

心肺蘇生法を学習して

平成26年7月8日 射水市立大門中学校 保健室発行

去る7月3日(木)、射水消防署、射水市医師会の医師や看護師の方々12名を講師に招いて、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用して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。



心臓マッサージや人工呼吸をすることで、助かる確率が上がることを知り驚きました。

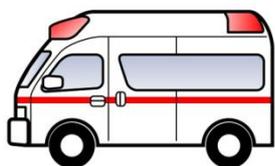
自分の力で命を救えるのなら、人として行動したいと思いました。もしも、本当に起こったときは、焦らずに冷静に行動したいと思います。(2組男子)

ステージ上で実演されているのを見ていたら、簡単そうに見えたけど、実際やってみるととても力があるし大変でした。

もしも自分の家族や友達など、助きたい命が目前にあるのに何もできないのは辛いだろうと思います。今日学んだことを忘れず、また、事故に遭うことがないように気を付けて生活したいと思います。(2組女子)

この講習会で、心肺蘇生法の仕方を知っていれば、救急車が来るまでに一般の人でも人の命を助けられるということを学びました。

万が一の場面に出会ったときも、対処できるよう、今日学んだことを忘れずにおきたいです。講師の先生方、ありがとうございました。(3組女子)



「14歳の挑戦」で心肺蘇生法をしたけれど、今日の講習会で、改めて学ぶことができました。この2時間で、命の大切さ、命の尊さを知ることができました。これから、何が起こるか分かりません。もしもの時にためらうことのないよう、家に帰ってからも復習したいです。(1組男子)

最初は、「目の前で誰かが倒れるなんてあるわけがない」と思っていたのですが、先生の体験談を聞いて自分の考えは甘いなと思いました。もし、目の前で誰かが倒れたら、今日したことを思い出したいです。絶対に最後まであきらめずに焦らず落ちついて行動したいです。(1組女子)

講習を受けて、私は助けられる立場ではなく、人を助ける立場なのだ実感しました。心肺蘇生法は想像以上に大変でした。人を助けるためには、こんなにも体力がいるのだということを知りました。もし、もう一度このような機会があれば、ぜひ参加して技術を身に付けたいです。(1組女子)

僕は心肺蘇生法ってすごいなと思いました。もしも、誰かが倒れたときに、それをする助かる確率が上がるからです。心肺蘇生法は大切だとも思いました。もしもの時のため、今日の講習会で学んだことは絶対に忘れないようにしたいです。(3組男子)

私は人が倒れていたところに遭遇したことがあります。そのときは意識のある人でしたが、母が声をかけました。とてもびっくりして怖くなりました。母がすごいと思いました。今なら、倒れている人の命を助けたいと思います。今回の体験で、母に少し近づけたと思います。

自分の命を自分で守るのはもちろんですが、他の人の命も守るという気持ちで生活をしていきたいと思いました。(4組女子)

今日の心肺蘇生法実技講習会で、「もし、自分の親が倒れたら。」「もし大切な友達が倒れたら。」と考えて取り組みました。胸骨圧迫はすごく疲れました。自分が一人の時にできるかと聞かれると、あれだけのことを自分一人でするのは難しいと思いました。しかし、自分がこの心肺蘇生法をすることで、一つの命が助かるかもしれないと考えると、実行したいと思います。(4組女子)

今回は人形でやったので、気軽に胸骨圧迫や人工呼吸などを体験できたけれど、もしもいつか本当に実際にそんな場面にあったとき、今日のような態度ではいられないと思います。倒れている人が目の前にいても、一歩踏み出せないかもしれません。

今日学んだことが生かされる時は来ないほうがいいけれど、絶対に来ないとは言いきれません。だから、私たちは「もしもの時に備える」ということが大切だということを再確認できました。(5組女子)

僕は、胸骨圧迫は簡単だと思っていたけど、けっこう大変でした。強く、速く、絶え間なくするのも大変でした。もし、自分の前で人が倒れていたら、ずっとやり続けるには、もっと練習が必要だと思いました。また機会があれば、講習会を受けたいと思います。(6組男子)

初めての体験だったので、覚えたり実際にやってみたり、とても大変でした。人が倒れていたら怖くて近づくことすらできないだろうと思いました。また、落ちついて判断ができないなと思いました。しかし、今回の体験を通して、心肺蘇生法の大切さがよく分かりました。助かる人がいると思うと、勇気を出してがんばりたいと思います。(6組女子)



今回覚えたことを忘れないようにしたいです。胸骨圧迫は30回もやるのに、人工呼吸は2回なのは、大事な呼吸よりも、心臓を動かすことの方がもっと大事なのだと思いました。

心肺蘇生をする機会は、ほとんどないだろうと思うけれど、いざという時にできるようにしておきたいです。(5組男子)

胸骨圧迫は、すごく疲れました。ずっと同じ速さで強く押すのがすごく疲れたし、大変でした。今日は人形だったから緊張せずに胸骨圧迫と人工呼吸ができたけど、もし、本当の人間だったら、今日みたいにできるとは思えないので、119番したり、AEDを探して持ってきたりなど、自分ができるところをやるだけやりたいと思います。(5組女子)



私は看護師を目指していて、骨折の処置や止血法などを勉強して覚えているのですが、心肺蘇生法は知らなかったのもとてもよい勉強になりました。もしもの時は、自分で進んで適切な処置ができるよう復習しておきたいと思います。また、本当に誰かが倒れたときは、冷静にいられるかすごく心配です。だから、もしもの時のために心の準備もしておきたいと思いました。(7組女子)

AEDや胸骨圧迫、人工呼吸のやり方など、初めて知りました。今までそんなことをしなければならぬ時は誰かがやってくれる、自分はやらなくてもいいと思っていましたが、先生方の話を聞いて、決して他人事ではないと思いました。だから、今日のような講習会を受けることができ本当に良かったと思いました。

もしも、これから私の周りで友達や家族がそんな状況になった時は、自分から進んで役に立てるようにしたいと思いました。(7組女子)