

# Work day

女性救急救命士(5年目)の  
当直日の1日に密着!



- 6:00起床  
起きたらまずお弁当を作ります  
準備が出来たら出勤!
- 8:50大交代  
勤務開始、車両点検や資機材点検します
- 10:00立入検査  
事業所や建物などへ立ち入り検査します
- 11:00事務作業  
報告書の作成や立入検査の処理をします
- 12:00昼食
- 13:00訓練  
現場を想定した訓練をします
- 18:00夕食
- 19:00ミーティング・研修
- 22:00受付・仮眠  
夜間の出勤に備えて仮眠をとります
- 6:00起床  
布団をたたんでおはようございます
- 9:00大交代  
当直勤務終了かえります



# Holiday!

休日はバイクツーリング

- 6:00起床  
天気がいいのでバイクに乗ろうかな
- 9:00洗車  
ピカピカにしたら出発です
- 11:30仲間と合流  
同期と走りに行きます
- 13:00お昼休憩  
バイクで旅行に行ったりもします
- 14:00目的地到着  
周辺を散策します
- 17:00帰宅途中に寄り道  
写真撮ります📷
- 19:30帰宅  
撮った写真を見返します

