

# Ⅸ 健康管理・安全管理について

## 1. 健康管理

集団宿泊活動が効果的に展開されるためには、体調が良好であることが前提となります。以下のことをご留意ください。

### (1) 利用前の事前指導

- 参加者全員の健康状態を事前に把握するようにしてください。
- 参加者の中に食物アレルギー等特別の配慮が必要な場合は、事前に当施設にご相談ください。  
また、利用日の4週間前までに食物アレルギー連絡表をご提出ください。
- 持病等がある場合は、常備薬を持参する指導をしてください。
- 健康保険証又は、そのコピーを参加者全員持参してください。  
(コピーが利用できない医療機関があります。P33参照)
- 参加者の人数が多い場合は、出来る限り看護師・養護教諭を引率スタッフに加えてお越しください。
- 病人や負傷者の発生等、万一の場合を想定して緊急用車両を1台ご用意ください。

### (2) 滞在中の保健指導

- 十分な睡眠をとるように心がけてください。
- 野外活動等で衣類が濡れた場合は、速やかに着替えるように指導してください。
- 食事前のうがいと十分な手洗いを指導してください。
- 引率者は、参加者の健康状態を常時把握し、病人や負傷者が発生した場合は、速やかに事務室にご連絡ください。
- 感染症の拡大を防ぐため、嘔吐や下痢などの症状がでた場合は、自分たちで処理せず、直ちに事務室へ連絡ください。**嘔吐物は、職員が処理します。**

### (3) 保健室について

- 看護師等の専門スタッフは、当施設にいません。
- 応急措置に必要な物品が備えてあります。
- 利用する場合は、必ず事務室へお声かけください。
- 保健室のベッドで休養を取る場合は、必ず大人が付き添ってください。
- 内服薬は、常備しておりません。必要に応じ各団体で準備してください。

### (4) 医療機関への連絡

- 病院を受診する場合は、事務室へお申し出ください。病院への連絡は職員が行います。
- 病院等医療機関への搬送は、団体で行ってください。
- 病院から戻られたら必ず診断結果等の状況を職員に報告してください。

### (5) その他

- 食中毒予防のため食料品・食事材料の持ち込みはご遠慮ください。
- AED(自動体外式除細動器)は、事務室前・プレイホール前・キャンプセンター(キャンプセンターへの設置は5月~10月)の3箇所に設置しています。

## 2. 安全管理

自然体験は、常に危険と隣り合わせの状況で展開されます。万全の安全対策のもと、意欲的・積極的に活動できるように、以下の点に留意しながら活動プログラムを展開してください。

### (1) 野外活動における安全対策

#### ①活動計画作成時の留意点

- 無理のない活動プログラムを選択してください。  
子どもたちの経験や発達段階を踏まえ、ゆとりを持たせてください。
- 自然環境や気象条件をしっかりと把握してください。  
季節や時間等によって実施が難しい活動もあります。自然環境や気象条件を考慮した計画を立ててください。
- 実地踏査を必ず行ってください。  
危険箇所の確認や休憩箇所、活動プログラムによっては、指導者の配置場所をしっかりと把握しておくことが大切です。また、万が一の場合の非常口、避難経路や消火器の位置を確認してください。
- 指導者や引率者の役割分担を明確にしてください。  
実地踏査の結果を踏まえて、指導者等の役割分担と救急体制を確認してください。

#### ②活動を始める前の留意点

- 参加者の健康観察を必ず行ってください。  
健康状態が活動に耐えうるかどうか、確認してください。
- 装備や活動用具などを活動開始前に点検してください。  
活動に適した服装や装備が万全か、確認してください。
- 野外活動の際は必ず「野外体験活動実施票」の提出と無線機（緊急時の事務室との連絡用。事務室にて貸出）を携帯してください。  
団体内の連絡手段として、トランシーバーを貸し出せます。ただし、1台につき単三電池3本が必要ですので団体で準備してください。
- 気象情報を確認してください。  
山の天候は、変化しやすいので、気象に関する情報を確認してください。事務室入り口にその日の気象情報を掲示しています。
- 危険な生物（熊、スズメバチ、ヘビ、マダニ）などの知識を事前に把握し指導を行ってください。

