

ほけんだより

令和7年度 2年生号
県立川島中学校

11月6日(木)心肺蘇生講習会

いのちの危機に直面したときは

日本赤十字社徳島支部より赤十字救急法指導員の方をお迎えし、心肺蘇生とAEDの利用について学習しました。講師の話に耳を傾け、胸骨圧迫（心臓マッサージ）とAEDの実習に取り組みました。



日本では年間 7.9 万人(1日約 200 人)の人が心臓突然死でなくなっています。目の前で人が倒れたら勇気を持って、その人にかけて寄り、いのちを救うための行動をとってください。

反応(意識)がない、呼吸をしていない、反応がない、そんな時はすみやかに 119番とAEDの手配を！

事前学習 ASUKA モデルの動画をみて～生徒の感想～

「死戦期呼吸は、心肺蘇生と AED が必要な合図」

●明日香さんの動画をみて、AED が使われなかったことがあるとわかりました。心肺蘇生と AED が使えるようになりたいと思いました。●死戦期呼吸を初めて知りました。命が危険な状態ですが、しゃっくりかなと思われてしまうこともあると聞きました。●すぐに AED が使われたら、明日香さんは、まだ生きていたかもしれないと思いました。死戦期呼吸は心停止の直後にみられると知りました。

心肺蘇生講習会感想（AED の使用）

●AED は音声ガイドが流れるので、安心しました。誰にでも使いやすくてきていることがわかりました。●出かけたときなどは、あらかじめ AED の場所を知っておくことが大事だと感じました。●AED を使えば助かると思っていました。AED だけでなく、心肺蘇生や病院での手当、薬などいろいろなことが重なって助かることができました。●初めて AED を練習しました。もし、人が倒れていたら、今日習ったことを思い出して、AED を使いたいと思いました。すごくいい経験になりました。●AED のパッドは、胸の上と下、心臓を挟んで2か所に貼るということがわかりました。AED の使い方を知らなかったので、知ることができてよかったです。

倒れている人を発見したら
反応(意識)の確認をする。

安全を確認し、声をかける。
大丈夫ですか？（3回）

青い服のあなたは、119番通報を、
赤い服のあなたは、AED を！！

協力者を求め、
119番通報・AEDの依頼をする。

誰か来てください！

普段どおりの息をしているか？
死戦期呼吸（しゃくりあげるような呼吸）または
判断に自信がないときは胸骨圧迫を開始する。

胸骨圧迫30回を繰り返す（AEDを装着するまで、または救急隊に引き継ぐまで、または傷病者が動き始めるまで続ける）。

AEDを装着したら、AEDの電源を入れて、
音声ガイドの指示に従う。

119番・AED・心肺蘇生を すみやかに行う



心肺蘇生講習会感想（胸骨圧迫）

●胸骨圧迫は、思った以上に力が必要でした。救急隊が来るまで、1分間に100～120回のペースで押し続ける必要があります。練習したいなと思いました。●胸骨圧迫は大変で、協力者が多く必要だと感じました。●もし、倒れている人がいたら、すぐに行動にうつせるように、みんなで知っておきたいと思いました。●手掌基部で胸骨の下半分あたりを押しました。得意だと感じました。ただ、本当にそのような状況になったときは、対処できるか心配になりました。あせらず、対処できるようにしたいです。●もし、人が倒れていたら、習ったことを思い出して、胸骨圧迫をしたり、AEDを使ったりして実践しようと思いました。●看護師の家族がいます。人の命を助けるために、心肺蘇生などをしていると思うと、すごいなと思いました。もし、倒れている人がいたら、自分も助けに行こうと思いました。●胸骨圧迫は、すごく力が必要で難しいなと思いました。できるようになりたいと思いました。知らなかったことを知ることができよかったです。もしもの時は、率先して、命を助けられるように行動したいです。

胸骨圧迫は、強く、早く、絶え間なく AED は、中学校職員室前、体育館玄関前、高校職員室前の3か所にあります。



職員室前 AED

