

# 学校保健委員会だより

令和6年10月9日  
新座市立第二中学校  
保健部

## 教職員等心肺蘇生法・AED 演習



8月30日（金）に本校武道場にて、令和6年度学校保健委員会が開催されました。「AEDの正しい理解と学校事故の防止」をテーマとして、教職員に加えて保護者代表の方にもご参加いただきました。

突然の心停止により34歳の若さで命を落とした元サッカー日本代表の松田直樹さんの事例と、AEDの活用事例に関する動画、生徒保健委員による心肺蘇生法の実演動画を視聴しました。その後、心肺蘇生法の意義や手順の説明を聞き、学年ごとに分かれてトレーニング用AEDとダミー人形を使用して心肺蘇生法を実践しました。学校で実際に事故が発生した場面を想定し、発見者・救急隊などの役割を決めて、事故発生から救急隊が到着するまでの約8分間の流れを実践しました。胸骨圧迫を1分間継続するだけでも大変なことが分かったり、複数名で協力する必要性を実感したり、リアルな実践を通して命を守ることにについて考えた時間になりました。

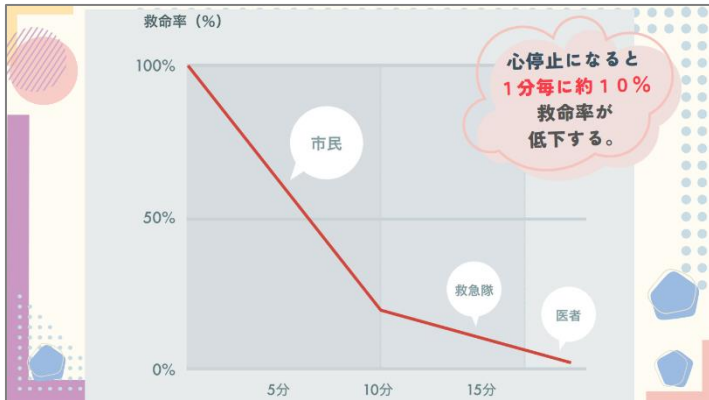


- \*強く！（5cm）
- \*速く！（100～120回/分）
- \*絶え間なく！




 ++++  
心停止が起こった後は、1分毎に約10%救命率が低下していきます。しかし、救急車が到着するまでの間に居合わせた人が救命処置を行うことにより、救命の可能性が高くなるので、ためらうことなく、迅速に対応したいと改めて感じました。  
++++ 

【実践だけではなく、講義を受けて、心肺蘇生法・AED の使用法について学びました。】



### 心肺蘇生法の手順



- ① 反応があるか確認
- ② 119番通報とAEDの手配
- ③ 呼吸の確認
- ④ 胸骨圧迫 強く速く絶え間なく 1分間に100~120回  
胸が少なくとも5cm沈むように
- ⑤ AED到着後は直ちに使用



【生徒保健委員が作成した動画を見て、学びました。】

生徒保健委員会で心肺蘇生法の動画を作成しました。急に友達が倒れたという設定で、胸骨圧迫の実演とAEDの説明を行いました。



## 研修後の感想

- 数値やデータなどの客観的な情報と、自身の体験を踏まえた情報がどちらも織り込まれており、実践的に学ぶことができたと思います。
- サッカーファンとしてはとてもショックだった松田選手の死は、今でもよく覚えています。改めて人の命を預かっている重みを感じました。研修で教わったことをいざという時にきちんと役立てることができる様に、ちゃんと「覚悟」して生活したいと思いました。
- 研修の内容も分かりやすく、その時にやらなくてはならないこと！が自分の中で具体的にイメージできました。もしもの時に今日のことをイメージしてうろたえずに動けるようにしたいと思います。ありがとうございました。
- 何が起きるかわからないので習ったことを覚えて実践に活かしたい。

