



分館対抗スポーツ大会 結果 7 月 5 日

本年度の分館対抗スポーツ大会は、7月5日（日）に開催しました。達子森野球場の野球には5チーム、比内体育館のソフトバレーには4チーム、ユニカールには12チーム、比内グラウンドのグラウンドゴルフには8チームが参加し、合計204人の選手たちが熱戦を展開しました。

大会の運営には、大館市野球協会比内支部、比内中学校野球部14名（ボランティア）、大館北秋田ソフトバレーボール連盟、大館市ユニカール協会比内支部、比内町グラウンドゴルフ協会の皆様にご尽力いただきました。ありがとうございました。※各種目の結果は以下の通り



【野球の部】

- ・優勝：東館分館
- ・準優勝：扇田分館

決勝は6回終了3対3の同点で時間切れ。両チーム出場メンバーのジャンケンまでもつれ、結果5対2で東館分館の優勝となりました。

【ソフトバレーの部】

- ・優勝：東館分館 A
- ・準優勝：扇田分館
- ・第3位：東館分館 B

【ユニカールの部】

- ・優勝：東館分館 B
- ・準優勝：西館分館 A
- ・第3位：西館分館 B

【グラウンドゴルフの部】

- ・優勝：扇田分館 A
- ・準優勝：扇田分館 B
- ・第3位：三岳分館

暑い一日でしたが、熱中症で倒れる方やけが人もなく、無事に終える事が出来ました。参加した皆さんは十分に楽しめましたか？

もしものための救命講座

ある日、同居家族が倒れたり、道端で倒れた人を発見したとき、私たちは何ができるでしょうか？ 意識や呼吸が無く、心臓が止まると、刻一刻と死が迫ります。救急隊が到着するまでに、人工呼吸や AED による蘇生法ができれば、つながる命もあると言います。いざというときの救急法を身につけるために、消防比内分署から救急隊員に来ていただきました。

心肺蘇生法

- ① 倒れている人を発見
- ② 周囲の安全を確認（交通安全等）
- ③ 反応（意識）を確認する
 - ・肩をたたきつつ大声で呼びかけ、確認する。
- ④ 119 番通報と協力者への依頼
 - ・大声で応援を呼び、「119 番通報」「AED の持ち込み」を依頼する。
- ⑤ 呼吸の確認
 - ・胸と腹部の動きを見て 10 秒以内で確認する。
- ⑥ 胸骨圧迫
 - ・胸の真ん中に片方の手の付け根を置き、もう一方の手を重ねて指を組み、両肘を伸ばして体重をかけてしっかり圧迫する。テンポは 1 分間に 100～120 回。
- ⑦ 人工呼吸（訓練を受けている方のみ実施）

AED の使用方法

- ① AED を傷病者の近くに置く。
- ② AED の電源を入れる（音声メッセージに従ってください）。
- ③ 電極パッドを貼る（パッドの袋を開封し、胸の右上と胸の左下側に貼り付けます）。
- ④ 心電図の解析（パッドを貼り付けると、自動的に解析が始まります）。
- ⑤ 電気ショック／除細動。解析の結果、ショックが必要な場合、メッセージと共に充電が始まります。全員離れてください！
- ⑥ AED の使用と心肺蘇生の継続。電気ショック後は直ちに心肺蘇生を再開。2 分経過後に再度 AED で解析し、ショックの必要を確認。これを繰り返す。

心肺蘇生を中止するとき

- ① 救急隊に引き継いだとき
- ② 呼吸が戻り、意識を取り戻したとき



胸骨圧迫、この位置を深く押します



女性の力だとなかなか大変そうです



AED の解析中は全員離れてください

編集後記

心肺蘇生法と AED の講習をはるか昔に受けていました。しかし、実際に実施したことは無く、AED に至っては電気ショックもあり、大丈夫だろうかと懐疑的な印象を持っていました。説明では、AED を使えない人はほとんどなく、妊婦さんやペースメーカーを使っている方でも大丈夫とのこと。何しろ心肺停止状態では、誰も助からないのですから、当然と言えば当然か？（若）