



# 心肺蘇生法を学習して



射水市立射北中学校 2 学年

1 月 20 日に射水市医師会の医師や看護師、新湊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心肺蘇生法実技講習会を行いました。命の大切さや救急車がく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。

僕は今まで目の前で人が倒れたり、動かなくなったりしたところに遭遇したことがありません。だから今日の実習は、これからの人生で覚えていて、とても役に立つものだと思います。今日は練習だから焦らずにできましたが、もし実際に起こったら慌てて間違えたり忘れりするかもしれません。そのため、日頃からの準備や訓練が大事だと思いました。また、人を助けるためには、倒れている人を見かけたら自分から助けようとする積極性も必要だと思いました。今日教えて頂いた皆さんに感謝したいです。(男子)



今日の心肺蘇生法での実習を受けて学んだことは、人の命を救うためにはしっかりと技術や判断、そして人を思いやることです。なぜかという、指導して下さった方が心肺蘇生法をやるときは、慌てずにしっかりとしたやり方でやるとおっしゃっていたからです。それから、人を思いやり、声をかけることです。授業で「声をかけられたら少しずつ不安がなくなっていく」と聞いたので、しっかりと人を思いやっていきたいです。また、しっかりとした判断力が必要だということも教えていただきました。教えていただいたことを生かしたいです。(男子)

この講習会で、知らなかった胸骨圧迫や AED のやり方を知ることができました。また、救命処置の流れをしっかりと確認することができてよかったです。年間で約 2,800 件近くあると聞き、自分が関係するときもあると思うのでこの講習で学んだことを忘れずにいようと思いました。いつ、どこで起こるか分からないので、いつ起こっても対応できるようにしておきたいと思います (男子)



今回の講習では、人の生命を守ることは大変だと分かりました。30 回やっただけなのに疲れたのでやり続けるのは大変だと思います。また、講師の方がいいいに教えてくださったので理解を深めることができました。本当なら汗をかいていたか、毛が生えていたかもしれないので、状況によって対応しなければいけないことも学びました。班の人全員でテンポをとりながら胸骨圧迫をすることができたので楽しく学ことができました。もし、人が倒れていたなら勇気を出して今日学んだことをしたいと思います。(女子)



今日初めて心臓マッサージと人工呼吸を行いました。今まで人工呼吸は口をあてて息を入れるだけだと思っていました。でも今日、人工呼吸は感染しないように口にガーゼをあてて行うことや、おでこを押さえ、鼻をつまみあごをあげるなど、細かなところまで知り、実習することができました。心臓マッサージでは、自分が思っていたよりも力が必要でびっくりしました。もしも、本当に人が倒れていたなら、今回学んだことを思い出し、恥ずかしがらずに行い、命を助けたいと思います。このような貴重な体験ができてよかったです。(女子)



今日は、心肺蘇生法を学んで人を助ける事の大変さを知りました。心臓マッサージは押すのが大変でした。「30 回なら疲れなだろう」と思っていたのですが、意外と疲れました。看護師の方は救急車が到着するまでするように指導していただきましたが、救急車到着まで 200 回もしなければいけないので、大変だと本当に思いました。人の命を助けるというのは多くの人助けが必要だということも知り、私もその一人になれたらいいなと思いました。(女子)

最初に、忙しい中来てくれた先生方に感謝します。僕はやる前、簡単に楽勝やろうと思っていました。でも、いざやってみると心臓にかざす手の位置がずれていたり、人工呼吸のやり方が雑だったり、AEDのパッドを貼る場所がずれていたりと間違いがたくさんありました。僕はこんなにも難しいことをやっていたら、ととてもびっくりして尊敬しました。もし、自分のやり方で心肺蘇生をしていたら、人を助けられなかったと思います。僕は今日、心肺蘇生を学べて本当によかったと思います。今日学んだことを生かし、人を助けたいと思いました。本当にありがとうございました。(男子)



今日は真剣に取り組むことができてよかったです。人の命を助けるための大切な1つの方法を学ことができ、よい経験になりました。もし、人が目の前で倒れていても自信をもって助けることができると、少しでも言えるようになったのがとてもうれしいです。他にもまだ、様々な方法があるようなので少しでも勉強し、今回学んだことと共に生かしていきたいと思います。教えていただいた方々にはとても感謝しています。(男子)

今日、心肺蘇生法の講習で心肺蘇生の大切さを改めて実感することができました。また、心臓が止まっている間、心肺蘇生によって肺や心臓に血液を送り続けることがAEDの効果高めるとともに、心臓の動きが戻った後に後遺症を残さないためにも重要なことだと思いました。(女子)



私は将来、看護師になりたいと思っています。この実習で命の大切さや、助けることの大変さを学べてうれしかったし、ためになったと思います。心肺蘇生法でこんなに大変なら看護師はどれほど大変なんだろうと思いました。私は心肺蘇生法だけではなく、もっといっぱいの人を助ける方法を学びたいです。そのためには、まずは心肺蘇生法を完璧にできるようにしていきたいです。また、本当に心肺蘇生法を実施することになったら、この実習を思い出し落ち着いて行動できるようにしたいです。(女子)



心肺蘇生法を使うことがない方がいいと思いますが、万が一のときは自信をもって行動できればいいと思います。いつ、どんな時に実践しなければいけないか分からないので、時々振り返ってみようと思います。そして、大人になっても覚えておけるようにすることが、いつでも対応できるようにするために大切だと思いました。今回の講習では、人の命を助けることの難しさと、大変さがよく感じられました。とても学ぶことの多い講習でした。(男子)



保健の授業で習っていたので、少し心肺蘇生法について知っていたけれど、こんなに大変だとは思ってなかったので、やってみるととても難しかったです。また、胸骨圧迫を行うことの大切さが分かりました。ただ押しただけだと思っていたけれど、手の形や速さとかいろいろ気をつけなければいけないということが分かりました。今後、もし人が倒れていたら、今日習った事を生かして見て見ぬふりをせずに助けられたらと思います。(女子)