

神奈川県立釜利谷高等学校 JRC 同好会主催 赤十字救急法講習会 報告

<概要>

日 時	平成 27 年 7 月 9 日(木) 12 時 30 分～14 時 30 分
会 場	神奈川県立釜利谷高等学校 体育館
対 象	部活動所属生徒
内 容	健康安全プログラム「心肺蘇生と AED、体位変換」
指 導 員	日本赤十字社神奈川県支部職員
協 力	写真部（記録用写真撮影係として）
受講者数	62 名

<開催目的>

部活動中や日常生活の際、急な事故において「応急手当や救命処置」を迅速に対応できるようにしよう！

<レポート>

7 月 9 日（木）に本校で部活動に所属している生徒を対象に JRC 同好会主催の健康安全プログラム講習会を日本赤十字社神奈川県支部（事業部青少年・ボランティア課）の協力で開催しました。本プログラムは青少年赤十字の実践目標の一つである「健康・安全」の活動として行いました。部活動中や日常生活のなかで、急病人が発生した際に生徒が救命手当や応急手当を迅速に行うことができるようになること、また、命の大切さや「高校生でも人の命を救うことができる」という意識を持つために座学や実技を通じて応急手当や救命処置の知識や技能を習得しました。

当講習会では主に「青少年赤十字健康安全プログラム」に沿って、講義では中学生・高校生に起こりやすい“心室細動”や救命率の講話、日本赤十字社の活動事業について学習しました。

実技では 2 人 1 組のペアを組み、傷病者発見から心肺蘇生までの流れを繰り返し細かく確認しました。

流れの確認を終えると訓練用の人形と AED を用いてグループに分かれて心肺蘇生の体験をしました。今回の練習では傷病者発見から AED の電気ショックまでを行い、AED 到着から心肺蘇生の交代の仕方などをローテーションしながら体験しました。



心肺蘇生や AED の使用は「意識がなく普段通りの呼吸がない」方にする処置です。では、「意識のある」方にはどのような処置をすれば良いのか？ということで、後半は心肺蘇生と体位変換の班に分かれて練習をしました。心肺蘇生、AED の使い方、体位変換など、どの項目についても受講者一人一人が「救助者」という意識を持ち、真剣に取り組んでいる姿がみられました。



こうした講習会を継続的に続けて部受講者が活動部員だけでなく、一般生徒まで拡大すればより応急手当に対する意識も高まり、命の大切さや救命率の向上にもつながり、ひいては日本赤十字社のスローガンでもある「人間を救うのは、人間だ。」にも近づけるのではないかと思います。

■ 受講者インタビュー

▶ 講習会を終えた直後の受講者数名にインタビューをしました。

Q 1 : 心肺蘇生法を実際に人形で体験してみてどうでしたか？

回答：心臓マッサージが思っていた以上にうまくいかず、難しかったです。

Q 2 : AED（訓練用）を使用してみてどうでしたか？

回答：最初、パッドの貼る場所が分からなかったけど、パッドに書いてある場所の指示が分かりやすかったの

迷わず貼ることができた。また、AED は今まで心臓の動きを取り戻すために使用するものと思っていたけど、正しくは心室細動を止めるものであることだと知った。

Q 3 : 体位変換をバディーでやってみてどうでしたか？

回答：意識はあってもだるそうな人を一人で横にしたり腕を動かしたりするのは思っていた以上に体も重く、大変だった。けど、患者が楽ならやるしかないと思った。

～講習会を主催したJRCメンバーからの感想～

Q：救急法講習会を運営として開催してみてどうでしたか？

- ・ AED や緊急時の対応などには興味あったけど、赤十字救急法がまったくわからなかったのも、わからない所や曖昧な所が学べて良かった。
- ・ 多くの受講者がいて大変だったけど、この講習会をきっかけに助けられる人が増えればいいと思いました。
- ・ 講習会の準備をしたり、参加者にわかりやすく説明をすることが大変でした。でも、頑張っている姿をみたら嬉しくなった。
- ・ 一人一人が自分のためになることなので、とても良いきっかけとなった。
- ・ 人の命を救うことはとても大事なことだということを受講者に伝えられた。
- ・ 講習会の内容も勉強になり、運営についても自分のためになった。
- ・ 運営側だと色々とやるべきことがあったけど、一つ一つを協力してできたので、達成感がありました。
- ・ JRC メンバーで企画をし、最所は開催までいくか不安な気持ちがあったが、最後まで協力して受講者の方々に赤十字救急法を普及できたので自分の中では目標達成になったのではないかと思います。

■ まとめ

救急法はたった一回の講習会で完璧に知識や技能を身に付け、活かすことは大変難しいことであり、継続的に繰り返しトレーニングすることによってより意識の向上や救命技能の向上ができる。そして、校内の事故においては全ての処置を先生に頼るのではなく、傷病者を発見した生徒が迅速に対応して少しでも早く命を救えるように、繰り返し何度もこのような講習会を開いていきたいと思いました。

文責：神奈川県立釜利谷高等学校 JRC 同好会 部長 福田 諒