

# 心肺蘇生法を学習して



射水市立小杉中学校 第2学年 令和元年6月20日実施



射水市医師会の医師や看護師、射水消防署の所員、消防団員の方々を講師に迎え、心肺蘇生法講習会を行いました。命の大切さや救急車が来るまでの応急手当の手順を学び、人形やAEDトレーナーを使って、全員が心肺蘇生の実習を体験しました。



私は講師の方のお話を聞いて、人の命を救うためには知識や技術だけではなく、勇気も大切だということが分かりました。体験をしてみると私が思っていたよりも難しい作業が多かったです。私が印象に残った作業は胸骨圧迫です。腕をしっかりと伸ばしながら、手のひらではなく、手首に近いところで押すということを知りました。今回の体験を通して救命処置の大切さを学ぶことができました。実際に人の命を助ける時に生かしていきます。(女子)

今日の講習会で私は人の命を助けることがどれだけ大変なことなのか改めて実感しました。心臓マッサージをするには力が必要で、AEDを扱う知識も必要。そして何より焦らず行動する冷静さが必要だということが分かりました。あまりないことだと思いますが、もし人が倒れていたときや、他の人が蘇生させているのを見たら、今日学んだことを生かして、命を救いたい、その手助けをしたいと思いました。(女子)



今日の講習会では心肺蘇生法についてやAEDの使い方について学ぶことができました。実際に自分で体験したり、他の人の様子を見て、様々なことを一回一回確認したりしながら、それだけ大変なことなんだと感じました。心臓マッサージは、ただ胸を押すだけだと思っていたけれど、思った以上に難しかったです。これからは、いつこのようなことが目の前で起こるか分からないので、AEDのある場所を確認したり、心構えをもったりして生活していきたいです。(男子)

テレビ等で、AEDの使い方や心肺蘇生法を何度か見たことはありましたが、いざやってみると、うまく胸を押せなかったり、息の吹き込みがうまくいかなかったりで難しかったです。自分でできなくても周りに大きな声で助けを求めることが大切だということが分かりました。また、救急車は、通報してから7分程で到着することに驚きました。救急隊が来るまでの7分で目の前の人少しでも助かる方法はないか、自分で行動していこうと思いました。心肺蘇生法を復習していつでもできるように準備しておきたいです。(女子)





今日の講習会で、命の大切さを改めて実感しました。心肺蘇生法はテレビ等で見ると、あまり難しそうには見えなかったけれども、実際にやってみると、緊張して少し焦ったり、手順が分からなくなったり、正しい方法でできなかつたりしたので、とても大変でした。また、1分1秒を争うので、すばやく丁寧にやらなければいけないことがとても難しいと思いました。今後このような場面があったら、無視せず、人の命を助けるためにしっかりと自分のできることをしたいと思いました。(男子)

私は身近なところで人が倒れることは多分ないと思っていたけど、校長先生や講習に来てくださった方達の話聞いて、身近に起こったときに備えてしっかり学ぼうと思いました。心臓マッサージは押し具合やリズムがとても難しく、全体重で力を加えることが大変でした。そして30回くらいただけでも疲れるので、周りの人と交代しながらする必要があると分かりました。人工呼吸に抵抗がある場合はずっと心臓マッサージをしていた方がよいと聞きました。AEDを使うとき、どこにあるか分からないということにならないように学校内にあるAEDの場所なども確認をしておいた方がいいと思いました。とてもよい機会になりました。(女子)



僕がこの心肺蘇生法を学習して心に残ったことは、心臓マッサージです。思ったより難しかったです。大切だと思ったことは、周りの状況によって言うことや、やるのが違うので、そこをしっかりと判断することです。今後、もし倒れている人を見かけたら、今日学んだことをしっかりできるようにしたいと思いました。(男子)



今日、僕は初めてAEDを使いました。使いやすかったのでしっかりと使うことができました。少し難しかったことは人工呼吸で、最初は思うようにできませんでした。今回の体験で一通りはできるようになってよかったです。でも、本当にもし、そういうことになったときは、落ち着いて今日学んだことをしようと思いました。AEDもすぐに持ってこられるようにだいたい場所も覚えておこうと思いました。(男子)