

## 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26年度は、平成26年7月16日に室蘭東翔高校で、2年生 199名を対象に講習会を実施しました。5年間で延べ956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35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26年7月16日 室蘭東翔高校】

在籍199名、欠席0名  
参加者 199名 回答者 198名 回収率 99.50%

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	41名	20.71%
いいえ	157名	79.29%

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	15.66%
なんとなく知っている	146名	73.74%
いいえ	21名	10.61%

3. 今日の講習会の時間はどうでしたか？

短い	9名	4.55%
ちょうどいい	184名	92.93%
長い	5名	2.53%

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	178名	89.90%
何となくわかった	20名	10.10%
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	142名	71.72%
わからない、自信がない	55名	27.78%
いいえ	1名	0.51%

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	159名	80.30%
わからない	23名	11.62%
自信がない	16名	8.08%
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。

81 件

- ・思ったよりかなり疲れました。これから何か有ったら、迷わずに人助けをしていきたいです。(無いのが1番ですが)自分もならないように気を付けたいです。
- ・勉強になりました。ありがとうございました。
- ・動画を見た時はびっくりしたけど、AED自体はそんなに難しいものではなかったけど、そういう場面に会ったら、自信はないけど、ガンバローと思いました。
- ・本当にありがとうございました。怖いですが、実際に会ったら進んでやりたいと思います。
- ・ありがとうございました。
- ・命を助けることの素敵さを解る事が出来ました。命に関わる仕事も良いなとすごく思いました。倒れている人がいれば声をかけてみたいけど、自信がありません。でも、少しでも人の役に立てるなら心臓マッサージをしたいです。
- ・楽しく覚えられたので、良かったし、看護の道も良いなって思いました。
- ・AED全員触れたら良かったかも…。
- ・とても参考になりました。今回の講習会を受けた人と受けない人では、かなりの差が付くと思います。
- ・いままで解らなかった事が解ったので、めっちゃ良い機会でした。
- ・貴重な体験が出来て良かった。
- ・担当のお姉さんの指導が丁寧だった。
- ・これからもこういった事をした方が良いと思う。とても参考になりました。
- ・とても勉強になりました。ありがとうございました。
- ・今回の講習を受けて、倒れている人を見かけてもパニックになること無く、心肺蘇生が出来そうです。忙しい中ありがとうございました。
- ・講習が解り易く、自分でも人を救えるかもしれないと勇気が湧きました。
- ・楽しかったです。
- ・楽しく、解り易かったです。
- ・今日、AEDの使い方を理解出来たので、もし、倒れている人がいたら、駆け付け、AEDを使って、その人を助けられるようにしたいです。
- ・最初はAEDがどんなものか解らなかったので、難しそうに思ったけれど、全部やり方をAEDがしてくれるのでやり易かったです。小学校の時から講習会をして欲しかったと思いました。誰か倒れた時は、勇気を出して人を助けたいです。
- ・楽しかった---- \ (^o^ ) ←感想 また有ったら絶対良いと思う!!!
- ・人工呼吸も実技はしなくても説明くらいはしても良いんじゃないかと思いました。大切なことを学べて良かったです。ありがとうございました。
- ・思っていたよりも難しかったです。
- ・かなり体力のいる行為、今後の技術の発展に期待
- ・AEDが割と簡単だった。
- ・今日の練習した事を本番でやる事は、無い確率が高いと思いますが、もし心臓が止まっている人が居たら今日習った事を思い出して率先して行動に移したいと思いました。
- ・中学の時にも、こういう講習は受けましたけど、やり方とか全然頭に入ってませんでした。でも今回ので完璧に頭に入りました。今日は本当にありがとうございました。
- ・良い経験になりました。
- ・誰でも簡単にAEDを使う事が出来るので、勇気を出すことは必要だと思いました。良い経験をする事が出来て良かったです。
- ・今回は、AEDがあるという前提での講習でしたが、AEDが周りに(近くに)なくて、さらに電話も圏外(山中など)そういう状況だとしたら、どういう対処をすれば良いのか、という紹介だけでもあればと思いました。

