

平成20年4月

保健体育ご担当先生

大日本図書株式会社  
編集部

拝 啓

陽春の候、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

日頃より、弊社の教科書に格段のご高配を賜り、誠にありがとうございます。厚くお礼申し上げます。

さて、現在ご使用いただいております「新版 中学校保健体育」の内容の一部を、平成20年度用では、2～7ページのように訂正して供給致しておりますので、ご指導の際には、宜しくご配慮のほどお願い申し上げます。

今後ともいろいろお世話になるかと存じますが、引き続きご指導、ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。

敬 具

\*今回の訂正は、平成18年6月に財団法人日本救急医療財団心肺蘇生法委員会より「日本版救急蘇生ガイドライン」が示されましたことに伴ったものです。

## 平成 20 年度版「新版 中学校保健体育」訂正表

・「日本版救急蘇生ガイドライン」への対応に伴う訂正

ページ	箇所	平成 19 年度版	平成 20 年度版
3	目次・左の段 6 行目	⑤意識がないときの手当	⑤意識・反応がないときの手当
84	資料 23	意識がない  わかりますか！（吹き出し）  意識がなくなっていると、舌の根もとのどの奥へ落ち込んで気道がふさがれることが多くなります。気道がふさがれると、呼吸ができなくなります。	心臓の停止  (削除)  心臓が止まっていると、脳の細胞に酸素が行かなくなり、意識が失われ、ついには、脳に障害が起こり、死亡してしまうこともあります。心臓が止まってから 3 分以内に回復しないと、死亡率は 50% をこえるといわれています。
85	ページ全体	4 ページの※ 1-1 参照	5 ページの※ 1-2 参照
86	ページ全体	4 ページの※ 2-1 参照	6 ページの※ 2-2 参照
87	ページ全体	4 ページの※ 3-1 参照	7 ページの※ 3-2 参照
88	資料 26 ①	①にじみ出るような毛細血管からの出血や、暗紅色の血液がじわじわと出る静脈からの出血のときに主に用います。	①出血をしているときの手当として、もっとも有効な方法です。
88	資料 27 ①	①主に指や手足などの傷で、真っ赤な血液が動脈から流れ出し、直接圧迫止血法ではなかなか止血できないときに用います。	①主に指や手足などの傷で、真っ赤な血液が動脈から流れ出したときに、直接圧迫止血法とあわせて用います。止血帯を用いる方法は、専門家でないと危険なので行いません。
88	本文 9～12 行目	出血した場合は、まず、 <b>直接圧迫止血法</b> で止血を行います。この方法で止血がむずかしい場合は、 <b>間接圧迫止血法</b> を用いるようにします。	出血した場合は、出血したところを強くおさえる <b>直接圧迫止血法</b> で止血を行います。 <b>間接圧迫止血法</b> をあわせて行う場合もあります。
92	学習のまとめ	(挿入)	A E D (p.85) 突然の心臓が停止してしまうのは、心臓の心室という部分が小刻みにふるえる「心室細動」という現象によるものが多いといわれている。A E Dは、電気ショックをあたえることでこの細動をとり除き、心臓を正常な状態に回復させる。救命効果が高く、一般市民にも使用が認められている。
92	学習のまとめ	(挿入)	心肺停止の判断 (p.87) 傷病者の心臓や呼吸(肺)が停止しているかどうかは、医療従事者や救急隊員などは、呼吸や脈拍のあるなしなどで判断している。しかし一般の人にはこれがわかりにくく、生命を救うためには手当を優先させることが重要である。そこで、

ページ	箇所	平成 19 年度版	平成 20 年度版
			反応がなく、普段どおりの息をしていないときに心肺が停止しているとみなしている。
92	学習のまとめ	循環のサイン (p.87) 呼吸をしていないと判断し、気道確保を行って人工呼吸を 2 回行った後、呼吸があるか、咳をするか、体に何らかの動きがあるかを観察する。これらの生命の兆候を循環のサインという。循環のサインがなければ、心臓が停止していると判断し、人工呼吸と心臓マッサージを行う。	(削除)
134	索引・左の段 19～20 行目の間	(挿入)	A E D・・・85
134	索引・左の段 26～27 行目の間	(挿入)	回復体位・・・85
134	索引・右の段 20 行目	循環のサイン・・・85,87	(削除)
134	索引・右の段 下から 4～5 行目の間	(挿入)	心肺の停止・・・87
135	索引・中の段 下から 5～6 行目の間	(挿入)	反応の確認・・・86

