

# 命をつなぐバトン

## わたしのが最初の救急隊



### 活用の手引き

監修 / 公益財団法人 日本学校保健会

熊本県学校保健会 事務局長 岩下 佳史 東京薬科大学薬学部 教授 北垣 邦彦 法政大学スポーツ健康学部 教授 鬼頭 英明  
日本学校保健会 事務局顧問 並木 茂夫 全国養護教諭連絡協議会 顧問 濁川 こず枝 (五十音順)

医学監修 / 京都大学環境安全保健機構 教授 石見 拓

協賛 / オムロン ヘルスケア株式会社

### 動画の企画意図



この動画は、命の大切さを知るとともに、身近で人が倒れる場面に遭遇した際に、自分でもできることがあるという気付きと、行動への動機付けができるることを意図して制作しました。また、中学校保健体育科、「傷害の防止」で学習することになる応急手当の実際のうち、心肺蘇生について、児童が胸骨圧迫や AED の使用等の一連の流れを理解することができるようになっています。

映像は短い時間でも活用しやすいように、約 12 分の短編としています。教育の様々な現場でご活用ください。

学習テーマ 命をつなぐバトン わたしが最初の救急隊

主な対象学年 小学校高学年

学習のねらい 人が倒れた時、市民も救命に関わることができることを知る。また小学生でもできることがあることを知る。心肺蘇生の一連の流れを理解し、胸骨圧迫や AED について、その役割を理解する。中学校での学習に向けて、身近な救命器具である AED への関心を高め、学習の動機付けとする。

学習目標 市民による救命があることを知り、胸骨圧迫と AED の役割を理解する。小学生でもできることがあることに気付き、できることを行動に移せるようにする。

活用時間 特別活動や総合的な学習の時間など

活用例 安全教育の話合いのきっかけ作り  
学校や地域の地域安全マップ作り(AED 設置個所の追加)への導入として  
外部講師を招いての心肺蘇生講習の事前学習として  
心肺蘇生・AED についての調べ学習への導入として …… 等

# 映像の構成

急に人が倒れた際の、救命の全体の流れを学べるように構成されています。

この映像で  
学んでほしいこと

救命の流れ



倒れている人がいたら周囲の安全を確認後、  
声をかける



反応がなかったら周りの大人に助けを頼む  
その場の人協力し合う



救急車を呼ぶ



AEDを取りに行く



そのためには  
自分の生活圏の AED の場所を確認しておく



胸骨圧迫をする



AEDを装着  
(AEDの電気ショック後も胸骨圧迫を続ける)



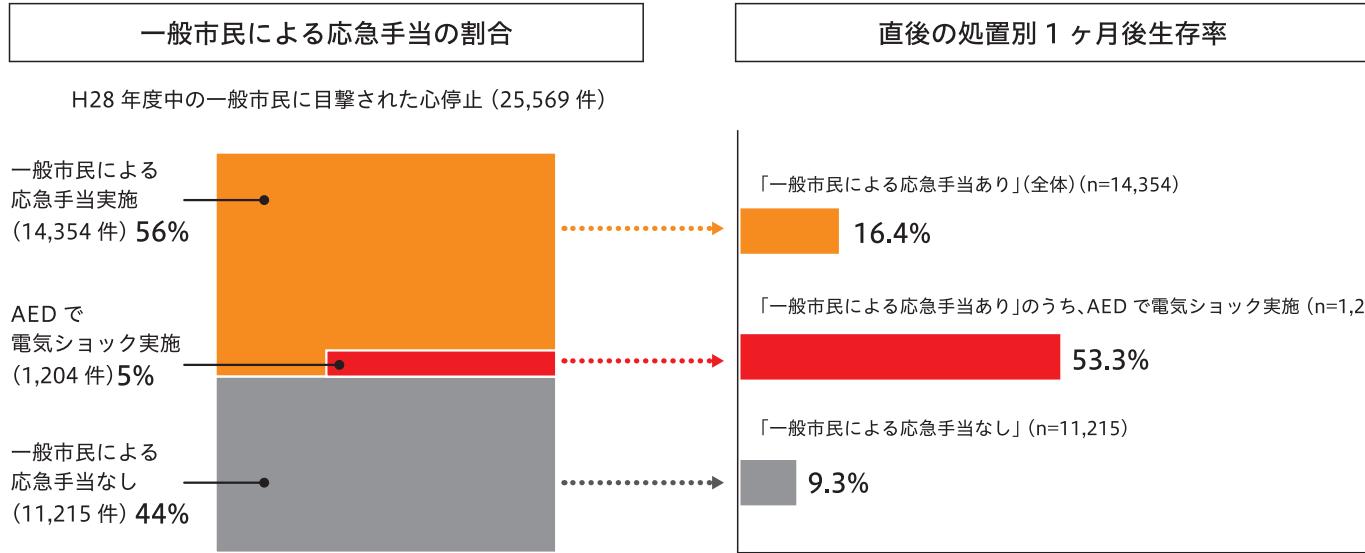
AEDの指示があったら体に触れない



救急車が来るまで、胸骨圧迫や AED を用いた  
救命処置を続ける(電気ショックの必要性は AED が  
判断するのでパッドは貼ったままにする)

