

宝物はすぐそばに

校内研通信

第10号

R7.8.28

発行者:校内研担当 仲村智

8月27日(水)に東部消防組合消防本部の山城金太郎様を講師に招いて、救命講習研修を行いました。前半は、緊急時対応シミュレーションをロールプレイング方式で実践していきました。特に事前に対応のポイント等の指示もなく、教室内で起こり得る事例(生徒が授業中突然倒れたときの対応)をいきなり実習していききましたが、先生方の的確な対応及び連携に感心させられました。実際にそのような場面に出会うことは人生に1度あるかないかの希なことではありますが、毎年同じような訓練を続けていくことで、いざ目の前にしたとき慌てず行動・指示・対応ができるのだと改めて実感できる場面となりました。後半は心肺蘇生法とAEDの使用の仕方について、全職員実習していきました。講師の先生及び養護教諭の具体的で要所を押さえた説明のあと、胸骨圧迫の理想的なリズムを身体にしみこませながら、一人一人全ての実習を通して行うことができました。救急救命も一人で行うことは精神的にも肉体的にも大変なことです。ここぞの場面での「チーム南風原」の結束力が人を救うのです☆



心肺蘇生法：手順ときまり

心肺蘇生法の手順

2 反応がない、または判断に迷う場合

このあなた! 119

AED

大声で周囲に助けを求め、119番通報、AEDの依頼をする

1 両肩を軽く叩きながら反応があるか確認

強く、速く、絶え間のない胸骨圧迫が重要!!

4 人工呼吸が出来る場合 気道を確保する

5 胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を交互に繰り返す

片手で傷病者の額を押さえながらもう一方の手の指で、顎の先端を持ち上げる

3 意識がない、息をしていない場合、ただちに胸骨圧迫

乳頭を結んだ真ん中が胸骨圧迫をする場所です

ここにある心臓を押す事がとても大事です!

- 人工呼吸の方法を訓練していない
 - 人工呼吸用マウスピース等がない
 - 血液や嘔吐物などにより感染危険がある
- いずれかの場合は人工呼吸を行わず、胸骨圧迫を続けます。

- 部位 : 胸骨の下半分
- テンポ : 1分あたり100~120回 『アンパンマンのマーチ』のリズム 中断は最小限にする
- 深さ : 胸が5cm沈むように圧迫。胸壁は完全に元の位置に戻す。