

目 次

研究報告書

研究課題A 小・中学生の蘇生教育への医学生の関わり方と方向性の検討

研究課題B 日本版（JRC）救急蘇生ガイドライン 2010 に基づく救急隊現場活動基準に関わる検討

資料

研究者名簿

研究課題A

研究分担者	長谷 敦子	長崎大学病院救命救急センター 准教授
研究協力者	山下 和範	長崎大学病院救命救急センター 助教
	坂本 哲也	帝京大学医学部附属病院救命救急センター 教授
	畑中 哲生	救急救命九州研修所 教授
	清水 直樹	国立成育医療センター研究所 成育政策科学研究部 研究員
	吉田 明子	君津健康センター 君津診療所 医師
	丸川 征四郎	医療法人医誠会 医誠会病院 院長補佐

研究課題B

研究分担者	長谷 敦子	長崎大学病院 救命救急センター 准教授
研究協力者	谷川 攻一	広島大学医学部救急医学 教授
	清水 直樹	国立成育医療センター研究所 成育政策科学研究部 研究員
	坂本 哲也	帝京大学医学部附属病院救命救急センター 教授
	畑中 哲生	救急救命九州研修所 教授
	丸川 征四郎	医療法人医誠会 医誠会病院 院長補佐

平成 22 年度厚生労働科学研究費補助金
循環器疾患・糖尿病等生活習慣疾病対策総合研究事業
循環器疾患等の救命率向上に資する効果的な救急蘇生法の普及啓発に関する研究
(H21-心筋-一般-001)
(研究代表者 丸川征四郎)

平成 22 年度研究報告

研究課題 A

小・中学生の蘇生教育への医学生に関わり方と方向性の検討

研究分担者 長谷 敦子

長崎大学病院 救命救急センター 准教授

平成 23(2011)年 3 月

目 次

1. 研究者名簿（前掲）	
2. 分担研究報告書	
研究要旨	3
A. 研究目的	3
B. 研究方法	3
C. 研究結果	4
D. 考察	5
E. 結論	5
F. 健康危険情報	5
G. 研究発表	5
H. 知的財産権の出願、登録情報	5
3. 資料	
資料1 中学生への AED・蘇生講習会	
資料2 AED 授業小学生の感想	
資料3 AED 普及用絵本	
資料4 第5回日本学生 ALS 大会報告書	

小・中学生の蘇生教育への医学生に関わり方と方向性の検討

長谷 敦子*¹、山下 和範*¹、坂本 哲也*²、畑中 哲生*³、清水 直樹*⁴、
吉田明子*⁵、丸川 征四郎*⁶

長崎大学病院救命救急センター*¹、帝京大学医学部付属病院救命救急センター*²、
救急救命九州研修所*³、東京都立小児総合医療センター*⁴、君津健康センター君津診療所*⁵、
医療法人医誠会医誠会病院*⁶

研究要旨： 本研究は、これまで研究班で作成したAED啓発アニメーションと簡易型蘇生人形を組み合わせ、小学生に対して効果的な教育法の確立と普及体制を構築することを目的とした。中学生に対しては、蘇生を行うことの意義を強調した全校生徒対象の講習会を医学生と行い、効率的で効果的な蘇生教育の今後の可能性を探った。またテロップ入りのAED啓発アニメーションを災害弱者である聴覚障害者への蘇生講習会に使用し、その実用性を検証することを目的とした。

今回の研究で、小・中学生及び視聴覚障害者が蘇生を学ぶには、いずれも“なぜ市民が蘇生法を学ばなければならないか？”という事を理解することが最も学習の効果を左右するものと考えられ、そのために我々が作成したAED啓発アニメーションや、実際の蘇生例の話などを講習に先立って見聞させることが効果的であることがわかった。さらに医学生が講師を務める事は十分に可能で双方にとって有用と考えられたが、医学生が参加できる環境作りが問題である。また、医学生が自らの知識と技術を如何に向上させるかも重要であり、全国学生 ALS 大会開催を支援した。

このAED啓発アニメーションおよび教育プログラムは、最終的に全国規模で展開できることを目標とし、また成人市民を対象としてもより広く活用できるように、改訂や提供の方を今後検討し、政策提言を行っていききたい。

A. 研究目的

昨年度までに、研究班で開発したAED啓発アニメーションDVD（以下、AED啓発アニメ）と簡易型蘇生人形等を使って、小学生に対してAEDの使用法を含む心肺蘇生法についての45分授業を行い、小学生から心肺蘇生の教育を行う事は決して早すぎないこと、特に蘇生現場で“何もしない”“何をしたらよいかわからない”という人を減らすために効果が高いことが示された。しかし学校の教師が多忙である中、“誰が講師となるか”と1といった授業の提供方法が問題になる。そこで心肺蘇生法を教えるトレーニングをした医系学生が、小学生に対する蘇生授業の講師を務めることを提案し、本年度は実際に授業を行ってその可能性と問題点を明らかにすることを目的とした。

中学生に対しては、蘇生を行う事の意義を

より具体的に教える事が重要であると考え、バイスタンダーCPRの重要性の講義と実習を組み合わせ、医学部学生を講師に加えて効率的で効果的な蘇生講習会の今後の可能性を探った。

