

Rotary Club of Satte Chuo

2025-2026年度R I メッセージ

よいことのために手をとらあおう



**UNITE
FOR
GOOD**

会長 八木 泰典 事務所：埼玉県幸手市南2-6-20 G-Five内
幹事 小林 達郎 〒340-0156 TEL&FAX 0480-44-0056
例会日：火曜日19：30～20：30 例会場：G-Five 1階会議室

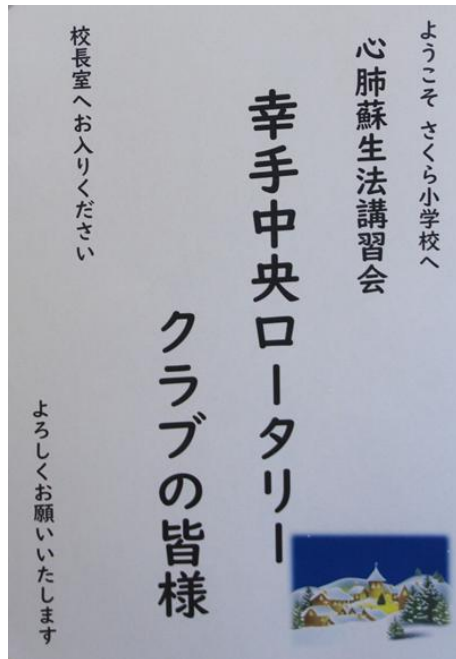
国際ロータリー会長

フランチェスコ・アレツォ氏

第2770地区 ガバナー 2025年11月17日 月曜日

熊木 雄太郎氏(戸田RC) 第1225回例会 No.15

[移動例会場] 幸手市立さくら小学校体育館



ロータリークラブは、人や環境に優しくして、世の中に貢献しようと活動している団体です。ロータリークラブでは、あらゆる職業の人々が、それぞれの得意な力を合わせて活動しています。今日の心肺蘇生の授業には、獣医さんやお医者さんといった命に携わるお仕事をしている方々が来ています。私も、みなさんと一緒に、しっかり学んでおきたいと思います。

それから、ボランティア委員会さんが中心となって集めていただいたペットボトルキャップは、怖い病気を防ぐワクチンとなります。さくら小学校のみなさんの活動に敬意を表します。

いつかどこかでロータリークラブという名前を聞いたら、今日のことを思い出してください。

では、授業に入りましょう。

[会長挨拶] 八木 泰典会長
幸手市立さくら小学校の みなさん、こんにちは。
この時間の授業を担当する幸手中央ロータリークラブです。私は会長の八木と申します。



授業の前に少しだけ、私たちの自己紹介をしておきたいと思います。

みなさんは、ロータリークラブという名前を聞いたことはありますか？ありませんよね。

世界中にはたくさんのロータリークラブがあります。世界から見ればほんの小さなこの幸手市にも2つのロータリークラブがあります。その一つが、私たち幸手中央ロータリークラブです。

[本日の例会] 小学5年生対象
AED(心肺蘇生法)体験学習会





内容;

1、DVD 視聴「命をつなぐボタン」

命に関わるような大きな状況が発生したときに、どのような行動を取ればとればいいのかを学ぶ。



救急車が来るまでの間に自分たちでできることを実践しようとする気持ちを育てる。



※心肺蘇生の手順説明

- ・声をかけたり肩を叩いたりして、なにかしらの「応答」や「しぐさ」の有無を確認します。
- ・反応がない場合や反応があるかどうか迷った場合は大きな声で協力者を求め、119 番通報と AED(自動体
- ・胸と腹部の動きを見て、呼吸を確認します。
- ・呼吸がない、あるいは死線期呼吸(しゃくりあげるような不規則の呼吸)の場合は、「心停止」とみなし、ただちに胸骨圧迫(心臓マッサージ)を開始します。

胸骨圧迫は、強く(約 5cm。乳児・小児に対しては胸の厚さの 1/3)、速く(100-120 回/分)、絶え間なく(中断は最小限に)行います。(人工呼吸の訓練を受けていて、行う技術と意思がある場合は、胸骨圧迫 30 回と人工呼吸 2 回を 1 セットとして交互に繰り返します。)

・AED が到着したら、電源を入れて電極パッドを貼り、音声ガイドに従います。電気ショックの指示が出たら、周囲の人に離れるよう指示を出してから、除細動ボタン(ショックボタン)を押します。



2、実習 あっぱ君で心臓マッサージ練習

2 人グループで行う

1 分間 100~120 回

[あっぱくん]



※胸骨圧迫練習

これを使って胸骨圧迫の練習をします。しっかり押せると音が出ます。この音を1分間100~120回のテンポで規則正しく出せることが大切です。この作業は一人では無理なので二人で交代しながら行う。



※胸骨圧迫を行う際は、手の位置や姿勢が非常に重要です。正しい姿勢で行うことで、効果的な圧迫が可能になります。



手の組み方: 手のひらの付け根を重ねて組みます。利き腕を上にするのが一般的ですが、どちらでも構いません。

手の位置: 胸骨の下半分に手の付け根を置き、手のひら全体は浮かせるようにします。これにより、肋骨の損傷を防ぎます。



姿勢のポイント

肩の位置: 手の付け根の上に肩が来るようにし、肘を伸ばしてまっすぐ垂直に押します。これにより、圧迫が深くなりやすくなります。



※現在の救急車の到着までに平均およそ9分かかるとされていますが、人間の脳は酸素が無くなってから3-4分で死に至ります。救急車を待つ間に一刻も早く心肺蘇生法を行うことが、救命率を大きく左右することとなります。



[出席報告]

	会員数	出席免除	出席者数	MU	出席者数計	出席率
本日の例会	13	3	10	0	10	100.00%
前回の例会	13	3	10	0	10	100.00%
前々回の例会	13	3	8	0	8	80.00%



例会の出席は、ロータリアンに課せられた最低の責任です。欠席の連絡は、必ずお願い致します。

クラブ事務所 TEL&Fax 0480-44-0056

公共イメージ委員会