



清浄石（護摩壇石）



世界への  
プレゼントに  
なろう

### 四つのテスト

言行はこれに照らしてから

1. 真実かどうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるかどうか

# WEEKLY REPORT

No.2831 2016年2月8日

事務所 ひたちなか市海門町二丁目 8-13 ひたちなか商工会議所那珂湊支所内  
 TEL.029(263)7811 例会日 毎週月曜日 12:30  
 FAX.029(263)6859 例会場 常陽銀行湊支店二階会議室  
 URL : <http://www.nakaminato-rc.com/>

## ★点 鐘

卯野福弥会長

国歌斉唱

ロータリーソング「奉仕の理想」

司会 海後宗郷副SAA

## ★出席報告

榎木直行委員長

会 員 数	32名
出 席 者	18名
欠 席 者	12名
出席免除者	2名
マークアップ	7名
出 席 率	83.3%

## ★会長挨拶

卯野福弥会長

先週的那珂湊中学校への職場訪問については、寒い中たくさんの会員の皆様のご参加をいただきましてありがとうございます。「百聞は一見に如かず」と言いますが、今行われている教育の姿を目の当たりにして、私たちが中学生時代に受けた教育と比べ、隔世の感があったことと思います。授業風景もさることながら、すばらしい校舎の造りに驚かれた方もいたのでは

ないでしょうか。あのような近代的な環境の中で、次代を担う子供たちが健全に育ってくれることを祈るばかりです。

県教育委員会は来年度から、新たな教育プランに基づき就業前教育や家庭教育にも踏み込んだ教育施策を繰り広げていくという記事が1月26日付けの茨城新聞に載っていました。子供たちが健全に成長していくためには、学校教育だけに頼るのではなく、社会全体で子どもの自主性や社会性を育みながら親が学ぶ機会を設けて家庭教育の重要性を啓発していくことが大切です。

道口満男校長先生のお話をうかがいながら、これからの人材育成のためにどうしていくべきかを考えさせられたひとときであったように思います。

## ★幹事報告

遊座文郎幹事

本日の理事会において、次のことについて話し合いました。

### ・社会奉仕委員会の活動について

毎年4月30日締め切りとなっている地区補助金申請の関係で、今年度の県内56クラブの申請状況を参考に、当クラブとしてどのようなことを実施したらよいのかを考えていきたい。

また、次回の理事会で話し合いたい。

- ・ 2116年度の地区研修・協議会の日程と会場が次のように変更になりました。

日 時:平成28年4月9日(土)

会 場:古河市中心運動公園総合体育館  
(古河市下大野2528)

対 象:2016～17年度地区役員、地区委員会総括委員会委員長、クラブ会長・幹事、委員長等

- ・ 1月27日付けで会員候補者の件でお知らせしましたが、関孝範様の推薦について意義がありませんでしたので、承認されたものと認め手続きをとりますのでご承知おき下さい。なお、残念なことです。奥山正紀会員には1月31日をもって退会となりましたので、お知らせさせていただきます。
- ・ 本日、例会後パスト会長会議をこの場で開きますので、よろしく願いいたします。

## ★表 彰

卯野福弥会長

第4回米山功労者マルチプル

鹿志村吉信会員

## ★卓 話

「一般市民の救急蘇生法について」

川崎通夫会員



私事ですが、那珂湊中学区地域を住みよくなる会において、安全福祉部会長を仰せつかっており、毎年救急蘇生法講習会を地元消防署の協力のもと行っております。

ここ数年の中で、近親者の孤独死や助けを求めてくれていたら助けることが出来たというケースがありました。テレビなどで同様の映像が流れると本当に心が痛み、自分に何か出来たのでは日々考えさせられています。今回の卓話は一時救命処置(BLS)とAEDの重要性についてお話したいと思います。

心臓停止はさまざまな原因にて起こります。

心臓病による死亡の多くは病院の外で起こる心臓突然死です。日本では毎年5万人以上が心臓突然死で亡くなっています。

病院外の心停止の救急率は、救命救急士制度の充実などの病院外での救急システムの改善によって良くなっていますが、未だに低いのが現状です。心臓突然死は、心臓が細かく震える心室細動と呼ばれる不整脈から引き起こされる事が多いと言われています。心臓がけいれんをしている心停止の状態をいいます。血液を送り出すポンプの役割が出来なくなります。この心室細動になると5～15秒で意識がなくなりそのまま続けば死に至るという非常に恐ろしい不整脈です。また、心停止の直後には、しゃくりあげるようなゆっくりとした不規則な呼吸「死戦期呼吸」が見られる事があります。これは心停止のサインであり、「呼吸なし」すなわち「心停止」と判断してただちに心肺蘇生が必要と判断します。その為、心臓の動きを戻すには少しでも早く電気ショックを行う必要があります。突然倒れてから電気ショックが1分遅れる毎に救命率は約10%ずつ下がっていきます。

一般市民がAEDを使用する事で救命率は約2倍高まると言われています。そしてAEDは電気ショックを行うだけではなく心電図の役割もします。AEDとは自動体外式除細動器の事を言います。Aは自動化された、Eは体外式の、Dは徐細動器の意味です。

