

健康・安全の手引き

英彦山青年の家 研修課

～事前の準備～

☐ 研修生の健康状態の把握

健康面で気になる研修者には、事前に医師の判断・指導を受けさせてください。

※特別配慮することがある場合は、事前に職員へご連絡ください。

☐ 防寒対策

平地との気温差は5～6℃あり、夏場においても朝夕は冷え込む場合があります。

☐ 救急用品、生理用品等の持参

常用している薬のある研修者は、その薬を持参させてください。

☐ 緊急車両の準備

救急車到着まで30分かかります。搬送経路の確認しましょう。

☐ 健康保険証の持参

医療機関を受診するためには保険証が必要です。

～野外活動準備～

☐ 計画

☐ 事前踏査の実施

～研修当日～

☐ 非常口と避難経路の確認



☐ 研修期間中の天候の確認（警報等の確認も行ってください）

※急な天候の変化（霧、雨）や、雷も考えられます。



～野外活動実施に向けての安全対策～

事前踏査のポイント

☐コース、エリアの確認
(迷いそうな箇所等)



☐時間の確認



☐引率者の配置の確認



☐緊急搬送経路
(駐車場の確認)



こんなところが危険

☐動植物



☐地理条件



☐刃物・火



☐計画不足(設定時間等)



服装・装備

☐帽子



☐長袖長ズボン(白色系の服)



※ハチ対策



☐時計



☐救急セット

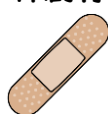


救急セット例

☐消毒薬



☐絆創膏



☐三角巾



☐包帯



☐ガーゼ

☐サージカルテープ



☐体温計



☐ピンセット



☐かゆみ止め



☐ティッシュ



☐ゴミ袋



☐アルミシート



※防寒対策