さらに昨年度の研究で作成したテロップ入りのAED啓発アニメーションを、災害弱者である聴覚障害者への蘇生講習会に使用し、その実用性を検証することを目的とした。

B. 研究方法

①平成22年6月18日、長崎市立仁田小学校の5年生2クラス（計41名）に、長崎大学医学部学生3名、医師1名で45分の蘇生授業を行った。最初のクラスへの授業は長谷が主として行い、2クラス目は医学生が主として授業を行った。参加した医学生に、授業についての感想と問題点を挙げてもらった。

②平成22年6月28日、長崎市立江平中学校全校生徒(109名)、教師、保護者(39名)に対し、医学生4名、看護師1名、医師の6名で、90分間の心肺蘇生の講習会を体育館で行った。突然の心停止で娘を失った母親の話の代読と田中研究班が以前に作成した蘇生DVDの視聴、スライドを使ったバイスタンダーCPRの重要性についての講義を合わせて30分間で行ったあと、生徒3名に1体、保護者4名に1体のミニアンを配布し、60分間の実技を行った。

③9月27日、東京都市大学附属小学校5年生と6年生約160名に、医師2名で蘇生授業を行い、全員に感想文を書いてもらった。参加した教師が今後の蘇生授業を行う方向性を探った。

④平成23年2月13日、君津中央病院吉田明子医師及び看護師ボランティア計11名と手話通訳士1名によって、木更津市ろうあ協会・手話サークル会員とその子供37名(うち聴覚障害者は10名程度)に対し、AED啓発アニメを使って救急蘇生法講座を行い、アンケートで今後の教育活動についての希望調査を行った。

⑤平成23年2月26日にパシフィコ横浜で第5回日本学生ALS大会を開催した。

C. 研究結果

①講師として参加した医学生からの意見としては、

- 1) 実際にやると難しい面もあるが、やれないことはないという印象だ。
- 2) 授業の決まりパターンは必要である。
- 3) 服装など、インパクトを与えるので気をを使う事も必要と思われる。
- 4) 1回のみならず、今後のフォローを学校の先生と連携して行う必要もあると思う。
- 5) 最大のネックは、自分たちの講義との兼ね合いと考える。
- 6) 小学5年生という年代は、好奇心がある

と共に徐々に物事の道理がわかってくる年代で、BLSを導入する学年としてはちょうど良い。

- 7) DVDやスライドは非常にわかりやすかった。
- 8) 時間が短いので、1回でやる内容を絞るか、2時間まとめて2クラス合同でやると効率的と思う。
- 9) ミニアンの音を鳴らす事にこだわらず、強さと速さを丁寧に教える。
- 10) マンパワーはもっと必要と考える。(生徒4人に1人くらいは必要)

以上のように、まだ細部にわたって改良点はあるものの、全体的には医学生が授業を行うことは十分可能であると考えられた。

②中学生への90分間の蘇生講習会のあと、学校が行ったアンケート調査や保健だよりなどによると、DVD等で蘇生を行うことの意味づけをすることによって、短時間の少人数対多数の講習会でも、蘇生に対するモチベーションや理解力が高まることがわかった。(資料1)

③小学生への授業のあとの感想(資料2)を示す。授業を行った感触としては、予想以上に真摯に授業内容を受け止め、挙手による鋭い質問も多数あった。

④聴力障害者への講習会参加者へのアンケート調査では、全体的感想は、<とてもよかった22人、ふつう1人、無回答1人>となった。受講者のコメントを示す。

- 1) AEDのやり方はよくわかった。
- 2) 視覚的で、とてもわかりやすかった。
- 3) (DVDが音声事故で音声なしになったが)字幕のみで聞こえない人も聞こえる人も同じ内容を共有できてよかった。
- 4) 説明がわかりやすく、丁寧によかった。
- 5) 聞こえない人が知らない聴者に「AEDお願いします」と言うのは勇気もいるし、スムーズに伝えられる自信もないので、例えば、NTTの「電話をお願いします」

という手帳の中に「AEDを持ってきて！」のカードを作って欲しい。

- 6) 聾学校の子供にも体験して欲しい。
- 7) これから AED をあちこちで探してみたいと思った。
- 8) 文字情報が多くてわかりやすかった。
- 9) 難しい言葉が出てこなかったのがよかった。
- 10) 手話が判らない中途失聴者もいるので要約筆記を必ずつけて欲しい。

講師の感想を示す。

- 1) みなさん大変熱心に参加してくれた。スライドを文字ばかりで何枚も作ったのが大変だったので、少なくとももう1回くらいは聴覚障害者への講習を行いたいと思った。
- 2) 聴者の2倍程度の時間がかかると想定して、丁度くらいだったので、今後の参考としたい。
- 3) 地域の方への救急法指導は初めてだったので、とても楽しかった。患者さんの一番近くにいる人に対応を学んでもらえたことはよかったと思う。今後もボランティアとして、参加してみたい。

⑤ 第5回日本学生 ALS 大会

医系大学の行事と重なり参加者が80人にとどまったが、救急蘇生ガイドライン 2010の重要課題について、原著論文に立ち戻り科学的根拠と意味について検討したこと、学生が蘇生教育講習でインストラクターを担当することの意義やあり方について深い検討を行った。