#### ③活動中の留意点

- 参加者の活動の様子をしっかりと把握してください。  
参加者の健康状態、活動の状況などに目を配り、必要に応じ適切な指導を行ってください。また、活動用具の使用方法等に誤りがないか十分注意してください。
- 万が一、事故が発生した場合は、直ちに事務室へ連絡ください。  
携帯している無線機や携帯電話等の連絡手段を使って、事務室に連絡を入れてください。状況に応じた適切な対応をさせていただきます。

#### ④活動終了後の留意

- 参加者全員の安全確認をしてください。  
全員の人員点呼を必ず行い、全員が無事に活動を終了したことを確認してください。
- 事務室に活動が終了したことを報告してください。

### (2) 緊急連絡

- 22:00以降は宿直室（内線304）に連絡してください。  
緊急の状況により、事務室より救急車を要請します。

### (3) 災害発生時

- 火災・地震等の災害が発生した場合、又は発生する恐れがある場合は、直ちに全館放送にて皆様にお知らせします。全館放送に従って行動してください。

## 3. 医療機関

	病院・医院等	診療科目	診療(受付)時間・休診日		TEL番号・住所・備考	所要時間
①	長藤診療所	整形外科	診察	月曜 8:30~12:00 水曜 終日 木曜 終日(内科)	(0265) 94-2001 伊那市高遠町長藤 1849-1 ※保険証コピー対応可	約20分
			休診	火曜・金曜・土曜・日曜・ 祝日		
②	春日医院	内科 消化器内科	診察	8:30~11:30 15:00~17:00	(0265) 94-2054 伊那市高遠町西高遠 1784-1 ※保険証コピー対応可	約30分
			休診	木曜PM・土曜PM・ 日曜・祝日		
③	ケイ皮フ科 クリニック	皮膚科 アレルギー科	診察	9:00~11:30 14:00~16:30	(0265) 71-7881 伊那市上新田2596-2 ※保険証コピー対応不可	約40分
			休診	木曜・土曜・日曜・祝日		
④	田中病院	整形外科	診察	休診中(医師不在)	(0265) 78-3555 伊那市下新田3193 ※保険証コピー対応可 ※連絡先が必要となります	約40分
		小児科	診察	月曜・火曜・木曜・金曜 9:00~12:20 15:00~17:30 水曜 16:00~17:30		
		内科・外科	診察	月曜~金曜 9:00~12:20 16:00~17:30 土曜 9:00~12:20		
⑤	諏訪地区 小児夜間 急病センター	小児科	受付	18:30~21:00	(0266) 54-4699 諏訪市四賀2299-1 ※保険証コピー対応可 ※連絡先が必要となります	約40分
			診察	19:00~21:00		
			休診	年中無休		
⑥	伊那中央病院	総合病院	診察	8:30~11:30 17:15より救急受付	(0265) 72-3121 伊那市小四郎久保1313-1 ※保険証コピー対応不可	約50分
			休診	土曜・日曜・祝日		
⑦	諏訪中央病院	総合病院	診察	8:00~11:00 (受付時間) 午後 救急のみ	(0266) 72-1000 茅野市玉川4300 ※保険証コピー対応可	約50分
			休診	土曜・日曜・祝日		
⑧	諏訪 赤十字病院	総合病院	診察	8:30~11:00 (一部診療科は除く)	(0266) 52-6111 長野県諏訪市湖岸通り 5-11-50 ※保険証コピー対応不可	約50分
			休診	土曜・日曜・祝日 8/15(創立記念振替)		

## 4. 緊急避難場所

- 避難場所は **①利用者駐車場** **②森の広場** **③すりばち広場** **④わんぱく広場** の4か所です。  
各避難場所は看板で案内表示してあります。  
緊急時には、状況に応じて安全な緊急避難場所に避難し、当施設職員の指示に従ってください。
- 緊急連絡先

お近くの内線電話から  
内線304（宿直室）に連絡してください。

