

赤十字救急法「短期講習」「オンライン講習」一覧

NO.	短期講習名	内容	標準時間数	準備物	教材費等
FA1	一次救命処置 (AED+CPR)	・手当の基本(観察等) ・心肺蘇生の重要性 ・気道異物除去 ・気道確保 ・人工呼吸 ・胸骨圧迫 ・AEDを用いた電気ショック 以上の項目の学科と実技	120分～	ホワイトボード	「知っていれば安心ですー心肺蘇生とAEDー」 @53円 一方向弁付き吹き込み用具 @182円
FA2	きずの手当 (止血と包帯)	・手当の基本(観察等) ・きずの種類と危険性 ・止血 ・保護ガーゼの目的 ・三角巾の使用法 ・応用包帯 以上の項目の学科と実技	120分～	ホワイトボード 毛布4～5枚 タオル1人1枚 人数分の三角巾 <u>保護ガーゼの代わり</u> <u>のハンカチ等</u> (日本手拭等)	「救急法の基礎知識～備えあれば安心～」 @53円 三角巾 @250円
FA3	骨折の手当	・手当の基本(観察、体位、保温) ・三角巾の使用法(基本) ・止血 ・骨折 ・脱臼 ・捻挫	120分～	ホワイトボード 毛布4～5枚 タオル1人1枚 人数分の三角巾 古ダンボール 新聞紙等	「救急法の基礎知識～備えあれば安心～」 @53円 三角巾 @250円
FA4	急病の手当	・手当の基本(観察、体位、保温) ・心臓発作 ・脳卒中 ・気管支喘息などの呼吸困難 ・低血糖 ・熱中症 ・中毒 ・アナフィラキシーなど 以上の項目の学科と実技	120分～	ホワイトボード 毛布4～5枚	教本コピー
FA5	その他	・搬送、救護等の内容を組入れるも可能	適宜	ホワイトボード 毛布4～5枚	

*原則として、受講者10名以上で実施してください。

*原則として、1人の指導員を派遣しますが、受講者数と内容により、指導員派遣数が増えることがあります。

*教材費は、講習内容に応じて負担をお願いします。(上記教材費欄参照)

*指導員派遣料(一人1日@5,000円以上、4時間未満)及び講習に必要な資材の搬送経費等は、申請者の負担となりますのでご了承ください。(地区区分主管で、対象者が赤十字地区区分職員、赤十字奉仕団員、青少年赤十字加盟校等は免除となります。)

*学科・実技ができる会場が必要です。

NO.	オンライン講習名	内容	標準時間数	準備物
WE-FA1	一次救命処置 (AED+CPR) 【オンライン講習】	手当の基本、心肺蘇生の重要性、気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AEDを用いた電気ショック (講義・実技)	60分～	Tシャツ1枚/人、500mL～2Lペットボトル1本/人 資料を事前にメール送信 ※人数分の印刷・切り取り等の 事前準備が必要です。
WE-FA2	きずの手当 (止血と包帯) 【オンライン講習】	手当の基本、きずの種類と危険性、止血、保護ガーゼの目的、三角巾の使用法 (講義・実技)	60分～	三角巾大サイズ(105cm×105cm×150cm) 薬局・ネット通販で各自購入 資料を事前にメール送信
WE-FA3	急病の手当 【オンライン講習】	手当の基本、心臓発作、脳卒中、気管支喘息等の呼吸困難、低血糖、熱中症、中毒、アナフィラキシーなど (講義のみ)	60分～	資料を事前にメール送信

*受講者5名以上で実施してください。

*接続は指導員を含めて100台までの制限があります。(指導員で1～3台使用します。)

*受講料 無料(参加にかかる通信機器・通信料等は主催団体で対応願います。)

