



Osaka Life Support

NEWS

2009年7月号

VOL. 4



<6月13日 総会終了後の記念写真>

CONTENTS

- 第5回通常総会の報告.....協会事務局長 石見 拓
- 協会の講習会開催予定について.....協会副事務局長 安宅 啓二
- コース設定運営委員会からの報告.....大阪医科大学救急医学教室 小林 正直
- AHAコースからの報告.....よしだレディースクリニック 吉田 雅代
- 救命の現場で学んだこと.....PUSHプロジェクト副委員長 前重 壽郎
- PUSH講習会の普及と臨床研究.....PUSHプロジェクト委員 西山 知佳
- 救急防災フェスタ2009 ～AEDを学ぼう～.....大阪大学医学部付属病院 呉 聖人
京都大学保健管理センター 北村 哲久・石見 拓
- 九九を覚えるように胸骨圧迫を.....帝塚山学院小学校 阿野 千里
- 事務局からのご連絡



平成21年度 第5回通常総会の報告

事務局長 石見 拓

本年度の通常総会を6月13日(土)午後3時より住友病院 14階講堂でおこないました。5年目を迎えた当会は、将来への発展の布石として昨年秋に定款を改定致しました。今回が定款改定後、初の総会でしたが、総会当日現在の正会員数128名、出席正会員93名(委任状68名)で、無事に総会を開催し、議事も滞りなく終了したことを、まずご報告いたします。

総会に先立ち、午後2時から恒例の講演会を開催し、私が「救命都市おおさか実現に向けて～これまでの5年間とこれからの5年間(ウツタイン大阪で得た知見と PUSH プロジェクト)」のテーマで講演をさせていただきました。

ウツタイン大阪プロジェクト(詳しくは協会HPをご覧ください)で得られたデータを元に、これまでの5年間(示したデータは8年半)で、『救命の連鎖』の改善に伴い、病院の外で心停止となった方の救命率が上昇していることを示しました。今や、大阪の救急システムは日本で有数、世界的にも誇れるものになりつつあると言えます。同時に、目撃があっても心原性心停止からの社会復帰率は10%に満たないこと、市民による心肺蘇生は、依然、心停止例の3分の2に対してはなされていないこと、救急隊による電気ショックをこれ以上に短縮することは困難であり、今後は、市民によるAEDを用いた早期の電気ショックが救命率の更なる向上のために不可欠であることも示しました。

そして、この市民による早期の心肺蘇生、AEDを用いた電気ショックが実現可能な地域を作るためのカギが「誰でもできる心肺蘇生」の普及であり、PUSHプロジェクトによって、誰もが倒れた方に近づいて、声をかけることのできる地域を作ることだと考えています。

皆様にご傾聴いただきましたことを大変心強く感じました。『救命都市おおさか』を実現し、世界のモデル地域となれるように、今後とも、皆様とともに、この活動を、更に積極的にすすめていかなければならないと、意を強くした次第です。

総会は互選により西本理事長を議長に、又、議長提案のとおり石見・岸本の両副理事長を議事録署名人とすることを承認して議事に入りました。

まず、第三号議案の「平成21年度役員選任、及び担当職務の件」を先に審議することにし、新しく、吉田雅代、岡政徳、山西清芳、朝野富三、松本義和の五氏を理事に選出しました。特に岡、山西、朝野の三氏は経済界、マスコミ界のご出身で、当協会の懸案であった幅広い社会経験を有する方をお迎えしたいという

思いに添うもので、お三方からも心あたたまる受諾のご挨拶を頂戴しました。

又、西本議長から、前大阪市長の關淳一氏を顧問としてお迎えし、次回理事会で決定したいとの報告があり、会場からの賛同をいただきました。

●再任された理事・監事の方々は以下のとおりです。

【理事】西本泰久、石見拓、岸本正文、平出敦、野阪善雅、林靖之、向井友一郎、小林正直、谷村信宏、松本政明、安宅啓二、芝誠次、天満由美子、光島和子、阿野千里

【監事】立花正雄、杉本壽、西本富美子

又、退任をされた理事の方々は以下のとおりです。寺田浩明、金澤秀介、北澤康秀、森隆比古、真野敏昭、川上真樹子、梶野健太郎、中井正平、明石浩嗣、北岸英樹

その後、第一号議案の「平成20年度活動報告、収支報告」、第二号議案の「平成21年度活動方針、予算案」の審議に入りました。

平成20年度の成果として、AED講習会104回(前年113回)、受講者数5,030名(前年4,184名)の実績が紹介されるとともに、市民セミナーを2回開催し、ホームページやニュースレターによる情報提供の充実、2008年8月からの「PUSHプロジェクト」の開始、さらには「カンタン救急蘇生」などの各種DVD教材の開発等の報告が行われました。

又、平成21年度は5年計画の最終年の年として、「NPOとしてバランスのよい収支体制の構築、会員の拡大、講習会を安定的に供給していくための体制の整備、理事会・事務局の分担運営体制の整備、心肺蘇生/救急に関する情報提供の充実」を当面の重要課題としてすすめる旨の原案が報告され、収支決算、予算とともに承認、可決されました。

