

## 「高齢者・家族応援講座1」を開催しました



平成23年1月18日と2月1日、「高齢者・家族応援講座1」を開催しました。

第1回は、香川県長寿社会対策課の松本さんを講師に迎え、「知っていますか？介護保険制度」というテーマで、高齢化の現状と介護保険制度の概要について学びました。

また、介護予防プログラム、認知症高齢者やひとり暮らし高齢者への支援についても紹介

してくださり、受講した方も参考になったようです。

第2回は、「救急医療講座 ～はじめよう！わたしにもできる救命処置～」というテーマで、救命処置の方法を学びました。講師は、香川大学医学部の中村丈洋先生です。

まず、「救命処置と心停止について」や「最近の救命処置について」の話をしてくださいました。「心停止とは、心臓の働きが停止した状態です。心臓が震えている状態（5分間くらい）の時に心臓マッサージを開始すれば心臓は動き出します！」とおっしゃっていました。

その後、心臓マッサージの練習をみなさんが交代で行いました。心臓マッサージのポイントは『両側の乳頭をむすんだ線の真ん中を両手で押す。30回1セット。』です。受講者は、大人用と子ども用の人形を使って、心臓マッサージをしました。「結構強く押さないといけませんね。力がいりました。」「30回1セットだけでも大変でした。心臓マッサージを続けて行うには、何人かで協力することが必要だと思いました。」などの感想が聞かれました。

「心臓マッサージをすることで助かる命があります！1秒でも早い救命処置が大切です！」と、中村先生は何度もおっしゃっていました。