*原則として、平日10時～17時の時間帯の中で実施してください。

赤十字防災セミナー「短期講習」「オンライン講習」一覧

No.	短期講習名	内容	標準時間数	準備物	教材費等
B1	災害への備え (講義形式)	防災や減災の考え方、地震・津波・風水害がもたらす様々な被害から、平時の備えの重要性を理解する。感染症から身を守るなど。	60分～	プロジェクター スクリーン	「災害への備え」 (支部印刷対応)
B2	災害エスノグラフィー (グループワーク含む)	被災した人々の視点で書き留められた読み物から、被害を追体験し、被災状況をイメージする。	60分～	プロジェクター スクリーン	
B3	災害図上訓練(DIG) (グループワーク含む)	地域の防災マップの作成を通じ、防災上の資源や危険性を把握し、個人や地域の防災意識を高める。	120分～	ホワイトボード プロジェクター スクリーン	
B4	家具安全対策ゲーム(KAG) (ペアワーク含む)	自宅(部屋)の平面図を描くゲームを通じて、地震で起こる被害や家具の安全対策の必要性を把握・理解し、身の安全を守る方法について行うべきことを検討する。	30分～	プロジェクター スクリーン	
B5	ひなんじょ たいけん (グループワーク含む)	大地震における避難所生活の一部をイメージした「避難所をつくるカードゲーム」を通じて、避難所での「避難者の目線で心がける事柄」を理解する。	90分～	プロジェクター スクリーン	
B6	応急手当 (救急法のFA1～FA5を中心とした内容です。B1～B5と組み合わせ実施します。)	身近なものを用いた応急手当をはじめ、一次救命処置(心肺蘇生、AEDを用いた電気ショック等)を学ぶ。	120分～	救急法FA1～FA5に準ずる ※救急法以外の短期講習との組み合わせをご希望の場合は講習係にご相談ください。	

*原則として、受講者10名以上で実施してください。

*指導者の派遣人数は受講者数と内容によって決定します。(B1:1名、B2及びB3:2名以上)

*教材費はプログラム内容に応じて負担をお願いします。

*指導者派遣料(1人1日@5,000円以上、4時間未満)及び必要な資材の搬送経費等は、申請者の負担となりますのでご了承ください。(地区区分主管で、対象者が赤十字地区区分職員、赤十字奉仕団員、青少年赤十字加盟校等は免除となります。)

*講義・グループワークができる会場が必要です。

○防災セミナー 活用例

地域コミュニティ(自治会・老人クラブ・民生委員等)、地域の防災訓練、学校の授業での講演等にご活用ください。

- ・地域での会議等の後に、赤十字防災セミナーを組み合わせ実施するも可能です。
- ・「災害への備え」(講義)＋「災害図上訓練(DIG)」(グループワーク等)で組み合わせる。
- ・「災害への備え」(講義)＋「災害エスノグラフィー」(グループワーク等)で組み合わせる。
- ・「災害図上訓練(DIG)」又は「災害エスノグラフィー」を単独で実施する。

※組み合わせや実施時間等については救護課講習係とご相談ください。

NO.	オンライン講習名	内容	標準時間数	準備物
WE-B1	防災セミナー 「災害への備え」	防災や減災の考え方、地震・津波・風水害がもたらす様々な被害から、平時の備えの重要性を理解する。感染症から身を守るなど。	60分～	資料を事前にメール送信

*受講者5名以上で実施してください。

*接続は指導員を含めて100台までの制限があります。(指導員で1～3台使用します。)

*受講料 無料(参加にかかる通信機器・通信料等は主催団体で対応願います。)

*原則として、平日10時～17時の時間帯の中で実施してください。

赤十字水上安全法「短期講習」一覧

NO.	短期講習名	内容	標準時間数	準備物	教材費等
WS1	水の事故防止 (監視と水の事故への対処)	・水の事故防止 ・監視について ・泳がないで救助する方法 ・水中で行う応急手当 ・心肺蘇生(CPR+AED) 以上の項目の学科と実技	180分～	ホワイトボード 毛布4～5枚 バスタオル1人1枚 水着 水泳で必要なもの	「ルールを守ってたのしい水泳・水遊び」 @53円 「知っていれば安心ですー心肺蘇生とAEDー」 @53円 一方向弁付き吹き込み用具 @182円
WS2	自己保全 (水の事故から自分自身を守る技術)	・水の事故防止 ・自己保全 ・泳ぎの基本 ・着衣状態での水中動作 以上の項目の学科と実技	120分～	ホワイトボード 毛布4～5枚 タオル1人1枚 水着 水泳で必要なもの	「ルールを守ってたのしい水泳・水遊び」 @53円
WS3	その他	・搬送、救助機材等使用の内容を組入れるのも可能	適時	ホワイトボード 毛布4～5枚 ペットボトル	

