救命に必要 な対 応 手 当 方 法）	心肺蘇生法	胸骨圧迫のみの心肺蘇生（実技）	指導者による展示後、実技指導を実施 ・指導者用アプリを活用 ・実技指導は心肺蘇生トレーニングキットを活用（消防署から借用する）	15分
		○胸骨圧迫		
	心肺蘇生法	AEDの使用法	指導者による展示後、実技指導を実施 ・指導者用アプリを活用 ・実技指導は心肺蘇生トレーニングキットを活用	15分
		○AEDの実技要領		
合計時間				45分