

救急救命学科行事 令和3年度 10キロメートル行進

荒谷雄幸¹⁾、中川貴仁¹⁾
若松 淳¹⁾、立岡伸章¹⁾

1. 概要

令和3年度弘前医療福祉大学短期大学部救急救命学科の学科行事として、1年生（41名を対象とした「10キロメートル行進」および「体力向上運動」を以下の様に実施した。

日 程：令和3年6月11日（金）
13時00分～17時30分

会 場：平川市新館野木和陸上競技場（写真1）
（青森県平川市新館野木和48）¹⁾

参加学生：救急救命学科1年生（第8期生）
41名（写真2）

本報告では、当日の様子と学生の振り返りレポートをまとめ、その内容を記載した。

2. 行事内容

2.1. 「10キロメートル行進」行事の目的と目標

本学科の学生の多くは消防機関に所属する救急のエキスパートを目指していることから、消防職員として必要な礼式や団体行動の大切さを学ぶ演習行事を企画実施し

ている。この10キロメートル行進は集団で隊列を乱すことなく行進することで、体力向上と協働・協調性を重視したチームワークの精神を育成することを目的とした学科行事である。学生の到達目標は以下の通りである。

1. 教員の指示に従って、迅速な部隊行動を展開しながら10キロメートルを走破できる。
2. 津軽地域の文化・特色に触れながら、社会人に必要な素養を深める。
3. 安全管理や危険予測等をチームワークにて対処し、安全かつ確実な活動ができる。

2.2. 日程と会場

「10キロメートル行進」は、これまで入学してからまもなくの5月に弘前市中心部に位置する弘前公園を会場とし、お城の濠を周回するコースとして実施していたが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響から上記の様

に日程が延期され会場が変更された。昨年に続く日程・会場の変更となった。また、10キロメートル完走後の「体力向上運動」や整列、点呼についても同競技場内の芝地にて実施した。



写真1：平川市陸上競技場



写真2：開始前の集合写真

1) 弘前医療福祉大学短期大学部 救急救命学科（〒036-8104 弘前市扇町2丁目5番地）

2.3. 走行コース、休憩

陸上競技場周回トラック1周400メートルを25周した。途中、教員の指示により補水、休憩の時間を取り入れることとした。

2.4. プログラム

当日のプログラムを以下に示す。

当日	《日程》	
13:00	・大学共用棟正面玄関 集合 点呼、体調確認（検温・消毒） ・装備人員確認 ・学科長訓示 ・諸注意後、バス2台にて出発	中川/鳴海・久保・（菱谷） 中川 平岡学科長 中川
14:00	・現地到着（写真3） 準備運動・諸注意後、開始 適時休憩確保 ・体力向上運動/集合写真	準備運動・久保 学科全教員にて 場内の安全管理を実施
16:30	・全行程終了/撤収準備 点呼、体調確認	中川
17:00	・大学共用棟 帰着 ・講評 ・総評	立岡副学科長 平岡学科長
17:30	・解散/各自帰宅	



写真3：準備運動の様子

2.5. 個人の事前準備

数日前からの体調の管理を各自にて行うとともに、行進に適した着衣、アポロキャップの携行を指示した。ほかに熱中症対策物品として経口補水液、着替え、汗拭き等の持参をするよう指示した。

2.6. 学科としての安全管理（写真4）

学科としての安全管理のため以下の救護の体制を整えた。

- 1) 本部テントを設営し、AED、経口補水液、冷却スプレーを配備した。
- 2) 見学者参加の学生を記録員として配置した。



写真4：安全管理・諸注意伝達の様子

- 3) 学生の安全管理ため、教員による周回走行を実施し、学生の状態・コースの安全を確認した。本部とは随時、無線機による連絡できる体制を整えた。

3. 当日の学生の様子と振り返りレポート

開催日当日の天気は快晴で、この日、弘前市の最高気温は33.7℃²⁾でランニングするには、悪条件とも思えた。概ね大過なく行事を完了した。熱中症対策として、マスクを外しての行進、体力錬成であったためか、学生は久しぶりの解放感を感じた様に見える、歓声も聴くことができた。

3.1. 走行グループ

学生41名に教員3名を加えて、走力別に班を分けて実施した。先頭に班長を配置し、隊列を乱すことなく行進することも目的、目標にうたわれてはいるが、周回を重ねるにつれて集団から遅れる学生も見受けられたが、班ごとの判断による速度の調整や声かけをすることで大きな乱れは見受けられず、全員が元気に完走することができた。

3.2. 体力向上運動（写真5）

完走後の休憩をはさみ、トラック内の芝地にて立岡副学科長の指揮による恒例の体力向上運動が行われた。強



写真5：完走後の体力向上運動

い日差しの中での腕立て伏せ、スクワットなどの筋力トレーニングが続けられた。ペースが遅れる者もあり最後には自分との闘いの様相となったが、全員がやり抜くことができた。

3.3. 行事を終えて

夏日の天候のなかでの行進・体力錬成のためか軽度体調不良の学生も若干名いたが、いずれも冷却処置により大事には至ることなく終了することができた。1年生にとって初めての学科行事は肉体的につらいものとなったが、思い出深いものとなった。この行事は、学科発信の公式SNS³⁾などで情報発信を行うことで、団体行動、体力向上の様子を広く一般の方々へも広報することができた。

また、学生からのアンケートからは、この行事を行うことでの有効性がいくつかあげられた。ひとつは走り順に分けられたグループごとの列を乱すことなく全員が完走するという目標に対し、部隊行動を行うことの難しさを覚え、実際に消防活動や救急活動の現場において事故なく救助するにはチームワークが必要であることを今回の行進から学びとったことを多数の学生が記載していた。ふたつめは、体力の低下や体力不足を認識できたことがあげられる。消防職員の採用試験で課される体力試験に向けての継続的な体力錬成の必要性を記載の学生もいた。

これらのほかに、多くのレポートから完走することができたことにより、今後の生活、学習に耐え抜く力が備わったことや、日々の行動の見直しの必要なことなどに気が付いた様子が見えた。

5. まとめ

救急の現場は3人でチームを構成する。ひとりひとりが隊の仲間を信頼し協力することにより、所期の目的を達成することができるものと認識している。しかし、災害現場の様相は多種多様化し、複雑化が著しい。従って、救急救命士には消防隊はもちろんのこと、医療機関、警察機関、福祉機関などとの協力やコーディネート力が必須となっている。本行事は、救急救命士になることを目標とする学生にとって、今後の訓練への姿勢、安全迅速の理解、素早い判断の必要性と「団結、協力、勇気」を学ぶ機会となった。本行事をこの時期に実施できることは大きな意義があると考えられる。願わくは新型コロナウイルス感染症にて実施時期が遅延することなく、春の実施にて学生の学習効果を加速させたいと願うばかりである。おわりにコロナ禍にあつて、開催に協力してくださった平川市運動公園関係者の皆様に大学紀要にて感謝申し上げます。

6. 文献

- 1) 平川市ウェブサイト
<https://www.city.hirakawa.lg.jp/bunka/sports/hirakatiiki.html>
最終閲覧日 2022年1月11日.
- 2) 国土交通省気象庁過去のデータ検索
https://www.data.jma.go.jp/obd/stats/etrn/view/daily_a1.php?prec_no=31&block_no=0166&year=2021&month=6&day=11&view=
最終閲覧日 2022年1月11日.
- 3) 弘前医療福祉大学短期大学部救急救命学科Facebook
<https://www.hirosakiuhw.jp/info/facebooklist/>
最終閲覧日 2022年1月11日.