また、第四号議案では事務局の新体制の報告がなされ、承認されるとともに新事務局員(別掲)の挨拶があつて、本年度の総会を滞りなく終了しました。

総会終了後、第三部として、約30名の参加をいただいて「懇親会」を開催し、にぎやかに意見交換をしました。5年目を迎え、協会自身の活動も大きく前進している部分と停滞している部分が顕著になってきていることを痛感したひとときでありました。

事務局長を仰せつかっている立場として、協会発足の原点、熱気を忘れてはならないことを強く感じた一日であったことを報告して、この稿を終えさせていただきます。



教会の講習会開催予定について

協会副事務局長 安宅 啓二

大阪ライフサポート協会は今年で設立から4年を経過しました。この間、心肺蘇生法、AEDの普及と院外救命率向上のため、主として一般市民を対象としたAED講習会(市民コース)を開催し、市民コースには例年4000名前後の受講者が参加しています。これに加え、医療従事者コース開催や講習会の指導者養成コースも開催してきました。

設立5年目を迎えるにあたり、昨年より試験的に開始した簡易コース(通称、PUSHコース)がほぼ受け入れられるかたちとなってきたこと、米国心臓協会コース(AHAコース)を新たに取り入れたこと、また、ディレクター主催コースの開始など、提供しえるコースが多様化しつつあります。そこで、各コースの特長を考慮しながら、今後の協会主催コースの開催を計画中です。

市民A、Bコースは大阪ライフサポート協会の講習会の基軸となるコースです。一次救命処置の知識、手技を習得する上で不可欠なコースであり、経験豊かな優れたインストラクターが少数の受講生を指導する質の高い講習会として自負するに値すると考えています。しかしながら、講習会ごとに多数のインストラクターの招集が必要であり、コース開催数の増加は必然的にインストラクターへの負担を大きくするうえ、インストラクター不足は、良質な講習会の維持に支障を生じることとなります。そこで、協会主催の市民A、Bコースは年間40回程度として、インストラクターおよびコースの質を維持してゆく予定です。

一方、PUSH講習会は45～60分で多数の受講生を一度に指導できることから、職場や学校授業で受け入れ易いという利点があります。協会主催で一般市民対象のPUSHコース開催を月2回程度予定していますが、それ以外に、府立高校など教育機関からの開催要望も多くあります。PUSHプロジェクトとも合致することから、主要な府立高校でのPUSHコース開催を提案すれば、市民コース以上の開催数が予想されます。さらに、大阪府外でのPUSHキャンペーンコースも企画中です。

協会としては、PUSHコースであれ、市民コースであれ、外部からの依頼があれば、出来る限り対応し、心肺蘇生の普及に努める方針です。全体として講習会受講者数は例年通り5000人あるいは、それ以上を目標としてコース開催を行いたいと考えています。そのためには、インストラクターが疲弊しない範囲で安定的な協力参加が必要です。また、インストラクター

の育成は不可欠であり、例年通り定期的に指導者養成コースを行うとともに、PUSHコース開催数の増加を考慮して、PUSH指導者養成コースも毎月予定しています。

AHAコースは、日本蘇生協議会AHA国際トレーニングセンターの出張主催でBLSヘルスプロバイダーコースならびにACLSプロバイダーコースをすでに開始しています。BLSコースは、これまでの協会の医療従事者コースに近似し、ACLSコースは医療従事者向けの二次救命処置コースで、すでに世界各国での開催実績を有するコースです。さらに、これ以外に、ファーストエイド、ファミリーコースからエキスパートコースまで受講者のニーズに応じた多彩なコースがあり、そのコースデザイン、指導法などは熟慮作成されたものであり、今後の協会活動の拡大、発展のために有益であると考えています。本年度内に協会主催でAHAコースを開催できるように計画中で、年間10回程度のBLS/ACLSコースの開催を予定しています。

こういった多彩な講習会コースを計画する一方で、少人数を対象として自由なコース設定で心肺蘇生を指導できるディレクター主催コースも新たに設定しました。これまでは困難であったグループ学習のような講習会スタイルも可能で、さらに、ディレクター主催PUSHコースは認定インストラクターであれば開催が可能となりました。心肺蘇生の裾野を広げる地道な活動の継続にはディレクター主催コースは有意義と考えています。

以上、簡単に今後のコース開催について述べました。協会としては多彩なコースを提供することで、できるだけ多くの受講生のニーズに応え、心肺蘇生の継続的普及に勤めたいと考えています。引き続き、会員皆様方のご協力、ご支援を切に期待しております。

【2009年度の講習会年間予定】

- 市民 A、B コース……………年間 40 回
- 指導者養成コース……………年間 6 回
- PUSH(一般)……………年間 24 回
- PUSH 指導者養成コース……………年間 12 回
- AHA BLS コース……………年間 10 回
- AHA ACLS コース……………年間 10 回

※PUSH講習会高校開催分については、府教育委員会と調整中。



コース設定運営委員会からの報告

小林 正直(大阪医科大学 救急医学教室)