- ・ 中学の時の講習は凄く雰囲気が悪い中でやっていたので、今回もそんな感じなのかなと思っていましたが、すごく楽しく学ぶ事が出来ました。ありがとうございました。
- ・ 他にもやっていない学校があれば、そこでもやった方が良いでしょう。
- ・ 心臓マッサージの仕方の説明が解り易かったです。心臓マッサージをやる時に手が痛かったです。
- ・ 授業で聞いただけでは解らなかつた事が、実際に体験することが出来て良かったです。今後もこのような講習会を開いてほしいです。
- ・ 実際に起こったら、為になる経験になると思いました。
- ・ いつ何が起こるのか解らないので、このような経験が為になると思っています。
- ・ 自分は将来人命救助の仕事を目指していませんが、今回の講習で自信がつき、少しその方も目指してみようと思いました。今日はありがとうございました。
- ・ 小野寺さんに教えて貰ったんですけど、優しくかつたし、とても解り易かったです。ありがとうございました！いままで何となく出来るかなーだったけど、今日で使えるようになったと思います。
- ・ 心臓マッサージは思ったより力が必要で、2分間だけでも疲れた。実際にやる時は、人形のように音もならないので、上手く出来るかどうか自信が無い。今日の講習自体はとっても楽しかった。時間が足りなくてAEDを全員やる事が出来なかつたので、AEDの時間をもう少し増やしてほしい。
- ・ 解り易くて身になりました！難しかったけど、その分達成感が感じられました。ありがとうございました。
- ・ 中学の時にやった事があるのですが、高校の方が実際にやる事が多くて大変でした。なので今回の事を忘れずに何か有った時はちゃんと出来るよう努力したいです。本当にありがとうございました。
- ・ 出来れば、こういう状況は避けたいけど、ちゃんと心臓マッサージやAEDをしたいと思えます。周りの人への声かけも大事だと言う事が解りました。教えて下さって、ありがとうございました。
- ・ 消防士、看護師さん達が凄くカッコ良かったです。動画を見て、私達と同じ年代の人も亡くなっている事を知り、今後そういう人が出ないために自分の出来ることをやり遂げたいと思いました。もし目の前で人が倒れても、今日の講習のお陰で救う事が出来る自信があります！！有難うございました。
- ・ いままで良く解らなかつた心臓マッサージの方法や、AEDの使い方などがとても良く解りました。この経験をこれからの生活で活かして行きたいと思えます。
- ・ 楽しく講習を受けられました。今日はありがとうございました。機会があれば、人工呼吸の講習も受けてみたいです。
- ・ 今までだったら勇気が無くて何もできないと思うけど、今回の講習のお陰で何か有った時にAEDや心臓マッサージが出来ると思えます。
- ・ 2分間続けて心臓マッサージするのが凄く疲れました。倒れている人が目の前にいた時、他にも人がいれば、上手くできそうだけど、一人でやるのは難しそうだなと思いました。
- ・ 今回講習を受けてみて、何となくしか解らなかつた心肺蘇生法について学ぶ事が出来て良かった。身近な人が倒れた時等、何も講習を受けていなかった時より対処することができそうだったので講習を受けて良かった。
- ・ 「なんで今こんな講習をするのか？」と疑問を持っていただけに、最初のYouTubeの映像には衝撃を受けた。心臓マッサージや人工呼吸、AEDの使い方については保健の授業の「なんとなく」の知識しかなかったため、身になったと思う。
- ・ 心臓マッサージを今日初めてやったけど、想像以上に力が必要だし、8分くらい続けるのはとても大変だと思いました。AEDを使ってみる事が出来て良かった。使い方が簡単なので安心しました。自分から進んでやってみようと思えました。ありがとうございました。
- ・ 初めて講習を受けて、AEDの大切さが解りました。とても為になりました。