D. 考 察

講師を務めた医学生は、小・中学生の反応を直に感じたことにより、今後も蘇生授業を医学生が行っていきたいという気持ちがより高まった。講師の質を医師が担保するシステム自体も医学生にとって蘇生をより深く学ぶ機会として貴重であると考えられる。しかし医学

生自体の授業との兼ね合いがあり、平日に蘇生授業を行うことは物理的に難しい。ひとつの方策としては、土曜日の学校行事などを活用する事が挙げられる。

今回の研究は、もともと蘇生に理解のある教師に協力していただいたが、今後は多くの教師や学校へ蘇生授業に対する理解を深める方策を考える必要がある。来年度に東京都市大学付属小学校滝澤先生が、23年度の東京都私立初等学校協会で、今回行った授業内容で公開授業を計画する予定である。また AED 啓発アニメを絵本に書き起こし、まだ蘇生授業を行っていない小学生へアンケート調査を行ったあと、AED を設置している学校へ配布して蘇生授業を行う土壌を作る事を計画している。(資料3)

聴力障害者へのテロップ入り AED 啓発アニメが効果的であることがわかった。所謂“災害弱者”への蘇生講習会を行うことが講師・受講者共に意味がると考える。絵本の配布も含めて、今後はシステム作りを考えたい。

従来、学生が心肺蘇生を学習する姿勢は、技術の習得、伝達に重点が置かれ、それらの医学的根拠を理解しないというわ滑りなものであった。この耳学問的な姿勢については、当初から批判してきたが、本年の大会でようやく医系学生であることの特性を前面に出すことができた。今回の成果を基礎にインストラクターとして備えるべき基本的な知識と理解、そして技術が引き継がれることを期待したい。

E. 結 論

本研究は、これまで研究班で作成した AED 啓発アニメーションと簡易型蘇生人形を組み合わせ、小学生に対して効果的な教育法の確立と普及体制を構築することを目的とした。今回の研究で、小・中学生及び視聴覚障害者が蘇生を学ぶには、いずれも“なぜ市民が蘇生法を学ぶなければならないか？”という事を理解することが最も学習の効果を左右する

ものと考えられ、そのために我々が作成した AED 啓発アニメーションを講習に先立って視聴することが効果的であることがわかった。さらに医学生が講師を務める事は十分に可能で双方にとって有用と考えられたが、医学生が参加できる環境作りが問題である。

この AED 啓発アニメーションおよび教育プログラムは、最終的に全国規模で展開できることを目標とし、また成人市民を対象としてもより広く活用できるように、改訂や提供の方を今後検討し、政策提言を行っていきたい。