本委員会の主な仕事は ①コース要件、インストラクター・ディレクター要件の決定・改訂、②コース開催運営上の問題点の改善、③器材の円滑管理、などです。

①については協会発足当時、千里救命救急センターの寺田先生がコースの質を維持する目的で「Quality Management Strategy」として、基盤を作られました。改訂を重ね、現在は「コース設定、スタッフ要件」と名称変更しました。また、最近ではディレクターが独自にコースを開催できるシステム「認定制度」を策定しました。コース開催を頼まれたけど、金銭的に厳しいとか、少人数すぎるなどの理由で、協会に開催を依頼できない場合に本制度を御利用いただければ幸いです。

②については、例えば「○○コースでは、コース開始時間になるまで、依頼者が別のプログラムを予定していて、コースの準備ができず困った」など、テーマは無限に存在します。広く皆様からの御意見を集約する場でもあります。委員でない方でもオブザーバ参加できますので、本委員会委員長まで、御一報下さい。

③の課題も多数あります。例えば、粘着性が低下したパッドは当協会では AED パッドシート[®]を貼り足しして使用していますが、AED トレーナーが 6 種類あれば、AED パッドシート[®]も 6 種類必要です。これを解決する方法として、協会オリジナルの単一パッドを作成しました。AED パッドシート[®]は 1 種類ですみますし、1 枚のシートから 4 枚切り出しできますので経済的です。

また現在、1 つのコンテナボックスに 1 ブース分の器材をまとめて収納する管理方法を検討しています。多少コンテナボックスの数は増えるかもしれませんが、一人のインストラクターが責任を持って、ブースの器材を管理することによって、事務局あるいは委員会の器材点検の労力を節減しようというものです。この方式になれば、収納がいい加減であったり、粘着性が低下したパッドを放置しているインストラクターは誰なのかも明確になります。こういう人には指導を入れることもできるようになります。インストラクターの質向上にも繋がるものと期待しております。



AHA コースからの報告

吉田雅代(よしたレディースクリニック)

AHA=アメリカ心臓協会は、1924 年設立の、心臓疾患と脳卒中の予防・治療に取り組む世界で有数の学術団体で、世界蘇生協議会(ILCOR)のメンバーとして、世界の心肺蘇生法の指針作成にリーダーシップをとってきました。AHA の心肺蘇生講習の本部はテキサス州ダラスにあり、アメリカ国内ではトレーニングセンター(TC)と呼ばれる組織が、国外では国際トレーニングセンター(ITC)と呼ばれる組織が公式コースを実施しています。TC や ITC は AHA の支部ではなく、多くは心肺蘇生法の普及団体が、AHA と契約して AHA 公式コースを開催する権利を得たものです。

アメリカでは、ある一定の人数が集まる場所、職場には、心肺蘇生(CPR)と応急処置(FA)を習得した人員の配置が法律で義務付けられています。これらの人々や病院、学校での勤務者は、2 年に 1 回、CPR 講習と FA 講習を受講し、証明書[カード]を取得する必要があります(失効すれば職を失います)。従って、日本とは桁違いの需要があり、心肺蘇生講習業が産業として成立しえます。アメリカ国内では、AHA の TC は 3000 あまりといわれていますが、AHA 以外にも MFA(メディカルファーストエイド)、アメリカ赤十字などの有力な心肺蘇生講習提供団体があり AHA のライバルとなっています。(心肺蘇生法普及団体は、AHA、MFA、アメリカ赤十字と複数契約し、それぞれのコースを並行して実施していることが多い。)このため、AHA は多くの TC に公式コース開催の権利を与え、講習で得た利益は TC のものとして、お互いに競合させることで、AHA コースを普及させています。

日本には国際トレーニングセンター(ITC)が、現時点で 6 つあります。そのうちのひとつが、AHA 日本蘇生協議会国際トレーニングセンター(JRC ITC)で、大阪ライフサポート協会はその活動拠点となりました。日本蘇生協議会(JRC)は、ILCOR のメンバーであるアジア蘇生協議会に所属し、2003 年に国内で最初に AHA と国際トレーニングセンター契約を結びました。しかし、当時は、日本 ACLS 協会に、AHA コースを委託して実施することとしたため、以降、日本 ACLS 協会が日本の AHA 講習をほぼ独壇場で進めてきました。日本 ACLS 協会は全国に展開し、日本の事情にあわせて講習を行いインストラクターを養成するために、さまざまな内部規則を作成していましたが、AHA 日本支部と名乗っていたこともあり、これらが AHA 自体の規則であるという誤解を生んでいま

た。最近では、AHA コースのプログラム運営マニュアル(PAM)も日本語化され、AHA の日本語サイトもでき、この誤解も解けてきています。その後、2005 年に日本 ACLS 協会が ITC となり、JRC も 2006 年より、独自の AHA 国際トレーニングセンターを開設し現在に至っています。

このように日本にはいくつかの ITC があり、どこの ITC で受講しても AHA 講習に違いはありません。おそらく受講者側からは、ITC がいくつかあることも、その方針が違うこともわからないでしょう。しかし、インストラクターは、どれかひとつの ITC に所属しなければなりません(移籍は自由です)。厳密には、インストラクターコースの受講はどこの ITC でもよく、インストラクターになるためのチェックであるモニター(実際の講習で ITC のファカルティにインストラクションをやって見せて合格をもらうこと)は、将来、所属を希望する ITC で受けなくてはなりません。モニターはインストラクターコース後 6 ヶ月以内に終了する決まりとなっていますが、モニター期間はそれを受ける個人や活動拠点によってさまざまです。

