

健康運動指導士養成講習会テキスト（上）（下） 令和2年度版から令和4年度版への変更点

（公益財団法人 健康・体力づくり事業財団 令和4年3月）

本書の一部内容につきまして、最新情報に基づき以下の通り補足・訂正いたします。

頁	行, 箇所	令和2年度版	令和4年度版	
240	左段 ↑ 3行	作用する力は	作用する <u>ピーク</u> の力は	
542	図1	[Aに差し替える]		
	図2	[Bに差し替える]		
	図3 図説	救急蘇生法の指針2010（市民用），改訂4版，へるす出版，2011	救急蘇生法の指針2020（市民用・解説編），へるす出版，2021を参考 に作成	
543	右段 ↑ 10行	2017年総務省消防庁調べ	2019年総務省消防庁調べ	
544	左段 最下行	とくに最近の「JRC蘇生ガイドライン2015」では，できるだけシンプルな手順とすることで，多くの人が蘇生に参加してもらえるような工夫がなされるようになってきた	「JRC蘇生ガイドライン2020」では， <u>前回のガイドラインを引き継ぎ</u> ，できるだけシンプルな手順とすることで，多くの人が蘇生に参加してもらえるような工夫がなされている	
545	図7	[Cに差し替える]		
546	左段 ↑ 18行	2015年のガイドラインでは	2015年のガイドラインより	
547	左段 13行	2015年のガイドラインで	2020年のガイドラインで	
	右段 ↑ 2行	JRC蘇生ガイドライン2015	JRC蘇生ガイドライン2020	
548	左段	5行	疲労が起こる前に長くても1分を目安に	疲労が起こる前に1～2分を目安に
		↑ 5行	AEDは7社19機種	AEDは8社12機種
	右段 12行	重要である．AEDは	重要である．最近では日本救急医療財団「全国AEDマップ」，日本AED財団「AED N@VI」などのスマートフォンアプリを利用したものもある．AEDは	
550	右段	↑ 15行	蘇生施行のこと	蘇生のこと
		↑ 6行	救急蘇生では8歳くらいが小児と	救急蘇生では <u>小学校に入る</u> くらいが小児と
		最下行	2015年度版からは	<u>ガイドライン2015</u> からは
551	左段 ↑ 11行	依頼する．おおむね1歳以上の小児と思われたら，同時に	依頼する．同時に	
554	左段 ↑ 7行	べきではない．	べきではない． <u>また意識のある傷病者では無理に頭部を保持すべきでない</u> ．	
555	図16	[削除]		
	左段 ↑ 5行	いたり，上肢では上腕内側，下肢では鼠径部の動脈の太い部分を圧迫する（図16）．	いる．	
	右段 最下行	戻さず牛乳の中に入れて，ただちに	戻さず <u>菌の保存液（市販）</u> もしくは冷えた牛乳， <u>経口補水液</u> などの中に入れて，ただちに	

頁	行, 箇所	令和2年度版	令和4年度版
556	左段	1行	牛乳がない場合には、プロポリス、卵白、ココナッツ水などを用いてもよい。また、 <u>保存液などがない場合は、乾燥させないようにラップフィルムに包む方法を用いてもよい。また、</u>
		↑ 13行	ただちに119番通報し、指示を仰ぐ。 <u>ただちに119番通報か医療機関を受診する。判断に迷ったら、日本中毒情報センターに連絡し指示を仰ぐ（大阪中毒110番〔365日24時間対応〕：072-727-2499、つくば中毒110番〔365日9時～21時対応〕：029-852-9999）</u>
748	右段	↑ 2行	第三次食育推進基本計画（2016年から5ヵ年）が発表された。 <u>第三次食育推進基本計画、2021（令和3）年には第四次食育推進基本計画（2021年から5ヵ年）が発表された。</u>
749	左段	1行	基本的な取り組み方針を表4に示す。第三次計画では、重点課題として次の五つがあげられている。①若い世代を中心とした食育の推進、②多様な暮らしに対応した食育の推進、③健康寿命の延伸につながる食育の推進、④食の循環や環境を意識した食育の推進、⑤食文化の継承に向けた食育の推進。さらに重点課題に取り組むにあたり留意すべき二つの視点として、①子どもから高齢者まで、生涯を通じた取組を推進、②国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、ボランティア等が主体的かつ多様に連携・協働しながら食育の取組を推進、が記されている。 <u>食育についての基本的な取り組み方針を表4に示す。第四次食育推進基本計画では、基本的な方針として、国民の健康の視点から<重点事項1>生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進、社会・環境・文化の視点から<重点事項2>持続可能な食を支える食育の推進、そして横断的な視点から<重点事項3>「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進の三つの重点事項があげられている。これらをSDGsの観点から相互に連携して総合的に推進するとして、栄養バランスに配慮した食生活の実践など、16の目標と24の目標値を設定している。</u>

