

## 令和4年度第2回放課後児童クラブ支援員研修会 研修テーマ（救命入門コース）

【クラブ】（たけのこクラブ）

【名 前】（岩井里真）

救命救急講習はこれまでに数回受けたことがあります。その都度必ずと言っていいほどAEDを使用して救命する手順を確認します。昔受けてきた講習では胸骨圧迫から気道確保し、人工呼吸とAEDの併用といった流れで救命処置していましたが、衛生面やコロナもあり、今では人工呼吸は省かれているようでした。それもあり、少し簡略化されてはいたがやはり、いざ練習しようとする、まず周囲の安全確認と確保から始まり救助者の状態の確認後、助けを呼びその人達に明確に指示を出して、胸骨圧迫までだけでも流れがとても長く難しく感じました。また、実際に2分間の胸骨圧迫を体験しましたが、テンポや強さ等の感覚も難しく、1分弱でかなり疲れてきてしまい、テンポが崩れたり、力が弱まってしまったりととても2分間行えることではありませんでした。ましてや、救急車が来るまでの間ずっととなると、できるのか不安になりました。助けを呼んで誰も来なかった時には一人で、119番通報からAED確保、そして胸骨圧迫をずっとやり続けなければいけないということでしたが、なかなか簡単なことではないと感じました。その行動一つで命が救えるかどうか決まってしまうとなるとさらに躊躇してしまいそうでした。

また、冒頭にも書いたように数回受けていますが、実際人が倒れていたらこの講習を思い出せるのかと不安になりました。受講していたことで少しでも命が救えるのであれば、救命救急講座を受け、触れて何となくでも知っておく必要はあるのだと思いますが、この知識を使わなくてもよい様そういった場面がない世の中であることを願いながら受講しました。

とはいえ、命を預かる仕事なので、責任を持ち万が一緊急時にもそれなりに対応できるように定期的に受講し体に覚えさせていくべきだと感じました。