モニター終了後インストラクターとなりますが、すぐに一人前と認められることはありません。JRC ITC の活動拠点では、経験回数 8~10 回目までは無報酬もしくは交通費でコースに参加して、ファカルティの下でインストラクションを学ぶことになっています。JRC ITC の内部規則では経験回数 8 回をこえ、コース運営(知識・技能・運営能力を含めて)が可能であると認められれば、コースディレクターに推薦してもらうことができ、それを他のファカルティたちが承認するとコースディレクターとしてコース開催を行なえるようになります。しかしながら、現実的には 8 回でなるケースはほとんどなく、15.6 回~30 回以上でコースディレクターになっているようです(経験回数が多くてもなれない場合もあります)。

このような事情ですので、大阪ライフサポート協会の AHA 担当インストラクターは、現時点では、BLS モニターは全員終了、ACLS については、7 月コースで全員が終了しましたが、BLS、ACLS とともに、まだ初心者インストラクターの状態ですので、今後とも JRC ITC 事務局のファカルティの参加が必要です。

正直なところ、われわれも、インストラクターコースが終了すればインストラクターで、2、3 回経験すれば AHA コースを主宰できると思っていました。しかし、それは大きな勘違いで、一同気を取り直して、JRC ITC 事務局より派遣された外部ファカルティのもと、修行にいそしんでおります。まずは、JRC ITC のファカル

ティから、それぞれが一人前のインストラクターと認めていただき、外部ファカルティの派遣なしでの AHA コース開催許可をもらい、真に協会主催といえるコースを実施できるよう努力してまいります。

また、AHA はアメリカ国内で市民向けの安価な講習(Family & Friends CPR, Family & Friends First Aid for Children など)も手がけており、インストラクターには市民むけのボランティアコースに参加すること、地域の心肺蘇生普及活動に協力することを求めています。ですから、AHA のこういった方針は、大阪ライフサポート協会の活動とも矛盾しないといえます。

AHA コースが、大阪ライフサポート協会の講習のひとつとして安定運営されますように、皆様のお近くに、AHA コースに興味をお持ちの方がいらっしゃればご案内いただければ幸いです。



(2009年5月16日 22:30 第2回コース終了時)

♪ 今後の AHA コース予定 ♪

| 日程 | コース | 開催場所 |
|-------------------|-------------|-----------|
| 8月15日 | BLS | 神鋼病院 |
| 9月6日 | BLS | 愛仁会看護専門学校 |
| 10月3日 3日 4日 | BLS ACLS | 西神戸医療センター |
| 11月21日 21日 22日 | BLS ACLS | 住友病院 |

*お申し込み、詳細は大阪ライフサポート協会ホームページをご参照下さい。



「心臓突然死は救える命です。そしてそれは決して他人事ではありません」と伝え続けながら、まさか私自身がAEDのボタンを押し救命の現場に立ち会うことになるうとは思っていませんでした。

今年の、2月23日、数日前から体調のすぐれなかった91歳の私の父は、かかりつけのクリニックで診察を受けた後、クリニックの前で家族の車に乗り込んだところで心停止となりました。急を聞いて駆け付けた医師の指示で私の姉が胸骨圧迫をはじめ、医師がマスクを使って酸素を送り始めました。会社で仕事だった私達夫婦も、父が急変したという知らせを聞いてクリニックの前へ駆けつけ(会社からクリニックまでは約200mの距離です)私が姉と交代して胸骨圧迫を行い、間もなくして到着したAEDで除細動を行いました。1回目のショックの後、数回の胸骨圧迫で心拍が戻った事を医師が確認しました。しかし、父の意識は回復せず、その後到着した救急車で急性期病院へ搬送されました。

| | |
|-------|-----------------------------------|
| AM | |
| 11:03 | 父の急変を感じ呼びかけるが反応なし。医師を呼びにクリニックへ戻る |
| 11:04 | クリニックの医師が意識の確認を行う 119番通報を指示 |
| 11:05 | 気道確保、胸骨圧迫を始める、AEDを取りに行く(クリニック事務員) |
| 11:06 | 胸骨圧迫を交代・BVMで酸素を送り始める |
| 11:07 | 私が現場へ到着、胸骨圧迫を交代 |
| 11:08 | AED到着 一回目の除細動 直ちに胸骨圧迫を行う |
| 11:09 | 医師により心拍が戻った事を確認 |
| 11:10 | 救急車到着 |

後日私は、クリニックの医師や看護師に会い、その時の時間の流れをまとめてみました。

時系列を作成しながら、同時に私自身の行動を振り返ってみました。

- AEDが到着し蓋をあけた後、日本光電のAEDにもかかわらず、電源ボタンを探した。
- 自分がAEDのパッドを装着している間、胸骨圧迫の交代を頼まなかった。
胸骨圧迫が止まってしまった。
- 通電ボタンを押すタイミングを逃した。
離れて下さいと声をかけた後も体に触れている人がいたので、一度目の音声でショックボタンを押すことができなかった。すぐに二回目の音声の流れ、ショックボタンを押す。
周りにいる人達に離れてもらうことを徹底することはとても大切なことだと実感した。講習のように一度声をかけただけで、皆が離れてくれるとは限らない。
- AEDパッドの粘着力の強さに驚いた。
体にパッドを貼った後も「パッドを装着して下さい」という音声が出たのでパッドをもう一度押さえ直す。