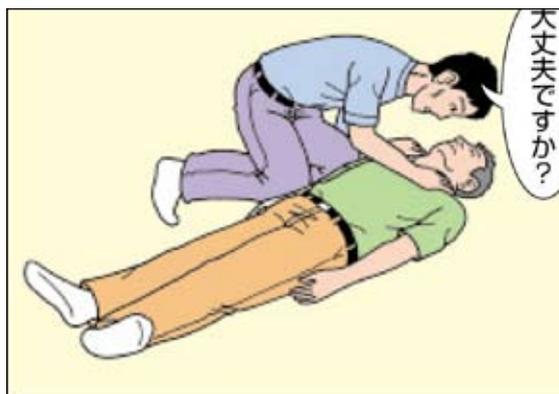
このAEDを使った救急蘇生法をお話していきます。

### ① 助けを呼ぶ

倒れている人を発見したら助けを呼びます。人が集まる事で役割分担をし救助をするためです。

### ② 意識・呼吸の確認

「大丈夫ですか？わかりますか？もしもし？」など声かけをし意識の有無を確認する。また、呼吸の有無を胸とお腹が上下しているか5秒前後みて確認する。



### ③ 役割分担

救急車を要請する人、AEDを取りに行く人、心肺蘇生をする人に分かれる。



### ④ 胸骨圧迫

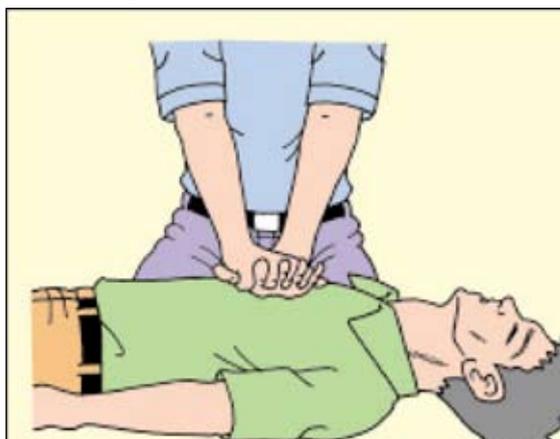
1分間に100回胸の真ん中を少なくとも5cm押す。押す時、肘はまげないようにする。

#### ※ 人工呼吸について

以前は人工呼吸もセットでしたが現在は胸骨圧迫をしっかり継続することが大切です。

マウス・トゥー・マウスの為、感染への懸念や抵抗があります。結核や肺炎など感染報告例は実際あります。人工呼吸を行う際には感染防護具を使用する事が望ましいとされていますが基本は胸骨圧迫が強く推奨されています。

感染に関しては患者が出血をしている場合血液を介しての感染が最も危険リスクな為出血があった場合は血液に触らないように気を付けます。



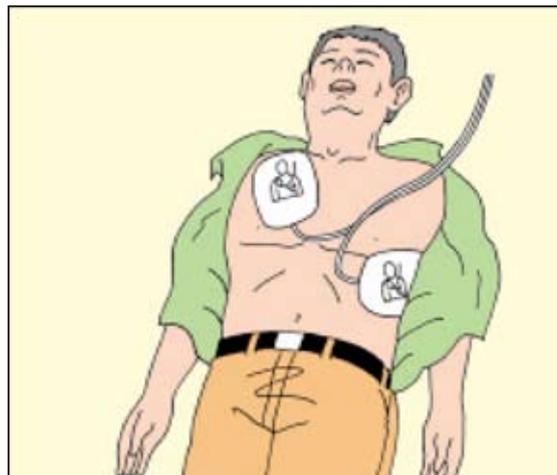
### ⑤ AED装着

AEDが来たら電源を入れます。

機種によりますが、フタを開けると電源が

入るものもあります。

患者の上着をはだけ、パットに書いてある絵に従ってパットを貼る。



#### ※ パット貼付時に注意するもの

1. 汗などで体が濡れていると水を伝わり電気が流れてしまうのでAEDの効果が不十分になります。乾いた布やタオルなどでふき取ってからパットと貼付する。

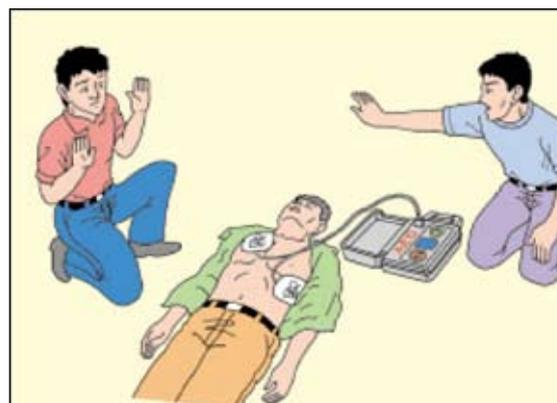
2. シップや治療用の貼り薬が貼付してあった場合は剥がし貼付部分に薬が残っていたらふき取って下さい。残っていることでAEDの効果が減少してしまったり、やけどを起す可能性があります。