*原則として、受講者10名以上で実施してください。

*水上安全法講習は、プール使用につき安全確保の義務付けにより、2人以上の指導員となります。
受講者数と内容により、指導員派遣数を決定します。

*教材費は、講習内容に応じて負担をお願いします。(上記教材費欄参照)

*指導員派遣料(一人1日@5,000円以上、4時間未満)及び講習に必要な資材の搬送経費等は、申請者の負担となりますのでご了承ください。(地区区分主管で、対象者が赤十字地区区分職員、赤十字奉仕団員、青少年赤十字加盟校等は免除となります。)

*学科・実技ができる会場及びプールが必要です。

赤十字幼児安全法「短期講習」「オンライン講習」一覧

NO.	短期講習名	内容	標準時間数	準備物	教材費等
CS1	乳幼児の 一次救命処置 (AED+CPR)	・手当の基本 ・心肺蘇生 ・AEDを用いた電気ショック ・気道異物の除去 ・一次救命処置(PBLS)の手順等 以上の項目の学科と実技	120分～	ホワイトボード ・靴を脱ぐ会場 又は敷物 ※動きやすい服装	「知っておきたいこどもの看病手当のしかた」 @53円 一方向弁付き吹き込み用具 @182円 練習用フェイスシールド @132円
CS2	子どもに 起こりやすい 事故の予防と 応急手当 (けがの手当)	・子どもに起こりやすい事故 ・事故の誘因と予防 ・子どものけが ○ きず ○ 頭部のけが ○ 打撲・骨折など ○ 手当の実際等 以上の項目の学科と実技	60分～ 120分	ホワイトボード 〈各自が持参するもの〉 ・大判ハンカチ 1枚 (目安50cm×50cm程度) ・風呂敷またはスカーフ、三角巾のいずれか1枚 ・パンティストッキング1足	※申込時に【実施実技】を選択していただくことで、講習時間と(持参物)が決まります
CS3	子どもに 起こりやすい 事故の予防と 応急手当 (熱傷など)	・子どもの特徴と起こりやすい事故 ・事故の誘因と予防 ・子どもの応急手当 ○ きず ○ 誤飲・誤嚥・窒息 ○ 溺水 ○ 熱傷 ○ 熱中症など等 以上の項目の学科	90分～ 120分	ホワイトボード	* 実技はありません
CS4	子どもの病気と 看病のしかた	・こどもの病気の特徴 ・いつもと違う!と思ったら・・・ ・起こりやすい症状と手当 ○ 熱 ○ 下痢 ○ 咳 ○ けいれん ○ 嘔吐 ○ 脱水症 ・医師へのかかり方等 以上の項目の学科	60分～ 90分	ホワイトボード	「知っておきたいこどもの看病手当のしかた」 @53円 * 実技はありません
CS5	災害時乳幼児 生活支援講習	・災害への備え ・避難生活 ・乳幼児と保護者の避難生活と支援 ・知って役立つ技術 (ホットタオルの作り方など) ・避難生活における支援にあたって 以上の項目の学科と実技	90分	ホワイトボード その他 ※申込時に説明・相談	「避難生活支援講習ハンドブック 災害が起こったときに」 @53円

* 原則として、受講者10名以上で実施してください。

* 原則として、1人の指導員を派遣しますが、受講者数と内容により、指導員派遣数が増えることがあります。

* 教材費は、講習内容に応じて負担をお願いします。(上記教材費欄参照)

* 指導員派遣料(一人1日@5,000円以上、4時間未満)及び講習に必要な資材の搬送経費等は、申請者の負担となりますのでご了承ください。(地区区分主管で、対象者が赤十字地区区分職員、赤十字奉仕団員、青少年赤十字加盟校等は免除となります。)