現場では落ち着いて対処したつもりでした。しかし、上のような反省点もあり、実際の救命の現場と、講習とは違うものだという事を実感しました。そうであるからこそ、誰もが一度は救命講習を受講しておかなくてはならないと思いました。



(胸骨圧迫を行うために倒された車の座席)

そして、そこで学ばないといけない、救命の現場で最も必要な事は「胸を強く押す」事と「落ちついてAEDのボタンを押すこと」だと思いました。

私は以前から、実際の救命の場面では、家族はもちろん救助者や現場に居合わせた人にも、何らかのストレスが生じるのではないかと考えておりました。実際、父の胸を押し続けている時の恐怖にも似た不安な気持ちは、言葉にすることができません。病院に運ばれた時点では「もう意識は戻らないと思って下さい」と言われ、たくさんの管と機械に囲まれ、胸が大きく波打つ父の姿を見た時には、「本当にあの時AEDをかけて良かったのだろうか・・・」と重い気持ちになりました。元気になって「生きていてよかったよ」と笑ってくれる日が来なければ、私はずっと後悔をするのではないかと思いました。



(蘇生に用いられたAEDの今の写真)

その後、3月4日のセミナーで「救助者の精神的ストレス」について講演された、明石Drの「心肺蘇生の成功とはその人の生死のみで評価されることではない。救助者にとって心肺蘇生の成功とは、行動を起こして努力した対応をしたということが成功である。」という言葉が強く心に残りました。「命を繋げたい」と思う気持ちで行う救命行為には、成功や失敗という言葉はないのです。

それでも救助者は、気持ちが沈んだり、眠れなくなったり、罪の意識を感じたりするかもしれません。そのことを考えずに「バイスタンダーになって命を救って下さい」とだけ伝えるのはいけないのだと思いました。今はまだ、救命のほとんどが成功しないことを伝えれば、みんな一歩引いてしまうかもしれません。しかし、それでも命を明日につなげるためには、「勇気を持って一歩踏み出してほしい」ということを話し続けようと思っています。

心停止から5か月半がたった現在、父は退院し社会復帰をいたしました。脳へのダメージも後遺症も全くなく、倒れる前以上に元気になっております。

急性期病院の医師も、父の奇跡的な回復に「早い時期からのCPRが功を奏したのでしょう」と言っていました。それは私たち家族にとっては、とても嬉しい言葉でした。

そして、私にとって何より嬉しかったのは、「生きていて良かったよ」と言ってくれた父の言葉でした。たくさんの方々のそんな言葉が聞けることを願い、今後も活動が続けていきたいと思っています。



(お元気になられたお父様)



PUSH講習会の普及と臨床研究

PUSHプロジェクト委員 臨床研究担当
京都大学大学院 医学研究科 予防医療学分野
西山 知佳

こんにちは、PUSHプロジェクト委員、臨床研究担当の西山知佳です。

早速ですが、臨床研究と言われても、「一体何を、何のためにやっているんだろう？」と思われる方もおられると思います。そこで、このプロジェクトで臨床研究を行う意義とその具体的内容についてお話したいと思います。

1. 「臨床研究」ってなぜ行うの??



臨床研究と聞くと「固い」、「難しい」、「実験」、「何をやっているのかよくわからないなあ」と言ったイメージをもたれる方もおられるかもしれませんが。(昔、私もこんなイメージを持っていました。笑。)

現在、大阪ライブサポート協会では、会員の皆様がそれぞれの休日やお仕事明けの貴重なお時間を割いて頂き心肺蘇生法普及にご協力頂いていることで、年間5,000人以上の一般市民の方へ講習会を提供できております。しかし、皆様が指導して頂いた一般市民の方が、どの程度、心肺停止の現場で心臓マッサージや人工呼吸を行えているのでしょうか？心肺蘇生法講習会は、どのように、どのぐらい救命に貢献しているのでしょうか？

大阪府の現在のbystander CPR実施割合は、36%であり、年々増加傾向ではありますが、それでも残り約2/3の方々は救急隊が来られるまで何も救命処置が行われていないのが現状です。会員の皆様が一生懸命、心肺蘇生法の普及に取り組んで下さっているのに、なぜでしょうか？

心肺蘇生法講習会をただ闇雲に行うだけではなく、現状にあるこれらの問題点を明らかにして、皆様にご協力頂き心肺蘇生法を普及していることが、どの程度救急の現場に還元できているのかを検証し、より効果的な心肺蘇生法の普及を行えるようにすることが「臨床研究」を行う意義です。

2. PUSHプロジェクトで行っている臨床研究
今回、PUSHプロジェクトの事業の中では、2つの臨床研究を行っています。

その1

PUSH講習会の有効性の検証

目的：PUSH講習会（1人1体のトレーニング人形を用いた胸骨圧迫のみ講習会（45分）と従来通りの講習会（人工呼吸付き講習会（180分））



では、どちらが正確な胸骨圧迫を実施できるようになり、長期間その手技を維持できるかを検証しています。さらに、どちらの講習会のほうが救命意識を高めることができるかも同時に検証しています。