- ・ 良い講習会だったと思います。ありがとうございました。
- ・ 小野寺さんありがとうございました。とっても解り易かったです。為になりました。めっちゃ！！！！
- ・ 人の命を助ける職業も良いなーと今回の講習を受けて思った。
- ・ AEDは思っていたより、使い方が簡単だった。
- ・ 人工呼吸の方法も教えて欲しかった。一人一人AEDを使う時間が欲しかったです。
- ・ 人工呼吸はしなくても良いという事等、解らなかった事を学べて良かった。
- ・ 自分の他にも人が居たなら、多分動けないと思う。何かよくわかんないけど動けない。他の人がやってくれるんじゃないかと思ったりする。
- ・ 今回の講習を受けて、最低限でも心肺蘇生についての動きが解ったので、今後に活かせるようにしたい。倒れている人が居たら積極的に話を掛けるなどして、人を助けて行きたい。
- ・ ありがとうございました。
- ・ 頑張ってください。
- ・ 凄く解り易かったと思います。
- ・ 解り易く教えて頂き、これからに活かせると思った。ありがとうございました。
- ・ 毎年やっても良いんじゃないかと思います。やり方を忘れてしまうかもしれないから。
- ・ 面白かったです。為になりました。ありがとうございました。
- ・ 消防士と医師の方々かっこ良かったです。
- ・ 自信がついた。私は人を救う事が出来る。
- ・ ありがとうございました。
- ・ 勇気を出して、命を守りたいと思いました。
- ・ とっても為になりました。
- ・ こういう体験が有って本当に良かったです。楽しかったです。ありがとうございました。
- ・ お忙しい中、ありがとうございました。実際、人が死にそうな場面に会いたくないですが、対処は出来る気がします。
- ・ 携帯でAEDの設置場所が解ればもっと良いかもしれません。
- ・ 頑張れました。
- ・ 役立つ事を学ばせて貰いました。もし倒れている人を見かけたら、積極的に取り組みたいです。
- ・ 普通では、体験できない貴重な体験をする事が出来ました。今日1日、ありがとうございました。
- ・ 貴重な体験になった。
- ・ 良い経験になった。
- ・ とっても優しく教えてくれたので、解り易かったです。ありがとうございました。
- ・ 実際、その場面にならないと出来るか解らないけど、自信を持ってやりたいとは思う。
- ・ 楽しかったです。ありがとうございました。

25年度	
193名	
質問1	
47名	24.35%
146名	75.65%
質問2	
31名	16.06%
108名	55.96%
54名	27.98%
質問3	
8名	4.15%
177名	91.71%
8名	4.15%
質問4	
158名	81.87%
34名	17.62%
1名	0.52%
質問5	
138名	71.50%
55名	28.50%
0名	0.00%
質問6	
120名	62.18%
43名	22.28%
30名	15.54%
0名	0.00%
質問7 意見	
41件	

24年度	
196名	
質問1	
35名	17.86%
161名	82.14%
質問2	
34名	17.35%
140名	71.43%
22名	11.22%
質問3	
6名	3.06%
183名	93.37%
7名	3.57%
質問4	
175名	89.29%
21名	10.71%
0名	0.00%
質問5	
143名	72.96%
53名	27.04%
1名	0.51%
質問6	
157名	80.10%
20名	10.20%
19名	9.69%
0名	0.00%
質問7 意見	
62件	

23年度	
178名	
質問1	
44名	24.72%
134名	75.28%
質問2	
29名	16.29%
121名	67.98%
28名	15.73%
質問3	
9名	5.06%
157名	88.20%
12名	6.74%
質問4	
145名	81.46%
33名	18.54%
0名	0.00%
質問5	
115名	64.61%
62名	34.83%
1名	0.56%
質問6	
126名	70.79%
29名	16.29%
23名	12.92%
0名	0.00%
質問7 意見	
33件	

22年度	
170名	
質問1	
52名	30.59%
118名	69.41%
質問2	
39名	22.94%
101名	59.41%
30名	17.65%
質問3	
10名	5.88%
143名	84.12%
17名	10.00%
質問4	
126名	74.12%
42名	24.71%
2名	1.18%
質問5	
97名	57.06%
71名	41.76%
2名	1.18%
質問6	
119名	70.00%
30名	17.65%
19名	11.18%
2名	1.18%
質問7 意見	
32件	

# 高校生のための心肺蘇生講習 平成26年7月16日









スタッフ一同

## 万一の救命処置 東翔高生に伝授

室蘭市医師会

室蘭市医師会（稲川昭会長）は16日、室蘭東翔高で心肺蘇生講習会を開いた。同校2年生約200人が、万一の場合に備えて救命処置を学んだ。写真。



講習会は医師会の啓発活動の一環で今年で5年目。救命法を普及させ、登下校や部活動で倒れた人の救命率を高めることが目的。これまで同校の757人が受講した。市内の医師や、室蘭と登別消防署員ら計30人が講師を務

