

2013年 社外訓練実施

今年も昨年に引き続き「救命救急活動を行える能力」を主目的とした訓練を各拠点の企画で実施しました。

現在の社会では突然発生する怪我や災害に、家庭や職場で最善の応急手当や救命処置ができる知識が必要であり、その知識を様々な場所で臨機応変に勇氣を持って行動へ移す事が大切です。何事も経験が必要です。

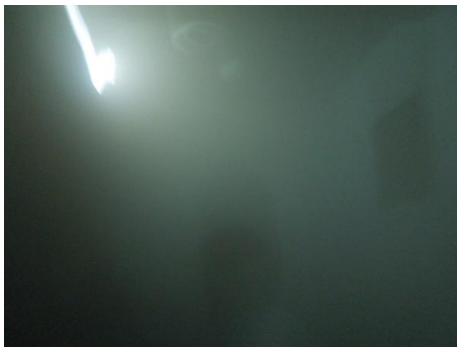
【実施日】2013年5月11日（土）

【本社・東京】

目黒区防災センターのご協力により28名で受講

東京直下地震の被害想定や避難場所・自助努力とする備蓄品や人命救助について説明を受けた後 ①煙避難訓練 ②消火器使用訓練 ③心肺蘇生及びAED使用訓練を行った。

①【煙避難訓練】



一組5人で煙が充満し消灯した廊下を鼻口にハンカチをあて、かがんで出口を目指します。

前の人が見えない！

苦しい、時間がかかる。

とにかく壁を触りながら前進

火災で亡くなる人の8割が煙によって亡くなっている事はあまり知られていません。

火災で発生する一酸化炭素を始めとする有毒ガスを吸い込むことで身体が麻痺し亡くなるのです。

一酸化炭素は、酸素よりも早くヘモグロビンと結合（200～300倍）してしまうため脳へ酸素が運ばれなくなり意識を失い死亡することになります。

②【消火器使用訓練】

ポイント

初期消火に限る。

大声で「火事だ！」と叫び応援を要請

使い方 ①ピンを抜く ②ホースを向ける ③レバーをにぎる

スピードが重要

係員の説明を受け全員が消火訓練を行うも初動が遅れ消火に失敗するグループもあり、「緊張感が足りない！」と怒鳴られる場面も。



消火の成功率は、女性グループが高い。
ビックリです。
炎を消す姿勢が違います。
緊張感の違いか？

③【心肺蘇生及び AED 使用訓練】

昨年普通救命講習を受講出来なかった社員を中心に心肺蘇生及び AED の使用訓練を行う。



昨年の復習
忘れていたことを思い出しながら訓練を行う。

- ① 周囲の安全確認
- ② 呼びかけ
- ③ 呼吸の確認
- ④ 応援要請 救急車/AED
- ⑤ 心肺蘇生 30回 / 人工呼吸 2回 / AED 使用
救急車が到着するまで心肺蘇生を繰り返す。止めない。

【熊谷営業所】

訓練実施日：5月11日

場所：鴻巣 埼玉県防災学習センター

①消火訓練 水消火器を使用し消火訓練を行う。



- ①火事であることを知らせる
大声で「火事だー！」と叫ぶ
 - ②ピンを抜く
 - ③ホースを抜く
 - ④レバーを抜く
- *20秒で消火できない場合は避難

②地震体験 震度7の揺れを体験。立つ事が困難



横揺れ体験
徐々に揺れが強くなります。



直下地震体験
突然の縦揺れ
立つ事ができない。

地震時の対応

- ①身の安全確保（会社では机の下へ速やかに避難）
- ②火を消す（ガス栓は震度5以上で自動的にストップ）
- ③出口の確保

③暴風雨体験



風速 30m/秒まで体験

歩けない。

前を向く事ができない。

眼鏡も飛ぶ。

* 台風や突風が多くなる季節

外出を控える事が大切

【東北営業所】

1) 火災対応

036の手順書の理解と脱出ルートの確認

避難訓練実施・・避難バシゴを使った訓練

GW教育フォルダの消火器の使い方を習得

2) BCP対応

3) 救急救命訓練



2階から梯子を使った避難は
危険・・降りにくく梯子が不安定

あわてないようにする。



GW教育フォルダの消火器の使い方
を利用し演技