その2

PUSH講習会普及効果に関する地域介入研究

目的：茨木市をモデルとして、PUSHプロジェクトの目標である「2年間で地域住民の10%にPUSH講習会を実施し」、bystander CPR実施割合や救命率が向上するかを検証しています。



習会を実施し」、bystander CPR実施割合や救命率が向上するかを検証しています。

小中学生／企業に勤める人／地域住民が対象

茨木市の人口は28万人。毎年、人口の5%にあたる14,000人にPUSH講習会を行うために、茨木市消防本部と月に1回のペースでミーティングを行い、行政レベルでの受講生集めの相談、実施方法などを検討しながら実施しています。

意義：病院外心停止症例を集計している「ウツタイン大阪プロジェクト」のデータを用いることで、PUSH講習会を実施し、その効果（救命率向上）を評価することができるのは世界でも大阪府のみで、大変貴重な取り組みです。

3. PUSH講習会管理システム

PUSHプロジェクトでは、2年毎に、人口の10%に対して、PUSH講習会を実施することを目標にしています。まずは大阪を中心に行っていますが、いずれはPUSH講習会が日本全国に普及していくことを願っています。そこで、講習会を受講した方の年齢と性別を調査し、どのような地域住民の10%に講習会が普及しているのかを検証することになっています。そのために今回、講習会をweb登録し、受講生の性別と年齢を登録する「PUSH講習会管理システム」を開発しましたのでここで紹介させていただきます。

1. PUSH講習会管理システムへのアクセス

PUSHプロジェクトのメインページ

(<http://osakalifesupport.jp/push/index.html>)にある「PUSH講習会」をクリックし、画面下方にある「PUSHインストラクターの登録はこちらから」をPUSHして下さい。(7月下旬にOPENの予定です。)



(ログイン画面)

2. PUSH講習会管理システムでできること

PUSHインストラクターに登録をいただくと下記のようなことができます。

*受講生の年齢と性別の登録(受講生の氏名等の個人情報は一切不要です)のご協力をよろしくお願いいたします。

- その1: PUSH講習会受講証の発行
- その2: PUSHインストラクター同士の意見交換
- その3: PUSH講習会実施状況
- その4: 各種資料のダウンロード
- その5: 全国で行われているPUSH講習会の検索とPUSHインストラクター検索

その1! 受講証の発行

PUSH講習会を開催する時、講習会の日時、場所を登録し、受講生の名前を入力していただく(受講生の名前は、一定期間経つと自動的にサーバーから情報が削除されるようにしました。)、下記のような受講証を作成していただけます。



(表面)



(裏面)

その2! 意見交換の部屋

ここではPUSHインストラクター同士、講習会に関することでしたら何でも自由に意見交換していただけます。

その3! PUSHあれこれランキング!

「今月最もPUSH講習会を行ったインストラクターTOP 5!」「現在のPUSH講習会受講のべ人数」など統計情報を自由に閲覧していただけます。

その4! 各種資料のダウンロード

PUSH講習会の指導法のコツなどの資料を自由に、ダウンロードしていただけます。

その5! PUSH講習会・インストラクター検索

「今日はどこでPUSH講習会がおこなわれているのかしら?」という疑問に素早く対応します。

PUSH講習会管理システムが完成しました際には、詳細な「手順書」を作成し、web上で配布する予定をしています。

皆様、PUSHインストラクターに登録し、PUSH講習会の普及をし、その情報を登録してください。



みなさん、はじめまして！阪大病院救命センター看護師の呉(オウ)といいます。今回は、9月に開催するイベントについて、紹介させていただきます。

『胸を PUSH』『AED を PUSH』『自分自身を PUSH』をコンセプトにした PUSH プロジェクトが発足して約1年になります。NPO 法人大阪ライフサポート協会では、一般市民の方々に心肺蘇生講習会を提供するとともに、更なる心肺蘇生の普及を目的として、様々なイベントを実施し、本年3月には(株)ミズノ本社で約150名に対して PUSH 講習会を実施するなど活動を広げつつあります。全国的にも、報道などにより、救急搬送の現状や、居合わせた人の心肺蘇生(バイスタンダー CPR)の重要性が報告され、心肺蘇生は多くの人々に注目されるようになってきました。東京マラソンで急性心筋梗塞により心肺停止状態に陥り、その後 AED により助かった芸能人のニュースは記憶に新しいところですが、しかしながら、まだまだ、消防や救急活動を身近に体験し学ぶ機会も多くはありません。

人工呼吸を含めた従来の心肺蘇生法は、心肺蘇生に不慣れた市民が習熟するためには時間がかかり、簡単に学ぶことが難しいのが現状です。また、近年の研究で人工呼吸がなくても胸骨圧迫のみで従来の心肺蘇生と同じ効果が得られることが明らかになりつつあります。そこで我々は、胸骨圧迫+AED 使用法の「だれでもできる」簡易心肺蘇生法の普及を目的とした PUSH プロジェクトを立ち上げ、今までよりも簡単に心肺蘇生法を習得でき、より多くの人々に心肺蘇生を実施してもらえるよう取り組んでいるところです。