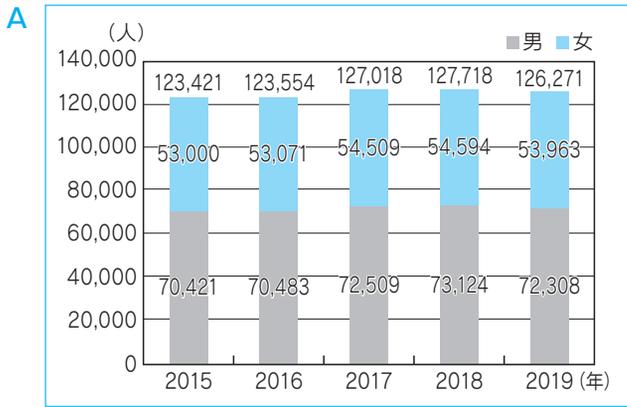


図1 わが国における院外心停止総数

(総務省消防庁：令和2年版 救急・救助の現況，2020)

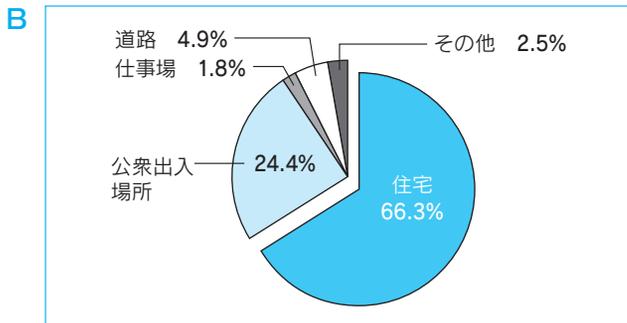


図2 心停止の場所

(総務省消防庁：令和2年版 救急・救助の現況，2020)

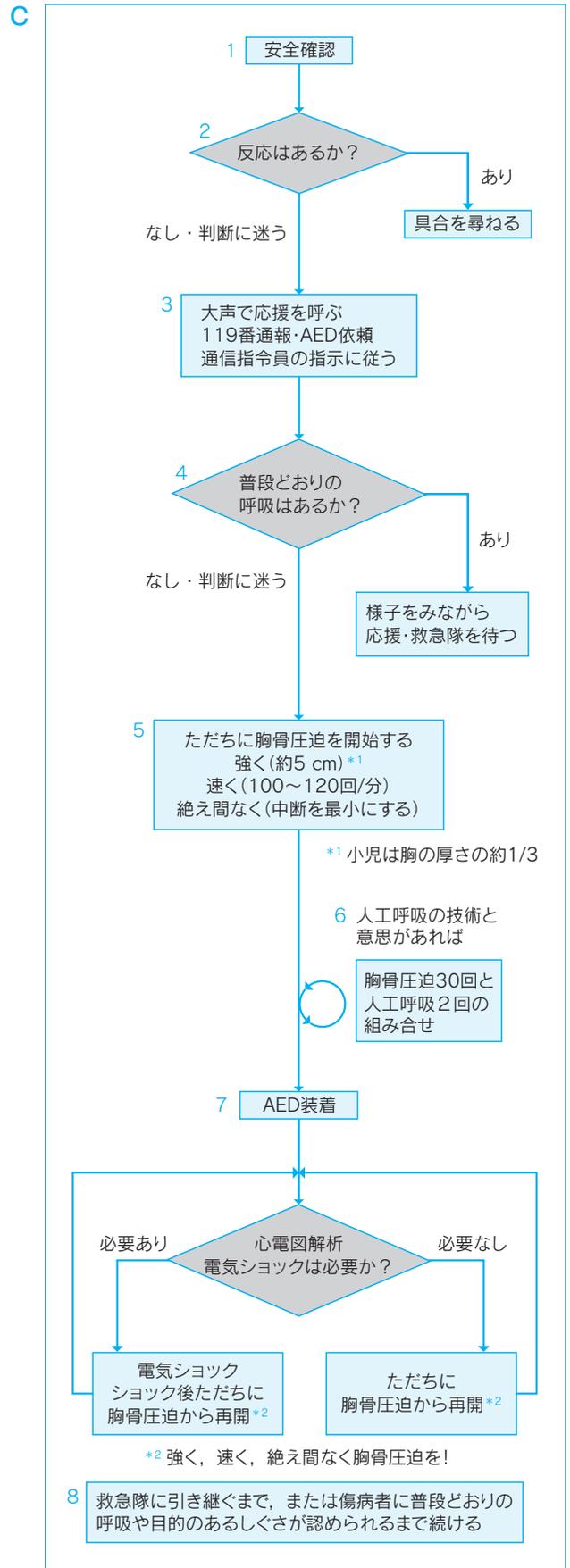


図7 市民用BLSアルゴリズム

(日本蘇生協議会 (監)：JRC 蘇生ガイドライン2020，20，医学書院，2021)

