

心肺蘇生法を学習して

射水市立新湊中学校 2 学年



射水市医師会の医師や看護師、新湊消防署の救急救命士や女性消防団員の方々に講師を迎え、心肺蘇生法実技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、実習人形や AED トレーナーを使って学びました。実施後の感想を紹介します。

心肺蘇生と AED の講習会に参加して、私は 1 つ 1 つの動きの速さや手順が、助ける人の命に大きく関わることが分かりました。心肺蘇生では、周囲の確認から胸骨圧迫、人工呼吸までの流れを体験しました。胸骨圧迫は手の位置や強さなどのポイントがたくさんあって、とても難しかったです。また、しっかりと声を出すことの大切さも学びました。今後、もし倒れている人がいたら、今日習ったことを生かして助けられる人になりたいです。

(A 組)



胸骨圧迫では、「もう少し力を入れて。」と言われました。自分では結構力を入れているつもりでしたが、まだまだなのだと分かったので、AED と合わせて練習したときにもっと強く押すように意識しました。また、AED を使うときに「離れてください。」という言葉がとても大切だと思いました。理由は、真剣に胸骨圧迫をしていると、この言葉を言われるまで全然気付かなかったからです。大切なことをたくさん教わった講習会でした。

(A 組)

今日、救急車が来るまでに自分ができる処置を学びました。胸骨圧迫や人工呼吸の方法、AED の使い方を覚えることで、中学生でも人の命を救うことができるので、私も今日習ったことを時々思い出して、いざというときに備えたいと思います。また、家族にも教えて、助けられるはずなのに亡くなってしまう人を一人でも減らせるようにしたいです。

(A 組)



今日は、心肺蘇生の仕方と AED の使用方法を学びました。心肺蘇生をするときは結構力が必要で、少しの間でも疲れたのに、救急車が来るまで休まず続けるのはとても大変だということを実感しました。そして、日ごろから救命の仕事をしておられるお医者さんに大事なことをたくさん教えていただき、改めて医師や看護師、消防署の方々はすごいなと尊敬の気持ちが湧きました。

(B 組)

心肺蘇生の講習は今日が2回目でしたが、胸骨圧迫をしてみると人形の体がかたくて、押すのが大変でした。人工呼吸もなかなか空気が入らなかったのも、すぐに入った人はすごいと思いました。教えていただいたことを「もしも」のときに活かすためには、しっかりと技を身に付けることが大切だと思うので、また機会があればしっかり練習したいです。

(B組)



この心肺蘇生法講習会に参加して、改めて命の大切さを知りました。自分の命は自分で守り、人の命も救えるような人になりたいです。心肺蘇生は想像した以上に大変で、心臓マッサージでは思ったよりも力があることにびっくりしました。AEDでは、汗や金属など確認事項をしっかりとし、音声に従って落ち着いてできました。貴重な体験ができたので、しっかりと覚えて万が一に備えたいと思います。

(B組)



今回、初めて体験して分かったことは、胸骨圧迫をするときは一定のリズムで、速やかに力強く行うこと、人工呼吸をするときは、自分を守るために直接は絶対にしないということです。人形で胸骨圧迫をするときは思った以上に固く、手が痛かったけれど、人助けができると思うとやり終えたときに達成感みたいな気持ちよさがありました。今日の経験を活かして、緊急時には冷静に対応できるようにしたいです。

(C組)



今日、僕が特に難しいなと思ったのは、胸骨圧迫です。簡単そうに見えたけれど、やってみると、両肘を真っすぐ伸ばして手の付け根の部分に体重をかけて、真上から垂直にして圧迫するのはすごく難しかったです。でも、講師の先生が手をそえて、分かりやすく教えてくださいましたのでしっかりと体験することができました。

(C組)

今日の講習会では、心肺蘇生の行動を迅速に行うことで倒れている人を救うこともできるし、後を引き継がれる消防士さんたちもすばやく救助できることが分かりました。今まではAEDの設置場所も気にしていなかったけれど、誰かの命を救うために確認していきたいと思ったし、忘れないようにしたいです。大切なことをたくさん教えてください、ありがとうございます。

(C組)

