

障がい者相談支援部門スタッフ・利用者研修

# 救命救急研修

令和5年12月16日 障がい者相談支援部門のスタッフ・利用者研修を行い、命を守る心肺蘇生法を学びました

今年度は防災訓練の一環として、第1弾は「煙体験ハウスを活用した避難訓練」を8月に実施しています

周囲の確認よし！

まずは危険がないかを確認する



山下さんのお話しはわかりやすく、身振り手振りも多いので、見ても聞いても分かりやすい研修でした



帯広消防署救急課  
山下さん

## 参加者の感想

何年も前に受講したことがありますが、改めて意図や理由を学び、雰囲気しか覚えていないことを実感しました。慌てているときでも行えるようになるためには定期的な受講が必要と感じました。

感染症の恐れが懸念される状況になり、人工呼吸が省略されたというのは初めて知りました。

呼吸を確認！

胸と腹部の動きから呼吸を見る



山下さんの話が分かりやすく、2時間があっという間でした。次の日は筋肉痛になっていて、夢中で参加していたのだと思いました。

テレビドラマでよく目にする胸骨圧迫ですが、こんなに大変だとは思いませんでした。命を守ることの尊さを感じた研修でした。

ただちに胸骨圧迫！

両手を重ね胸の真ん中を強く、早く、絶え間なく



日頃から AED のある場所を確認しておく必要性を感じました。また、外出時でも消防に問い合わせると AED を設置してある場所を教えてくださいました。

のどを詰ませたときの対応や止血の方法など、以前学んだ方法とは違いくらいありました。

今年度 2 回目の防災研修は、帯広消防署救急課にお願いし研修を行いました。私たちの事業所は帯広消防署の隣にあり「何かあっても安心だね」と思っていたところがあります。ですが、今回の研修を受けて、秒単位で生存率が変わることを知り、自分たちが率先して行う事の大切さを改めて感じました。年明けには、障がい者相談支援部門のスタッフ・利用者さんを対象に「避難所運営ゲーム（HAG）」を予定しています。いつ起こるかわからない災害に備え、みんなが我ごとと捉えられる機会を継続していきます。