今回、PUSH プロジェクトの一環として、いのちの大切さを説き、同時に PUSH 講習会を開催するイベントを企画しました。現段階での計画をお知らせしますので、是非とも周囲の方々にご紹介いただきたいと思います。



(あっぱくんを使った救命講習)

| | |
|------|--------------------------------|
| 日程 | 2009年9月20日(日) 12:00～ |
| 場所 | 大阪 ATC ホール (南港) |
| 主催 | 大阪ライフサポート協会 |
| 特別協賛 | 株式会社フィリップスエレクトロニクスジャパン |
| 後援 | (予定) 大阪府、大阪市、各教育委員会など |
| 内容 | 救急ならびに、防災に関する展示を加えた大規模心肺蘇生イベント |

イベント内容としては、大きくは三部制とし、第一部は、小児と成人の心停止に対する AED の必要性とその重要性について、これまで多くの心肺蘇生や AED の教育や普及に取り組んでこられた方々に講演していただき、命の大切さを伝えたいと考えています。

第二部では、PUSH プロジェクトの紹介と PUSH 講習会を開催します。この度開発された CPR トレーニングボックス(通称:あっぱくん)を使用し、今回は事前に公募し、申し込みをした方約 300 人を対象にして、講習会を開催することを考えています。

第三部では学校教職員のために PUSH 講習会の開き方講座を実施します。いのちの教育の重要性と今までに行われた PUSH 講習会の開催者の生の声による事例紹介・具体的な開催方法について講習を行う予定です。

以上のように三部制となっていますが、これ以外に常時 AED の使用方法を受講できるブースを設置し、下表のように ATC ホールに隣接した屋外にも楽しみながら防災体験をしてもらえるような企画を計画しています。

| 大阪市消防局による展示内容(案) |
|---------------------------------|
| ・はしご車や救急車などの展示 |
| ・起震車で地震体験 |
| ・来場した子供たちが実際に乗って写真撮影できるミニ消防車の展示 |
| ・子供用防火服を着て職業体験さながらの写真撮影など |

9月の連休中の開催となりますが、お誘い合わせの上参加下さることを期待しています。また、未定の部分は決定次第、随時協会ホームページなどで紹介いたしますので、時間・プログラムなどをご確認いただければ幸いです。



九九を覚えるように胸骨圧迫を

帝塚山学院小学校

阿野 千里



九九を覚えていない日本人は、ほとんどいません。誰もが、当たり前前に知っていて、誰もが、簡単に「二二が四、二三が六」と唱える事が出来ます。

九九の指導は小学校2年生。日本人はみんな、2年生の夏休みごろから、一生懸命に九九を覚えるのです。

クラス全員がマスターするのに、だいたい半年かかります。小学校の先生にとって、2年生の九九の指導はとても大変です。私も九九を教える時は、九九ががんばりカードを作ったり、キラキラががんばり賞を作ったりして、苦しい課題をなんとかクリアさせるために必死に工夫をします。あまりに長く苦しい道のりだった分、全部覚えきった時の子ども達の喜びは相当なもので、その顔は、まぶしいくらいに輝きます。

これほど大変な指導なのに、九九を教えるのをやめましょう。もう大変だから、小学校2年生で覚えさせるのはやめて、もっと大きくなってからにしましょうと言い出す人がいないのは、どうしてでしょう。

それは、国民の全てが、九九を覚えることの大切さと重要性を認識していることと、2年生の子ども達は、覚えが速く、一度覚えた事は、一生忘れないことと、また、九九のリズムが、意外に面白く、友達同士や親子で一緒に唱えるのが楽しいこと等が挙げられると思います。

では、もしも、九九を小学校で一切指導しなかったとしたら、どうなるでしょう。

九九を教えてくれるのは、限られた一部の講習会で、講習を受けている人は、ほとんどが40歳以上の大人。しかも講習会には、お金がかかるとしたら、どれだけの日本人に定着するでしょうか。九九を全部マスターした時に、キラキラの受講証をもらえると、どれほどの大人が、やる気を燃やし、まぶしいほどの笑顔で受け取ってくれるでしょうか。

私は、日本の救命率が上がらないのも、倒れた人が、救急車が到着するまで、何の処置もされずに、放置されるのも、日本の教育に問題があると思っています。現在の消防やボランティア団体の講習会だけでは、どうしても、限界があるのです。

心肺蘇生法を覚えることは、九九を覚えるのと同じくらい大切なことです。いえ、九九を覚える以上に、命の尊さを伝えるという点において、ずっとずっと大切と

だと言っても過言ではないでしょう。

小学校で、九九を覚えるように胸骨圧迫の方法を指導すれば、日本の救命率は、必ず上がります。

バイスタンダーとして、いつ、誰が、どこで、傷病者に遭遇するか、分からないのですから、国民全員に心肺蘇生法の技術を習得させ、国民全員に定着させなければ意味がありません。

日本の救命率をあげて、寝たきりになる人がなくなり、助かる命を当たり前前に助けることの出来る安全で安心な社会を作るには、やはり、小学校の低学年から、九九を覚えるように心肺蘇生法を指導する必要があると思います。

