

高校生のための心肺蘇生講習について

室蘭市医師会では、地域への医療啓蒙活動の一つとして、平成22年度から「高校生のための心肺蘇生講習会」を実施しています。

これは、室蘭地区の高校生を対象に、室蘭市医師会から講習機材や講習スタッフを高校に派遣し、心肺蘇生の方法やAEDの使用方法を体験してもらう事業です。

平成24年度は、平成24年7月18日に室蘭東翔高校で、2年生 198名を対象に講習会を実施しました。3年間で延べ560名になりました。

講習に使用する機材として、室蘭市医師会では心肺蘇生の練習モデル「ミニアン」を55セット準備しています。また、室蘭市医師会所属の各医療機関、室蘭市消防本部、登別市消防本部からは、全身・上半身型モデル27体やAEDトレーナー17台等の講習機材の提供に加えて、医師、看護師、救急救命士等のインストラクター派遣にもご協力いただいています。

講習当日は、スライドやDVDを用いた全体での講義の後、高校生を25の班に分けて、合計28名のインストラクターの指導の下、心肺蘇生法やAEDの取り扱い方を実際に体験学習してもらいました。

講習後の参加生徒のアンケートでは、多くの生徒から非常に良い回答をいただきました。本年度もさらに講習機材を充実させて、講習会の継続を予定しています。

室蘭市医師会は、今後も地域の医療啓蒙活動に、積極的に取り組んでいきたいと考えています。

高校生のための心肺蘇生講習会 アンケート【平成24年7月18日 室蘭東翔高校】

在籍200名、欠席2名
参加者 198名 回答者 196名 回収率 98.99%

1. 今までに心肺蘇生に関する講習会などを受けたことがありますか？

はい	35名	17.86%
いいえ	161名	82.14%

2. 心臓マッサージや人工呼吸の方法を知っていましたか？

はい	34名	17.35%
なんとなく知っている	140名	71.43%
いいえ	22名	11.22%

3. 今日の講習会の時間はどうでしたか？

短い	6名	3.06%
ちょうどいい	183名	93.37%
長い	7名	3.57%

4. 今回の講習を受けて、心臓マッサージのことがわかりましたか？

はい	175名	89.29%
何となくわかった	21名	10.71%
わからなかった	0名	0.00%

5. 今後、倒れている人を見かけたら、声をかけてみますか？

はい	143名	72.96%
わからない、自信がない	53名	27.04%
いいえ	0名	0.00%

6. 今後、家族や知人が倒れて、呼吸が止まっていたり心臓が動いていないときに、心臓マッサージができそうですか？

はい	157名	80.10%
わからない	20名	10.20%
自信がない	19名	9.69%
いいえ	0名	0.00%

7. 何かご意見がありましたら記入してください。 62件

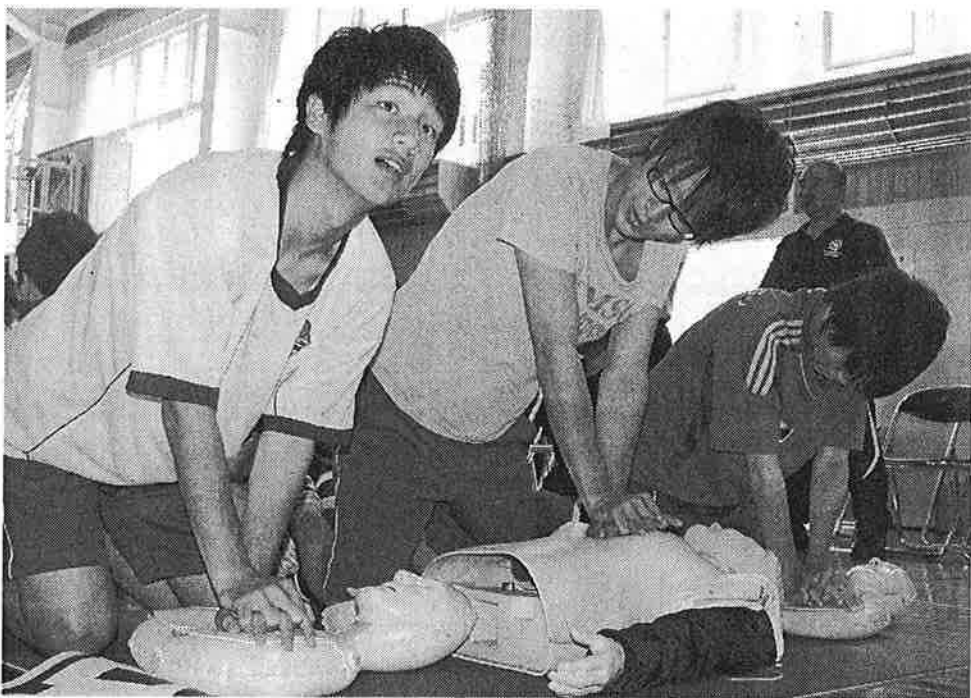
- ・ 実際に心臓マッサージをしたらすごく大変で、びっくりしました。絶対に一人でやるというのは無理だと思うので、周りの協力がとても大事なんだなあと思いました。講習会受けて良かったです。
