

# 自治会活動 参加レポート

## No.2 南街・桜が丘地域防災協議会

### 普通救急救命技能認定講習会

(平成26年6月14日実施)

南街・桜が丘地域防災協議会は、大規模災害時に地域を守ることを目的に、平成20年4月に発足しました。

現在は、地域の自治会(17)、マンション管理組合(4)から組織されており、地域内の学校や行政機関と連携し、防災訓練等の地域活動を行っています。

今回は、地域での活動の一環である「普通救急救命技能認定講習会(平成26年6月14日実施)」に参加をしてきましたので、その様子をお伝えいたします。

梅雨の晴れ間の土曜日、南街自治会集会所において普通救急救命技能認定講習が朝9時より参加者30名で行われました。地域の各種団体より参加されているためか、年齢層も幅広く、若い方も多くにぎやかな雰囲気でした。

まずは防災協議会の岡田さんのあいさつに引き続き、本日の講師、東京防災救急協会指導課の須長忠昭先生の紹介がありました。須長先生は、長らく第一線で救急活動をされ、現在は救急手当教育指導員として講習会講師などで活躍されています。



さっそくテキストを利用した須長先生の講義。応急手当開始の時間が遅れると、命の助かる可能性が低くなることや、救急処置

(心肺蘇生・AED・気道異物除去)のやり方等須長先生の経験を交えながら、また心肺蘇生では「押して押して押しまくれ！」など、テキストでは難しい事柄も笑いながらの楽しい講義だったので、全く苦痛になりません。

また、突然死(心臓発作・脳卒中)についての兆候や対処の仕方の話もあり、家族や身近でいざという時にも役立つので、みなさん真剣そのものでした。

応急手当の講義が終わり実習に入ります。寝ている人形を倒れている人とみたと、  
応急手当を行います。30回の胸骨圧迫を行います。体重をかけて行ってみるとこ  
れが重労働。汗をかきながら真剣そのものの訓練です。実際、そのような場面に出く  
わした時には、一人での救命処置は難しいので積極的に関わっていかねばと、み  
なさん思われたようでした。（※市民が善意で行った応急手当等の行為に関しては、過  
失があったとしても責任を問われることは無いそうなので、安心して積極的に行って  
くださいとのことでした）

実習については講義の成果が十二分に発揮されており、須長先生大絶賛の出来でし  
た。



次にマウスピースを  
使った訓練。

説明を受けた後、  
実習。講義と実習を  
交互に行うので、飽  
きることなく訓練で

きました。

質疑応答では「認定証がなくても応急処置を行っても良いか?」、「小学生の場合の  
胸骨圧迫の強さは?」「AEDの設置場所は?」などみなさん積極的に質問をされてい  
ました。

なお、認定証がなくても応急処置はできますし、（むしろ積極的に行ってください）  
小学生の場合の胸骨圧迫は、年齢ではなく体格で判断して行う、また AED の設置場  
所については、南街自治会集会所付近では、南街自治会集会所・南街郵便局・多摩中  
央信用金庫等にありますとのことでした。

休憩を挟んで、いよいよAEDの実習訓練です。



まずは須長先生が  
説明をしながらの実  
演。楽しくわかりや  
すい説明で、理解も  
深まります。須長先  
生のお話では、以前  
やったことのある方

も、久しぶりに AED を操作すると戸惑うので、1回やって終わりではなく、定期的  
な訓練が大事とのことでした。

また出来るだけ早く AED を使った救命措置が生存率を高めるという、実際の事例

をあげてのお話、AED の重要性を痛感しました。

一通りの応急手当訓練が終わり「実践」ということで役割分担をし、倒れた人（人形ですが・・・）を救います。



素晴らしいチームプレーで、応急処置を完了することができました。

普通救急救命技能認定講習会訓練を終えて、岡田さんより「実践に即した訓練でした。先手を打つことが大事です。AED については南街自治会集会所と南街二丁目協和三自治会集会所(南街北部集会所)にあります」とのお話があり、また椎野本部長からも「習うより慣れろと言いますので、いざという時のため訓練は必要ですね」とのお話がありました。



災害や、急な体調不良などはいつ起こるかわかりません。地域の皆さんが連携して今後も訓練を行っていくそうです。地域を守るための活動を見せただき、これが安心して住むことのできる町づくりの基本の一つであると感じました。

自治会加入を希望される場合には、ご近所の自治会役員、会員の方にお尋ねいただくか、市役所市民生活課 市民協働係までお問合せください。

電 話 042-563-2111（内線1711）  
ファックス 042-563-5931

※平成29年4月より課名が「地域振興課」へ変更となりました。