

特定非営利活動法人 命のバトン ～命をつなく心を育てる会～

会報

はあとらいふ

6号

vol.6

2016年5月



ご支援ありがとうございます

会員の皆様におかれましては、ご清栄の事とお慶び申し上げます。

日頃、特定非営利活動法人命のバトンの活動に対し、ご理解・ご協力を頂きありがとうございます。

今年度の活動も充実したものとなり、これもひとえに会員の皆様のおかげと感謝申し上げます。学校BLS授業に加え、2018年の福井国体での救命対応のために、県民対象救命講習会の参加もさせて頂いております。また、2020年の東京オリンピック救護対応やAEDへの関心興味をもってもらうために、様々な活動が展開されております。

命のバトンも引き続き、一人ひとりが命を思う心を持ち、安心できる社会となるために熱い思いで活動していきたいと思っております。

今後ともご支援のほどよろしくお願い申し上げます。

理事長 川崎 真弓

BLS授業をおこないました！

実施日	学校名	受講者数
6月4日	啓蒙小学校	162人
6月10日	河合小学校	28人
6月12日	東藤島小学校	48人
6月18日	大安寺小学校	24人
6月26日	武生第一中学校	240人
6月30日	明新小学校	155人
7月2日	清水北小学校	20人
7月3日	一乗小学校	9人
7月7日	社南小学校	142人
7月9日	越前市坂口小学校	24人
7月15日	殿下小中学校	11人
7月16日	国見小学校	12人
7月23日	円山なごみ児童クラブ	24人
9月4日	岡保小学校	48人
9月9日	社西小学校	41人
10月8日	服間小学校	72人
10月20日	中藤小学校	110人
10月22日	鷹巣小学校	22人
10月24日	清明小学校	47人
10月24日	上文殊小学校	127人
10月28日	社北小学校	78人
10月29日	宝永小学校	85人
10月29日	日之出小学校	110人
11月5日	旭小学校	36人
11月10日	木田小学校	135人
11月10日	豊小学校	98人
11月12日	円山小学校	92人
11月20日	和田小学校	88人
12月17日	酒生小学校	50人
12月18日	武生第五中学校	41人
2月4日	東郷小学校	71人
2月11日	明倫中学校〔男子ハンド部〕	19人

平成27年度の児童・生徒の受講者数 **計 2,269人**

酒生小学校

ぼくは自分ではなにもできないとおもっていたけど、ぼくにもできることがあるんだなと思いました。それに他の大人の人に今日の授業で学んだことを教えるのも大切だと思いました。

6年児童



旭小学校

私は、この授業を受けて、「命の大切さ」を改めて知りました。AEDは、とても大切なので身近な所を確かめておきたいです。胸骨圧迫は初めてして、思った以上に疲れました。AEDの録音は、とてもしょうげきでした。私だったらパニックになり、救急車を呼べないと思いました。大切な人を助けるために胸骨圧迫をしっかり覚えておきたいです。とても命の大切さが分かる授業でした。

6年児童



中藤小学校

倒れている人を見つけたら近くの人を呼び、先生に伝えること、AEDをもって来る、救急車を呼ぶことが大事だと聞きました。その間に胸骨圧迫をすることが命を助

ける一番の方法で、強く・正しい場所をリズムよく押すことが大切だときいたので、もしそのような場面にあったら助けられる人になりたいです。

6年児童



服間小学校

命の授業によって校長先生がいつもおっしゃっている命の大切さ、重みがわかりました。そして、心臓が止まったときにはどおすればよいのかもよくわかりました。みんなも真剣な顔つきで取り組めていていいなと思いました。

5年児童



BLS授業を受けた みんなの感想!!

NPO法人命のバトンでは、小学生へのBLS(一次救命法)授業を実施しています。授業時間は各校のニーズに柔軟に対応できる様、45分授業(1時限)、90分授業(2時限)のプログラムを準備しております。

東郷小学校

私はBLS教室で「1歩進む勇氣」を知りました。今までの私だったら目の前で人が倒れていたら何をすれば良いのか分からずにいたと思います。けれど、今日AEDや心臓マッサージのやり方がわかりました。これから周りで倒れている人を見つけたら落ち着いて自分のできることをしたいです。

5年児童



円山小学校

この授業で感じた事が2つあります。

1つ目は、心臓マッサージをしている時です。たった30回やるだけでも疲れてしまいました。心臓は、とても大事な臓器だけれど、こんなに力強く、休むことなく働いていたとは知らなかったから少しだけ感動しました。