- ・ 今日の講習はとても為になりました。知識だけ持っても実行出来なければ意味が無い。それを今日の講習を受ける事で行動に移す事が出来ると思います。本当にありがとうございました。
- ・ 楽しかったし、判り易かった。
- ・ 大事なことなので、今のうちに知れて良かったです。ありがとうございました。
- ・ 実際にやってみたら、すごく大変だと思いました。為になって良かったです。
- ・ 心臓マッサージで結構強い力で押すのが大変でした。講習会判り易くて楽しかったです。ありがとうございました。
- ・ 今回の心肺蘇生講習会は今後の為にとっても参考になりました。
- ・ とても力がある作業なのだと改めて思った。
- ・ 丁寧に、教えてくれたから、よく判ったし、チャンと出来ました！
中学の時にも、心肺蘇生法を教えて貰ったけど、人工呼吸もやるものだと思うた。だけど、人工呼吸と胸骨圧迫をセットでやると、生存率が胸骨圧迫より少ないのが驚いた。これからは積極的にやって行きたい。
- ・ 楽しく学べて良かったです。もし前に倒れた人を見かけたら、声をかけて、その人を助けられるようにしたいと思いました。
- ・ テレビの女の人がスゴかったです。とても勉強になった。
今回の心肺蘇生講習会を受けて、為になった。将来この事が起きたら出来るように頑張りたい。
- ・ 中学校で習った時よりも本格的に出来て、手順なども思い出せて良かったです。また、胸骨圧迫だけでも効果があるというのは初めて聞いたから、為になって良かった。
人工呼吸などはとても難しいと思っていたけれど、心臓マッサージなどだけでも効果があると解ったので、自分にもできそうな事があれば今回の講習を通して学んだ事を活かして行きたいと思いました。お忙しい中、優しく教えて頂き、ありがとうございました。
- ・ 授業などで、心肺蘇生法を習った事は有ったけれど、自分でやるのは初めてだったので、とても良い勉強になりました。AEDの使い方も解って良かったです。もし、何か有った時に、今日の体験が役に立てば良いなと思います。
- ・ 楽しく講習が出来て良かったと思います。とても為になりました。
心臓マッサージには自信ないけど、もしもの時は声かけなきゃって思いました。
- ・ とても解りやすい説明ビデオで、中学の時よりも詳しく教えて貰えたので、良い機会でした。
- ・ 心臓マッサージに、こんなに力があると思いませんでした。2分でも出来なかったのに、毎日のようにやっている人は凄いと思いました。
心臓マッサージは意外と簡単だと思っていたけど、やってみたら思ったより大変で疲れました。今回の講習で教えて貰った事を、もしするような事があったら心臓マッサージを行いたいと思います。
- ・ 思ったより腕が疲れた。
- ・ 楽しかった、とても自分の為になりました。
- ・ ありがとうございました。
心臓マッサージが意外と大変で疲れました。倒れた人がいたらやってみたいけど、ちゃんと出来るか自信が無いです。でも出来るだけの事を出来るよう頑張りたいです。
- ・ 解り易く、とても良い経験になったので良かったです。

