

# さいたま市山岳連盟 遭難対策委員会主催 「救急法」講習会 報告

さいたま市山岳連盟遭難対策委員会  
遭難対策委員長 秋庭 栄

場 所 常盤公民館(北浦和駅西口 徒歩5分) 2階 和室

日 時 5月8日(日)

13:00~13:30 集合・開講

13:30~13:45 「CPRの必要性、市岳連装備品(パルスオキシメーター、紙製担架)の使用法」

13:45 機材搬入

14:00~17:00 実技講習

17:00 閉講・機材搬出・解散

講 師 さいたま市消防局・救急課 普及係 3人

内 容 普通救命講習 I CPR(心肺蘇生・AEDの使い方)に特化した実技講習

参加者 25人

大型連休の最終日曜日、お天気の登山日和にも関わらず、大勢の参加者があり遭難対策の意識が高いことを実感した次第です。CPR(心肺蘇生・AEDの使い方)は一度は集中して実施したかった案件です。救急法といっても範囲が広いですが、初期のCPRの施術により救命率が高まり、予後の社会復帰も早まります。山中においてはもちろん、家庭生活でも心筋梗塞などの危急時に家族を救うために役立ちます。

さて、講習会では学ぶ方も一生懸命ですから、消防局の講師の方も真剣に熱心に講習していただきました。内容はというと、「意識不明者発見→安全確認→反応確認→周囲に救援依頼(119番通報、AED手配)→呼吸確認→胸骨圧迫→人工呼吸→AED使用」を3時間みっちり反復練習しました。人ひとりの命を救うことがどんなに大変なことか、人形相手でも思い知らされますが身内や仲間に関わることでも対処するにはこういったトレーニングが大切だと思います。

なお、講習会でも紹介したパルスオキシメーターは市岳連より私が預かっております。高所順応トレーニングや高所トレッキングへ行かれる方は、事前に自分の体の特性を知っておくことをお勧めします。必要があれば言ってください。

以下、参加者の感想です。

[参加者 感想]

毎年/1回防災訓練でAEDの使い方と一連の心肺蘇生を指導受けますが、うろ覚えのまゝでした。今回は3時間を、さいたま市消防局・救急課・普及係のご3名様より丁寧な説明、熱意のこもった指導と反復練習を数えきれない程、体験出来、ぐったり疲れました・・・が、実際の場面に遭遇したら初期の判断を直ぐに行えるか、不安です。見るより体験を、良い機会に参加出来何より良かったです遭難対策委員会スタッフ様有難うございました。