2つ目は、AEDの使い方を習っている時です。今までAEDを使ったことがなかったから分からなかったけど、シートを取りつける位置は決まっていて、音声の通りにやっていくというのは初めて知りました。

話の中で、心に残っている言葉もあります。「どんなにAEDが優秀でも、それを使おうとする人によって変わってしまう。せっかく助けようとしても、やり方が分からなかったりして何もできなかったら、命も救えない。」これを聞いて、私も、もっと練習して、いざという時に少しでもできるようにしようと思いました。また、勇氣も必要なので、ふだんから勇氣を出して行動したりしようと思いました。

6年児童



日之出小学校

最後に、実際の救助現場でAEDに録音された音声を聞いたとき、その現場やお母さんが呼びかけているのが頭に浮かびました。それを聞いているうちに、私だったら、そこで心臓マッサージができるだろうかと考えました。そんな時に、冷静に落ち着いて正しい判断や行動をとれるようにしないとだめだと思いました。今日この授業をしていなかったら、いざという時に身動きもとれなかったかもしれないので、今日の授業は一生覚えておかないといけない授業でした。

6年児童



全国の仲間達からのメッセージ

大阪府から

命のバトンさんは、子供たちに「命をつなげるためにできること」そして、「なぜ命をつなげなければいけないのか」を伝えてこられました。

胸を押し続けることの意味を知り、命を助けたいという心を育てる活動は、ずっと私たちが引っ張って下さっています。これからも走り続けて下さい。

特定非営利活動法人
大阪ライフサポート協会
PUSH プロジェクト 前重奈緒

福井県内から

福井大学医学部の学生 1
～6年生まで総勢60名が在籍中。
将来、医師や看護師になる部員たちの活動の目的は、必要な知識の取得（一次救命処置（BLS）・二次救命処置（ALS）・災害時対応や外傷の手当て・他校との合同勉強会・ワークショップなど）、更に他の学生や一般市民に他人のために一歩前に踏み出す勇気を持ってもらうことも大切な活動と捉えています。

救急医療系サークル ALFA
代表 千吉良彩花

広島県から

2012年6月30日、『NPO救命おかやま』で講演されていた川崎さんとお会いし「命のバトン」の存在を知りました。「命のバトンみはら」として、子どもからお年寄りまで、BLSは誰もが出来るように地道な活動を続けたいと思います。

命のバトン みはら
代表 東和行

高知県から

命のバトンの救命講習はマネキンの数も多く、質の高い救命講習を実施されており、このような質の高い救命講習を定期的に学校で生徒に実施しているところは全国でも少ないです。この様な活動が全国に広がれば、救命活動が当たり前のようにできる人が増え、助け合える心豊かな人が増える社会にもつながると信じています。私たち救命コムも、命のバトンに AED を無償提供させていただくなど、共に活動できることに感謝いたします。

救命コム 運営責任者
門田徹也

静岡県から

私たちの今の活動があるのは、静岡県浜松市で開催された全国救急隊員シンポジウムの市民公開講座で川崎さんのお話を聞いたことがきっかけでした。当時も今も家族・友人・周りの人の命を守りたいという気持ち（信念）に変わりはなく、命のバトンさんに負けないくらいの熱い気持ちをもっています。

幼稚園から小学生へ、そして中学生へと育っていく中で、学校・親・子どもたちが当たり前のように BLS 教育が受けられたらという大きな希望をもっています。

浜松市では、医師会・消防が中心になって中学生への蘇生法講習会が開催されていますが、福井では、命のバトンが主体となって小・中学校での BLS 教育が導入されていること、私達（浜松）から見たら、嬉しくもありその地道な活動に励まされ、そしてうらやましくもあります。まだまだ、大きな壁ばかりですが、川崎さんはじめ皆さんの活動を励み&目標に、今私たちにできることを浜松で継続していきたいと思えます。

今後ともよろしくお願いします。

命のバトン浜松 田中しげ子・鈴木直浩

外から見た命のバトン

『命のバトン』は全国の救急サークルの間でも有名な言葉です。私たちのサークルも活動の中で重要視するのは BLS です。強く絶え間ない胸骨圧迫や適切な AED の使用については繰り返し練習・指導を行います。そして、BLS の勉強会・講習会の時には AED が身近になかった時の事や、AED が普及されるようになるまで、そして自らの手で命をつないでいく勇気について話します。

命のバトンという団体が全国の学生の先進的モデルとなっていることは間違いないでしょう。「命のバトンを繋いでいく！」という話に心を揺さぶられた学生たちは今日も BLS に励んでいます。

