

R5 生活と福祉「普通救命講習 1 修了」しました

R5.12.1

選択教科、生活と福祉で「普通救命講習 1」を受講しました。

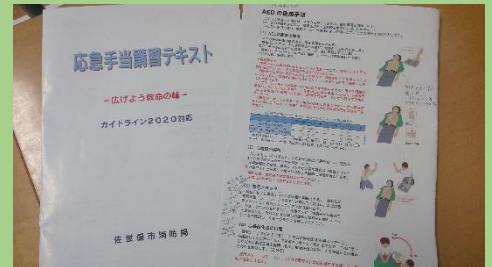
佐世保市西消防署佐々出張所より2名の消防士さんから胸骨圧迫・AED操作・圧迫止血・回復体位などを教えていただきました。



胸骨圧迫では救急車到着平均8分の時間をサポートするためには1人では大変なため周囲に助けを求めることや、途中で交代する方法など学び、リズムも110テンポで「もしもしかめよ」のリズムがちょうどいいのだと聞き、歌いながら心拍マッサージをしました。

手が赤くなり痛く

てもマッサージを続け、笑顔で「大丈夫ですか～」と緩い声掛けをしながらも真剣なまなざしで最後には8分間のマッサージを継続して行うことができました。参加者13名無事に修了証をいただきました。



見本を見ながら姿勢のチェック



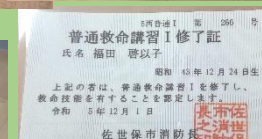
呼吸の確認



気道確保



AEDです



修了証をいただきました



いちにのさんで交代です