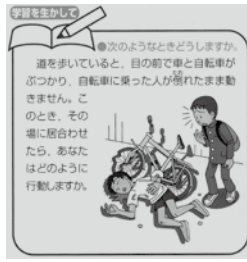
・誤記

ページ	箇所	平成 19 年度版	平成 20 年度版
31	20mシャトルラン	④ 2 回行って、よいほうの記録をとる。	④最後にラインにふれることができた折り返しの総回数を記録する。

網かけ部分が訂正されています。

※ 1-1

●**応急手当の手順**  
 応急手当は次のことが基本になります。  
 ●周囲の状況を把握する。  
 ●意識の確認など、傷病者の状態を把握する。  
 ●協力者を求める。  
 ●傷害の状態に応じた手当を行う。  
 ●必要に応じて、消防署や医師、医療機関などへ連絡する。



**資料⑤ 緊急のときにとる行動**

傷病者の発生	傷病者の全身の観察	手当て
<p>安全な場所か？</p> <p>危険な場所であれば、安全な場所へ運ぶ。</p> <p>119番通報</p> <p>救急車：○市○町○丁目○番○号です。○中学校の正門の辺です。人が倒れています。</p> <p>高いボタンがついている携帯電話は、受話器をはずし、そのボタンをおしてから、119番をおす（携帯電話やパソコンは不要）。携帯電話やパソコンから通報した場合はそのことをいい、しばらく電源を切らな。</p>	<p>多量の出血があるか？</p> <p>止血</p> <p>意識があるか？</p> <p>気道確保</p> <p>呼吸しているか？</p> <p>人工呼吸</p> <p>反応（循環のサイン）があるか？</p> <p>人工呼吸と心臓マッサージ</p> <p>呼吸が回復したら経過を観察する。</p>	<p>経過観察</p> <p>●味覚する。 ●呼吸が安定できる姿勢にする。 ●精神的に不安定であれば元気づける。</p>

消防署へ119番通報すると、救急車は平均6分くらいで到着します。 総務省消防庁 <http://www.koma.go.jp/>

※ 2-1

86

5 意識がないときの手当

傷病者の意識がないときの手当はどのようにすればよいのでしょうか。傷病者の呼吸が止まっているときの手当はどのようにすればよいのでしょうか。

資料⑥ 意識の確認からマウス・ツーフマウス法

- 意識の確認**  
 次のようにして、傷病者の意識を確認します。  
 ●声をかける。  
 ●目を軽くたたく。
- 気道確保**  
 片手を顔に当て、もう一方の手の手指2本であごをもち上げることによって顔をそらし、気道を開きます。  
 ※口中に異物がみえたら、とり除きます。



- 呼吸の確認**  
 次のようにして、傷病者の呼吸を確認します。  
 ●胸の動きをみる。  
 ●耳で呼吸音を聞く。



意識の確認から人工呼吸と心臓マッサージまでの一連の手当の方法を、心臓マッサージとよんでいます。

- 生命を救う手当**  
 意識がない、呼吸が止まっている、心臓が止まっているなどの場合は、生命に危険がおよびます。このような場合には、生命を救うための手当が必要です。
- 意識の確認**  
 人が倒れている場合には、呼吸や心臓が停止していることがあります。傷病者を見たら、まず意識の確認をする必要があります。
- 気道確保**  
 意識がないと判断したら、気道がふさがっている可能性があるため、傷病者をおお向けにしてあごを上げ、空気が鼻や口から肺に達するように、気道を確保します。
- 呼吸の確認**  
 意識がないと判断し、気道を確保したら、呼吸の状態を観察と判断を行います。  
 気道を確保して、10秒以内に呼吸を確認し、そのとき、胸の動きがじゅうぶんでない、呼吸音が聞こえない、という場合は人工呼吸が必要です。