医学科 4 年 木村依音

北海道から

一般人の AED 使用が認められて 11 年が過ぎました。大切な家族を突然亡くすという同じ経験を通して、AED 普及のために一緒に歩んできた大切な同志であり先輩です。AED は設置されても使用する人がいなければ何にもならない。その現状を打開するために「命のバトン」の皆さんが行っている心肺蘇生法や BLS 教育などの講習会開催はとても重要な活動だと思います。

福井で頑張っている皆さんの活動を原動力に当会も「救える命は守りたい」という同じ目的のためにこれからも活動していきます。

NPO 法人 いのちを守る会「絆」
代表 稲毛保則

東京都から

かけがえのない愛娘を亡くされ、『AED があれば・・・』との一心で、学校への BLS 普及活動されている NPO 命のバトン率いる川崎さん。受講者目線で楽しい講習会を行い、地域の子供たちが興味と一歩踏み出す勇気を持って、救命の第一走者になれるよう学校への講習を継続して行ってください。必ず良い結果が出てくると信じています。

レールダル メディカル ジャパン株式会社
河野元彦

千葉県から

昨年 6 月、孫ができました。初めて孫を抱いた時、改めてこの小さな命をみんなでみんなで守っていける社会になって欲しいと強く感じました。「命のバトン」が展開している子供達への BLS 普及は、未来へと続く尊い取り組みです。どうか、皆様の「思い」を親から子、子から孫へ、世代を越えて伝え続けるために頑張って下さい。これからも、ずっと応援しています。

HIGE さんのスポーツ救命救急
ひしま 飛鋪宏典

岐阜県から

技術より心
なのですよね



NPO 法人 HIROYA 基金
代表 多月緑

三重県から

同じ思いを持つ者として、
微力ながら応援させていただきます。

命のバトン 三重
代表 山本英宣

心肺蘇生法のガイドライン2015って？

2015年10月16日（金）に、日本蘇生協議会（以下、JRC）蘇生ガイドライン2015オンライン版が発表されました。さて、この蘇生ガイドラインとはなんのでしょうか？救命講習会を行う各種団体の指導内容が同じなのは、実はこのガイドラインがあるからなのです。

皆さんの中には、数年ぶりに救命講習会を受講すると「あれ？数年前に習った時とは手順が少し違うな...」と気づかれる方もいらっしゃるかもしれません。

これらガイドラインは、2000年より国際的コンセンサスを基に、日本の法制度や各種事情に合わせた日本版ガイドラインが策定され、5年毎に改訂されています。（ここでは割愛しますが、病院での一次・二次救命、治療に関するガイドラインでもあります。）

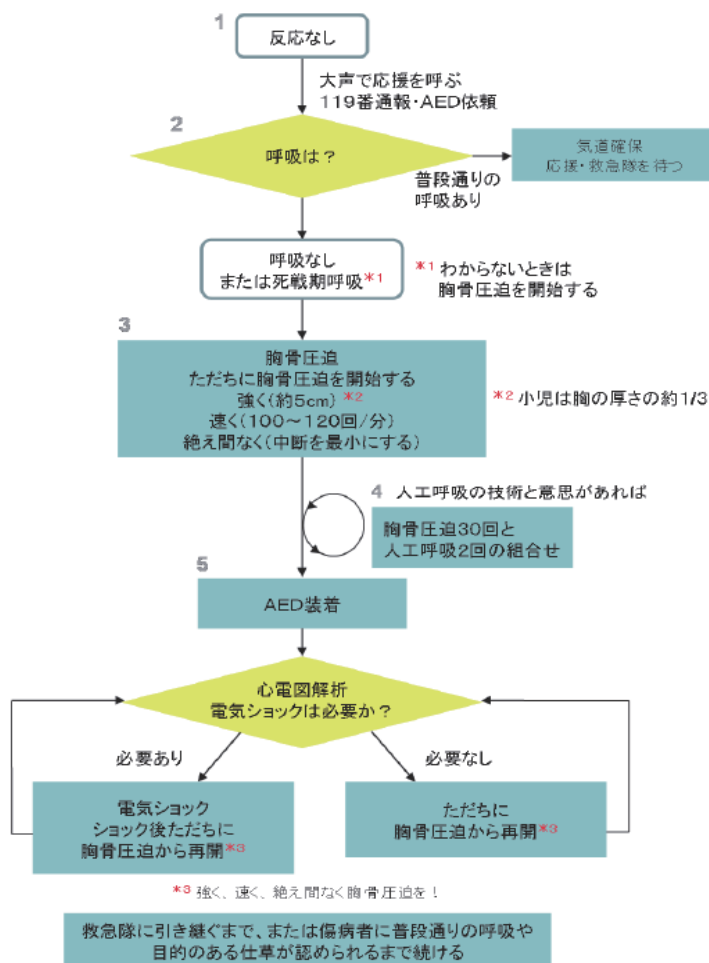
つまり、5年毎に最新の研究に基づいて、さらに良い方法に変えようということなのです。

