

「心肺蘇生法」を学習して

平成24年7月18日 射水市立小杉南中学校 保健室発

7月12日（木）、射水市医師会の医師や看護師の方、射水消防署の方々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。

心肺蘇生は、私たちが行うことではないと思っていました。1秒過ぎる毎に人の命はどんどん助からなくなっていく中で、どのような処置を行い、どれだけ早くその処置を行うのが大切だということが分かりました。

体力的にも精神的にも大変だった心肺蘇生法。もしもの時、うまくできるか心配ですが、救急車が来るまであきらめずに行いたいです。「倒れている人に歩み寄る勇気が大切だ」と教えていただきました。普段から「人のために動ける」ように、思いやりの心を持ちたいと思います。

（1組）

ドラマで見ていたよりも大変だということ、もし自分がする側だと、とても難しいことが分かりました。人工呼吸の仕方、胸骨圧迫の注意する点など細かいところまで教えていただき、とても勉強になりました。

（1組）



心肺蘇生法は、お医者さんや専門の人しかしてはいけないものだと思っていました。自分たちができることを知りましたが、実際に倒れている人にどうすればよいのか知りませんでした。先生方が、丁寧に教えてくださったおかげで、できるようになりました。

（2組）



心肺蘇生法は、落ち着いて手順を知っていれば誰にでもできると思いました。だけど、その場面に遭遇した時は、パニックになってしまいます。その時、今日習ったことを生かせればいいと思います。周りの人に協力を求めるにも勇気がいるので、協力を求めることもできるようになって、自分の力で人の命を一つでも救えたらと思います。今日教えてくださった、医師の方や看護師の方、消防士の方に感謝したいです。

（1組）

改めて「人を助ける」ということは、こんなにも大変で難しいのかと感じました。自分の目の前に倒れている人がいたら、今日習ったことを生かして助けたいです。

また、心肺蘇生法は冷静な判断が必要で、落ち着いて行動をすることが大切なので、自分がする時は、大切なことを思い出して実行したいです。

（3組）



人が倒れた時、救急車が来るまでに何をするか考えたことがありませんでした。心肺蘇生を行うと、生存率が2倍以上も上がると知りとても驚きました。とてもためになる講習で、いざとなれば自分も人を助けられると思いました。(1組)

人工呼吸や心臓マッサージは、簡単だと思っていたけど、決まった回数をやったり、鼻をしっかり押さえたりなどの注意点があり、とても難しかったです。でも、いざとなったら命を助けるために、今日習ったことをやりたいです。救急車や消防車は、5～6分ぐらいしないと来ないので、少しでも早く心肺蘇生をして、救命率を上げたいです。(2組)

見ていると「簡単そうだ。」と思ったけど、実際にやってみると、すごく難しかったです。特に胸骨圧迫の時、肘を曲げずに垂直に圧迫するのは、難しく大変でした。今日の実習がなかったら、人が倒れていても、何もできずに怯えながら立っているだけだと思います。でも今日の実習で、少しは人を助けることができるようになりました。(3組)



倒れている人がいた時の対処がよく分かりました。今日初めての心臓マッサージ、人工呼吸、AEDをしました。人工呼吸の時は、少しためらったけど、先生方が優しく教えてくださって、人の命を救うためにしっかりと接しなければいけないと思いました。

救急車が来るまでに少しでも、その人の命が助かる確率が高くなるように、心肺蘇生をすることが大切だと分かりました。(2組)

救命処置はよく聞くけど、その内容は知りませんでした。今日講習を受けて、人の命を救う方法がよく分かりました。特に一番心に残っているのは、居合わせた人が救命処置をした場合、その人の命が助かるということです。もし人が倒れていたら、進んで救命処置をしたいと思いました。(4組)

心肺蘇生法はどのようなことをするのか知りませんでした。授業を受けて初めて、人の命を救う大事なことだと分かりました。

最初は恥ずかしくて十分に声を出せなかったけど、本当にこんな立場になって、自分のせいで人の命がなくなると考えると、そんなことを気にしている場合ではないと思いました。もし本当に起きた時は、きちんと大きな声で言いたいです。(4組)

