



いのちを守る教育推進プラン 千葉市を日本のシアトルに!

千葉市医師会

協力 千葉市消防局・千葉市教育委員会



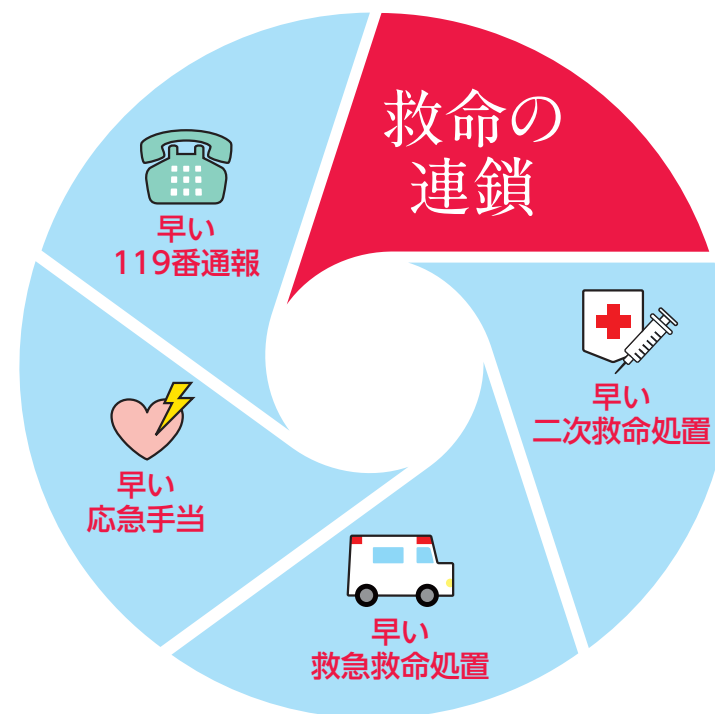
1 背景と目的 千葉市を日本のシアトルに！

心停止からの救命率^{※1}は、ほとんどの大都市では10%以下ですが、シアトルでは何と40%前後です。心停止の場所で、人の生死が決まって良いのでしょうか？

そこで「千葉市を日本のシアトルに!!」と言う千葉市医師会活動を2010年12月より開始しました。

心肺停止から10分以上経過すると、ほとんどの命は助かりません。救急車到着平均時間は約8分ですから、救急車が到着する前にバイスタンダー^{※2}CPR^{※3}を行ったほうが救命率が高くなります。【誰がではなく、誰でもいいから、いかに素早くバイスタンダーCPRをするか】という救命の連鎖^{※4}が重要であり、シアトル市民の【倒れている人を助けようという意識の高さ】と市民の半数以上が救命講習受講者であることが救命率の高い理由です。

「救命率の向上」を目指すためには、ライフサイクルのより早い段階からのバイスタンダーの養成が不可欠です。シアトル市では1970年代後半から、市内の公立中学校の中学1年生に対しての「救命講習」を学校の授業プログラムの必須科目として実施していった結果が現在のバイスタンダーの養成の大きな力となっています。



※1 救命率 …………… 心臓疾患が原因で心肺停止となった人を、一般市民が目撃してから1カ月以上、生存した症例の率。

※2 バイスタンダー …… bystander. 救急現場に居合わせた人。

※3 CPR(cardiopulmonary resuscitation) ……… 心肺蘇生

※4 救命の連鎖 ……… 「早い119番通報・早い心肺蘇生・早い除細動・二次救命処置」

2 「いのちを守る教育推進プラン」

「いのちを守る教育推進プラン」

平成23年度に、小5・中2・高1を対象とした「いのちを守る教育推進プラン」のモデル事業が開始されました。実施校を拡充していくことにより、ライフサイクルのより早い段階で3回以上の救命講習を受ける環境を整えます。

指導用DVD教材の製作及び指導者の育成

専門医監修のもと指導用DVDを作成し、平成24年度以降、全ての千葉市立学校で指導可能にします。また、研修会・講習会を開催し、指導者の育成も行います。



※ 写真はイメージとなります

千葉市がシアトルになると?

