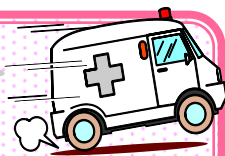


# 心肺蘇生法を学習して



射水市立小杉中学校 第2学年 平成28年7月19日

7月14日(木)射水市医師会の先生方や病院看護師、射水消防署の救急救命士や女性消防団員の方々に講師に迎え、射水ロータリークラブのご支援の下、本校2年生が心肺蘇生法実技講習を受けました。体験を通しての学びは大きく、真剣な眼差しで指導者のお話を聞き、何度もトレーニング人形で心臓マッサージを練習しました。緊急の事態には、自分が人の命を助けなければいけないと思いを高めたようです。

実施後の感想の中から一部を紹介します。



人の命を救うことの一つの手段を学びました。AEDや人工呼吸等、命をつなげるための事柄を目で見て体験しました。

心臓マッサージでは、力加減やそれをする時の体勢等を医師の先生から指導していただき、より効果的になるよう努力しました。AEDの使い方をマスターして、いざというときに備えるようになりたいと思いました。また、人の命を救おうという気持ちをもって、今後生活していきたいです。

人が倒れたときに自分ができること、しなければならないことが改めて分かりました。自分以外に人がいないときは、人が来るまで胸骨圧迫をし続けることが分かり、もし、そうしている人がいたらすぐに協力して手当てをしなければならぬと分かりました。また、胸骨圧迫をするときは、手の力を入れる部分や、押すペース、強さも考えて行う必要があると分かりました。



今までAEDの使い方について知らなかったけれど、今回の講習で人が倒れていたらどのように対応すればいいのかが分かりました。自分が1人の命を助けられるようになるという真剣な思いで取り組みました。

実際に人が倒れていたら本当にできるのかどうか、今考えてみると驚き過ぎて体が固まってしまい、できないかもしれません。だから、日常から命についてしっかりと考え、使い方や隊員を呼ぶ方法等について知っておくことが大切だと思いました。1人の命を助けるために、たくさんの人が知っておくことが必要だと思いました。



心肺蘇生の仕方は、思った以上に簡単だと思いました。マッサージの速さは、遅くもなく速くもなく、丁度よい速さで行い、人工呼吸も2回を目安にして再びマッサージを行うものでした。僕でもできると自信が出てきたので、人助けをしたいと思う気持ちが強くなりました。応急手当を行わないとどれだけ生存率が下がるか、また、救急車の前に行く手当ての大切さを学びました。119番にかけて署との段取りも丁寧に教えていただいたので、本格的に人命救助ができるようになったと、身をもって学ぶことができました。





AEDの使用、胸骨圧迫、人工呼吸等の救命処置を身に付けることで、「もしも」の時に自分でもしっかり行動できるように、傍観者にならないように、しっかりした自分の意思と勇気をもって日頃から行動したいと思います。もし、自分が倒れたとき、どんな対応をしてほしいのか、自分がしてほしい「理想の対応」を自分ができるように、また、今日習った処置がどこかで活かせるように「自分も人の命を救うことができる」を胸にこれからの生活を有意義に送りたいと思います。

AEDはふたを開け、ボタンを押したら自動的に電源が入る機械ということが分かった。AEDが来るまで、胸骨圧迫を行うことが大切で、また、AEDを使った後に生き返るわけではなく、使い終わってからまた胸骨圧迫をすることが大切だと分かりました。



この体験は重要なことだと思いました。これで、僕も一通り覚え、倒れている人がいると、これでできると思います。胸骨圧迫は予想以上に力があるので、焦らずにやっていきたいと思います。AEDを使うときは、まず、AEDの位置を把握しておいたらいと思うので、分からなければ調べたりして自分ができることを見付けておいた方がいいと思いました。

今日は練習だったので周りに先生や友達もいたけれど、もし本当に誰かが倒れていたら1人でこれをやらなければいけないので大変だなと思いました。また、緊張もすると思います。でも、この行動で助かる確立が上がるのなら、勇気を出して行えるようになりたいと思いました。今後もこの経験を忘れずに過ごしていきたいです。

