

令和6年度 後期 ファミリー・サポート・センター講習会のご報告

【 普通救命講習Ⅲ（小児や乳児に対する心肺蘇生やAEDの使用方法について） 】

日 時：令和6年11月15日（金）午前9時30分～午前11時45分

講 師：新発田地域広域消防本部 職員 新野救急係員
津野救急係員



最初は、DVDでの講習を受けました。

内容の1つに「夏休みの自由研究にAEDマップを作成したことが役に立ち、家族の命を救うことができた」という経験の紹介がありました。

とっさの出来事に対して行動に移すことができたのは、普段から救命講習を定期的を受講していたり、AEDの設置箇所の把握に努めたりしていることで、命を救うことや社会復帰につなげることができる「応急手当」が行えることについて学びました。

※応急手当：突然のけがや病気におそわれたときに家庭や職場ででき、傷病者が病院に行くまでに悪化を防ぐ手当のこと。

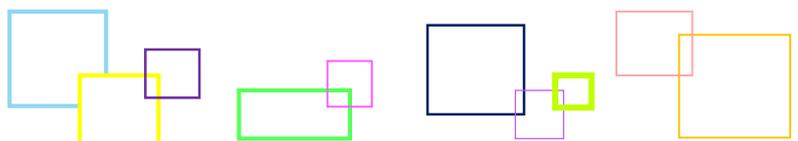


次は、実技の講習を受けました。

応急手当の1つ胸骨圧迫は、胸を強く圧迫することで止まってしまった心臓の代わりに脳や心臓に血液を送り続ける役割を担います。心臓が止まってしまうと10秒あまりで意識がなくなり、3～4分以上そのままの状態が続くと脳の回復が困難となります。心臓が止まっている間、胸骨圧迫によって脳や心臓に血液を送り続けることで、心臓の動きが戻った後に後遺症を少なくするためにも行います。

胸骨圧迫のポイント：小児には、両手または体格に応じて片手で、胸の厚さの約3分の1が沈み込む程度に圧迫します。

乳児には、指2本（左下の写真参照）で胸骨圧迫を行います。圧迫の強さ（深さ）は、胸の厚さの約3分の1を目安として十分に沈む程度に、強く、早く絶え間なく圧迫します。また、胸骨圧迫はできるだけ中断せずに絶え間なく続けることや、1分間に100～120回のテンポで行えることが望ましいこと、乳児だからといって、こわごわと弱く圧迫したのでは効果が得られないことなど胸骨圧迫のポイントを教わりました。



【 こどものあそびについて ～クリスマスリース作り～ 】

日 時：令和6年11月22日（金）午前9時30分～午前11時00分

講 師：ファミリー・サポート・センター アドバイザー

最初に、クリスマスの豆知識をお話しました。中でも、クリスマスツリーのオーナメント（飾り）の意味については「知らなかった」や「勉強になった」などの感想が聞かれました。

クリスマスリース作りでは、どんぐり（種類：シラカシ・クヌギ・コナラ）、松ぼっくり、広葉杉（コウヨウザン）、千日紅（センニチコウ）、百日草（ヒャクニチソウ）、どんぐりの帽子などの自然物を使って作りました。

自然物を使う際は、拾って集めるまではいいのですが虫が湧く心配があり懸念される方も少なくありません。

受講された方からは「私は、煮沸して乾燥させています」や「私は、冷凍しています」など、自然物の保存方法を伺うことができました。

今回の講習会では、自然に乾燥させたものと「シリカゲル」という乾燥剤を使用したものを使いました。

また、リースは、さつまいもの蔓（ツル）を使用しました。さつまいもの蔓は、葉を取り除きグルグルと巻きました。1か月程、風通しの良い日陰で乾燥させることで木の蔓のような質感になり、巻きつける蔓の量や巻きの大きさによって、好みの大きさや太さに調節することも出来ます。

右の写真に並んでいるクリスマスリースは、ご参加いただきました皆さんの作品になります。

同じ材料を使用しても、それぞれのクリスマスリースになり、接着剤を何回も付けて「うーん、付かない」や「リースにリボンをくぐりたいけど…」など、思いどおりにいかないこともたくさんあったようでしたが、「家に帰ったら、もう一度付けてみる」や「家でも作りたいので材料をもらってもいいですか」など、制作意欲や構想、アイデアが広がっているようでした。

新発田市内で自然物を探す際には「五十公野御茶屋」の周辺や「五十公野公園」の中で、どんぐりや松ぼっくり拾いが楽しめそうなお話も伺うことができましたので、ご参考にされてみてはいかがでしょうか。

お忙しい中、ファミリー・サポート・センター後期講習会にご参加いただきまして、ありがとうございました。