- 市民が暮らしたい町になる。
- 貴重な人的資源の喪失が減少する。
- 千葉市の経済的市場価値が高まる。
- 死を考えることで生が輝く、教育効果。
- 受け身の医療でなく、前向き医療を。

千葉市がシアトルになる為には?

- 市民の最低30%以上が、自信を持って質の高い救急蘇生を出来るようになることが必須。
- 最低30万人以上の方が3回以上救命講習を受ける。

市の人口^{*}は
963,750人

※2014年4月1日時点



小中高生徒が
知的好奇心に溢れ、
感受性豊かな時期に
教えるべきです



千葉市と医師会の連携で
千葉市を日本のシアトルに!



- 千葉市消防局は、年に何と約1万人以上に指導中です。
- このままでは30%の市民が3回救命講習を受けるのに90年かかります。そこで、「いのちを守る教育推進プラン」が開始されました。

- 小中高の授業で救急蘇生を受ければ、千葉市内の小中高で、年24000名集団指導できます。消防局と合わせて、合計34000名。何と、市民の30%達成は30年後になります。しかし、救急蘇生練習用のマネキンが足りません。

→ そこで、千葉市医師会が準備させて頂きました。

- 千葉市救急システムの維持。
- 学校における命を守る教育推進プランの支援活動。
- ICLS研修サイトの設立。
- 救急医研修会の常設。



一般市民の方で救命講習を習いたい方は、
是非、次ページの千葉市消防局WEB講習を申し込みましょう。

このたび消防局では、
「応急手当WEB講習」にアクセスしてe-ラーニングを修了し、
実技講習を受講した場合「普通救命講習修了証」を発行することとしました。

通常、普通救命講習は180分のカリキュラムですが、
e-ラーニングを受講し90分の実技講習を受けることで
普通救命講習と同等の修了証が発行されます。

是非、この機会にチャレンジしてみましよう！

消防局e-ラーニングのページはこちらです。

<http://kyukyu-chiba.jp/e-learning/>

応急手当WEB講習

千葉県消防局では「応急手当WEB講習」にアクセスしてe-ラーニングを修了し実技講習を受講した場合「普通救命講習修了証」を発行することとしました。通常、普通救命講習は180分の講義ですが、WEB講習を受講することで90分の講習でOK!となります。是非、この機会にチャレンジしてみましょう。



応急手当WEB講習

と

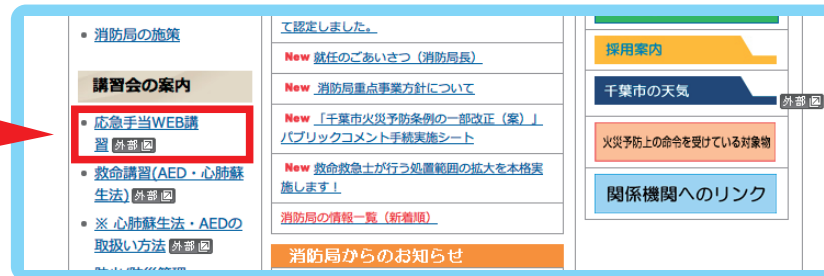
実技
(90分)

で

普通救命講習修了
(180分)

千葉県消防局ホームページの講習会の案内

「応急手当WEB講習」
をクリック



「パソコン版」「タブレットPC版」「スマートフォン版」のどちらかを選びe-ラーニングのスタートです。



応急処置の知識がある方であれば概ね30分から40分、未経験者ですと50分程度要します。パソコンであれば最後に「受講証明書」を印刷、スマートフォンであれば「受講証明書」を画面保存して、講習会場に持参して下さい。確認後に短時間講習(90分)を受講すると普通救命講習を受講したこととなり、修了証を発行します。