F. 健康危険情報

なし

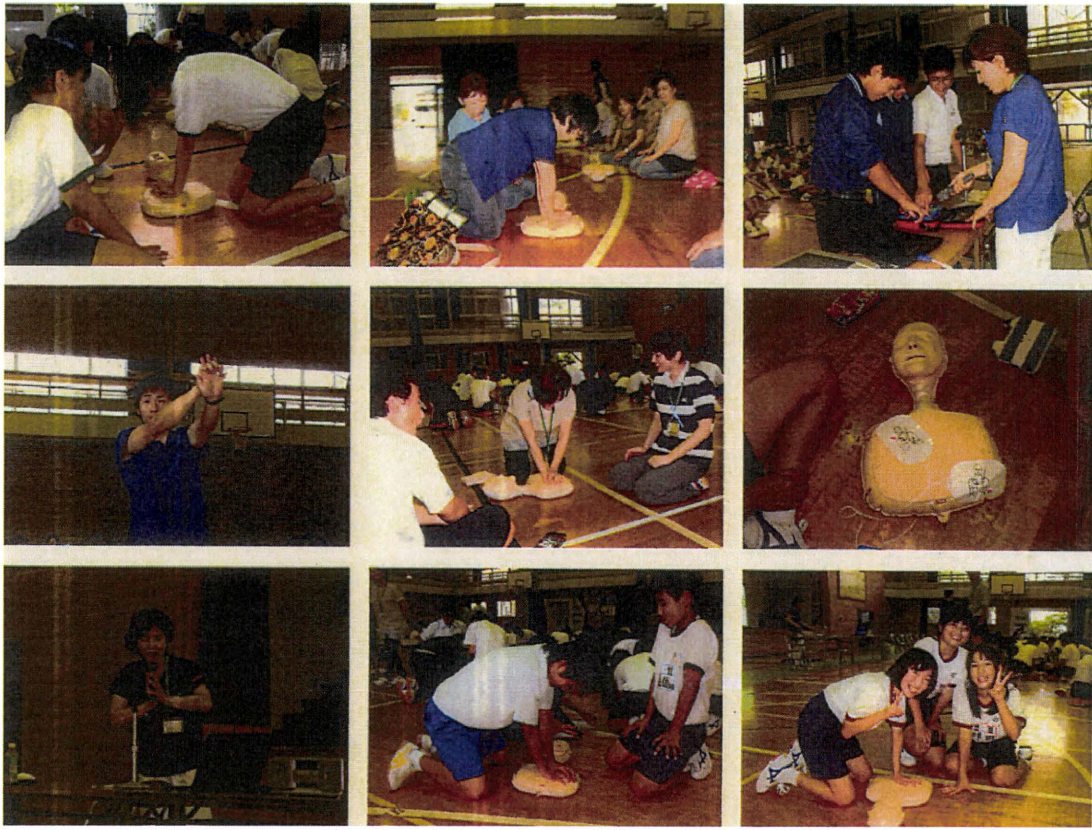
G. 研究発表

なし

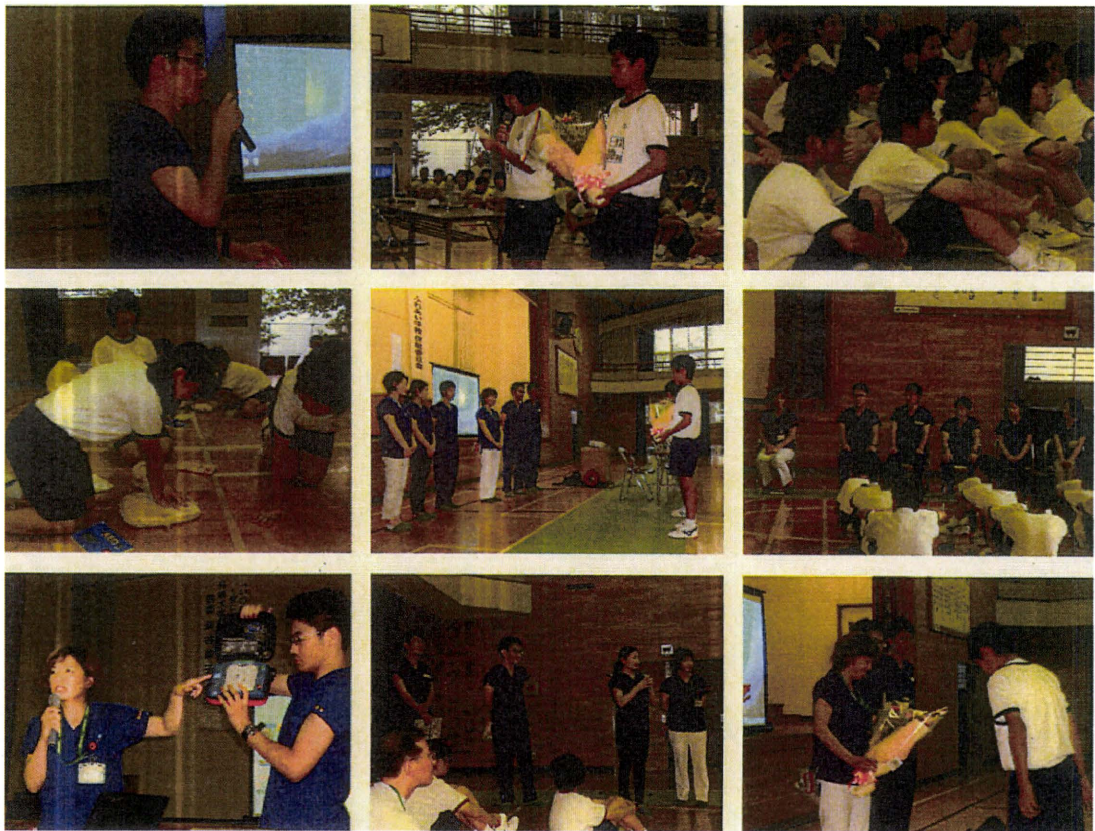
H. 知的財産権の出願・登録状況

特になし

資料1 中学生へのAED・蘇生講習会
(図1、図2) 講習会の様子



(図1)



(図2)

<参考資料>

2010. 6. 28 長崎市立江平中学校

いのちのバトン～君にもできることがあるよ～ 講師：長崎大学病院 長谷教子先生

<生徒アンケート結果> 参加者1年(39名)、2年(32名)、3年(38名)計109名
内容は理解できましたか

回答者	よく理解できた	だいたい理解できた	あまり理解できなかった
1年(33人)	23人(70%)	9人(27%)	1人(3%)
2年(31人)	24人(77%)	6人(19%)	1人(3%)
3年(35人)	23人(66%)	12人(34%)	0

- ・あまり理解できなかったと書いた生徒も、少しできるようになったと、前向きな感想を書いていました。

<保護者の感想>

参加者39名中、アンケート回収28名

講演内容について

- ・大変よかった・・・27名(96%)
- ・まあまあよかった・・・1名(4%)
- ・今日は2回目の講演会でしたが「ああそうだった」と忘れていたことがたくさんありました。何度も何度も体験することが本当に大切だと思いました。でも、今日の長谷先生のお話でAEDのことがよくわかりとてもよかったです。子どもさんを亡くしたお母さんの気持ちを無にすることがないよう自信を持ってできるようになるまで勉強したいと思いました。
- ・毎年(中学校に入り2回目です。)参加させていただきますが、忘れてしまっていることも多く、すごく勉強になります。今日は家で復習(家族で)復習したいと思います。毎年、たくさんの方が参加されるのを希望します。
- ・初めてAEDの講習を受けました。とても分かりやすく勉強になりました。3・4人に1つの人形を使って実際に実習できてよかったです。素朴な疑問もその中で質問できたりしました。少々わきあいあいしていましたが、実際には緊張してしまい、どこまでできるか不安ではありますが、とてもいい時間を作っていただけたと思います。
- ・本日は、救急法との事で、毎年のごとでどうかと思いましたが自分がまた再度確認できる機会にもなり、また、長大病院から日頃実際にされている医師や看護師の方から、お話や説明を聞くことができとてもよかったです。実際にする機会もできてよかったです。また、これから起こりやすい熱中症についても話してもらい大変参考になりました。今後につなげていけると思います。

