

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25年度は、平成25年7月17日に室蘭東翔高校で、2年生 197名を対象に講習会を実施しました。4年間で延べ757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34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。昨年からは、救助者が教員で高校常備のAED実機を用いて、除細動の体験デモを実施しました。

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。次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25年7月17日 室蘭東翔高校】

在籍198名、欠席1名
参加者 197名 回答者 193名 回収率 97.97%

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	47名	24.35%
いいえ	146名	75.65%

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	31名	16.06%
なんとなく知っている	108名	55.96%
いいえ	54名	27.98%

3. 今日の講習会の時間はどうでしたか？

短い	8名	4.15%
ちょうどいい	177名	91.71%
長い	8名	4.15%

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	158名	81.87%
何となくわかった	34名	17.62%
わからなかった	1名	0.52%

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	138名	71.50%
わからない、自信がない	55名	28.50%
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	120名	62.18%
わからない	43名	22.28%
自信がない	30名	15.54%
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。 41件

- ・ 骨を折るのは命の為でも怖い。
- ・ 為になりました。
- ・ とても良い機会でした。他の学校でも実施して欲しい。
- ・ ありがとうございました!!

- ・ こういった講習をもっと広めるべきだと思う
- ・ なかなか体験することのできない、貴重な体験だったと思います。もし倒れる人がいたら、頑張りたいと思う。
- ・ いざという時、本当に出来るかが不安ですけど、もし、目の前で人が倒れたら行動したいです
- ・ とても為になった
- ・ とても解り易く説明して頂き、ありがとうございました。
- ・ とても解り易い講習で勉強になりました。
- ・ 人助けします。ありがとうございました。
- ・ こういう授業を受けられて、もしもの時に何をすればいいか分かってきた。
- ・ とても為になりました。こんな状況の時にできたらいいなと思っています。
- ・ とても為になったと思います。
- ・ 今まで何となくしか知らなかった心臓マッサージの方法を詳しく学ぶ事が出来て良かった。
- ・ 凄く、役に立つ内容で良かった。生き返らせるかは自信はないけれど、全力で頑張りたい。色々な事を教えて本当に良かったです。
- ・ 教えてくださる方がとっても優しく、解り易かった。学ぶ時間もちょうど良かったと思う。
- ・ 心臓マッサージは疲れたけど、命を助けるなら、あんな疲れなどへっちゃらです。
- ・ 今までこのような講習会が無かったので、とても役に立ちました。
- ・ 今回の講習はとても為になりました。今までやった事が無かったので、良い経験になりました。
- ・ とても為になった。
- ・ 今回の講習会は自分にとって良い経験になりました。うろ覚えだったので改めて確かめる事が出来て良かった。心臓マッサージでどれだけ力があるのか講習を通して判りました。次の日、手の一部が痛くなりこんなに力があるんだな、今の時点で知れて良かったです。いざとなった時、この講習が生かせれば良いなと思いました。
- ・ 命に関わる方法を的確に知ることができました。ありがとうございました。
- ・ めっちゃ良い講習だった。今後、絶対役に立つと思う。
- ・ 普段出来ない事を教えてもらえて勉強になった。けど、目の前に倒れる人がいても出来る自信はない。だけど、そういう場面に遭遇したら、少しでも役立てたいと思った。
- ・ 心臓マッサージが大変なことが良くわかりました。思っていたより力が必要で、いざという時出来るか不安になりましたが、教えて貰ったことをキチンと出来るようにしたいです。
- ・ 昨日の講習でAEDの使い方や、心肺蘇生のやり方も解ったので、勇気を出してやってみたい。
- ・ 一度講習を受けたので、何とか付いて行けましたが、AEDに触れる時間が少なく、正直今後、もしもの時に直ぐに使いこなすのは難しいと思います。
- ・ はじめて、このような講習を受けてみて、知らなかった事がとても有ってビックリしたし、とても勉強になりました。
- ・ 講習で心肺蘇生を学べた事は、本当に為になったし、良い経験になった。
- ・ 良い体験になりました。ありがとうございました。
- ・ 教えてくれる方がとても解り易く教えてくれて良かったです。ビデオもとても解り易かったです。
- ・ 実際に心臓マッサージをして、思ったよりも大変なんだと思いました。救急隊が来るまで続けるのは難しいと思うのでこういう事が有ったら協力できるようにしたいです。

