

## 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27年7月15日に室蘭東翔高校で、2年生 196名を対象に講習会を実施しました。6年間で延べ1,152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80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26台（西胆振消防より5代含む）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27年7月15日 室蘭東翔高校】

在籍198名、欠席2名  
参加者 196名 回答者 194名 回収率 98.98%

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  | 54名  | 27.84% |
| いいえ | 140名 | 72.16% |

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         | 39名  | 20.10% |
| なんとなく知っている | 125名 | 64.43% |
| いいえ        | 30名  | 15.46% |

3. 今日の講習会の時間はどうでしたか？

|        |      |        |
|--------|------|--------|
| 短い     | 26名  | 13.40% |
| ちょうどいい | 151名 | 77.84% |
| 長い     | 17名  | 8.76%  |

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       | 171名 | 88.14% |
| 何となくわかった | 23名  | 11.86% |
| 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          | 145名 | 74.74% |
| わからない、自信がない | 49名  | 25.26% |
| 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    | 148名 | 76.29% |
| わからない | 14名  | 7.22%  |
| 自信がない | 32名  | 16.49% |
| 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。 97 件

- 今日はお忙しい中ありがとうございました。とてもいい経験になりました。日本で何人も突然死していると知って、他人事ではないと思いました。今後こうゆう場面に会ったらちゃんと行動したいです。
- 判りやすく教えてくれたので、良かったです。
- やろうと決心しても、実際にそういう場面になった時に、勇気が出るか分からないです。でも、今日のことを思い出して、勇気を出せるようにしたいです。
- この時間で、資格が取れたら、もっと嬉しいと思った。
- あえぎ呼吸など知らないことが多かったので、勉強になりました。
- 凄くためになりました。ありがとうございました。
- とても良い経験になりました。AEDの使い方もしっかり知れました。
- 中学校の時にやったけど、其の時よりも詳しくて判り易く、チャンと理解できたので、すごく良かったです。
- プロの救命救急士の方々凄くかっこ良かったです。救急士になろうか考えてみたいと思いました。
- 今回の講習を受けて自信がついた。
- 教えてくれる人が優しく判り易かった。かなり大変な作業で体力が必要だと思った。
- ありがとうございました。
- 格好良かったです。
- この講習会に出て、心肺蘇生とAEDの使用の大切さと方法が解りました。心肺蘇生とAEDの使用はいつ、どこで、誰がなるのかわからないので、もしもの時の為に、この講習会に出て良かったと思います。
- 初めて受けて色々な事を知ることが出来ました。私の近くに心臓が弱いおばさんが居るので、もし何かあれば、今日のことを生かして行いたいと思います。今日はほんとにありがとうございました！！
- とても有意義な時間でした。中学生の時にも受けたことがあったんですが、今回のほうが解り易くて楽しかったです！！お忙しい中、ありがとうございました。
- 今まで、保健の授業などで、心肺蘇生の話は、聞いたことはあるんですが、ここまで本格的な話は初めてで、実際に、体験したり、本物の処置を見て、自分がこのような状況に置かれたら、出来るか不安になりました。お忙しい中、ありがとうございました。
- 心肺蘇生の仕方がよくわかりました。ありがとうございました。
- あいまいにしか、心肺蘇生法が解らなかったけど、今回で、しっかり理解することが出来ました。今度、倒れている人が居たら、助けたいと思いました。たくさん教えて下さって、ありがとうございました。
- とても為になっと思います。今まで、心臓マッサージについては、保健の授業でしか知りませんでした。なので、街の中で人が倒れても救えるか不安でした。ですが、今回の講習で、詳しい心肺蘇生の方法も知ったことにより、街の中で倒れている人が居ても、率先して助けようという気持ちになりました。今回の様な講習を受ける機会が、もっと増えれば良いと思います。今回はお忙しい中、ありがとうございました。
- 凄く良い経験でした。これからも、続けて欲しいです！！
- 解り易く楽しく勉強できて良かったです。倒れている人を見かけたら、今日教えて貰ったことをしたいです。
- 今回はお忙しい中、来てくれて、ありがとうございました。心肺蘇生法は解りましたが、やはり、いざ自分がその立場にあったとすると本当にできるのかが解らないのが正直な感想です。
- 知らない事が多く、学べて良かったです。AEDの使い方や心臓発作について解った。
- 今日の講習会を受けて、こんな感じなんだと思いました。とても為になりました。ありがとうございました。
- 優しく、解り易かったです。今度、街などで、倒れている人が居たら、やりたいと思います。