※ 3-1

87

●人工呼吸

人工呼吸では、自分の口から傷病者の口をおとして息をふきこむマウス・ツーフマウス法が、行いやすさ、確実さなどの面からすぐれているのでよく使われます。

- 反応（循環のサイン）の確認**  
 最初の人工呼吸については連続して2回行った後、傷病者の口に自分の耳を近づけるようにして、呼吸音を聞いたり、同時に目で胸の動きをみたり、脈を摸しているか、何らかの動きをするかを観察します。これらの反応を循環のサインといいます。  
 循環のサインがみられなかった場合には、心臓が停止していると判断します。このような場合には、人工呼吸と心臓マッサージをいっしょに行う必要があります。

4. マウス・ツーフマウス法

- 気道を確保したまま傷病者の鼻をつまみ、自分の口で傷病者の口をおいて、息をふきこみます。
- 傷病者の胸がふくらむのを確かめ、次に胸が下がるのを確認し、また息をふきこみます。
- ①、②の動作を5秒に1回の割合で行い、傷病者が完全に自分で呼吸できるようになるまで続けます。  
 ※目の動きを確かめ、意識が回復し始めるまで続けます。



マウス・ツーフマウス法を行う場合には、感染防止のために用いられる人工呼吸用マスクを使用します。

●心臓マッサージ

人工呼吸を行っても、循環のサインがない場合は、心臓マッサージを行って血液を循環させる必要があります。1分間の心臓マッサージと2回の人工呼吸を組み合わせて、くり返し行います。

＜心臓マッサージの方法＞

- 傷病者をかたい床の上におお向けに寝かせる。
- 傷病者のわきに膝を曲げた姿勢で位置する。
- 両手を重ね、手のひらの根もとを胸骨の上（みぞおちの少し上）におく。
- 上半身に体重をのけてながら、1分間に100回くらいのリズムで胸を圧迫する。