めた。

生徒たちは7、8人のグループに分かれ、人形を使って1分間に100回のペースで行う心臓マッサージや自動体外式除細動器（AED）の使用法を学んだ。根本雄大君は「万が一のためにはしっかりと学びたい」と真剣な表情で取り組んでいた。（相沢宏）

緊急時の対処 学ぶ



心肺蘇生講習に挑む高校生たち

【室蘭】室蘭東翔高校の2年生が16日、緊急時の心肺蘇生法や自動体外式除細動器(AED)の扱い方を学ぶ実技講習に挑戦した。

次世代を担う若者に救急知識を身につけてもらおうと、室蘭市医師会(稲川昭会長)が、地元の医療機関

や消防署などの協力で開催している。

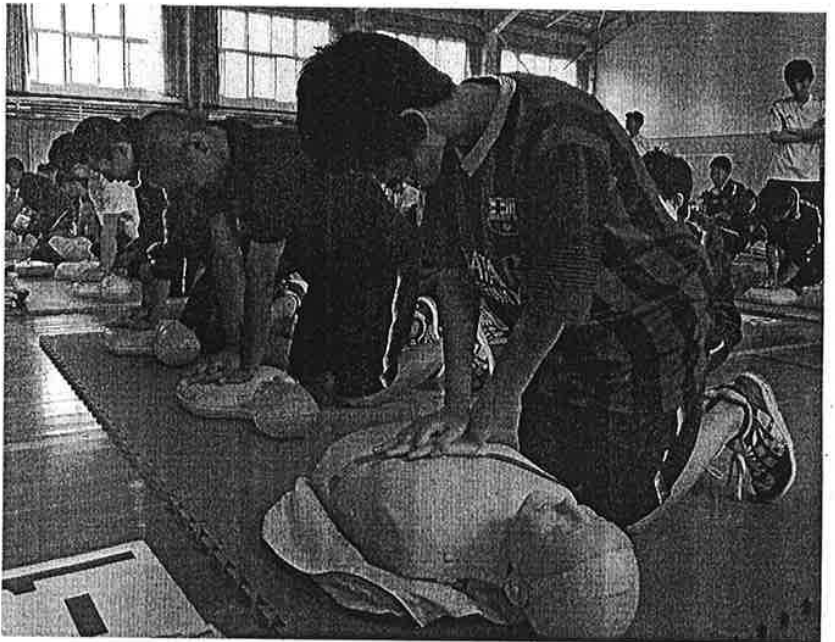
生徒約200人は、救急救命士やインストラクターら約30人の手ほどきで、1分間に100回のペースで行う心臓マッサージや、AEDの使い方を学んだ。

稲川会長は「AEDが普及して10年近くなるが、実際に使われたケースは3・7%との調査結果がある。知識を持った若者が一人でも多く巣立ってほしい」と

あっと  
@  
たうん

話した。  
心臓マッサージに初めて挑戦したという増田大樹さん(16)は「思ったより力と体力がいることを知り、驚いている。もしもの時は、周りの人にも声をかけて頑張りたい」と話した。

# 東翔高生、人命救う術学ぶ



心臓マッサージを実践する生徒ら

室蘭市医師会（稲川昭医師会長）が主催する高校生のための心肺蘇生講習が16日、室蘭東翔高校（別所正二校長、5933人）で行われた。生徒は講師の指導の下、真剣な面持ちで人命を救う術を学んでいた。

（池田勇人）

・救急センター長の講義を受けた。その後、前方のスクリーンに映し出された動画の指示に合わせて、ミニアンと呼ばれる練習用のマネキンを相手に心臓マッサージを実践。AEDの使用

同校の2年生199人が受講した。今年で5回目の実施。室蘭市消防本部と登別市消防本部の救命救急士や市立室蘭総合病院、日鋼記念病院、製鉄記念室蘭病院の医師や看護師ら約30人が講師として参加した。

稲川会長は「AED（自動体外式除細動器）が使用された。8001人のうち、317人が社会復帰している。AEDを使えるようになつてほしい」と強調した。生徒らは、市立室蘭総合病院の下館勇樹麻酔科部長

## 室蘭市医師会 心肺蘇生講習

方法も学習した。

（2年）は「説明を受けた通りに心臓マッサージをやつたらできた」と自信を

つけていた。