例えば、ガイドライン2000ではAEDによる除細動の有効性が強調され、「まずAED」によるショックとされました。しかし、AEDが強調されるあまり、胸骨圧迫が疎かになる可能性がありました。そのためガイドライン2005では、「まずAED」の考えから「迅速なAED」に変更され、胸骨圧迫と人工呼吸の比率も「15:2」から「30:2」へと変更されました。また一般市民に対しては胸骨圧迫のみの心肺蘇生も推奨されました。次いでガイドライン2010では、胸骨圧迫の重要性が強調され、気道確保よりも先に、胸の動きで呼吸を確認し、無ければ「まず胸骨圧迫」という考え方が採用されました。

それでは、今回のG2015のうち一般市民向けの心肺蘇生法について、5年前のG2010と何が変わったのでしょうか？

実は、G2015は心肺蘇生の手順（図1）を見て頂いても分かるとおり、G2010から大きな変更点はなく、胸骨圧迫の深さとテンポに関する表現が若干変わりました。

一次救命処理の手順



胸骨圧迫の深さ

G2010では「少なくとも5cm」という表現でしたが、これが「6cmを越える過剰な圧迫を避けつつ約5cmの深さ」となりました。これは、G2010では胸骨圧迫の際に圧迫が弱くなることを避けるため、「少なくとも5cm」と深さの上限が指定されておらず、深ければ深いほどよいと誤解を受けかねない表現でしたが、これが6cmを越えないという深さの上限が明確にされました。なお、小児の胸骨圧迫の深さは胸の厚みの約1/3となっており、変更はありません。

胸骨圧迫のテンポ

G2010では「少なくとも毎分100回のテンポ」という表現でしたが、これが「毎分100回から120回のテンポ」となりました。これも、胸骨圧迫のテンポ上限が示された形です。

この様に、心肺蘇生法も少しずつ変化しており、内容に応じて救命講習会の内容も変わっているのです。ここでは触れませんが、JRCガイドライン2015にはファーストエイド（応急手当）も採用されました。こちらも今後みなさんにお伝えしていくことになるかもしれません。

皆さんも最新の知識と自信をもって、万が一のファーストレスポンスになれるよう、1年に1度は救命講習会を受講していただきたいと思います。

トピックス

●第18回日本臨床救急医学会学術集会で講演

期 日：2015年6月6日（土）〔富山市県民会館にて〕

テーマ：～地方型救急医療を考える～

（特）大阪ライフサポート協会の石見先生からの依頼により川崎理事長がシンポジウムで特別講演。児童1～2人当たり1体の訓練用マネキンを用い、45分間のBLS授業をとおして、子どもたちに“命を思う心”と“命を救う技術”の両方を伝えていることを報告させていただきました。



シンポジウム

『学校におけるBLS教育の展開例と今後の展望』

【座長】 田中秀治（国士舘大学大学院教授）

石見 拓（京都大学大学院教授）



パネルディスカッションの様子

【パネラー】 吉門直子（文部科学省 スポーツ・青少年局 安全教育調査官）
桐淵 博（埼玉大学教育学部教授）
吉田智子（関西創価高等学校）
川崎真弓（命のバトン）

●BLS 指導者養成講習会を開催

2015年8月9日（日）、教諭および養護教諭を対象に、BLS 授業指導者養成講習会を実施しました。

現在小学生を対象にした BLS 授業は命のバトンのスタッフがインストラクターとなり授業を進行していますが、将来的に BLS 授業が広く普及する事を期待したとき、学校教諭自らが BLS 授業を指導していくことが望まれます。

そこで、教諭や養護教諭を対象に指導者養成講習会を企画いたしました。心肺蘇生法の基礎知識や実習シミュレーションを行い、BLS 授業の流れや教材の活用方法などを習得する講習会を実施しました。



●「NHK 歳末たすけあい義援金(H26)」の助成を受け、講習用器材を購入しました。



〔小浜市内のコンビニに設置されたAED〕

facebookページ開設いたしました。

命のバトンの facebook ページを開設いたしました。ホームページに記載の投稿がタイムラインとして閲覧できる他、スタッフの気になる話題も順次投稿していきます。ぜひ“いいね！”をお願いいたします。