みなさんの感想

(1-1)

- 今日、長谷先生の話聞いて、心に残った言葉は「AEDはあなた達でも使える」という言葉です。私は、AEDはお医者さんしか使えないものだと思っていました。でも今日、AEDの使い方を習ったので、友達が倒れていたりしたら、私がAEDで助けてあげようと思います。(女子)
- 僕は初めて、AEDのことを知りました。プロモーションビデオを見たとき、一番心に残ったのは、サッカーのキャプテンの取る行動でした。特に、みんなに与える指示が、とてもかっこよくて尊敬しました。このような学習したことをいかして、今後の生活で、もし近くにいる人が倒れて、意識がなかったら、サッカーのキャプテンのような行動をとって、一人でも多くの人を助けたいです。(男子)
- 今日の講演を聴いて、周りの人の助け方などで、意識のない人が助かるかが決まってくるんだなと思いました。もし、周りでだれかが倒れていたとき、私たちが心臓マッサージやAEDの使い方が分かっていなかったら、それだけで、人の命がなくなる危険があるので、今日の講話はとても大切なことだと思います。今日、学んだことを忘れず、もし、人が倒れたときに、少しのことでも手伝えるようにがんばりたいです。(女子)
- 僕が一番心に残ったことは、たった3秒心臓圧迫をしないだけでも、約5%も生存率が落ちてしまうことです。たった3秒間油断しただけでも死んでしまう危険があるということにびっくりしました。今回は人形でやりましたが、今度は、本当に目の前で人が倒れて、本当にできるかまだ心配です。でも、1年後、2年後もやり方を忘れないようにしたいと思います。(男子)
- 人が倒れているところを見たら僕でも助けられるなあと思いました。どんだけ速くできるかが問題だなあと思いました。遊んでいるときとかに見たりした時は、助けたいです。ゲームみたいには生き返れないからがんばって助けたいです。人の事とは思わないようにしたいです。(男子)
- 今日の学習で分かったことはみんなが応急処置の仕方やAEDの使い方を知っていればいざという時にもあわてずしっかりと対応することができるということです。僕はAEDは聞いたことがあるけれどしかたは分かりませんでした。でも今回AEDのことがよくわかりました。先生が話してくださった、AEDがあるところは意識して、どこにあるかを常に気にしておいてくださいという言葉聞いて、今からそうしようと思いました。この学習は一生忘れず、実行するときは習ったことを生かしながらがんばりたいです。(男子)

1-2)

今日学んだことは、もしもの事があつたら、すぐにどうすればいいかを判断して行動をとらなければならないということを学びました。最初に読まれた文章を聞いて、もっと早く判断、行動をとっていたらあの女の子も助かっていたかもしれないから、私の身の回りで何かあつたら、すぐ指示できるようになりたいと思いました。最後にお話があつたように、家に帰つたら今日学んだことを家の人に教えて、家の人にも興味を持ってもらいたいです。(女子)

僕が初めて知ったことが2つあります。1つ目は心臓マッサージを強く押すことです。4～5cmの深さで押すと聞いてとても驚きました。2つ目は1回マッサージを中断して10秒くらいたつたら命が危ないということことです。僕は心臓マッサージをしたら助かると思っていました。でも1回心臓マッサージをやめたら、だめだということ、誰かが倒れたら、もたもたせず早く119番通報して、AEDを早く持って来て、より多くの人の命を救いたいなあとします。(男子)

私は初めて、AEDの使い方を学んで、私は力がなくて、心臓マッサージがカチカチいわなかつたけど、最後くらいに1回ぐらいは音が鳴つたからよかつたです。それに、パットをはる位置が分かつたからよかつたです。もし、自分の目の前で人が倒れていたら、ちゃんと心臓マッサージなどをすばやくやりたいです。

それに、熱中症も教えてくださったから、いろんな事が分かりました。私はあまり、水分をとっていなかつたから、体育などが終わつたら、ちゃんと水をとりたいたいです。(女子)

今日の講演で、救急救命法のやり方を覚えることができました。AEDのやり方はは知らなかつたけど、電源を入れると、説明があつてそれにしたがえば、誰にでもできることが分かりました。実際に胸骨圧迫マッサージをやつてみて「カチッ」という音がなかなか鳴らなくて、けっこう力があることが分かりました。もし人が倒れていたら、自分たちでもできるように今日もつた下じきをみたりして、忘れないようにしたいです。(女子)

今日、講演をきいて初めて知ったことは、「心臓マッサージ」を「胸骨圧迫」ということと、心臓の所ではなく、胸の真ん中を押すことです。しかも、人形を使ってシミュレーションをして、AEDの使い方や胸骨圧迫のやり方を教えてもらつてとてもよかつたです。そして、友達が部活などで倒れたら教えてもらつたことをいかしていきたいです。(男子)

(2-1)