- ・ とても勉強になりました。自身は無いですが、やり方が解って良かったです。
- ・ 消防士の方が優しく解り易く教えてくれて良く解った。
- ・ いつ、どこで起きてもおかしくはない話なので、心肺蘇生の講習で学んだ事を忘れずにやりたいです。
- ・ タメになった。
- ・ とても良い体験ができました。ありがとうございました。
- ・ 貴重な講習をして頂きとてもありがたかった。
- ・ これからも講習頑張ってください
- ・ とても良い経験ができました。

高校生のための心肺蘇生講習 平成25年7月17日







スタッフ一同



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」が17日、室蘭東翔高校（橋本達也校長、597人）で行われ、2年生198人が胸骨圧迫による蘇生法を身に付けた。

同医師会が取り組む地域への医療啓発活動として2010年度（平成22年度）から室蘭地区の高校生を対象に実施。同医師会所属の医療機関や室蘭、登別両市消防本部の協力を得ている。

最初に市立室蘭総

「思ったより力必要」

室東翔高生 心肺蘇生身に付ける

合病院の下館勇樹医師が心肺蘇生の重要性を説明。「救急車が到着するまで何もしないのが一番よくない。突然倒れたときの8〜9割が不整脈。『おかしい』と思ったらすぐに胸骨圧迫をしてほしい」などと呼び掛けた。

