

エリア

- 杉並
 - [杉並区役所](#)
 - [地域ポータル・すぎなびねっと](#)
- 武蔵野
 - [武蔵野市役所](#)
 - [地域ポータル・むさしのコミネット](#)
- 三鷹
 - [三鷹市役所](#)
 - [地域ポータル・みたかなナビ](#)

ピックアップ

今からすぐ行く病院サーチ
病院の探し方、選び方お教えします。



食育レシピサーチ
家族の健康を気づかって、今日のメニューを決めたい時どうぞ！



ママの手作りネットショップ
欲しかった一点ものを探すもよし、自分の作品を売るもよし♪



癒しの時間
健康で綺麗なママであるために、ちょっとした息抜きも必要です。




■サイト案内

準備中

板垣毅さん『ABCRescue』

東京消防庁の応急手当普及員取得をきっかけに成蹊大学の学生サークル『ABCRescue』を立ち上げ、応急手当の普及や防災まちづくりを行っています。ABCRescueは現在東京都にNPO法人格を申請中です。
2004年にAED(自動体外式除細動器)一般人の使用許可がおりると、他団体に先駆けてAEDの講習を開催しました。武蔵野市を中心に応急手当や、防災の講習会を開催しています。

準備をしよう！

「あなたの目の前で大切なお子さんが苦しそうにしています。どうすれば良いですか？」

- 何かをのどに詰らせたのかもしれない
- 高い熱があるのかもしれない
- 高いところから落ちたのかもしれない
- 骨を折っているのかもしれない

さまざまなことが考えられます。そのどれも冷静に対処できるようになるには、日頃から応急手当を学び、身につけておく必要があります。災害は突然襲ってきます。備えができていないか、いらないかでリスクを回避できるかが決まってしまう。「あどきちんとしておけば良かった。」と言わないために、今準備を始めましょう。

■ 地震についても同様です。

今後30年以内に都内では震度6弱以上の大地震が、およそ7割の確率で発生するとわれています。いつ来てもおかしくないと考え準備しましょう。

準備して効果が高い順番は以下の通り。

1. 家の耐震化
2. 家具の固定
3. 非常用持出し袋
4. 地震保険

■ 地域内の事業者リスト

杉並区・武蔵野市・三鷹市の事業者を紹介します。正確な内容は、直接事業者を確認して下さい。

■ 救命法・応急手当講習会

- [立川防災館](#)
- [東京消防庁杉並消防署](#)
- [東京消防庁武蔵野消防署](#)
- [東京消防庁三鷹消防署](#)
- [日本赤十字社東京都支部](#)

■ AED販売・レンタル・リース

- [フクダ電子](#)
- [メドトロニック](#)
- [日本光電](#)
- [SECOM](#)(レンタル)
- [ALSOK](#)

■ 耐震補強助成

- [杉並区](#)



- [武蔵野市](#)

■ 家具固定支援

- [武蔵野市](#)
- [三鷹市](#)

ここに注目！

■ 遊☆きつぷり倶楽部×ABCRescueのオリジナルテキスト

無償でダウンロードできます。一家に一冊、プリントしておいて下さいね♪



『ママ・パパのための救命救急&災害対策 A・B・C』[PDF/2.24MB]

『ママ・パパのための防災&救命救急講座』[PDF/386KB] 出張プログラムの詳細は「コチラでご確認ください。」

▲[このページのトップへ](#)

Copyright (C) 2007 子育てヘルパー遊☆きつぷり倶楽部. All Rights Reserved.