- 今日の講演を聴いて学んだことは、いのちは誰でも救うことができる、けれど、野次馬になるか、心臓マッサージをするか、している人を手伝うかの差だと思います。私は、倒れている人を見たら、野次馬にならず、救急車が来るまで、応急手当て（心臓マッサージ）をして、救える可能性を残して、助かるように、AEDの使い方を覚えて助けたいです。熱中症でのどがかわいたときは、水だけではなく、ナトリウムなどを摂取して倒れないようにしたいです。(女子)
- 今回のAEDの操作は2回目でした。けれど、よく覚えていなかったです。でも今回は、3人に1つ、人体の物とAEDが配られたので、たくさん心臓マッサージやAEDのシールをはったりすることができました。心臓マッサージは簡単そうだけど、力を使って一生懸命しないといけなくて、水はのどがかわく前に飲んどかないといけなくて、水だけではなくNa（ナトリウム）も摂らなくてはいけないということを知りました。これから、友達が倒れたときに対応できるように今日習ったことを生かすことができるようにします。(女子)
- 自分たちで、心臓マッサージをして人を助けることができることがすごいと思った。AEDは、自分たちでも使えることを初めて知った。AEDはけっこう簡単だと思った。心臓マッサージはとてもきついし、汗が出るから、それを長く続けることができる人たちはすごい人だと思いました。僕は、とても長く続けることは、できないと思いました。でも、長く続けられるようにがんばりたいです。(男子)
- 今日の講演を聴いて、心に残った話はまず、最初の話です。身内が死んだとき、周りの人がちゃんと心肺蘇生をしていていれば…もし、自分がその周りの人の立場だったらと考えると、そういう知識はしっかり必要だなと思いました。実際に人形を使って蘇生をやってみると、意外に力があることが分かりました。知識をたくさん取り入れられてよかったです。(男子)
- 周りにいる人が胸骨圧迫などをするだけで、その倒れた人の命の生存率がアップするなんてすごいなあと思いました。そしたら「周りの人が全員胸骨圧迫…心臓マッサージのやり方を知っていれば、その人は90%近くで助かるんだなあ」と思いました。私がもしそのような場面にでくわしたら、すぐに心臓マッサージをしてその人の命を助けることができるようにしたいです。(女子)
- 今日心に残ったことは、自分たちで人の命を救えるんだと思いました。私は、AEDを使ったこともないし、使っているところを見たこともないけど、それでも、今日のような練習ができることがあるのはとても幸せだと思いました。今日の先生はとても分かりやすく、使い方もすぐに分かりました。しかし、人間はすぐに忘れるので、もし、次に機会が

あったらまた、積極的にいきたいです。これで、人の命が救えたらうれしいです。(女子)

(3-1)

- ・ 今回のAEDの授業は、2回目でした。なので、それなりに覚えているという自信はありましたが、やっぱり、忘れていました。今日、長谷敦子先生がていねいにAEDを教えてくださいましたので、あらためて、自分のできる事をやらなくてはならないと思いました。仲間が倒れたときは、まず呼吸を確認し、意識がなかったら心肺蘇生をして、AEDをするということが再確認できました。同じ3分間でも全然違うことを実感しました。もし、自分のとなりにいる人が倒れたら、自分は、外から見守っている人ではなく、教えてもらった事をちゃんといかして、仲間やまわりの人を助けたいと思いました。(女子)
- ・ 中学校3年間で、この「いのちのバトン」は3回ほどやってきました。でも実際にそのような場面に出くわすことは1度もありませんでした。今日のお母さんと高1の娘の話聞いた時、とてもかわいそうと思ったし、たった6分間で生きられる、生きられないを左右してしまうことを知りました。もしも、そのような場面に自分がいたらきちんと冷静に、すべき事を出来るのかな?と思いました。でも、自分に出来ることがあるのであれば、その人を助けたいと思うので、今日学んだことをいかしたいと思います。(女子)
- ・ 保体で応急処置について勉強したけど、やっぱり人が倒れたときは、その時の処置が大事なんだと改めて感じた。みんなが胸骨圧迫や指示の出し方などを知らないと、命に関わる事態になるので改めて勉強できてよかった。いつ人が倒れたりするか分からないので、忘れないようにしたいと思います。(男子)
- ・ 今日、AEDなどの講習会をうけて去年うけた時に学んだことで、覚えている所と忘れていた所があったので、これじゃだめだなと思いました。自分がいつその場にいあわせるか分かっていたらいいけど、それは誰にも分からないことだから、いつでも役に立てられるように、今日の事や、下じきなどを生かしたいと思います。私が1番思ったことは、難しいかもしれないけど、これから先もっといろんな所にAEDが増えて欲しいと思ったし、いろんな人がAEDなどの講演に参加して欲しいと思いました。これからの生活に生かしたいです。(女子)
- ・ 自分が講演を聴いてまず思ったのは、「あまり大がかりな器具等がなくても心臓マッサージ等で助けることができるからすごい。」と思いました。AEDは使用が難しいのかなと思っていたけど、使用する際に音声で案内してくれるというからちょっと安心しました。後、呼吸が停止してから10分以上経ったらもう助からないと言っていたので、やはり救命処置は大事だと思った。(男子)

ほぐんぽより7月

平成22年7月7日(水)