URL : <http://www.facebook.com/inochinobaton>

会員募集のお知らせ

一緒に活動して下さる方、この活動を応援して下さる方を募集いたします。

私達の仲間に入りませんか。また、小学校などでのBLS授業のお手伝いをして下さるスタッフを募集しております。

会員募集に関するお問い合わせは、下記へメール又はホームページをご覧ください。

E-mail : info@heartlife-fukui.com

会員になると、講習会無料・AED貸出優遇などの特典があります。

最新情報のお知らせ

命のバトンメルマガのご案内やBLSに関するニュース等をメルマガにて月に1度配信しております。メルマガ登録希望の方は下記URLより登録してください。

URL : <http://www.heartlife-fukui.com/mm/>

定期講習会

「心肺蘇生法とAEDの操作方法を覚えたいんだけど、どこで教えてもらえるの?」

そんなあなたの為に毎月1回定期講習会を行います。ご家族・お友達お誘いあわせの上、是非ご参加ください。

(受講料1,000円/名)

場所：福井駅東 AOSSA 7階

(福井県福井市手寄1丁目4)

※定期講習会、出張講習会の詳細は命のバトンのホームページをご覧ください。

AED無料貸し出し

講習を受けた方を対象に、イベント時のAEDの無料貸し出しを始めました。貸し出し資格の有効期間は1年間です。

ビーチバレー、アクアスロン、自転車レース、お祭り、少年野球の遠征時等にご利用いただけます。貸し出し出来る台数は2台のみですので、先着順とさせていただきます。ご連絡お待ちいたしております。

出張講習会

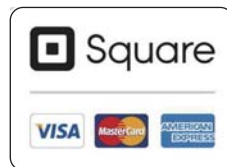
スポーツ少年団やスポーツクラブ等、スポーツを行っている方々、お子さんの居るご家族や育児サークルの方々、保育園～高校の父兄(PTA)の方々、会社での社員研修等さまざまなグループの「命をつなぐ」お手伝いとして出張講習会を提案させていただきます。仲のいいお母さん達の集まりやお友達同士等、少人数での出張講習も承ります。お気軽にご連絡ください。

年会費・寄付のお支払いに、クレジットカードがご利用いただけます！

今まで年会費のお支払いは、郵便局によりお振り込みいただく必要がありましたが、この度クレジットカード決済をご利用いただけるようになりました。

『命のバトン』(heartlife-fukui.com) web サイトより、『年会費・寄付金のお支払い』をクリックし必要事項をご入力ください。入力内容を命のバトンで確認後、インボイス(請求)メールをお送りいたします。

パソコン、スマートフォンのメールアドレスがご利用いただけます。



命のバトンスタッフのひとこと

小学校や中学校の講習に都合がいい時参加させてもらってます。真剣に取り組んでいる子どももいれば目を離せばちょっとふざけている子もいますが子どもなりに頑張っていて胸骨圧迫をやっています。

今は小さな力でも、この先色々な時に学ぶことで、いつかもしもの時には、勇気を出して行動が起こせることを願っています。

また、イジメなどで自ら命を絶つ方も残念ながらありますが、こんな教育を受けたことがあるとそのような事をする方がいなくなるのではと期待もしています。微力ながら川崎さんのお手伝いを今後もできればと思います。(S)

毎回指導のお手伝いに行ってしまうことは、徐々にBLSの底辺が広がってきているのかなぁと感じます。それは、児童や担当の先生たちの多くが一生懸命に胸骨圧迫をしている姿を見てそう感じました。

後は指導する側のレベルアップ、そして指導してくれる方を増やして細やかな指導ができればいいですね。あなたの参加お待ちしております。(N)

命のバトンの活動に賛同いただいている企業様

株式会社池田大正堂
株式会社石山総合解体
M | クリエイト
株式会社キャノンシステムアンドサポート
有限会社坂井清掃
有限会社TK保険
株式会社長野ポンプ

株式会社ヒロセ・プランニング
株式会社フィリップスエレクトロニクスジャパン
福井フェニックスライオンズクラブ
株式会社ホーコース
株式会社宮永不動産

(五十音順 敬称略)

発行責任者



特定非営利活動法人 命のバトン

住所：〒918-8202 福井市大東1丁目11番18号

代表者：川崎 眞弓

電話番号：090-7089-5958

E-mail : info@heartlife-fukui.com

<http://www.heartlife-fukui.com/>