

救急蘇生法研修会実施報告

1, 日時

2007年2月12日（月）～14日（水）

2, 対象

小学5年生（23人）、6年生（28人）

中学1年（28人）、2年生（16人）、3年生（4人）

教職員（23人）

保護者（希望者22人） 合計134人

3, 時程

12日（月）1, 2校時・・・5年1組

3, 4校時・・・6年

15：30～17：00・・・教職員

13日（火）1, 2校時・・・中学2年、3年

3, 4校時・・・中学1年

5, 6校時・・・5年2組

14日（水）1, 2校時・・・保護者

4, 講師

島根大学 医学部 救急医学講座 橋口 尚幸 医師

島根県 出雲市 消防本部 竹田 豊 救急救命士

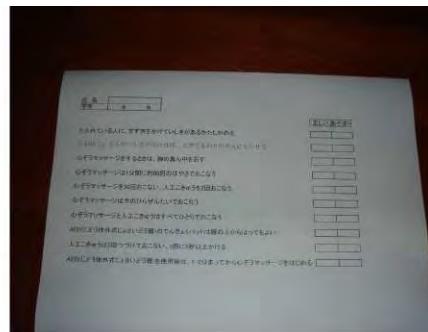
島根県 出雲市 消防本部 田中 淳 消防士

5, 研修内容

① 受講前の10問テスト



小学5年生



テストの問題用紙

② 応急手当の重要性（橋口 Drによる説明）

症例に基づいた救急蘇生の重要性



～パワーポイントを使っての説明～

③ 救命処置のデモンストレーション 救急救命士と消防士による寸劇



～サッカーボールが胸に… 友達を救うには？ 消防士、救急救命士による白熱の演技～

④ 心肺蘇生法の実技練習（6 グループに分かれ、2 グループに 1 人講師が付く）

I 反応の確認

軽く肩を叩きながら反応の確認

II 人を呼ぶ

大きな声で人を呼ぶ。救急車と AED の要請

III 気道の確保と呼吸の確認

気道を確保し、呼吸の確認：見て、聞いて、感じて

「正常な呼吸」や「普段通りの呼吸」がない場合は「心停止」と判断する。

IV 人工呼吸

胸が軽く膨らむ程度に1回約1秒かけて2回吹き込む。

※ 口対口の人工呼吸がためらわれる場合は、胸骨圧迫だけでも良い。



VII 胸骨圧迫（心臓マッサージ）

2回の人工呼吸が終わったら、直ちに胸骨圧迫を開始する。

圧迫の位置：胸の中心。乳頭と乳頭を結ぶ線の中央

圧迫の方法：強く（胸が4～5cm沈む程度）、速く（1分間に100回のテンポ）、絶え間なく（30回の連続で）



～講師による直接指導～



～職員研修～



～保護者研修～

VIII 胸骨圧迫と人工呼吸の組み合わせ

胸骨圧迫を30回行った後、人工呼吸を2回行う。救助者が2人以上の時は2分間（5サイクル）を目安に交代しながら絶え間なく続ける。

※ AEDが到着した場合には、直ちにAEDの操作に入る。

IX AEDの使用手順

電源を入れ音声の指示に従う。

電極パッドを貼る→心電図の解析→電気ショック→心肺蘇生法の再開

※ AEDが2分おきに自動的に解析を繰り返す



～初めて見るAED～



～使い方の練習～



～説明を聞く中学生～

⑤異物除去

腹部突き上げ法（ハイムリック法）のデモンストレーションと実技

腕を後ろから抱えるように回す→片手でこぶしを作り、みぞおちの下方に当てる→その上をもう一方の手で握り、素早く手前上方へ向かって圧迫するように突き上げる

背部叩打法

手の付け根で肩甲骨の間を力強く何度も連続して叩く。

※ 異物が取れるか、反応がなくなるまで継続する。反応がなくなった場合は心肺蘇生法を行う



～チョークサイン～



～背部叩打法～



～保護者も練習～

⑥応急手当

- ・プールで溺れた時

傷病者の反応が無く、正常な呼吸がない場合は心肺蘇生法

- ・出血した場合

水道でしっかりと傷口の洗浄

大量出血は直接止血法

- ・骨折、捻挫

RICE 法・・・安静、冷却、圧迫、挙上

- ・やけど

冷却の重要性

⑦破傷風、狂犬病について