第6号

江平中学校 保健室

蒸し暑い日が続きますが元気に過ごしていますか？
暑さで体力消耗したり、胃腸が弱ると、体がだるく疲れやすくなってきます。体力回復には睡眠が一番!! 睡眠をしっかりとり、暑さに負けないようにしましょう。

もうすぐ夏休みです。一学期のまとめをしっかりと、元気に夏休みをスタートさせたいですね。



いのちのバトン

～君にもできることがあるよ～

6月28日(月)に長崎大学病院 救命救急センターの医師長谷敦子先生をはじめ、医学部の学生さん4名、看護師の方が来られて、救急救命法の講演会が行われました。

40名程の保護者の方や地域の方にもご参会いただきました。

生徒には3人に1体、保護者には4人に1体の簡易式の人形とAEDが配られ、全員が意識の確認、呼吸の確認、指示の出し方、胸骨圧迫、AEDの使い方について、実技を行うことができました。途中くわしい説明を聞きながら、一生けんめい取り組んでいましたね。

…あれから10日ほど経ちますが、みなさん記憶は大丈夫ですか？



みなさんの感想 を読むと、よく話を聞いているなあと感じると共に、自分達にもできるという自信と喜び、人の命を助け

たいという熱い想いが、ひしひしと伝わってきました。

みんなよく書いていましたよ。

他の人の感想を読んで、その時の気持ちを思い出してもらえたらと思います。

※、裏に心肺蘇生法・AEDの手順を載せていますので、

もう一度確認しておいてください。

AED 授業:気づいた点

五年
桜組

- ・ 人を助けるためには、自分1人ではなくほかの人にも協力してもらわないと大変だということに気づきました。
- ・ AEDを使う時は、人がはなれたかどうか確認してから、やるということがわかりました
- ・ きょうこつあっぱくは強く、速く、絶え間なく押す。1分間に100回も押す。AEDのショックボタンを押す時は周りの安全を確認してから押す。
- ・ むねの間を絶え間なくおすことやAEDからの指示があることです。
- ・ 今日、初めてAEDを使ったのにいがいとかんたんでした。もし人がたおれていたら、私が助けてあげたいです！
- ・ AEDは思ったよりかんたんでした。今ならもしたおれている人がいても、かんたんなことならできそうです。
- ・ 1分間に100回やるということ。
- ・ 電話をする時あせらず、おちついて話をする。AEDは人の大きい所にある。
- ・ 意外に、強い力で胸をおすこと。AEDは、身近なところにたくさんあること。
- ・ 1秒でも速くAEDがとどいたらたおれた人の命が助かるかくりつが高くなること。
- ・ きょうこつ庄ぱく法は1分間に100回のペースでやること。
- ・ AEDはもしも今みたいなことがあったらすぐAEDを持ってきてすぐたいおうできるととても大切な物だと気づきました。
- ・ 学校にも2個あったことに気づきました。
- ・ あわてずにやるのが大切
- ・ AEDを使うためには、AEDのある場所や、AEDの使い方を知らないといけない。
- ・ AEDの使い方は単じゅんだけど、いざ自分でやるとなったらできないかもしれないと思いました。
- ・ AEDはみじかな所にあること。AEDをやる時ははなれてやる。
- ・ AEDはだれでもできるということ。
- ・ AEDの使い方、心ぞうマッサージの使い方 AEDの場所→たくさんあるのにビックリした。
- ・ 1分間に100回きょうこつあっぱくを行うとこうか的。2人以上いる場所、きょうこつあっぱくをこうたいで(30回)やるとよりこうか的。
- ・ むねの真ん中をおすこと。シールをはるのはかたとこし
- ・ AEDは、いろんな所にあるという点
- ・ みじかにAEDがあったこと。おもったより心ぞうマッサージはむずかしかった
- ・ アニメーションを見てAEDがどんなことをしているかということがわかりました。
- ・ AEDが身近にあるということがわかりました。
- ・ AEDは人がたくさん集まる所にある。AEDはちゃんとしたことができるように指示してくれる。
- ・ AEDを使う時は、だれかが倒れて、意識がなく、ふつうの呼吸をしていないときだ

