

ばばだめ 広島サンダーズ

久原 大輝

広島県脳卒中・心臓病等総合支援センターの皆さまに、一次救命処置法（BLS）の講習会を実施していただいた。

われわれは健康やコンディションには、人一倍注意を払っているが、1日を何事もなく終える保証は100%ではない。

競技中の故障については、井上



講習会後の記念撮影（9日）

いのち救うための学び

彰英チーフトレーナーを中心に万全なケアができる状態ではある。バレーボールという競技は、強度が高く、ラリーが続くと頻繁に息切れする場面も出てきて、心機能に大きな負担がかかるスポーツでもある。

これまで筆者がバレーボールに携わってきて29年、競技中に心停止を起こした選手は幸いにも目にしていないが、過去にはそういった事例はいくつかある。

もしものために備えて、今回の講習では自動体外式除細動器（AED）の使用と胸骨圧迫について、実技の時間もつくっていただき、心肺蘇生法の手順を学んだ。

選手たちは真剣なまなざしで取り組み、いのちを救うための大切なスキルを身につけた。

日常生活の中で、一刻を争う事態にならないのがベストであるが、知識があるとないでは、その人のいのちを助ける確率に関わることだ。

生きていることにいま一度感謝をしながら、周りの仲間のいのちにも寄り添う、きっかけにもなった講習会でもあった。

（広島Tマネジャー）