

「心肺蘇生法」を学習して



平成21年7月9日 大門中学校保健室 発行

去る7月7日、射水消防署、射水市医師会の医師や看護師の方々を講師に招いて、2年生を対象に「心肺蘇生法実技講習会」を行いました。心肺蘇生練習人形とAED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。実習後の感想から一部紹介します。

今日の実技講習会は、いつ、どこで起きるか分からないことを事前に知ることができてよかったです。練習中、自分の番になると何をどうすればよいか分からなくなりパニックになっている人もいました。実際の場合はより大変だと思います。冷静に行動したいものだと思います。(1組)



実習で印象に残ったことは、人に手伝ってもらうことも大切だということです。一人ではできないこともたくさんの人が協力し合うことで命が助かる可能性があると感じました。何かあった時には、自分から進んでやるようにしたいと、この体験を通して思いました。(1組)

お話の中で、射水市でも年間100件もの救急車の出動があったと聞いて、他人事ではないと改めて感じる事ができました。もしの場合は、今日教えてもらったことを思い出してできるようにしたいです。本当に貴重な体験ができてよかったです。(2組)

自分の順番になり、大変に緊張しました。下手なことをして死なせてしまったらどうしようと思ったからです。でも倒れている人を無視することは人を殺すことと同じです。「心臓マッサージをする人」「AEDを持ってくる人」「電話をかける人」など、皆で協力して一人を助けたいと思いました。(1組)

練習の前は、「こんなのやりたくないな、はずかしいな」と思っていました。しかし、皆の真剣な姿を見て、自分もしっかりやろうと思直しました。自分の番になって心臓マッサージと人工呼吸を体験しました。見ていて簡単そうだと思っていたけれど、心臓マッサージは思っていたより力を入れないとできないことが分かりました。(2組)



人は心臓が止まって、5分後には生存率が25%だと知り、しっかり学ぼうと思いました。人工呼吸は気道を確保したまま行い、心臓マッサージは肘を曲げずに垂直に圧迫する点が難しかったです。でも一生懸命練習したので覚えることができました。(2組)

祖父が倒れた時、助けられなかったこともあって、真剣に取り組みました。人の役に立つのはとても勇気のいることであり、大切なことだと思います。人の命は自分の命と同じに大切です。今日は、今までにない大切なことをたくさん学びました。(3組)

呼びかけ方一つにも意味があると知りました。初めは起きているかもしれないから小さめになど相手を気遣うことの大切さが分かりました。私はこのような体験が2回目です。しかし、人工呼吸の仕方は忘れてしまっていたので今度は忘れないようにしたいです。(3組)



今日の講習を受けて、一つ一つの行動を真剣にして一人の命を救いたと思います。万が一の場合、出会った時は率先して実践したいです。家族にも教えてあげたいと思います。(4組)

「今は練習だから」という気持ちでなく、本当の現場にいると思って実習しました。この講習があったので、いざという時は、人の命を助けたいと思いました。(4組)

AEDは使い方をしゃべってくれるので簡単だなと思います。しかし、練習でできたとしても、いざとなったら思うように体が動かなくなるのではないかと思います。目の前で誰かが突然倒れたら、とてもびっくりすると思うけれど冷静になり、率先して心肺蘇生法をやりたいと思います。(3組)

救急車が来るまでの6分間の自分の行動で、その人の運命が変わると思うと、心肺蘇生法を学ぶ大切さがよく分かりました。いつ、どこで、誰が倒れるか分かりません。もし、自分がその場にいたらどうすればよいか冷静に考えて行動することが大切だと思いました。(4組)

今日の心肺蘇生法の学習は私にとって命を考えるよい機会でした。いざという時、周りにいる人が心肺蘇生法をできるかどうかで、人の命が救えるかどうかが決まると聞いて、この講習会を受けることができてよかったと思いました。ただ見たり聞いたりしているだけと、実際やってみるのとは大違いだということが身をもって体験することもできました。(5組)

今日の学習を受けて、もしも倒れている人がいたら迷わず心肺蘇生法をしたいと思います。AEDも体験できとてもいい経験になりました。一番大切なことは、先ず救急車を呼ぶことです。次に大切なことは息がうまく入らなくても心臓マッサージを続けることです。ずっと覚えておきたいです。(5組)

最初は簡単そうだったけど、実際やってみるとうまく呼吸が入らなかったり、心臓マッサージの手の位置が分からなかったりと難しかったです。配られたテキストを見てまた学習しておこうと思いました。(5組)

初めての心臓マッサージや人工呼吸だったけれども思っていたより上手にできてよかったです。しかし、実際の場面でできるかどうか分かりません。でも、その時は自分ができる精一杯のことをしたいと思います。(6組)

簡単に人工呼吸をしているように見えたけれども実際にしてみると、頭を押さえ、あごを上げるのも大変だったし、空気がすき間から漏れたりして結構難しかったです。今日の経験を大切にしたいです。(6組)

心肺蘇生法はたくさんの人の協力がないと実現しないと思います。また、心肺蘇生をする人は、いかに冷静でいられるかが求められると思います。ここで学んだことを「もしも」の時に活かせるといいなと思います。そして、しっかり頭にとどめておきたいです。(6組)