* 学科・実技ができる会場が必要です。

NO.	オンライン講習名	内容	標準時間数	準備物
WE-CS1	乳幼児の 一次救命処置 【オンライン講習】	手当の基本、心肺蘇生、AEDを用いた電気ショック、気道異物の除去、一次救命処置(PBLS)の手順等 (講義・実技)	60分～	フェイスタオル1枚/人、500mL～2Lペットボトル1本/人 資料を事前にメール送信 ※人数分の印刷・切り取り等の 事前準備が必要です。
WE-CS2	子どもの看病 手当のしかた 【オンライン講習】	子どもの病気の特徴 観察のしかた 起こりやすい症状と手当 医師へのかかり方 (講義のみ)	60分～	資料を事前にメール送信

* 受講者5名以上で実施してください。

* 接続は指導員を含めて100台までの制限があります。(指導員で1～3台使用します。)

* 受講料 無料(参加にかかる通信機器・通信料等は主催団体で対応願います。)

* 原則として、平日10時～17時の時間帯の中で実施してください。

赤十字健康生活支援講習 「短期講習」「オンライン講習」一覧

NO.	短期講習名・内容	標準時間数	準備物	教材費等
HL1	フレイル予防～健康寿命をのばそう～ ・健康寿命について ・フレイルについて ・フレイル予防について ・まとめ など 以上の項目の学科と実技	60分～90分	ホワイトボード 動きやすい服装 (ズボン等)	※その場で運動を行います。
HL2	高齢期に起こりやすい病気や事故の予防 ・健康管理 ・症状や病気の予防と対応 ・事故の予防と対応 など 以上の項目の学科	90分～120分	ホワイトボード	※実技はありません。 指導員がデモをします。
HL3	地域における高齢者支援 ・交流から見守り・支え合いへ ・活動にあたっての心構えとコミュニケーション ・ともに楽しいひとときを (レクリエーション・リラクゼーション など) 以上の項目の学科と実技	90分	ホワイトボード CDプレイヤー	※リラクゼーションでは、2人1組となってお互いの肩や背中に触れる実技をします。
HL4	自立した生活を続けるために【移動】 ・自立した生活をめざすために ・自らからだを動かす (座る・立ちあがり・移動) 以上の項目の学科と実技	120分	ホワイトボード 動きやすい服装 椅子と車椅子 ※申込時に説明・相談	
HL5	地域で支える認知症 ・認知症とは ・主な症状と対応 ・予防と早期発見 ・地域で支えるために など 以上の項目の学科	60分～90分	ホワイトボード	「地域で支える認知症」 @53円 ※その場で運動を行います。
HL6	リラクゼーション・癒しのハンドケア 以上の項目の学科と実技	90分～120分	ホワイトボード CDプレイヤー	※2人1組となってお互いの肩や背中、腕に触れる実技をします。
HL7	災害時高齢者生活支援講習 ・災害について ・災害が高齢者に及ぼす影響 ・気をつけたい病気や症状 ・知って役立つ技術 など 以上の項目の学科と実技	90分	ホワイトボード 靴を脱ぐ会場又は敷物 動きやすい服装 その他 ※申込時に説明・相談	「災害時高齢者生活支援講習 (避難生活支援講習)ハンドブック」@53円

*原則として、受講者10名以上で実施してください。

*原則として、1人の指導員を派遣しますが、受講者数と内容により、指導員派遣数が増えることがあります。

*教材費は、講習内容に応じて負担をお願いします。

*指導員派遣料(一人1日@5,000円以上、4時間未満)及び講習に必要な資材の搬送経費等は、申請者の負担となりますのでご了承ください。(地区区分主管で、対象者が赤十字地区区分職員、赤十字奉仕団員、青少年赤十字加盟校等は免除となります。)

*学科・実技ができる会場が必要です。

NO.	オンライン講習名・内容	標準時間数	準備物
WE-HL1	フレイル予防～健康寿命をのばそう～【オンライン講習】 健やかな高齢期を過ごすために必要な健康増進やフレイル予防の知識と対応について (講義のみ)	60分～	資料を事前にメール送信
WE-HL2	地域で支える認知症【オンライン講習】 認知症とは、主な症状と対応、予防と早期発見、地域で支えるために等 (講義のみ)	60分～	資料を事前にメール送信

*受講者5名以上で実施してください。

*接続は指導員を含めて100台までの制限があります。(指導員で1～3台使用します。)

*受講料 無料(参加にかかる通信機器・通信料等は主催団体で対応願います。)

*原則として、平日10時～17時の時間帯の中で実施してください。