3. ペースメーカーや除細動器が埋め込まれていたら鎖骨の下辺りに固いコブのようなでっぱりがあります。パットを貼付する場所にある場合は8cm以上離して貼り付けて下さい。

4. 胸毛が多い場合はパットが密着しにくい為AEDの効果が減少したりやけどの原因になる為出来るだけしっかり貼付します。もし予備のパットがある場合はその予備のパットで胸毛を脱毛してからセットされているパットを貼付します。

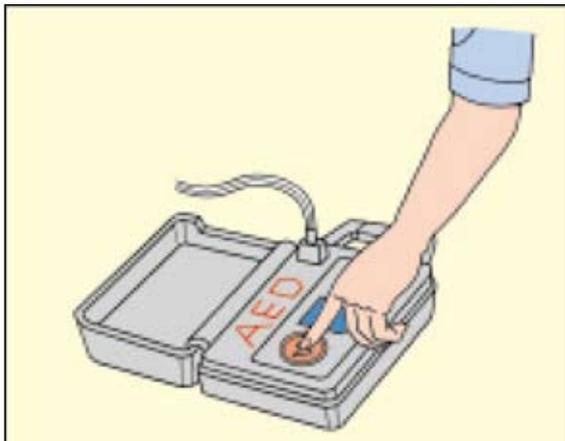
### ⑥ 患者の周囲の安全を確認しAED作動

パットの貼付が出来たら周囲の人に「離れて下さい。」と声をかけてから除細動ボタンをONします。ONするとAEDが心電図の解析を始め音声で解析中と知らせてくれます。



解析が終わると電気ショックが必要か不要かの音声流れます。

必要な場合は再度周囲の人が患者から離れているかを確認し音声に従ってショックボタンを押します。



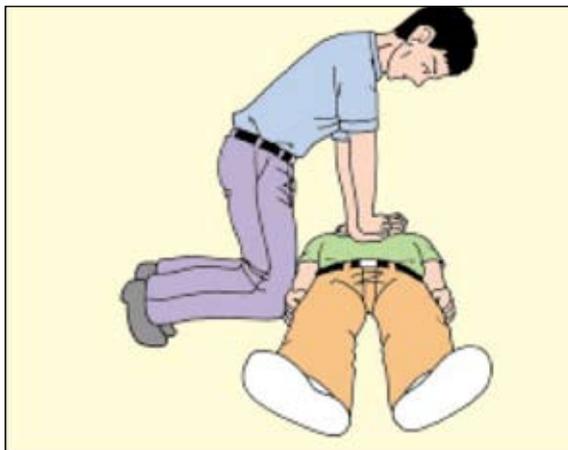
#### ※ 電気ショックが不要な場合

電気ショック不要イコール心臓の鼓動再開ではありません。電気ショックが不要な心停止である為胸骨圧迫は救急車が来るまで行って下さい。

#### ⑦ 胸骨圧迫再開

電気ショック後は直ちに胸骨圧迫を再開します。AEDの指示に従って約2分おきに胸骨圧迫とAEDの手順を繰り返します。

救急隊が来るまでAEDは作動した状態です。その間AEDは患者の心電図を分析し続けています。



#### ⑧ 救急隊員への情報提供

何回AEDが作動したのか、患者の変化などを報告し救急隊員へ患者を引き渡します。

以上が一連の流れとなります。

講習会などではゆっくりと時間をかけて指導を受け実施できますがいざ、倒れた人を目の前にした時本当に出来るのか?という焦ってし

まうのが事実です。

一人でも多くの方がこの知識や技術を身に付けていればその場で一人一人のものが集結し救命する事が出来るのではないのでしょうか。

冒頭で少し触れましたが私の近所の方が作業を終え自宅に戻ると「疲れた」と言い横になった後、いびきをかきだし意識不明となり、奥さんが呼びかけても反応がなく、救急車を要請し搬送されましたが心筋梗塞にて、残念ながら帰らぬ人となってしまいました。

この時、私と家内がちょうどその方の自宅の近くを通っていました。

もし、奥さんが助けを求めていたら心停止から救急蘇生をし救急車を待つ事が出来たのです。

自宅においてや野外においてこのような状況が起きた時助ける勇気も必要ですが、助けを求める勇気も必要だと考えます。

この経験から、大切な人が倒れた時、救急処置が出来たら命を救う事が出来るのです。何も出来ないまま、救急車を待つ時間はとても長く苦しいものです。一つでも知識と技術を身に付ける事で、大切な人を助ける事が出来るのです。

私はこれからも、救急蘇生講習会を通して、たくさんの方々に大切な人を助ける為のサポートをしていきたいと思っています。そしてAEDの設置においてもまだまだ少ないのが現状です。

実際にある場所においても店舗内だと営業が終わってしまうと使用できません。

夜中や明け方に使用できる場所への設置など課題はまだありますが今後積極的に関わられたらと願っています。

以上、卓話を終わります。ご清聴ありがとうございました。

#### 清浄石 (巻頭写真説明)

この石は、「阿字石」「箱石」ともよばれ、上の方には座布団状の形の石がある。ここで護摩を焚いたと伝えられているので護摩壇石とも呼ばれている。

「出席はロータリアンの3大義務の1つです」