

消防部通信

第3回 心肺蘇生法・AED 使用方法

～初級救急講習～

令和5年(2023年)9月①

西宮市立浜甲子園中学校

消防部

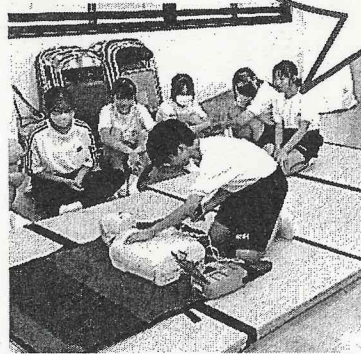
夏休みに入ってすぐの7月27日(木)に、第3回消防部が行われました。今回は、救急の基本として、心肺蘇生法やAEDの使用方法を体験しながら学びました。

心肺蘇生法

もしも身近で誰かが心臓が停止し倒れたとき、または、そんな人と出会ったとき、救急車が到着するまでに何ができるかで、その人の生死をわけます。

心肺蘇生法とは、救急隊が到着し医療に繋ぐまでの一次救命です。体委員の方々が、市民みんなが胸骨圧迫(心臓マッサージ)ができるようになることで、たくさんの命を繋ぐことができると話されていました。

①意識確認



大丈夫ですか?!

- ・自分の身の安全を確保する
- ・3段階で強くする
- ・反応が薄ければ意識なし
- ・救助には沢山人数が必要!
- ・大きな声で助けを呼ぶ!

②助けを呼ぶ



誰か、来て
ください!!

救急車要請の時に聞かれること

- ・救急が火事か
- ・住所や場所
- ・傷病者の様子
- ・自分の名前など
- ・救急車到着までにすべきことを教えてくれる

119 通報
救急車要請

自動販売機には
その場所の住所が
シールで貼ってあり
他にも近くの建物や
目印を伝えよう

AEDの持参

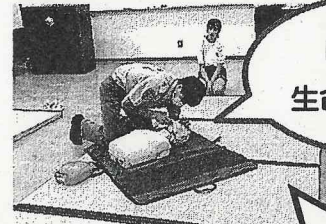
AEDが設置されている場所

- ・病院 ・学校
- ・ショッピングモール
- ・駅 ・児童館
- ・マンションの
エントランス

浜甲子園
保健室の
前に
あります

③生命反応の確認

呼吸や胸の上下、体の動き
などから生命反応を確認する



呼吸なし
生命反応なし

なるべく早く!

1. 2. 3. 4.
5. ... 30

10秒
くらい!!

なるべく早く!

心臓はポンプの役目を
しています。胸骨圧迫で、心臓
を動かし、今体内にある酸素
を脳に送りつづけるために、
胸骨圧迫を行います。

⑤AEDの使用



AED 持って
きました!

シートを貼ったら、
心電図解析をする→

電気ショックを実行します
ボタンを押して下さい

PUSH!

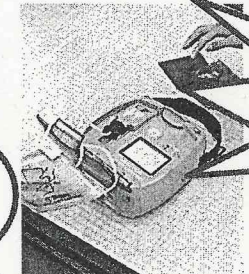
④胸骨圧迫

生命反応がなければ、すぐに
胸骨圧迫を開始する!!

強く! 早く!
絶え間なく!!

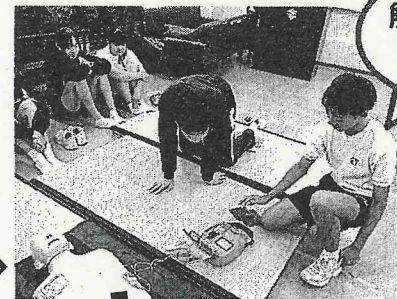
- ・胸の中央を両手で押す!
- ・肘は曲げない!
- ・肩から体重をかけて
5cm以上押す!

5cm
5cm



シートを取り出して左脇腹
と右胸に貼って下さい

↑ AEDを開くと次にすることを教えてくれる

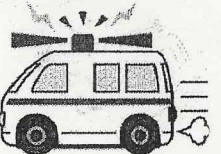


触らないで
離れて

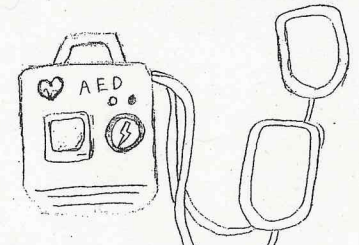
↑ 右胸上、左脇腹に貼る

⑥救急車到着まで、 ④と⑤を繰り返す

救急隊が来るまで、
AEDが必要なくなっ
たら、胸骨圧迫を続ける



みんなの感想



胸骨圧迫の仕方は、だいたい、分かってはいたけど、肩から力を入れて、やるなど知らなかったことを学べて良かったです。AEDは、使い方が難しそうに感じるけど、思ったよりも簡単で、音声もさいて、行動するだけだということを知れたので、倒れている人が、いたりしたら、それを使って、助けられたらいいなと思いました。

