

「がんばれお爺さん救命術」

練馬稲門会「サークル懇話会」(中島晴喜代表)の猛訓練でした。



練馬稲門会は、楽しいイベントで皆さんがんばっていますが、やや年配?のサークル懇話会はいつ何時わが身に迫るかわからない危機を乗り越える「救急術」の講習会を開きました。もっとも「救命術」を「受ける側」かもしれませんが、「救命」がいかに大変かを知っておくのも世のためになるはず。11月19日、中島さんを先頭に10名が、石神井消防署「石神井公園主張所」に集まりました。「東京防災救急協会」のベテラン救命士2名が先生となってやく3時間ががんばりました。

目の前に倒れ、心臓はほとんど動いていない方がいたら貴方はどうしますか。

「大丈夫ですか！」

「わかりますか！」

「もしもし！」

などとできるだけ耳元で呼びかけます。だんだん声を大きくして周囲の方の協力を求めましょう。119番と、「AED」を探す。ここから「どうする」と真剣に考えます。何はともあれ覆いかぶさるようにして「心肺蘇生」をして見ましょう。



両手で胸骨を強く押します。全身の力をかけて押します。リズムをつけて1, 2, 3, 4、と最低30回。すぐに口をつけて2回大きく息を吹き込みます。



「胸骨圧迫」が救命の基本でした。この「圧迫」を100回。「息を吹き込んで」また100回。皆さん大声で「1, 2, 3。」

皆さん一生懸命でした。「楽しいばかりが稲門会じゃない」と真剣でした。できれば、稲門会の全員がこの講習を受けたらいいと思いました。