- ・破傷風は、3種混合、2種混合で接種しているはず

傷口が汚い場合は暴露後接種の必要あり

- ・狂犬病は発症すれば100%の死亡率

暴露後接種が必要



⑧講習後のテストとアンケート

⑨救急講習修了証の配布（出雲消防本部消防長より発行）

⑩記念撮影



6. 結果

子どもたちに、本研修の感想を書かせたところ次のような記述があった。

5年生

・ぼくは最初、「救急蘇生法ってどんなことをやるのだろう」ととても気になっていました。そして、当日、救急蘇生法で助かった人のビデオを見て、「よし、ぼくもちゃんと覚えるぞ」と自信满满でした。しかし、やってみると、人工呼吸の時に空気がもれてしまったり、AED のパットのはる位置を間違えたり、失敗ばかりでした。しかし、何回もやつていくうちに失敗しないでできるようになったのでよかったです。もしも本当に倒れている人がいたら救急蘇生法で助けてあげたいです。(男子)

・私は救急蘇生法研修を受けて、人の命を救う技を身につけられたのでとても勉強になりました。プロジェクターを使って、分かりやすく教えてくれたのでとてもよく分かりました。今度倒れている人がいたら助けてあげたいです。私も将来、人の命を救うレスキュー隊や医者になりたいです。そして、もっと詳しく人命救助のことを知りたいです。また広州日本人学校で教えて欲しいです。(女子)

6年生

・「小学生なのに」と研修の前は思っていた。でも、最初の説明を聞いて、「自分にも何か出来ることがあるんじゃないかな。自分が出来ることを見つけて人を助けたい」と思った。だから、実習は真剣に取り組んだ。消防士田中さんのアドバイスのおかげで、最終的には人工呼吸も心臓マッサージも出来るようになった。周りに倒れた人がいたら見るだけでなく、ちゃんと助けたいと思う。「子どもだからできない」ではなく、「やる気が無いからできない」にはなりたくない。今回の研修を通して、命の尊さを感じた。機会があればもっと勉強したいと思う。(女子)

・もしこの授業を受けていなくて人が倒れてたりしたら、私はきっと助けてあげられなかったかも知れません。でも、もう心配はいりません。きちんと人工呼吸や心臓マッサージのやり方を勉強したからです。もし人が倒れていたら、きっと助けてあげられると思います。(女子)

・今まで人工呼吸という言葉はたくさん聞いたことがあったけど、やり方などは考えたこともないし、自分がやるなんて頭の中で考えていることの外にあるようなことでした。でも、今日の研修を受けて、人工呼吸や心臓マッサージをすることで、人の命を救えると知り、ぼくたちも人工呼吸などが少しできるようになりました。

人が倒れるなんてことは起きて欲しくないけど、もし誰かが倒れてしまったら、ぼくた

ちも人工呼吸などをしてあげられるので、今回の研修会はとても良い経験になりました。
(男子)

中学生

・この研修を受ける前は、救急蘇生法についての知識なんて全然ありませんでした。初めに言われた「人が倒れています。あなたは助けてあげられますか?」の質問には、「絶対に無理」と思いました。しかし、この研修を受けた後、「もしかしたら、助けてあげられるかも知れない」と思えるようになりました。いつどこで人の命が危険にさらされるかわかりません。私はそういうときに手助けしてあげられる勇気を持ってきたいと思います。(女子)

・救急蘇生法と聞いて何か小難しいことをするのだと思っていたら、案外わかりやすくて安心した。講師の先生もやさしく教えてくれた。実際に人が倒れたりしたときに本当に自分が役立つかなんて分からぬけれど、何もしらないよりはましたと思う。何かすべきときに何も出来ないのは悲惨だ。そういう意味でも、今回の講習は有意義だったと思う。

