



心肺蘇生法を学習して



平成30年6月 射水市立大門中学校 保健室発行

去る6月7日(木)、射水市医師会の医師や看護師、射水消防署、女性消防団員の方々を講師に迎え、2年生を対象に「心肺蘇生法実技講習会」を行いました。心肺蘇生練習用人形を使い、救急車が来るまでの応急手当の手順を学びました。実習後の感想の中から一部を紹介します。



胸骨圧迫は、するときの姿勢やリズムが大切だということがわかりました。人工呼吸はしっかりとあごを引き上げ、鼻をつまめばよいと聞き、実際に正しくやってみると、人形の胸がふくらみました。AEDは、機械がしっかりと指示を出してくれるので、便利だなと思いました。

今回の体験を通して、改めて一人一人がこういったことを覚えておくことが大切だということを感じました。(2組)

心肺蘇生法をするのは初めてで不安だったけど、消防士や看護師の方々がとてもていねいに教えてくださったおかげでスムーズにできました。

心臓マッサージは簡単そうに見えて、体力を使うし、大変でしたが、周りの人と協力して1つの命を助けるためにはとても大切なことだと分かりました。もしも身近で人が倒れている場面に出会ったら、慌てずに落ち着いて心肺蘇生法ができればいいと思います。これからは、どこへ行ってもAEDの場所を把握しておくと思えました。(2組)



心肺蘇生法の体験をしてみて、とても難しいと思いました。もし、心肺蘇生が必要な場面に出会ったら、見て見ぬふりをするのではなく、積極的にできることをやり、救命率を上げるようにしたいと思いました。(4組)

保健の授業で胸骨圧迫の注意や仕方は知っていましたが、実際に人形を使ってするのは初めてでした。胸骨圧迫を30回するだけで、すぐに疲れてしまいました。人工呼吸も気道を確保するのが難しかったけれど、これで助かる人がいるのだと考えました。

もし、僕がその場にいたら、率先して救命活動をしていきたいです。(1組)

今日、印象に残ったことは、強く、速く、絶えずに心肺蘇生をすることです。少しでも止まってしまったら、その人の命を失ってしまうことになるので、止まらずにしたいと思いました。

大切だと思ったことは、なるべく早く状況や呼吸の確認をすることです。そのためには、すぐに判断をして行動に移さなければならないと思いました。(1組)

心肺蘇生講習会では、応急手当の行い方やそれによって生存率が上がることを教えていただきました。

人工呼吸や心臓マッサージ、AEDの使用などは、救急車が来るまでに私達にできることだと思うので、実際に人が倒れていた時に、今日体験したことを行えるようにしたいです。(3組)

心肺蘇生の方法は、テレビや教科書にも載っていたりするけれど、実際にやるのは初めてでした。グループの人と「本番のように」を心がけて、大きな声で呼びかけ、指示を出し、一つ一つの動きに気を付けてすることができました。今日は、恥ずかしく感じましたが、その人の生死が決まるので、何事にも迷わず、恥ずかしくがらうにしたいです。(3組)



自分の番がくるまでは、とても緊張していたけれど、看護師さんに声をかけていただきながら、やっているうちに、少しずつ慣れてきました。自分の番が終わってからも、他の人の体験しているところを見ることができ、勉強になりました。普段はできない、貴重な体験をすることができました。(4組)



今日の講習会で一番印象的だったことは、心肺蘇生をしているお医者さん、看護師さん、消防士さんの真剣な表情です。今回は人形なので命の危険はないのに、教えてくださった方々は真剣にしておられました。

今日教えてもらったことは、自分のためではなく、誰かのためになることなので、覚えておきたいです。もし、私のそばに倒れている人がいたら、落ち着いて正しい判断をし、人のためになれるようにしたいです。(5組)



心肺蘇生講習会に参加したのは2回目です。心肺蘇生のやり方を思い出すことができ、改めて大切だと思いました。もしの時は誰かがやってくれるだろうとは思わず、自分から積極的に名乗り出て、命を助けることの手助けをしたいです。今日は、いろいろな方々に協力していただいて講習会ができたので感謝したいです。(5組)



私は最初、心臓マッサージは、ただ心臓の周りを押すだけかと思っていましたが、今日学んで、こんなに難しく、緊張感のあるものなのだと、知りました。

私の周りには、結構お年寄りの方が多く住んでいらっしゃるのでもし、だれかが倒れてしまった時には、今日習った人工呼吸や心臓マッサージをして倒れた人を助けたいです。(6組)

心肺蘇生を行うのは、初めてでした。胸骨圧迫は、「強く」「速く」「絶え間なく」行わなければいけないので大変だと思いました。また、人工呼吸はなかなか空気が入らず、難しかったです。救急車が来るまで、交互に繰り返してやらなければならないので大変だと思いました。

もしかしたら、これから、心肺蘇生を行う状況に会うかもしれません。その時は今回の体験を思い出して、落ち着いて、すばやく処置を行えるようにしたいです。(6組)



今日の心肺蘇生講習会では、1分でも1秒でも早く助けることの重要性を学びました。また、AEDの使い方を知ることができました。生活していく中で、そういう場面があったら落ち着いて今日習ったことを発揮したいと思います。

教えてくださった方々はとても分かりやすく教えてくださいました。クラスみんなが集中して取り組んでいていいなあと思いました。(7組)

初めてAEDを使ってみました。役割を決めて効率よく進めたり、少しでもけが人に負担の少ないようにしたり、様々な注意が必要なので、しっかり覚えておきたいと思います。

失敗したらどうしようとためらわずに、自分から積極的に行動しようと思いました。人の命がかかっているので、一分一秒でも早い対応をしたいです。(7組)

