

心肺蘇生法を学習して



射水市立小杉中学校 2 学年

平成 26 年 11 月 22 日

去る 11 月 18 日（火）射水市医師会の医師や看護師、射水消防署の救急救命士や女性消防団員の方々を講師に迎え、2 年生が心肺蘇生法実技講習を受けました。命の大切さや救急車が来るまでの応急手当の手順を、実習人形や AED トレーナーを使って学びました。実施後の感想の中から一部を紹介します。



今日の心肺蘇生法講習会で印象に残っていることは、実習をさせていただいたことです。心臓マッサージをする時に自分の思っているより胸骨が硬いを感じました。もしも、人が倒れていた時に、今日学んだことを完璧に行うことはできないかもしれませんが 救急処置をしっかり行えるようになりたいです。貴重な体験をすることができて本当によかったと思います。

（1 組男子）

たまにニュース等で、中学生が倒れている人を助けたということを知ることがあり、「すごいなあ」と思っていました。私も、もし倒れている人がいたら助けてあげられる人になりたいです。注意点等が多く大変な部分もありましたが、それだけ人の命が大切なのだと、改めて感じることができました。私がこの講習を受けて思ったことは、恥ずかしがってはいけないうことです。人工呼吸等に抵抗はあると思いますが、1 分 1 秒が命取りになるので、恥ずかしがらずにすぐに判断し、行動できるようにしたいです。心臓マッサージは、最初そんなことで本当に動くのか半信半疑でしたが、体重全てをかけて汗をかくぐらいにしなければいけないと聞いてびっくりし、また、心臓を動かせることの大切さが分かりました。この学習を今後、もしものことがあった時に生かせるようにしていきたいです。

（1 組女子）

今日の心肺蘇生法の学習を終えて、人の命を助けることはとても難しいことだと思いました。心臓マッサージをする時、手の組み方や回数も決められていて、声をよく使いました。人工呼吸では鼻をしっかりとつまみ、大きな口を開け、息を吹き込みました。

私はまだ中学生だからできないということはだめだと思っています。私たち中学生も人の命を助けることができます。命を助けることが 100% できるかは分かりませんが、助けようとする気持ちは大切だと思いました。

（2 組女子）



今日の心肺蘇生法講習会では、AED の使い方を説明していただいたり、心臓マッサージと人工呼吸の実践をしたり、自分にとってとてもよい経験になりました。もし、人が倒れていて息もしていない状態の場面に遭ったら、今回のような体験がなければ、その場で何もすることができないと思います。これから生きていく中で、経験することは少ないと思いますが、今日の経験を生かしていきたいです。また、今日知ったことだけでなく、もっと知識を増やし、その場でも冷静に行動できるようにしたいです。

（3 組男子）

心肺蘇生法の詳しいやり方は知らなかったのですが、今日は詳しいことまで知ることができて、よかったです。心臓マッサージでは、思った以上に力を入れてやらなければいけなかったもので、30回やるだけで結構体力を使いました。これを5分、10分とやるのは大変だけど、命を助けるためにはとても大切なことだと思いました。人工呼吸も息をたくさん使うので疲れました。もし、心臓や息が止まっている人を見つけたら、今日習ったことを生かして人の命を救いたいと思いました。今日はとてもよい経験になりました。(4組男子)



話を聞くだけでなく実習ができて、心臓マッサージや人工呼吸のやり方がよく分かりました。教えてくださった先生は優しく面白かったので、楽しく学ぶことができてよかったです。出血や骨折、熱中症等、心肺蘇生法以外の処置もできるように、もらった冊子を読みたいと思います。今日学んだことを生かせる日が、もし来たのなら、誰よりも積極的に動きたいです。

先生方の話から「命の重さ」が伝わりました。自分自身、事故に遭わないように気を付け、できるだけ今日習ったことが実行される日が減るようにしたいです。(4組女子)



初めは恥ずかしかったのですが、思いきってやることができました。今日習ったことを、突然の時にできるかが大切だと思います。私は突然のことにびっくりして、何もできないことがよくあります。命を1つでも守るために、突然のことにも今日やったことに自信をもって、堂々と対処したいです。今日は心肺蘇生法と命を守る大切さを学びました。(5組女子)

心肺蘇生法の説明を受けて、初めてやりましたが、思ったよりも簡単で、自信がもてました。大切だと思ったことは、慌てずに対処することだと思います。AEDの使い方も初めて詳しく知りましたが、指示に従うということを守ればいいと分かったので、正しい使い方をして、人を救えばいいなと思いました。

今後からは、自ら意欲的に応急手当について興味をもち、倒れている人を見たら、早く助けてあげられるようになりたいと思います。

(6組男子)



実際に体験してみて最初に感じたことは、心肺蘇生を行う時は、とても勇気がいるということです。見ているのは、顔を知っている友達で、応急手当をする相手は人形なのに、なかなか声を出せませんでした。人形ではなく本当の人間が倒れていたら、今日みたいに冷静に行動できるか、心配だなと思いました。それでも今日は、とても貴重な経験ができたので、これからの生活でこのような場面と出会った時は、思い出しながら行動したいです。(7組男子)