

スキルアップ研修会

「普通救命講習 1」を受講して

—私たちが救える命がある—

日 時：令和元年6月25日（火） 13：30～16：30
場 所：中村消防署 別棟2階 講堂
講 師：中村消防署 市江 浩明 様（消防司令補）ほか署員2名
参加者：NPO法人 愛知県防災士会 8名
Aグループ 高木 吉貴 ・ 伊藤 知恵
手塚 哲郎 ・ 原田 友子
Bグループ 舟橋 佳典 ・ 山本 海
森 千代子 ・ 阿部 健二

6月25日（火）、晴天で30℃を超える真夏日になると天気予報が教えてくれたので、熱中症を心配して水入りペットボトルをリュックに詰め、中村消防署へ向かった。

定刻の午後1時30分に防災士8人がそろったので、市江消防司令補様により講習を始めて頂きました。最初の10分ほどはDVDを見ながら、本日の講習の流れとか予備知識となる内容を習得し、続いて資料を片手に質問形式の座学へと移行しました。

その中で、名古屋市内の救急車は、何両あると思いますか？との問いかけから解説をして頂き、市内16区ある中で車両数は、43両。その他に震災などのための対応車両は、1区に1両の予備車16両と併せ合計59両により対応されているとの説明に、車両数が多いか少ないかは、出動回数などにより簡単に判定づけることは難しいにしても、単純に1区4両を保有していない状況に自分も含めて、名古屋市民は、置かれているということでした。

続いて、依頼された場所に救急車が到着するには、どれくらいの時間がかかりますか？という投げかけに5分とか9分と答える方がいましたが、結局、正解者は、残念ながらおらず、正解は約6～7分かかるということで



した。ということは、突然死の主な原因に、成人の場合、急性心筋梗塞や脳卒中が挙げられ、万が一そういった方の初期症状にいち早く気付き、救急車を要請したり、AEDを使ったりして、医療機関へ治療してもらうまでの間、私たち防災士が早く応急手当を開始すれば、救命の可能性が2倍にも増加するという統計的な数字につなげることもできるし、何と云っても尊い命を救えるという、私たちの原点に辿り着くことができます。

今回の講習の大半を「応急手当のながれ」を会得するための時間に費やし、①反応の確認【倒れている人の反応の有無を確認します】⇒②助けを呼ぶ【反応が無ければ、119番通報とAEDの依頼】⇒③呼吸の確認【胸やお腹の動きを見て、呼吸があるか確認します】→呼吸が有る【様子を見ながら応援、救急隊を待ちます】→呼吸が無い【胸骨圧迫30回】⇒④胸骨圧迫【胸の真ん中を強く（約5cm）、早く（100～120回／分）絶え間なく圧迫します】⇒⑤人口呼吸【気道を確保し、軽く胸が上がるように人口呼吸を2回行います※感染防護具が無い場合や人工呼吸をためられる方へは、しなくて良い】⇒⑥AEDの到着【電源を入れ、音声メッセージとランプに従います】⇒⑦電気ショック【『ショックボタンを押してください。』という音声メッセージが流れたら、点滅ボタンを押します】⇒⑧応急手当の継続⇒④胸骨圧迫へ①から⑧までのステージを一人で実習したり、ペアで実習したりして積み上げていき、一連の流れを一括とし、マスターしていく講習内容でした。

その後は、「反応を確認」する際は、周りの安全を確認し、両肩をたたき、大きな声で呼びかけるとか、助けを呼ぶ時も大きな声を出し、『あなたは、意識の無い人が倒れているということを伝え救急車を手配してください。あなたは、AEDを持ってきてください。』と大きな声で役割を明確に伝達するなど、「電気ショック」から「応急手当の継続」に亘る、きめ細かい重要なポイントの復習を行い、最後に気道遺物の除去方法とファーストエイド（出欠時の止血法、傷病者の体位と移動）の資料説明を頂き、3時間を余すことなく有意義な講習とさせて頂きました。【**絶えず学習が必要。継続は力なり！**】



『大丈夫ですか』と大きな声かけ



資料説明をされる市江講師