- ・ 心臓マッサージは思ったより、力が要ることにびっくりした。とても勉強になった。
- ・ 中学生の時にやったけど、暫くやっていなかったので出来るか心配だったけど、旨く出来て良かったです。楽しく出来て良かったです。
- ・ 中学校でもこのような経験があったけれど、忘れてしまっている部分があったので、確認できて良かったです。もっと自信持って出来るようになりたいです。
- ・ なかなか無い体験が出来て良かったです。講習中は楽しく出来たし、勉強にもなって今後に生かせるの良いなと思います。お忙しい中わざわざ来て頂いてありがとうございました。
- ・ 為になりました。ありがとうございました。
- ・ とても親切に教えてくれてよく解りました。本当に起きたらきっと何もできないような気がします。
- ・ 為になることだったので、学べて良かったです。
- ・ マッサージには、とても力が要る事が解った。人工呼吸の仕方も知りたかった。今日はありがとうございました。
- ・ 満足
- ・ 意見ではありませんが、今日の講習を受けられて良かったと思います。忙しい中ありがとうございました。
- ・ 意外に力が必要だったけど、新発見が沢山あったので、講習に参加できて良かった。
- ・ とても解り易かったです。
- ・ 特にないです。ありがとうございました。
- ・ とても為になりました。
- ・ とても良い講習でした。これからそういう場面になった時、やってみようと思います。
- ・ 良く解り易くて、とても良い勉強になりました。
- ・ 文句なし
- ・ 凄く助かりました。今回の講習を通して。私も誰かを助けられるようになりませう。
- ・ ありがとうございました。
- ・ とても楽しかった。
- ・ とても貴重な体験をさせていただき本当にありがとうございました。
- ・ とても楽しかったです。
- ・ 今回の講習はとっても勉強になりました。真剣に指導して頂き、ありがとうございました*よければ、毎年AEDの講習を開いて貰うとこれからの社会的にも良いと思いました。
- ・ 本日は、ありがとうございました。
- ・ 凄く、勉強になりました！ありがとうございました！
- ・ とても勉強になった。今度倒れている人を見かけたら、声をかけてみる
- ・ ありがとうございました。これからは生かします。
- ・ 楽しかった。
- ・ もしこのような事が起った時、対応できるように頑張ります。
- ・ 疲れた。
- ・ 本当にその場にいたら、旨く出来るか判らないけど、もしやる時がきたら、やってみようと思いました。
- ・ AEDは、何度も使えるのですか？
- ・ とても楽しかったです。ありがとうございました。
- ・ 今回の講習会は本当に為になりました。ありがとうございました。
- ・ 少人数で指導して頂いて、とても理解し易かったです。ありがとうございました。
- ・ 今回、講習を受けた事によって、知っている事が、何一つなかったのが、2時間という時間で知識を増やす事が出来ました。





いざという時の確に 室蘭東翔高生 心肺蘇生学ぶ



心肺蘇生法を学んだ生徒たち

室蘭市医師会（稲川昭会長）主催の高校生のための心肺蘇生講習会が18日、室蘭東翔高校で開かれた。同校2年生200人が心臓マッサージやAED（自動体外式除細動器）の使用法などを学んだ。指導は市立室蘭総

合、製鉄記念室蘭、日鋼記念、大川原脳神経外科など市内各病院、医師会関係者、市消防関係者ら30人が務めた。DVDやスライドによる学習の後、実習に入った。真剣な表情の生徒たちは、患者に見

立てた人形に「大丈夫ですか」と意識の有無を確認。胸骨圧迫を実施する役、119番通報役、AEDを持ち運ぶ役に分かれて救急車が到着するまでの対応を行った。指導者たちは「できるだけ間隔を空けず

マッサージを続けて」とアドバイス。生徒たちは役割を入れ替えながら手のひらに力を込めたと語っていた。
同校2年の山口 祐也さん(16)は「いざという時、きょう学んだことを実行したい」と語っていた。
(高橋ゆか)

学んだ心肺蘇生
今後生かしたい

18日に室蘭東翔高校
で開かれた「高校生の
ための心肺蘇生講習
会」に参加した齋藤愛
美さん(16)＝同校2年



「胸骨圧迫は、想像
以上に力をかけて行う
必要があります、びっくり
しました。講習ではイ
ンストラクターさんに

指導してもらいな
がら、班のみんなで連携
を取りてきばき救命活
動の実習ができた。
た。

実際の生活の中で、
一人である時に急病人
を見つけたら。相手
は人形ではありません
。同じようにしっか
り対応できるか少し不
安もありますが、学ん
だことを忘れずに実行
したい。知識と勇気が
あれば、いざという時
に命を救う手助けがで
きる。看護師を目指し
ているので、学んだこ
とを将来に生かしたい
です」