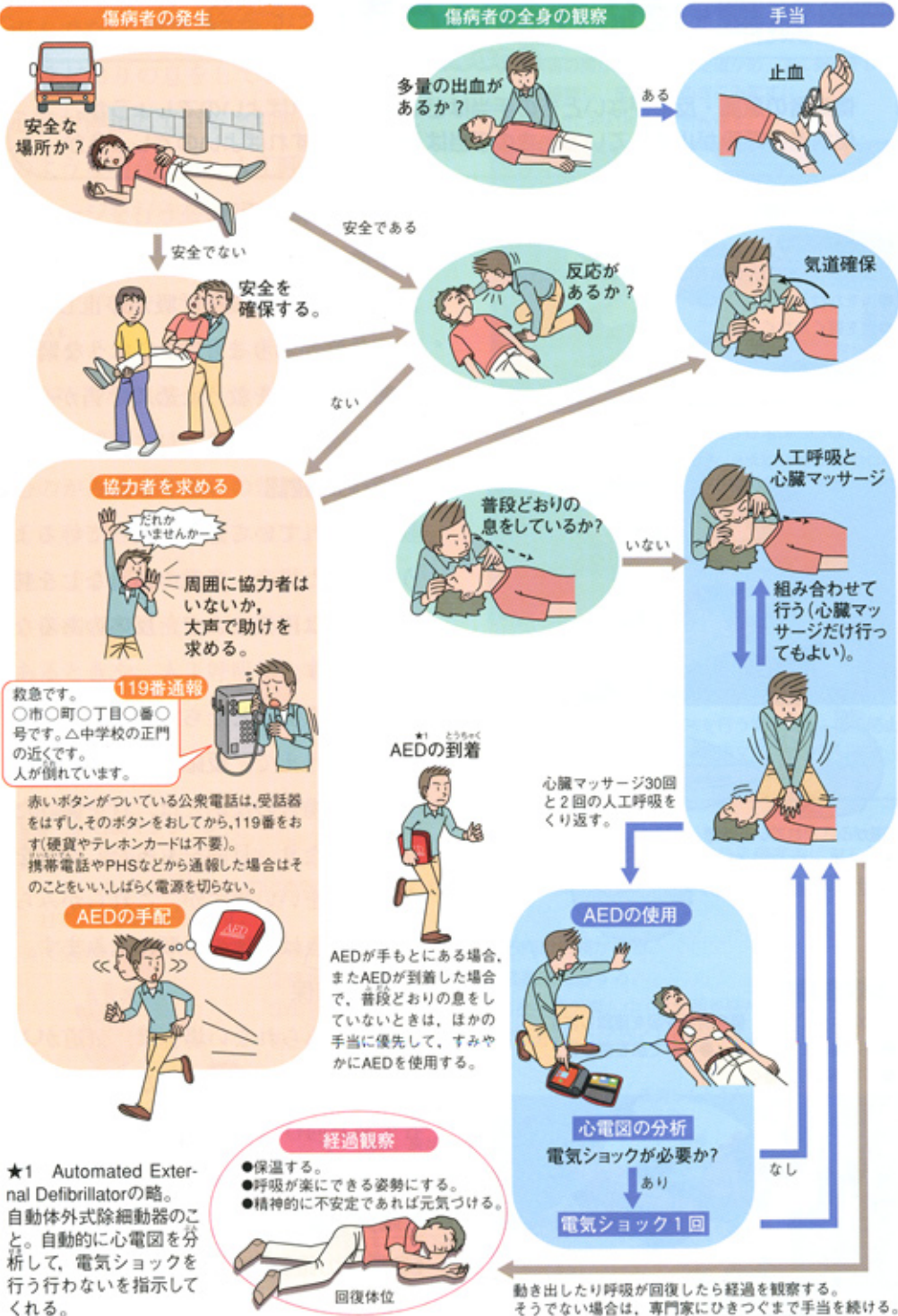
おす方は、6歳以上の人の場合、胸の深さ5cmしずむくらいに圧迫する。

圧迫したところ

胸骨 心臓 肋骨

日本赤十字社 <http://www.jrc.or.jp/>

資料24 緊急のときにとる行動



3 傷害の防止

消防署へ119番通報すると、救急車は平均6分くらいで到着します。  
総務省消防庁 <http://www.fdma.go.jp/>

## 5 意識・反応がないときの手当

今日の学習の課題

傷病者の意識・反応がないときの手当はどのようにすればよいのでしょうか。  
傷病者の呼吸が止まっているときの手当はどのようにすればよいのでしょうか。

資料 25 反応の確認からマウス・ツー・マウス法

### 1. 反応の確認

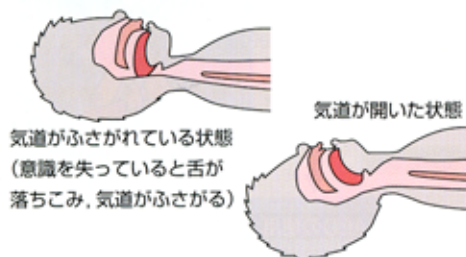
次のようにして、傷病者の反応を確認します。

- 声をかける。
- 肩を軽くたたく。

### 2. 気道確保

片手を額に当て、もう一方の手の指2本であごをもち上げることによって頭をそらし、気道を開きます。

※口の中に異物がみえたら、とり除きます。



### 3. 呼吸の確認

次のようにして、傷病者の呼吸を確認します。

- 胸の動きをみる。
- ほおで息を感じる。
- 耳で呼吸音を聞く。



ミニ知識

心臓や呼吸の停止時に心臓マッサージおよび人工呼吸を行うことを、心肺蘇生とよんでいます。

### ● 生命を救う手当

事故や傷害が発生し、人が倒れている場合には、心臓や呼吸が停止している可能性があります。このような緊急事態には生命を救うための手当が必要です。

### ● 反応の確認

人が倒れていて意識を失っているようにみえた場合、意識のあるなしを判断するのは困難なので、反応のあるなしをみます。

傷病者を発見したら、周囲の安全を確認したうえで、反応の確認を行います。この場合の反応とは、目を開けたり、答えたり、目的をもったしぐさをするをいいますが、これらがみられないときは、次の手順に進みます。

### ● 気道確保

反応がみられない場合は、気道がふさがっている可能性があるため、傷病者をあお向けにしてあごを上げ、空気が鼻や口から肺に達するように、気道を確保します。

### ● 呼吸の確認

気道を確保して、5～10秒で呼吸を

