

講習内容	区分	内容	実施可能	実施不可
救急法基礎講習	第2章	手当の基本	生命の徴候の観察	体位変換・回復体位・保温
	第3章	一次救命処置	胸骨圧迫、AEDの使用法	人工呼吸・気道異物除去
救急法養成講習	第4章	止血	自身で行う直接圧迫止血、止血帯止血法（棒と三角巾、ターニケット）、鼻出血	止血点圧迫止血法
	第5章	きずの手当	三角巾のたたみ方、結び方（本結び）、膝の手当（下腿、足）	額・頭・前腕・肘の手当、腕の吊り方
	第6章	骨折の手当	足首捻挫の固定法	手首・前腕・下腿・膝・鎖骨の骨折
	第7章	搬送		担架・応用担架・1人で運ぶ方法
水上安全法講習			身体との接触を伴わない実技（泳ぎの基礎、泳法、救助の流れ、着衣泳など）	身体との接触を伴う実技（人工呼吸、要救助者の救助、素手での救助、溺者の搬送など）
健康生活支援講習	第1章	高齢者の健康と安全	座ってできる筋力トレーニング（片足上げ、足首の伸展・屈曲、膝の持ち上げ、足ふみ体操）	窒息による手当（気道異物除去）、観察の実際と体位の基本
	第2章	地域における支援活動	感染予防（手洗いの方法、うがい、咳エチケット）、自然な立ち上がり・床からの立ち上がり、車いすの仕組み・点検のポイント・基本操作	リラクゼーション（スキんシップ）、立ち上がりを支援するためには
	第3章	日常生活における介護	ベッドメイキング、からだを動かす前に、横への移動動作・寝返り動作・起き上がり動作（一部介助除く）・立ち上がり動作（一部介助除く）、車いすへの移動動作（一部介助除く）、食べやすい姿勢、ポータブルトイレの使い方、衣類の着脱（1人で）、ホットタオルの作り方	介助が必要な動作、2人組で行うホットタオルによる腕の清拭、癒しのハンドケア、リラクゼーション、熱布浴・足浴
	災害時	災害時高齢者生活支援	手洗い、ホットタオル、レクリエーション（軽い体操・身体接触のないもの）	足浴、リラクゼーション、起き上がりの介助、レクリエーション（歌をうたう、身体接触を伴うもの）
	認知症	予防と早期発見	コグニサイズ	
幼児安全法講習	PBLs	傷病児の観察	生命の徴候の観察	
		乳幼児の一次救命処置の手順	胸骨圧迫、AEDの使用法、訓練用人形を使用した気道異物除去	人工呼吸
	第3章	子どもの応急手当	止血の実際（直接圧迫止血）、手・指の包帯 ※いずれも1人で行う	頭の包帯、前腕の固定
	第4章	子どもの病気と看病のしかた	折り紙・ハンカチで作る子どものおもちゃ、体温のはかり方、看病をするときの身支度（手洗い）	喉の見方（イラストの説明は可能だが、実習は不可）
	第5章	地域の子育て支援	レジ袋とタオルで作るおもむつ、手遊びうた・折り紙で遊ぼう	リラクゼーション