# 資料

突然人が倒れた場合、もし呼吸をしていない、あるいはあえぐような呼吸(死戦期呼吸)の場合は、すぐに胸骨圧迫を開始し、なるべく早く AED による電気ショックを施すことが救命のために大切です。



出典：総務省消防庁統計資料(H29 年版消防白書)

- 心停止 1 分ごとに 7~10% 生存率が低下します。
- 救急車が現場に着くまで全国平均で 8.6 分かかります。
- 心停止を目撃した人が少しでも早く胸骨圧迫を行い AED を使用することで、生存率が大きく上がります。

## AED の役割と使用の留意点

心室細動の唯一の治療方法が、除細動器 (AED を含む) で電気ショックを与えることだといわれています。AED は、電気ショックが必要かを判断し、指示してくれるため、迷った場合には使ってみることが重要です。また、電気ショック後も心電図を測定し続けるため、救急隊員が来るまでは電源を切らずパッドを貼ったままにします。

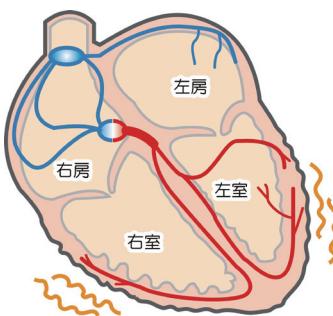
※小児用のパッドは未就学児までです。学校児童は成人用を使います。また、もし小児用パッドがなければ未就学児でも成人用が使えます。

## 胸骨圧迫(心臓マッサージ)の役割と留意点

働いていない心臓に代わって外から心臓を圧迫することで、全身の臓器に血液を送り込みます。体は酸素がないと動かなくなってしまうため、一刻も早く実施すべき重要な救命方法です。救命を第一に考え、ためらわずに行うこと、体力を使うので、できれば複数の人で交代して継続することが大切です。

## 心室細動とは

心臓突然死の主な原因といわれている急性心筋梗塞などでは心室細動が起きます。心室細動とは、心室が 1 分間に 300 回以上不規則に震えるように痙攣(けいれん)する状態のこと。全身に血液を送るポンプ機能が働かなくなるため、これが起こるとたちまち死につながります。(「心房」が震える心房細動とは異なります。)



# Q&A集

## Q 急に人が倒れたのを見たら、どうしたらいいですか

安全を確認し、すぐにその人のそばに行き、もし手助けしてあげれば起き上がれそうなら、助けてあげましょう。

もし一人で起き上がることができない、意識がないなどの場合、急いで周りに(できれば大人に)助けを求めましょう。

## Q AEDって何ですか

心臓は一定のリズムで血液を体に送り出すポンプの役割を担っています。AEDは心室細動を起こし、細かく震えてポンプとして機能していない心臓に電気ショックを与えて元のリズムを取り戻させる器械です。AEDを使って素早く電気ショックを行うことが極めて有効です。

## Q 人が急に倒れたら、いつも AED が必要ですか

AEDは電気ショックが必要かを自動的に判断し、音声ガイダンスで教えてくれます。人が倒れて呼吸をしていない、呼吸をしているか分からぬ場合はたまらわずにAEDを使いましょう。

## Q AEDを小学生でも使うことはできますか

AEDは誰でも使うことができます。でも、大人でも救命にかかわることは知識や経験がないと勇気がいるので、近くに大人がいれば、大人に助けを求めるましょう。通学路などでどこにAEDが置いてあるかを知っていると救命に役立てるすることができます。

## Q 胸骨圧迫は子供でもできますか

練習すればできます。ただ、ずっとし続けるには体力が必要になり、1人で続けるのは大人でも大変です。中学生になると学習します。十分に圧迫するには体力が足りないかもしれませんから、小学生から体験してみるのもよいでしょう。

## Q 動画の中で、肌に直接 AED のパットを貼っていましたが、倒れた人が女性だったらどうするのですか

女性の場合も、肌に直接 AED のパットを貼ります。周りを囲んで隠すなど、配慮してあげられるといいですね。AEDの付属品の中にはブランケットが入っているものもあります。

## Q AED が入っている箱は扉を開けると、とても大きな音が鳴ると書いてあり、開けてはいけないのかと思ってしまいます

収納箱のアラーム音はAEDの箱が開けられたことを周りに知らせるためのものです。急に倒れた人の近くであれば、AEDを持ち出されたことが周りの人にも分かり、1人でも多くの協力者が現れるよう、扉は閉めず、そのままにしましょう。機種にもありますが、ふたを閉めれば音が止まるものが一般的です。(音が出るのは盗難防止の意味もあります)

## Q AED や胸骨圧迫をすると、必ず助かるのですか

残念ながら心停止となった方全てを救命できる訳ではありません。時間が経てば経つほど、助かる可能性は低くなります。したがって、なるべく早く、胸骨圧迫をすること、AEDを持ってくること、救急車を呼ぶことが大切です。助からないこともあるかもしれませんのが、何もしなければその人は高い確率で亡くなってしまいます。何もしないより、勇気をもって助けようすることは、とても大切なことです。

## 参考情報



みんなで作ろう AED MAP (日本AED財団 AED N@VI) <https://aed-navi.jp/>  
市民の協力により、全国の AED をマッピングする試みも始まっています。  
学校や地域の AED マップ作りをされる場合は、児童が作成した AED マップを  
全国マップに反映することが出来ます。

