



衛生

有事に即応できるように物心両面において態勢を整えることは自衛官の義務であり、知識技能はもちろん、身体面においても、いつでも任務達成できる健康な身体の維持増進に努めなくてはなりません。特に狭い艦艇の中で団体生活をする我々は感染症等を予防するためにも衛生に関する一定の知識を持つ必要があります。また、いざという時のために救急法に関する知識技能も必要です。

衛生の教務では、個人衛生や公衆衛生等に関すること、人体に関する一般的知識や、止血法、心肺蘇生法などについて学びました。



まずは座学で知識を学び、翌日は実技の訓練を実施しました。



上の写真の黒い帯上の物はC・A・T (Combat Application Tourniquetの略)と呼ばれる止血帯で、米軍でも公式採用されており、止血効果が高く、片腕でも締め付け可能な止血帯です。







胸部圧迫による心肺蘇生法や人工呼吸の他、倒れている人を発見してから実施すべき事項について展示を行い、訓練用のAEDも使用して一連の救命措置の訓練を行いました。実際に行うことがないのが一番ですが、いざという時は落ち着いて対応できるよう真剣に訓練しました。