- 楽しかった。
- とても説明が解りやすく、教え方が映像付だったので、楽しく真剣に取り組むことが出来ました。思ったより心臓マッサージが疲れて、2回連続でやったんですけど、ちょっと息切れが著しくて、もう疲れてしまいました。アンパンマンのマーチが本当だと解りました。本日は本当にありがとうございました。
- 今回で、良くやり方が解った。自分で助けられるようになりたいと思った。凄く為になりました。有難うございました。
- 中学の時にやった事があったが、思い出せたので、良かった。心肺停止の人に遭遇したら、挑戦してみようと思います。
- 今回の講習を受けることで、もし周りに心停止で倒れてる人が居たら、自分でも少しでも力になれるかも知れないと思った。でも、もし本当に目の前でそういう状況になったら、怖くて自ら行けないかもしれない。貴重な体験ができて良かったです。
- これで、今後、役に立てるかもしれない。
- この講習会は凄く勉強になりました。この講習会を生かして今後の生活に役立てたいです！！
- お忙しい中ありがとうございました。
- 解り易くて面白かった。
- 実際に助けている現場を見れて良かった。
- 人が倒れている時に本当に出来るか判らないけど、良い勉強になりました。
- とても優しく教えていただき、ありがとうございました。和気藹々と楽しくできました。パキパキちゃんと鳴って良かったです。けっこう難しいんだなと思いました。楽しかったです。ありがとうございました。
- 骨を折りそうで怖かったけど、大丈夫で良かった。今後役に立ちそう。
- 講習を通じて、授業では知らなかった事があったので、知れて良かったと思います。
- この講習を受ける前はAEDの使い方本当に出来るだろうか心配だったけど、今日で自信をもってAEDや、心肺蘇生をすることができると思います。
- 今迄受けた事が有るといっても、何年か前なので、復習的な感じでまた受ける事が出来て良かったです。こういう場面に直面した時の為に、土地感覚をしっかりと、地域などを覚えて119番した時にちゃんと答えられるように頑張ります。忙しい中わざわざ東翔の為に来てくださりありがとうございました。
- 普通に過ごしていて、めったにないことだと思っていたけど、最初のビデオを見て、身近にあることなんだと思いました。実際、目の前にするとうまく動けないかも知れないけど、今日の講習はとても為になったので、もし自分の前で、このような事が起こったら、勇気を出して頑張ってみようと思いました。ありがとうございました。
- はじめて心臓マッサージをして、良く解りました。とても大変でした。倒れている人が居たら自分から助けたいと思いました。ありがとうございました。
- とても為になりました。この講習を活かして救われる命があれば良いなと思いました。
- 初めて経験をしてとても勉強になりました。今までなんとなくしか解っていなかったのですが、こんなに沢山の手順があるんだとびっくりしました。以外に、すごく難しく、硬かったのが大変でしたが頑張りました。最後に、本当に生々しい現場を見て少し鳥肌が立ちました。どんな時でも、目の前で、倒れたりしたら、近くにいる人とかしか、その人を助けることができないので、絶対に積極的にやろうと思います。
- 救急救命士目指します。
- 最後のデモステーションがすごかった。
- 本日は、大変勉強になりました。実際に、現場に向き合った時に本日のことを活かしたいです。