また、研修後に職員に感想を記入してもらったところ、次のようなものがあった。

・救急法の講習は何度か過去に参加したことはあったが、今回は海外での講習ということもあってか、高いモチベーションで臨むことができた。特に、AED を実際に使用できたことがよかったです。このような研修を毎年は無理にしても、2~3年に1度は実施した方が良いと思う。(男性)

・「百聞は一見にしかず」という言葉がありますが、今回の研修を受けて AED を実際に手にとって実践できて良かったです。これが講演だけだと、「なるほど」だけで終わって、いざというときは何も出来なかつたかも知れません。しかし、今回の研修で、もしもの時は自分から行動をし、助けられるという自信をいただきました。これを生かし、実践できるようにしたいです。(女性)

・肺蘇生法の研修は以前にも受けたことがありますが、違う点がいくつもあり、年月が経つと変化していくことに驚きました。AED については見たことも触れたこともありませんでした。実際に操作したことで自信がつきました。子どもを守る者として、毎年研修して、最新のことを学びたいと思いました。また、AED も設置したいです。(男性)

・救急法は1人では対応しきれない状況もあり、また、突然もあるので、確実な知識と実践が要求される。今回の講習では、教職員全員が研修に参加できたので、突然の事態にも1人ではなくチームとして対応できると思う。道徳や学活、総合と兼ねて、人を助けるこ

とのすばらしさや命の大切さを忘れないように指導していきたい。とても為になる講習会でした。（男性）

7. 考察

本校の小学生、中学生は、心肺蘇生法という言葉は知っていても、実際にどのように行うものかについてはほとんど知らない。本校では、小学5年生と中学2年生の保健学習で救急蘇生法を扱ってはいるが、練習用の人形もないため、教科書の絵や、ビデオ教材での授業というのが現状である。教職員には、水泳指導前に安全研修として心肺蘇生法を実施したが、絵を見ながらの研修しか行えず、実技を身につけるまでには至っていなかった。

また、保護者については、救急蘇生法は以前学んだことがあるが、AEDが導入されたことを知らない、または、知っていても実際に見たり触ったりしたことがなかったという方が多かった。

また、感想にもみられるように、少人数で研修を受けることができたことで、何度も練習し、直接アドバイスをもらうことができ、より正確に心肺蘇生法を習得することができたことが分かる。多くの児童の感想に、「もしも人が倒れたら、今日学んだことを生かして命を助けてあげたい」と記述があり、自分にもできることが分かり、意識が高まったことが伺える。

職員のアンケートでは、研修の必要性を訴えるものが多かった。講演だけではなく、実際に人形やAEDを使って実習できたため技術を習得でき、自信にもつながったと記述されていたものが多かった。また、今回のように専門家に直接教えてもらうことで、いかに心肺蘇生法が重要な知識であることができ、1人1人がより正確に心肺蘇生法を習得することができたと考えられる。

また、本校は郊外にあるため、病院まで約1時間要する。しかも、水泳が5月から9月まで実施されるため、救急蘇生法が必要となる危険要因が高い。そのため、職員の研修は重要な課題である。また、広州に住んでいる本校の子どもや、その家族についても同じことが言える。そして、このことは、本校だけに言えることではないのではなかろうか。海外にある日本人学校の中には、本校と同じような状況の学校もあるのではないだろうか。そのような学校に今回のような研修を実施することは大変有効であると考える。

本校では、本研修の後に、早速、AEDを購入することが理事会で承認された。全職員が研修を受けたことで、AEDへの抵抗が無くなり、いざというときに使用する自信がついたからこそと言える。本校においても、このような研修を計画的に継続して実施できるよう検討している。本事例を基に、今後、海外の日本人学校で救急蘇生法の研修が充実し、AEDが配備されることを期待する。