



AHA横浜トレーニングセンター  
HeartCode® BLS Courseスケジュール(ガイドライン2025準拠)

(3対1)

開始	終了	時間	Lesson	内容	学習方法
7:45	8:00	0:15		受付	
8:00	8:05	0:05	1	コースの紹介・注意事項	議論
8:05	8:25	0:20	2	成人に対するBLS(1人救助者)	
				1) 現場の安全確認、評価、および成人に対する胸骨圧迫	ディスカッション、PWW
				2) ポケットマスク	ディスカッション、PWW
3) 成人に対する1人法のBLS	ディスカッション、PWW				
8:25	8:35	0:10	3	バッグマスクとAED	
				1) バッグマスク	ディスカッション、PWW
2) AED	練習				
8:35	8:45	0:10	4	成人に対するBLS(2人救助者)	
				1) 成人に対する2人法のBLS	ディスカッション、PWW
2) 成人に対する2人法のBLS(AEDを併用)	練習				
8:45	9:05	0:20	5	高い能力を持つチーム	
				1) 高い能力を持つチームアクティビティ	練習、ディスカッション
9:05	9:10	0:05	休憩		
9:10	9:15	0:05	6	特別な留意事項	
				1) 補助呼吸	ディスカッション、PWW
9:15	9:23	0:08	7	小児に対する2人法のCPR	
				1) 小児に対する2人法のCPR	ディスカッション、PWW
9:23	9:40	0:17	8	乳児に対するBLS	
				1) 乳児に対する胸骨圧迫	ディスカッション、PWW
				2) 乳児用バッグマスク	ディスカッション、PWW
3) 乳児に対する2人法のCPR	ディスカッション、PWW				
9:40	9:48	0:08	9	地域のプロトコールについてのディスカッション(オプション)	ディスカッション
9:48	9:53	0:05	10	窒息の解除	
				1) 乳児の窒息	ディスカッション、PWW
9:53	9:58	0:05	11	まとめ	ディスカッション
9:58	10:48	0:40	12	スキルテスト	
				1) 成人に対するCPRおよびAEDのスキルテスト	ディスカッション、スキルテスト
				2) 乳児に対するCPRのスキルテスト	ディスカッション、スキルテスト
			13	補習	スキルテスト



AHA横浜トレーニングセンター  
HeartCode® BLS Courseスケジュール(ガイドライン2025準拠)

(3対1)

開始	終了	時間	Lesson	内容	学習方法
13:45	14:00	0:15		受付	
14:00	14:05	0:05	1	コースの紹介・注意事項	議論
14:05	14:25	0:20	2	成人に対するBLS(1人救助者)	
				1) 現場の安全確認、評価、および成人に対する胸骨圧迫	ディスカッション、PWW
				2) ポケットマスク	ディスカッション、PWW
				3) 成人に対する1人法のBLS	ディスカッション、PWW
14:25	14:35	0:10	3	バッグマスクとAED	
				1) バッグマスク	ディスカッション、PWW
				2) AED	練習
14:35	14:45	0:10	4	成人に対するBLS(2人救助者)	
				1) 成人に対する2人法のBLS	ディスカッション、PWW
				2) 成人に対する2人法のBLS(AEDを併用)	練習
14:45	15:05	0:20	5	高い能力を持つチーム	
				1) 高い能力を持つチームアクティビティ	練習、ディスカッション
15:05	15:10	0:05	休憩		
15:10	15:15	0:05	6	特別な留意事項	
				1) 補助呼吸	ディスカッション、PWW
15:15	15:23	0:08	7	小児に対する2人法のCPR	
				1) 小児に対する2人法のCPR	ディスカッション、PWW
15:23	15:40	0:17	8	乳児に対するBLS	
				1) 乳児に対する胸骨圧迫	ディスカッション、PWW
				2) 乳児用バッグマスク	ディスカッション、PWW
				3) 乳児に対する2人法のCPR	ディスカッション、PWW
15:40	15:48	0:08	9	地域のプロトコールについてのディスカッション(オプション)	ディスカッション
15:48	15:53	0:05	10	窒息の解除	
				1) 乳児の窒息	ディスカッション、PWW
15:53	15:58	0:05	11	まとめ	ディスカッション
15:58	16:48	0:40	12	スキルテスト	
				1) 成人に対するCPRおよびAEDのスキルテスト	ディスカッション、スキルテスト
				2) 乳児に対するCPRのスキルテスト	ディスカッション、スキルテスト
P			13	補習	スキルテスト