小学生に、今すぐ、心停止の人を助けろと言っているわけではありません。素直で純粋で、なんでも吸収できるこの時期に、命の尊さに気付かせて、意識させて、正しい心肺蘇生法の基礎基本を習得させることは、全ての大人が、当たり前前に心肺蘇生法を身につける課程の中で、とても重要なことです。

2年生の時に覚えた九九が、かけ算や割り算、難しい方程式の基礎となり、やがて、社会生活でも必要となるように、小学校で学んだ心肺蘇生法が、中学や高校でも、より詳しく充実した内容で反復練習され、社会に出た時に、助かる命をちゃんと守ることが出来たら、それでいいのではないのでしょうか。

大阪ライフサポート協会の理事として、PUSHプロジェクトの委員として、学校への心肺蘇生法の授業展開について、提案する機会を与えていただいていることを、私はとても光栄に思っております。

助けることの出来なかった多くの命の為にも、私たちの取り組みが、文科省や教育委員会に認められ、本格的に学校教育に取り入れられることを、切に願っています。

そのために、指導案作成や授業展開例、教材開発等に、母として、教師として、インストラクターとして、できる限りの事をさせていただこうと思っています。みなさん、これからも、ご指導、ご協力をよろしくお願いいたします。



事務局からのご連絡

【会報発行遅れのお詫び】事務局のメンバー交代等により、6月に予定していました第4号の発行が大幅に遅れました。ご寄稿者は勿論のこと、会員の皆様にも深くお詫びを申し上げます。

■7月28日現在の会員状況：会員種別の切り替えにともなう現在の状況は次のとおりです。

・正会員149名、賛助会員(個人)58名、(法人)14団体、特別会員1団体

(引き続き、会員の拡大、会費ご入金についてご協力をお願いします)

- ・認定ディレクター：44名
- ・認定インストラクター：130名
- ・ブレインストラクター：16名
- ・アシスタントインストラクター：10名

■「認定インストラクター証」について：これまでの更新等のご案内が不十分であったため、現在、その整備を図っています。該当の方は事務局までお問い合わせください。

■メイリングリストの更新：メイリングリストを下記に整備・更新していますのでお知らせします。

(@以下は、yahogroups.jp)

- ・会員 osakalsa_r_2009@
- ・ディレクター osakalsa_dir_2009@
- ・インストラクター osakalsa_r_inst_2009@
- ・ブレインストラクター osakalsa_r_pre_2009@
- ・アシスタントインストラクター osakalsa_r_as_2009@

■ご寄付のお知らせ：4月以降のご寄付は次のとおりです。ご厚志に心より感謝を申し上げます。

- ・5月 長谷川多賀代様
- ・6月 国際ソロブチミスト協会様
- ・7月 ソーリン株式会社様

■「イベント」のお知らせ：本文でもご紹介のとおり、9月20日(日)12:00～17:00、ATC(アジア太平洋トレードセンター)において、「救急防災フェスタ～AEDを学ぼう～」を開催します。積極的なご参加をお願いします。

■AED講習会へのご協力をお願い：HP、個別メール等でご案内のとおり、8～9月は講習会の最盛期です。ディレクター、インストラクターの皆様には、奮ってご協力をいただきますようお願いいたします。

■事務局体制について：新メンバー6人(非常勤、10時～17時勤務)は次のとおりです。協会の趣旨に賛同して参加しました。馴れるまでご迷惑をおかけすることと思っておりますが、よろしくお願いいたします。

(事務局担当 安宅啓二、事務局長 石見拓)

- ・①松本耕司(事務局次長)、②田中裕美(講習会)、③村上あい(会員、総会・理事会、講習会、イベント)、④末永伴子(総務、契約、経理、あっぱくん)、⑤彼末(かのすえ)夕紀(HP、パソコン、AEDマップ)、⑥熊本悦子(会報、AHA)

・なお、事務局の夏季休業は8月13日～18日を予定していますので、よろしくお願い致します。

■「CPR training BOX (通称“あっぱくん”)」を8月1日より発売

当協会では8月1日より「CPR training BOX」を発売し、主に教育機関等を対象に普及を図ってまいります。価格は2,625円(税込)、1セット20個以上を基本に販売しますが、協会主催の「PUSHコース」受講者には、1個からでも販売します。広く周知ご協力をいただければ幸いです。

監修：石見 拓 (国際心肺蘇生センター) | 開発監修：藤原 隆

シーピーアール(心肺蘇生)トレーニングボックス

PUSH PROJECT CPR Training Box

誰にでもできる心肺蘇生
“CALLandPUSH”を学ぼう

- 収納しやすい軽量のボックスタイプ
- 組立不要、箱に入れたままトレーニング可能
- 内容がしっかりできているが目で知らせる
- 庄造の機能か選べる2タイプ

2009年
8月1日
発売開始

小売希望価格(税込)
¥2,625



《発行・編集》

NPO法人 大阪ライフサポート協会 事務局

〒533-0033 大阪市東淀川区東中島1-17-5 ス튜디오オ新大阪416号

TEL 06-6370-5883 (平日10:00～17:00) FAX 06-6370-5884

WEB <http://osakalifesupport.jp/>