- 何となくしか解らなかったのが今日の事できちんと解った。もし家族や友人が突然倒れた時に今日の事を活かせるようにしたいです。
- とても良い体験でした。実際にやって解ったこともあり、良かったです。
- 貴重な体験が出来て良かったです。
- 貴重な時間をありがとうございました。
- 人口呼吸について、もっと知りたかったです。電気ショックを実際にやってみたかったです。
- 特にないが、使い方は解った。
- 長かったけど、これから役立つことがあると思うので、今回の様な体験ができて良かったです。
- 最初のビデオで、実際に本当に倒れて、懸命に声掛けをしているシーンがあって、その時に自分の身内が倒れたことを想像しました。目の前で、自分の大切な誰かが、倒れたと考えたら怖くて、動き出せなくなっていたかもしれません。今回の授業が自信をもって、心臓マッサージを出来るきっかけになると良いなと思いました。
- 頑張ります！！
- 私は看護師になりたいので、とても勉強になりました。
- ありがとうございました。
- 本物の人がやったの凄かった！！ もっと見たかった！！
- 思った以上に、心臓マッサージが、力が必要で、大変でした。
- 倒れた人にどうすればいいかというのを学ぶことができた。
- 将来、僕は看護系に進みたかったので、こういう機会に巡り合えてうれしいです。今回の講習では、忙しい中ありがとうございました。またの機会がありましたら、また宜しく願います！
- 忙しい中ありがとうございました。
- 今まで、倒れた人を見ても勇気が無くて、助けられないと思っていたけど、ちゃんと心肺蘇生をしないと死んでしまうってことが解ったので、勇気を出してやってみようと思いました。
- 2回目の講習だったので、とても覚えることができました。とても勉強になりました。
- 凄く良い経験になった。この体験を活かしたい。
- 心臓マッサージの方法とAEDの使い方を知れて良かった。
- 消防の方の実際の働きを見て、手際などすごく良くて、カッコ良かったです。
- とても良い勉強になりました。
- とても良い機会になりました。実際のも見れてすごく感動しました。ありがとうございました。
- 改めて講習を受けられて良かった。最後の室蘭消防の人がカッコ良かった。
- 最後のデモンストレーションカッコ良かったです。
- 凄く良い経験になりました。ありがとうございました。
- とても、ためになりました。ありがとうございました。
- ありがとうございました。
- とても解りやすく良かったです。救急の方がとってもカッコ良かったです。今回の講習回を受ける事が出来て、良かったと思います。この経験を活かすことが出来たら良いなと思いました。ありがとうございました。
- ありがとうございました。
- とても参考になった。たくさん学べて良かった。ありがとうございました。
- シンプルにカッコ良かった！ これからもし、そういう人が居たら、自分からやってみたい。
- 疲れたけど、為になりました。
- 内藤さんの説明が丁寧で解り易かったです。最後の心臓マッサージなどの実演がすごかったです。
- とても解り易かったです。ありがとうございました。
- とても良い勉強になりました。

- 将来、消防士を目指すうえで、非常にいい経験となりました！！
- 良かったです（´▽`）
- もし、そういう場面が実際に起きたら、冷静に判断できるか心配です。パニックになりそうです。そうならない様に気を付けたいです。
- 今回の講習で、心肺蘇生についてコツなどが解りました。倒れている人を見たら、心臓マッサージやAEDを使用してみようと思いました。本物も見れて、貴重な体験となりました。
- 本物の、プロがやってくれて、カッコ良かった。
- 電気が入って、ドーンってなるのが見たかった。
- 解らないことを、聞いたら優しく教えてくれた。
- プロの方たちが凄かった！ 良く解った！
- どの辺を押すと良いか解った。
- 解り易かった。
- 胸骨圧迫を初めて行いかなり押さないといけないんだなと思いました。
- ありがとうございました。

参加199名 26年度  
198名 アンケート回答

質問1

41名 20.71%  
157名 79.29%

質問2

31名 15.66%  
146名 73.74%  
21名 10.61%

質問3

9名 4.55%  
184名 92.93%  
5名 2.53%

質問4

178名 89.90%  
20名 10.10%  
0名 0.00%

質問5

142名 71.72%  
55名 27.78%  
1名 0.51%

質問6

159名 80.30%  
23名 11.62%  
16名 8.08%  
0名 0.00%

質問7 意見  
81件

参加197名 25年度  
193名 アンケート回答

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

参加198名 24年度  
196名 アンケート回答

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

参加187名 23年度  
178名 アンケート回答

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

参加175名 22年度

170名 アンケート回答

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27年7月15日







スタッフ一同