

体育学演習 1 単位(春学期)

BLS (ベーシックライフサポート) ~救急法の基礎~
春学期: 水 4

山内 賢

授業科目の内容:

事故にであったり、怪我をしてしまった場合、バイスタンダー(事故現場に居合わせた最もそばにいる人)が行う、直後の処置がとても大切です。この授業の目的は、第一に「事故防止」の考え方を身につけてもらうこと(予見)。第二に緊急時に備え、各種の処置を実際に身につけること(回避と対処)にあります。いつ、どこで、どのような事故にあったとしても、事故現場から救急隊員を経て医師に患者を手渡すまでに落ち着いて適切な処置ができるような理論と対処の方法について、実技と理論を同時に学んでもらいます。

授業の計画:(内容と順序は変更になる場合があります)

- 1 「目の前に人が倒れていたらどうしますか?」の問いかけから始め、「救急法とは何か?」を学びます。
- 2 傷病者発見後にバイスタンダーが行える範囲内の応急処置法を学びます。
- 3 三角巾法の理論と実技を学びます。
- 4 第3回に加えた三角巾法の実技を学びます。
- 5 テーピングの理論と実技を学びます。
- 6 テーピングの理論と実技を学びます。特に足首のテーピングを完全にマスターします。
- 7 CPR(心肺蘇生法)の理論を学びます。
- 8 CPR(心肺蘇生法)とAEDに関する実技を体験します。
- 9 CPR(心肺蘇生法)とAEDに関する理論と実技を完全にマスターします。
- 10 人の運搬方法を学びます。
- 11 安全管理について学びます。
- 12 レジャー/スポーツを行う上での安全の心得や起こりやすい事故の事例(熱中症、心臓震盪等)及び生活の中の事故事例とそれらの対処について学びます。
- 13 事故/災害に関する安全対策への心得を学びます。
- 14 スポーツや身体活動後のアフターケアや日常生活での疲労回復に活用されるスポーツマッサージの理論と実技を学びます。
- 15 事故に出会ったことを想定した実演発表会を行います。

成績評価方法:

授業&演習の出席状況及び授業態度、授業内容や理論の理解度、実技の上達度を総合して評価する。出席点50%:欠席は減点する、態度点10%:遅刻、早退、居眠りは減点する、理解点20%、上達度20%:理解と上達度については、危険に対する予見と回避、予防の理解と対処を課題とした授業内の提出物と実技の状態により、指導者が観察評価する。

テキスト(教科書):

特に指定しません。講義資料(プリント)を配布し、プレゼンテーションで授業を展開します。

参考書:

特に指定しません。講義資料(プリント)を配布し、プレゼンテーションで授業を展開します。

担当教員から履修者へのコメント:

「もし、もっと、救急処置の知識が豊富であったならば…」という後悔の経験はなかったでしょうか?プレ・ホスピタルケアにおいて、心肺機能停止傷病者はもちろんのこと、怪我をしたときの処置の過程は、その人の事故後の人生を左右します。また、疲労回復は日々の活力と安全につながります。日常生活とスポーツ現場における転ばぬ先の杖としての救急法とコンディショニングの知識と実際に学んでみませんか?

質問・相談:

基本的には授業時間内で担当教員が受け付けます。緊急の場合は、体育研究所受付を通じて連絡をとってください