**防災訓練のご案内**

下記の通り、防災訓練を実施します。日本の各地で地震が発生している昨今、日頃の訓練が必須です。当日訓練時間中に社内で在院する従業員はぜひご参加ください。

**記**

* 日時　2024年10月25日　10:30～11:30（小雨決行、雨天中止）
* 場所　本社南側 青空公園
* 訓練内容
* 避難訓練
* 初期消火訓練（消火器の使い方）
* 放水
* 応急手当訓練（心肺蘇生法）
* AED操作体験
* 仮設トイレの取り扱い方法

**心肺蘇生法とは**　心臓や呼吸が停止した傷病者に対して、胸骨圧迫と人工呼吸を行うことで心臓と呼吸の動きを助ける方法です。一般的に「心臓マッサージ」という呼び名で知られている行為です。傷病者の胸の横にひざまずき、胸の真ん中（胸骨の下半分）に、片方の手のつけ根を置いて、その上にもう一方の手を重ねます。両ひじをまっすぐに伸ばし、真上から上半身の体重をかけて、胸骨が約5cm（成人の場合）沈むようしっかり圧迫します。圧迫後、手を胸骨から離さず、胸が元の高さに戻るまで、充分に圧迫を解除する事が重要です。