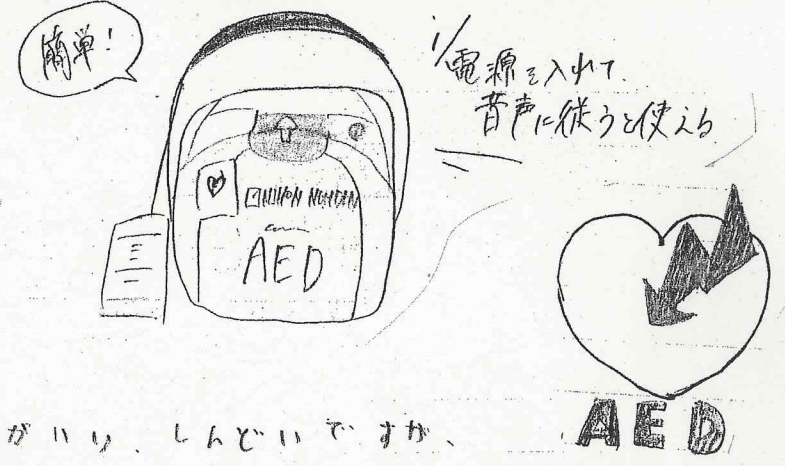
心肺蘇生方法を教えてもらい、30秒間ずっ変わりながら、実際にしてみたが一定のリズムでやるのがすごく難しかった。消防士の方にはドラマや映画で見ているような力強くして流石だなと感じた。AEDの中身を初めて見たが音声も全部教えてくれて、これだったら年齢関係なく使えやすかったと思った。次回の消防本部の活動もすごく楽しみです！

心肺蘇生は、見た事はあるけどやった事はなかったのも難しいとしても苦戦しました。だけどとても楽しかったし他の人はなかなかしない事なので出来て良かったです!! AEDは使う事少ないと思うけど話を聞くことが出来て良かったです!!

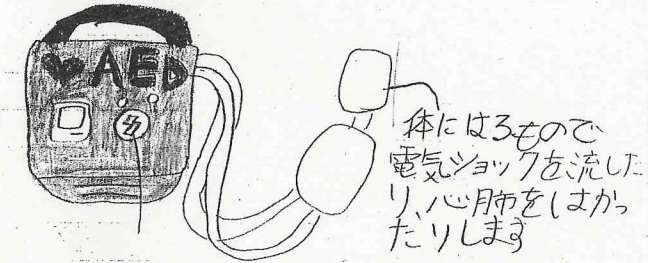
僕の中で胸骨圧迫(ハートマッサー)よりもAEDの方がおもしろいと思っていたけれど、ハートマッサーは力かかるとはなすがおもしろく、AEDは音声が行動のやり方を教えてくれるので、AEDの方が簡単だった。

胸骨圧迫は、自分が思っていた以上に力が必要だったので、けっこう大変だなと思ったけど、もしもの時に人を助けられたら、その達成感はずいぶん大きいのかなと思いました。AEDは音声があったこととそのままやったらいいだけなので、落ちついてできたら、私も使えそうだなと思いました。

胸骨圧迫はとても難しかったです。リズムよく一定のリズムで力を入れながらするというのは難しかったです。ですが胸骨圧迫しはちかるとAEDはとても簡単でした。一番最初にAEDを使わせてもらったのですがとても焦っていましたが、でも焦りはなくなり完璧にAEDを使えました。これからだれか倒れていたら自分のできるはいい手伝えたらいいなと思いました。



心骨圧迫はとても力が入り、しんどいですが、人を助けられると思うととてもかっこいいと思います。何かあてはまずですが、何かある時、早くたてた方がいいです。次回もがんばりたいです!!



1年生の時は学校でやったし、去年のコロナでできなかったけど、今年は、救命救急士さんに直接教えてもらう貴重な経験ができてとてもうれしかったです。もし、胸骨圧迫しなれないといけない状況になったら、何かあったら、この経験を生かして、助けられたらなと思いました。

胸骨圧迫の方法が分かったので、これから、道で倒れている人がいたら、対応できるようにしたいです。また、1人で胸骨圧迫を救急車が来るまで続けるのは、とても大変だと思いますので、周りの人に助けを求めたいと思います。忘れずにしようと思いました。

