

「心の冒険・サマースクール」の熱中症事故防止について

社会教育・文化財課

サマースクール参加者の熱中症事故防止のために、以下の通り準備を進めています。無理な活動をすることなく、安全第一で実施します。場合によっては、プログラムの内容が変更することもあります。体調を整えて御参加頂けたらと思います。

1 熱中症対策準備物について

「個人」……………500mL×2本分の水（毎朝出発時に補充）

「班」……………2L×4本分の水（毎朝出発時に補充）

経口補水液（ドリンク）（各班2本）

経口補水液（ゼリー）（各班2本）

塩飴 スポーツドリンク粉末 冷却スプレー

瞬間保冷剤（各班2つ、本部8つ）

冷却シート WBGT計測（熱中アラーム）

「本部」……………20Lの水（本部移動車に常備）

経口補水液（ドリンク）（本部に予備8本）

経口補水液（ゼリー）（本部に予備8本）

塩飴 スポーツドリンク粉末 冷却スプレー

保冷剤 WBGT計測（熱中アラーム） 背負子 担架

2 スタッフへの徹底

① 緊急連絡による啓発

- ・指導者用のメーリングリストを活用して熱中症への対処方法の周知徹底

② 指導者用マニュアルへの追加記載

- ・熱中症対応について記載内容を充実

3 判断基準

熱中症予防活動指針

暑さ指数 (WBGT)	気温 (参考)	熱中症予防活動指針	
31℃以上	35℃以上	活動は原則中止	特別の場合以外は活動を中止する。状況に応じて空調設備のある施設に移動を行う。参加者が調子を崩していなければ、WBGTが下がれば活動を再開してよい。
28~31℃	31~35℃	厳重警戒 (最も調子の悪い参加者に合わせて活動中止)	体温が上昇しやすい活動を極力避け、活動を継続する場合も、休息、水分・塩分補給をこまめに行う。調子の悪い参加者がいた場合には、活動を中止する。調子を崩した参加者が搬出された後は、活動を再開してよい。
25~28℃	28~31℃	警戒 (積極的に休息)	積極的に休息をとり、適宜、水分・塩分を補給し、健康観察を意識して行う。
21~25℃	24~28℃	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。積極的に水分・塩分を補給する。
21℃未満	24℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。

※参考：(公財) 日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」

4 水分補給について

補給場所を設け、活動の途中でも水分を補充できるようにしています。