実技では生徒たちが25グループに分かれ、ダミーを使った心肺蘇生に挑戦。思ったより力が必要など感想を口にしたが、万が一に備えた知識や手順を体得していた。

（有田太郎）



胸骨圧迫による心肺蘇生法を学ぶ生徒たち

はぐくみ学ぶ NIE サンデーキッズ



Newspaper In Education

「大切な命助けて」

いま学校で

同医師会はこの講習を地域への医療啓蒙活動として2010年度(平成22年度)から室蘭地区の高校生を対象に実施しています。同

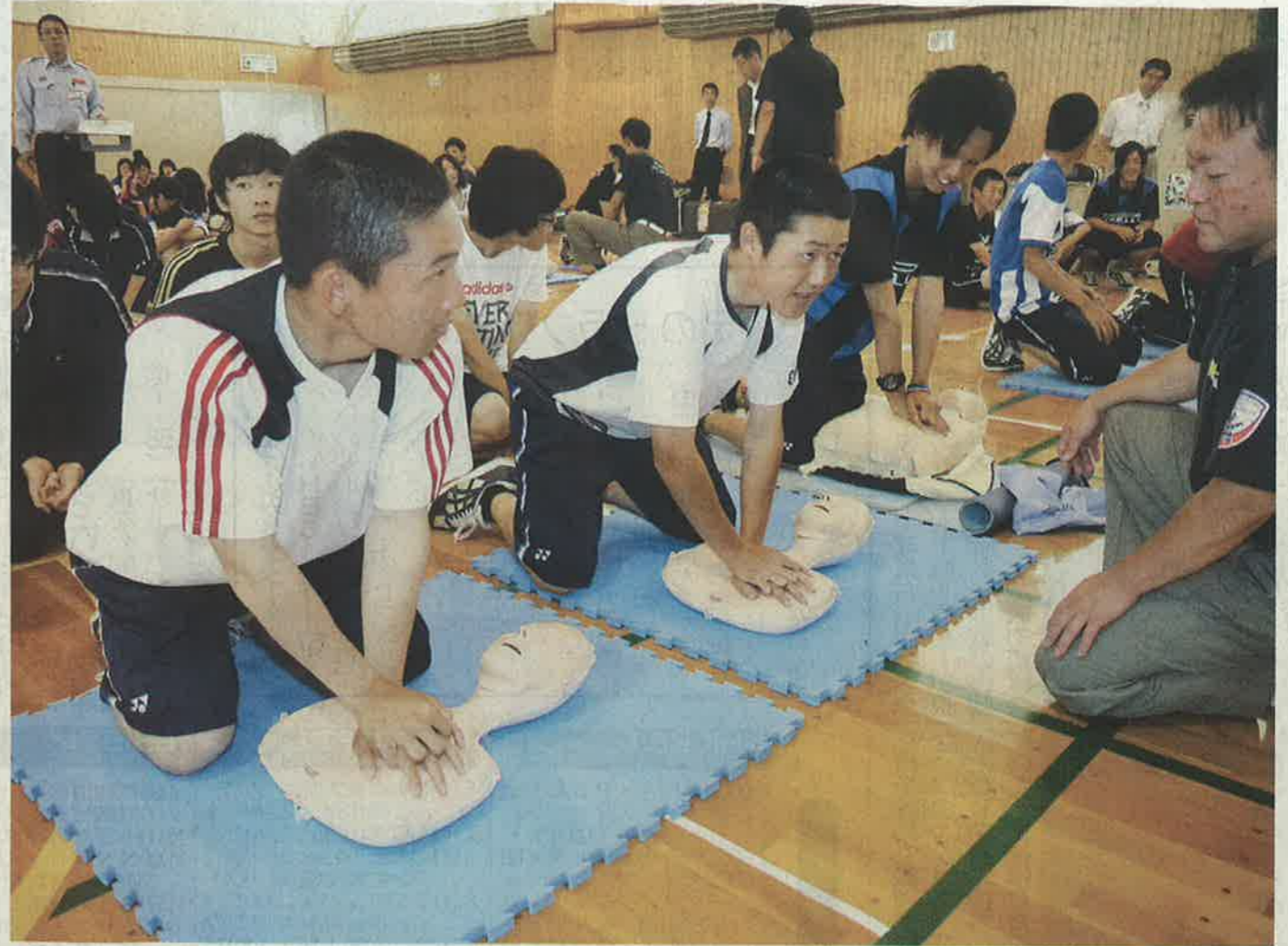
心臓突然死の原因の多くは急性心筋梗塞で、50〜60歳に発症が多いのですが、児童生徒も年間100〜200

0人が突然死していると推定されており、その多くが運動中や運動後に起こしやすいことが知られています。

■ 実行を

ある日突然に誰にでも起こりえるのが心停止です。日本では年間推定で約10万人におよび、その半分の約5万人が心臓突然死といわれています。これは、交通事故で亡くなる人の10倍以上で、重要な問題だということが分かると思います。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が7月17日、室蘭東翔高校(橋本達也校長、597人)で行われ、2年生198人が胸骨圧迫による蘇生法を身に付けました。様子を紹介します(有田太郎)

心肺蘇生講習 室蘭東翔高



ダミーで心肺蘇生法を実践する生徒たち

会所属の医療機関や室蘭、登別両市消防本部の協力を得ており、これまで560人が受講しています。講習に先立ち橋本校長は「医師や救急救命士が集まって教えてくれる学校はほかにありません。いざというときに実行できないと意

味がないので、実行できる人間になってください」と呼び掛け、稲川会長も「きょう学んだことをこれからの人生で貴重な命を助ける場を生かしてください」とあいさつしました。

■ 不整脈

最初に、市立室蘭総合病院の下館勇樹医師が心肺蘇生の重要さを説明しました。「突然死は全国で1日160件以上ありますが、救急隊が到着するまでに心肺蘇生を受ける割合は30%です。救急車が到着するまで何もしないのが一番よくありません」「突然倒れた時の8〜9割が不整脈です。『おかしい』と思つたらすぐに胸骨圧迫をしてください。大切なのは一歩を踏み出すことです」などと、生徒たちに心肺蘇生の重要性を訴えました。実技では生徒たちが25グループに分かれ、正しい胸骨圧迫を行うと音が鳴るダミーを使った心肺蘇生に挑戦しました。生徒たちは救急救命士の説明を聞きながら取り組み「思つたよりの力が必要」など感想を口にしました。



心肺蘇生の意義を学ぶ生徒たち



「おかしいと思ったらすぐに胸骨圧迫を」と呼び掛ける下館医師