AED 授業:気づいた点

	<p>という点</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「AED」を使う所は、人が集まる所がとても多い。「AED」は全部の体に、電気がとおって意識や、心臓が元にもどる。空港にあるとは知りませんでした。 ・ だれか人がたおれたらすぐに 119 へ電話すること。だれか人がたおれたらすぐに、心ぞうマッサージをする。だれか人がたおれてたらすぐに、AED を出してショックおする。 ・ 電気や心ぞうマッサージだけで心ぞうの動きがもどるのはすごかった。あんなに力を入るとは思わなかった。 ・ AED にはショックボタンがあった。じゅう電をするようになってた。1 分間に 100 回やると書いてあった。 ・ あわてずにやれば大丈夫だと思った。 ・ 人の人形のむねはけっこう固かった。住んでいるマンションにも AED があった。 ・ AED の中にはいろいろなものはいっていた。 ・ 1 秒でも速く AED がとどけば助かるかくりつが高くなること。 ・ AED の電気ショックの時その人からはなれるということがわかった。 ・ AED は身近な場所に置いてあり、いつでも使える点。 ・ 今、(現在)ほとんどの所に AED が接置されていること。 ・ AED はいろいろな所にあつて AED の使い方はどう使うのかが気づいた。
<p style="writing-mode: vertical-rl;">五年桐組</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 人の命を助けることは大切なこと。外のどこに AED がせつちされているかをたしかめておきたいです。 ・ AED がいろんな所にあることに気づきました ・ かんたんに AED が使えるときづいた。 ・ けんこうこつあっぱくは、1 分間に 100 回やらないとけないということ。 ・ AED のそうさが少しの時間で学べる事です ・ AED は思ったよりも力が入る ・ 人の命を助ける機械だからきけんだなーと思いました。 ・ 心臓のあたりをおすのではなくて胸の真ん中をおすということ。 ・ アニメの中の店長さんはとても冷静にたいおうできていた。 ・ きょう骨圧ぱくは思った以上につかれました。 ・ AED があれば、救急車が来る前に人を助けることができると気づき、AED はすごいな～と思い、大切なものでもあるとわかりました。 ・ もし、人がたおれている時のきょうこつあっぱくは、意外に力がとてもいて続かない。 ・ きょうこつあっぱくは、色んな歌に合わせるとやりやすかったです。 ・ 子供と大人では、きょう骨圧ぱくの時に押す力がちがう！AED って、略だったんだ！ ・ 救急車がくるまでに命が助かるかもしれないこと。

AED 授業:気づいた点

- ・ だれにでも胸こつ圧ぱくは学べばできるということがわかった！
- ・ きょうこつあっぱくが思ったより、力をいれて押さなければならない点
- ・ 3人以上の人でやるとやりやすいことにきずいた。
- ・ AED はみじかにあるのに気づかなかった。
- ・ きょうこつあっぱく法をやるときにいがい力がないとダメだとわかった。アニメでしろ
- ・ う君たちはあわてているのに店長さんは冷静に考えてやっていた。
- ・ 人の命を救うのが大切だと思いました。
- ・ 電気ショックをしているときははなれていること。
- ・ きょうこつあっぱくはおもったよりちからがいる。
- ・ 心ぞうマッサージと人こうこきゅうをすれば AED のこうかが高くなる。
- ・ すごくかんたんに AED は使えるということ
- ・ AED って色々な所にあることに気付いた。
- ・ AED はいろいろな機能がついている。
- ・ AED はあんなに人の命をかいふくできるなんてすごすぎる。
- ・ だれにでも AED が使えるということ。
- ・ 胸骨圧ぱくの時に 4m~5m も胸を押すということにおどろきました。
- ・ AED に音せい案内がゆいていること
- ・ いろいろな所に AED がおいてあるということ。AED はあんなにかんたんに使えるし、電話もできるんだということ。
- ・ きょうこつ圧ぱくをするにはかなり力が必要だった。
- ・ こんなことで命を助けられるなんて思いもしなかった。
- ・ AED という名前が頭文字をとってつけた名前だったということ。
- ・ AED のはるシートの、はるいちが横わらとむねにはるなんてしらなかった
- ・ 電気ショックを流すか流さないかは機械がきめてくれること。きょうこつあっぱくをする所

AED 授業:気づいた点

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">六年桜組</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 駅や学校などいろいろなところに AED があること ・ 今の AED はかいせきができるほど進化しているとは知りませんでした。 ・ AED がどこにでもあっても使えなこと ・ AED は私達の身近にあると分かりました ・ いつもは何のために使うのかな?とか思っていたけど AED は大切なものなんだと気づいた ・ 早めに応急処置が大切だということ ・ たおれてからはすぐ応急処置をしないと助かりにくいことがわかった。胸骨圧迫は意外と難しいことを知った。 ・ とても小さくてコンパクト ・ 身近な所にも AED はあったという点。 ・ 胸骨圧迫は意外に強い力があるんだなと思いました。 ・ 大人の人を胸骨圧迫をしてみるとかなり力がある事がわかりました。 ・ AED は人間の医のじょう能をはかってくれる ・ AED の場所をあらかじめ確認したいと思った ・ 5 年間で日本中に広まっている。 ・ 胸骨圧迫は垂直に体重が加わるように、ひじを伸ばしてやる。AED の使い方があって。 ①電源を入れる。②パットを体につける。③AED の機械が指事するまでまつ④電気が流れるからはなれる⑤胸骨圧迫をする。 ・ 2 分ごとに AED が心ばいの測ていを行うこと ・ とてもちかよりがたいと感じていることがわかった。誰でもつかえるとわかった きょう骨圧迫 むねの真ん中 うでをのばしてまっすぐしたに。AED ではない。100 回/分 vi 形式で 6 分切れ目なく。1 電源を入れる。2 パットをはりつける 3 電気ショックが必要か AED が解析(人ははなれる)4 安全確認→電気ショック(ひとははなれる) ・ 人口こきゅうせんよのうのそうちがあるということ。AED がいろいろな所にあるということ。 ・ こつがつかめるととてもよくきょう骨あっぱくができると思います。 ・ AED が様々なところにあるということ ・ AED は意外といろんなところにおいてある
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">六年桐組</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 胸骨圧迫法は心臓マッサージと同じ ・ AED は略称で、心臓の動くをもとにもどすもの左胸の下、右胸の上に AED をはる。AED は 2 回、3 回までしか使えない。AED⇒120～210J