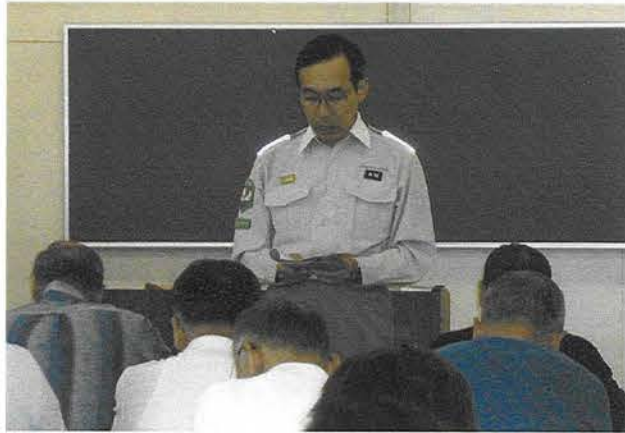


第十五回 ボランティア学習会 救急実技

六月二日、夏を思わせるような暑い日曜日、第十五回ボランティア学習会が行われました。「さわやか」の行事の日にしては珍しく晴天に恵まれました。

今回の学習会は、北九州市消防局にお願いして救急実技講習を行いました。

小倉北区東港にある、防災センターの実技研修棟に於いて朝十時より開始ですが、早いは九時頃から来られて、定刻十時には四十七名全員が



揃い、予定通りに始まりました。

竹内副会長より「身边におき得る事でもあり、これを機会にともに勉強していきましよう。」との開会の挨拶がありました。続いて、小倉北消防署室町出張所、古村救急小隊長を講師に迎え最初に、応急手当を知っていて命拾いをして

た方の体験ビデオを二十分程見た後、テキストによる講習がありました。

十分間の休憩の後、教室を二部屋に分け、四つのグループに別れていよいよ実技講習です。部屋には意識不明？の人形が二体ずつ横たわっていました。各グループ毎に一人の署員の方が担当してくださり、まず、お手本を見せていただきました。その中で心肺蘇生法があり、始めに二回人工呼吸をし、心臓マッサージを十回行い、それを四回行います。約一分の行程とはいえ、続けるには体力がいります。ボラ



ンティアさんのなかには、一回、

一通りしただけで、さっと手を上げ「はい！息、吹き返しました。」と終わる方。途中で「もう、勘弁してく私の心臓マッサージをしてほしい！」

と息をきらす人、教室の床に響くほど心臓を押す人、何度も救急車を依頼される人と、緊張の中にも笑い合いながら受けることができました。また、疑問点や、質問などに対して、署員の方が事細かに説明して下さいました。

あつと言う間に三時間がたち、最後に事務局の山田コーディネーターが「運転しながら、道端



に倒れている人を探さないように、安全運転でお帰り下さい」とあいさつがあり、午後一時に終了しました。

全員に修了証が渡され、後日郵送させていただきます。そのような事態に遭遇しないことがいいのですが、「修了証」にも、二年毎に講習を受けられることが望ましいと書いてあります。事務局でも定期的に実技講習の機会を持ちたいと思っておりますので、今回、受けられなかった方も次回は是非ご参加下さい。お待ちしております。



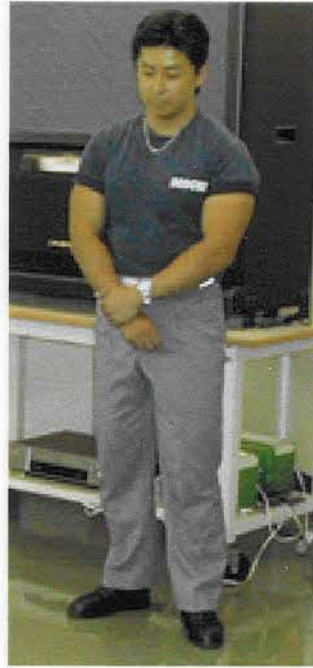
（手前味噌ですみません…山田）

編集後記

「さわやか」のボランティア研修会も十五回

目を迎えることができました。今回四十七名のボランティアさんが参加してくださいましたが、その中で、時間厳守は勿論のこと、講習の途中で携帯電話などが一度も鳴ることはありませんでした。それが当たり前だと言われればそれまでですが、今まで私たちが参加させてもらった研修会や学習会では、必ずと言っていいほど、一度や二度は携帯電話が鳴って講演が中断されていました。そのことから見ても「さわやか」のボランティアさんは、さすが日本一だと思いました。

先日、ご指導いただきました
救急隊の伊藤さんより
お手紙をいただきましたので
ご紹介します。



先日の救命講習お疲れ様でした。
ビデオの内容にもあったように「見よう見
マネで、助かった。」とあったと思います。
皆様は実技を経験しました。かなり自信を持
っていいと思います。心肺蘇生法の中で、一
番大切なのは、「気道の確保」です。これが
出来なければ、「心肺蘇生は語れない」と
いうくらいに重要です。

皆様の合い言葉にどうぞ「気道の確保！」
また、次回もよろしく願います。

平成十四年六月七日

小倉北消防署 室町出張所
救急隊 伊藤 一 洋



皆様に研修会の感想を お聞きしました



八幡西区 倉地 實

講習会の翌日、山田さんから、講
習会についての「感想」をと依頼が
あった。二十位前に一度講習会が
あったが、その時は実習については
二、三人が行ったのみであった。今
回テキストによる机上講習の時には、
まあまあ頭では理解できた気持ちで
あった。

いよいよ実技となり、皆さん講師
のアドバイスを受けながらも順調に
進んでいる。

さて私の番となったが、トチリな
がらも講師のアドバイスを受けなが

らどうにか終わることができた。こ
れで「おしまい」というのであれば
良いが、これから「始まり」つま
り、そういう事態に遭遇した場合の
ことを思うと、役に立つことが「む
すかしい」のではないかと思う。

(講習会のカードに対して申し訳な
い)三回程実習すれば少しは身につ
き、いけるかなとも思う。考えてみ
ると、今までそういうことに遭遇し
たことがない。これからの会ったこ
とがないと思えば気楽だが、やはり心
の片隅には「山田さん」の顔と共に
残るだろう。



●気道の確保 (空気の通り道を開く)

意識を失うと下あごの筋肉がゆるみ、舌がのどの方に落ちてしまい、呼吸がしにくくなります。

▼意識がなかったら→**すぐ気道の確保** ▼くびをけがした場合は

▼意識のない人の体位→**回復体位**

(この体位で、下側の口の端を指で引き下げると、口の中の分泌物が流出する。)

●人工呼吸 (呼吸吹き込み法)

呼吸をしていないときは、すぐに人工呼吸を行います。

■口から口へ吹き込む方法

- 口の中をきれいにする。
- あおむけに寝かせる。
- 気道を確保する。
- 鼻をつまむ。
- 胸のふくらみを見ながら、ゆっくりと吹き込む。

■口から鼻へ吹き込む方法

- 乳児や幼児のときは、口と鼻を一緒に口でふさぎ、胸のふくらみに注意して鼻から吹き込む。

●けがなどで口から吹き込みが難しいときは、口をふさいで鼻から吹き込む。

◆吹き込む量

- 相手の胸がふくらむ程度
- 上腹部に膨満ができないよう注意
- 成人の場合 500～800ml (10ml/体重1kg)

◆吹き込むリズム

- 成人のとき(5秒に1回)
- 小児・乳児のとき(約3秒に1回)

●回数に注意する。
●気道を確保する。
●途中で止めない。
●保温をする。

●回数に注意する。
●蘇生後も観察を続ける。
●安静にする。

実施上の一般的注意事項