

ほけんだより10月 2年生

住吉第一中学校 ほけんしつ



◆10月5日（土）土曜日授業 2年生「救命救急講習会」

講師：森ノ宮医療大学ライフサポート部 顧問の先生と部員29人

保健体育の教科書に記載されている「心肺蘇生法と AED」

AED とは自動体外式除細動器の略語です。

なぜ、保健体育の教科書に記載させるようになったのでしょうか。

国際蘇生連絡委員会（ILCOR）のガイドラインから日本蘇生協議会（JRC）が日本のガイドラインを作成し、学校における心肺蘇生教育の強化が重要と示されたからです。学校だけではなく、『すべての市民が、心停止の疑われるすべての傷病者に対して胸骨圧迫を行うこととしたうえで、訓練を受けており、その技術と意思がある場合は、人工呼吸も行うべき』との指針を2015年に出しました。

心臓が止まると、約15秒で意識がなくなり、そのままの状態が続くと脳機能の回復は困難になります。119番通報をして、救急車が到着するまで、全国平均：約8分。

そばに居合わせた人が、胸骨圧迫やAEDを使用することで命を救い、社会復帰ができる身体をも手に入れることができます。

そのために、上記の『すべての市民が…略』訓練するようになってきました。その一つとして、自動車免許習得の過程においても「心肺蘇生法とAED」の講習があります。

□ さて、今回、住吉第一中学校 2年生を対象に実施した講習会、事前・事後に生徒のみなさんに、アンケートに答えてもらいました。

1. 住吉第一中学校にあるAEDの設置場所を知っていますか？
事前アンケート（知っている 66%）事後では（96%）
2. 心肺蘇生法の手順を知っていますか？
事前アンケート（知っている 10%）事後では（92%）
3. 胸骨圧迫という言葉を知っていますか？
事前アンケート（知っている 43%）事後では（93%）
4. 胸骨圧迫について、どの位置を押すか知っていますか？
事前アンケート（正答率 51%）事後では（97%）
5. AEDの使い方を知っていますか？
事前アンケート（知っている 25%）事後では（90%）
6. 心肺蘇生法の手順について 5問聞きました
事前アンケート（正答率 13%～28%）事後では（35%～92%）



- 7、 救急隊が到着したら、AED ははずす？はずさない？
 事前アンケート(正答率 73%) 事後では (87%)
- 8、 AED を操作したあと、胸骨圧迫をしますか？
 事前アンケート(正答率 32%) 事後では (93%)

どうですか？

実際に一人ひとりが実習を行ったことで、同じ質問でもこんなに差が出ました。



【心肺蘇生法の手順】アンケート6です

- ① 傷病者発見 ②肩をたたいて呼びかける ③ 安全確認 (②の前に行う方が望ましい)
 • 119番通報・AED の手配・応援を呼ぶ ④呼吸の確認 (約10秒)
 - ⑤胸骨圧迫開始・胸の真ん中・圧迫の深さ 5cm、1分間に 100~120 回 (絶え間なく)
 - ⑥人工呼吸 ⑦AED 到着・装着 ⑧救急隊に引き渡し
- ※重要：AED を使用すれば、絶対に外さないこと。
 AED を使用したあとは、AED の音声に従うこと。

生徒からの質問：

- 倒れている人を見つけ、呼吸をしていないと思って、電気ショックを与えてしまって死んでしまった場合、責任が問われますか？
- (答え) AED を装着すれば、AED が心電図の解析を行います。AED の音声に従えば間違えて電気ショックを与えることはできません(AED は作動しません)。

感想の一部を紹介します

○今日の授業で始めて知ったことがたくさんありました。胸骨圧迫について全く知らなかつたけど、ライフサポート部の皆さんのが一人ひとりに優しくわかりやすく説明してくれたのでとてもわかりやすかったです。実際に自分が胸骨圧迫の体験をしているときも、細かくていねいに教えてくれたので、うれしかったです。友達と「女人でも服を脱がさないとダメなのかな」と話していたら、最近はテントみたいなものもあると、教えてくれました。また、自分でも胸骨圧迫について調べてみようと思います。

○今日は、救命救急の講習をとてもわかりやすく、丁寧に、教えていただきありがとうございました。元々、保健委員として講習を受けていた私でしたが、あまり実習をする機会もないでの、とても有効な時間でした。

○初めて知ったことがたくさんで、いろいろ学べました。自分は将来、看護師さんになりたいと思っているので、こういう貴重な経験で人を助けられたらと思います。胸骨圧迫の時、大事な点がいっぱいあって、結構、注意されたので、家で練習してみようと思います。

