



セントラルグループ祭

心肺蘇生法(CPR)レツスン

大切な人の‘もしも’に
備える時間



12月7日(日)
12:30~13:00(30分)

【担当】吉川(店長)

【場所】4階マルチパーパス

※予約はありませんので、お時間までに会場にお越しください。

【料金】無料

【対象】フィットネス会員様・スクール生の保護者様(中学生以上)

【その他】服装は私服で構いませんが、動きやすい服装でお越しください。

心肺蘇生法(CPR)とは、心臓や呼吸が止まってしまった人に対し、
胸骨圧迫(心臓マッサージ)と人工呼吸を行い、
脳へのダメージを最小限に抑えながら心拍の再開を待つ応急処置です。

脳は心臓が止まると約15秒で意識を失い、
3~4分以上経過すると回復が困難になります。
心肺蘇生法を行うことで、その時間を稼ぐことが出来ます。
救急隊への引継ぎまでに、皆さんで出来ることを一緒に学びましょう。
命を繋ぐ力を身に付けよう！