メディア掲載事例

2014年4月20日の千葉日報「ちばオピニオン」に掲載されました。

ちばオピニオン

千葉を日本のシアトルに

千葉市医師会理事

中村 真人氏

心停止からの救命率(※1)は、ほとんどの大都市では10%以下だが、米国のシアトルでは何と40%前後と極めて高い。

心停止を起こした場所での人の生死が決まっていいるのだろうか？

千葉市医師会では「千葉市を日本のシアトルに」という活動を、2010年12月から取り組んでいる。心肺停止から10分以上経過すると、ほとんどの命は助からない。救急車到着平均時間は約8



◇なかむら・まこと 1953年、長崎県生まれ。79年、千葉大学医学部を卒業し、同学部循環器内科入局。千葉社会保険病院循環器内科部長、運動療法部長などを経て、95

年なかむら医院を開院。96年より千葉県・千葉市健康スポーツ医学研究委員、生活習慣病啓発NPO小泉の会監事、アートスポーツの会理事となり健康スポーツの普及啓発に取り組む。2008年より千葉市医師会理事。

きな理由になっている。

「救命率の向上」を目指すために、千葉市では11年より医師会と教育委員会が協力した「いのちを守る教育推進プラン」モデル事業が開始されている。小5、中2、高1を対象とし、高校を卒業するまでに授業の中で3回の救命講習を受けている。救命講習授業者で使用する人形が足りないで、わたしたち医師会で準備した。

さらに、千葉市消防局に協力してもらい、救命講習指導用DVD教材の製作及び学校医・産業医など指導者の育成にも努めている。千葉市が、シアトルのように「転むこと」が「死ぬ」を考えると生が輝く「Learning」教育効果も期待できる。

※1 救命率＝心肺停止となった人の1カ月以上生存している人の割合。最終的に19番通報・早い心肺蘇生・早い除細動・二次救命処置

市民参加で救命率向上

私論 直言

分なので、救急車が到着する前にバイスタンダーCPR(その場に居合わせた人が行う心肺蘇生)を行った方が救命率が高くなる。「誰が」ではなく、「誰でもいい」から、いかに早くバイスタンダーCPRをするかという救命の連鎖(※2)が必要だ。

その救命の連鎖のスタートは、皆さん自身なのである。救命の連鎖に、市民の参加は必要不可欠。シアトルの救命率が高いのは、市民の半数以上が救命講習受講者であること、倒れている人を助けようという市民の意識の高さが大

日本を元気にしていくという思いで活動している。国からの支援を待つという、明治以来続いてきた中央集権的な日本ではなく、自分たちの住む地域を支え合いながら良くしようという草の根活動が、新しい経済活動にも繋がるのではない。

この活動には千葉市、千葉大学、千葉市歯科医師会、千葉市薬剤師会、ライオンズクラブ、救急救命士学校、シェフ千葉など多くの仲間が関わっている。この流れが、千葉市から千葉県、千葉県から日本中に広がり日本全部が元気になることを目指したい。

熱い思いの人々は、日本中にたくさんいる。地域の草の根から、このような熱い思いが沸き上がり、安心して暮らせる、人に優しい、元気な日本にしたい。千葉市医師会の提唱する①倒れている人に声をかける②意識がなかったら、大きな声で助けを呼ぶ③AED(自動体外式除細動器)が来たら、自分でショックボタンを押す④という三つの勇気で千葉市を、千葉県を、日本をシアトルにしよう。

一般市民の方で、救命講習を習いたい方は、下記の千葉市消防局ウェブ講習で申し込み(※2)がURL: [http://krykvu-chiba.jp/e-learning/](http://p://krykvu-chiba.jp/e-learning/)

※1 救命率＝心肺停止となった人の1カ月以上生存している人の割合。最終的に19番通報・早い心肺蘇生・早い除細動・二次救命処置

市民参加で救命率向上