

国立淡路青少年交流の家



リーダーファイル

目次

■ 利用日の流れ P.1
■ 施設での生活についてP.2～P.3
■ シーツの受取・返却 P.4
■ 標準生活時間 P.5
■ 指導者フロアについて P.6
■ 食堂レイアウト等について P.7～P.8
■ 退所点検等について P.9～P.11
■ お茶の補給方法について P.12
■ 経費の支払いについて P.13
■ 嘔吐や下痢の場合/熱中症予防について P.14～P.15
■ 災害時の対応について P.16～P.20

事務室への連絡方法

TEL: 0799-55-2695
17:15～8:30 は0799-55-2699
内線: 330 (23:00～6:30 は339)

令和8
(2026)
年度版

施設概要

かんぽラジオ体操広場 ※避難場所

カッター係留地



7メートルのカッターボートが8艇あります。

体育館 (24m×35m)



バレーボールコート2面、(バスケットボールコート1面分)の広さです。

工芸教室



創作活動の拠点となるスペースです。

テニスコート (4面)



砂入り人工芝(オムニコート)です。



かんぽラジオ体操広場



朝のつどいのステージです。
利用団体の交流の場となります。

講堂 (14m×21m)



講演・レクリエーション・キャンドルの
つどいなどに利用できる研修室です。

食堂



美しい浜辺や夕日を見ながら、220名が
一度に利用できるバイキング形式の食堂です。

研修室



定員14名～90名の各種研修室が、14室あります。

野外炊飯場



野外炊飯場は、100名まで利用できます。

● 自動販売機

宿泊室



洋室と和室があります。

浴室



大浴室60名、
中浴室30名
利用可能な広々
とした浴室です。

談話室 (桜棟2階)



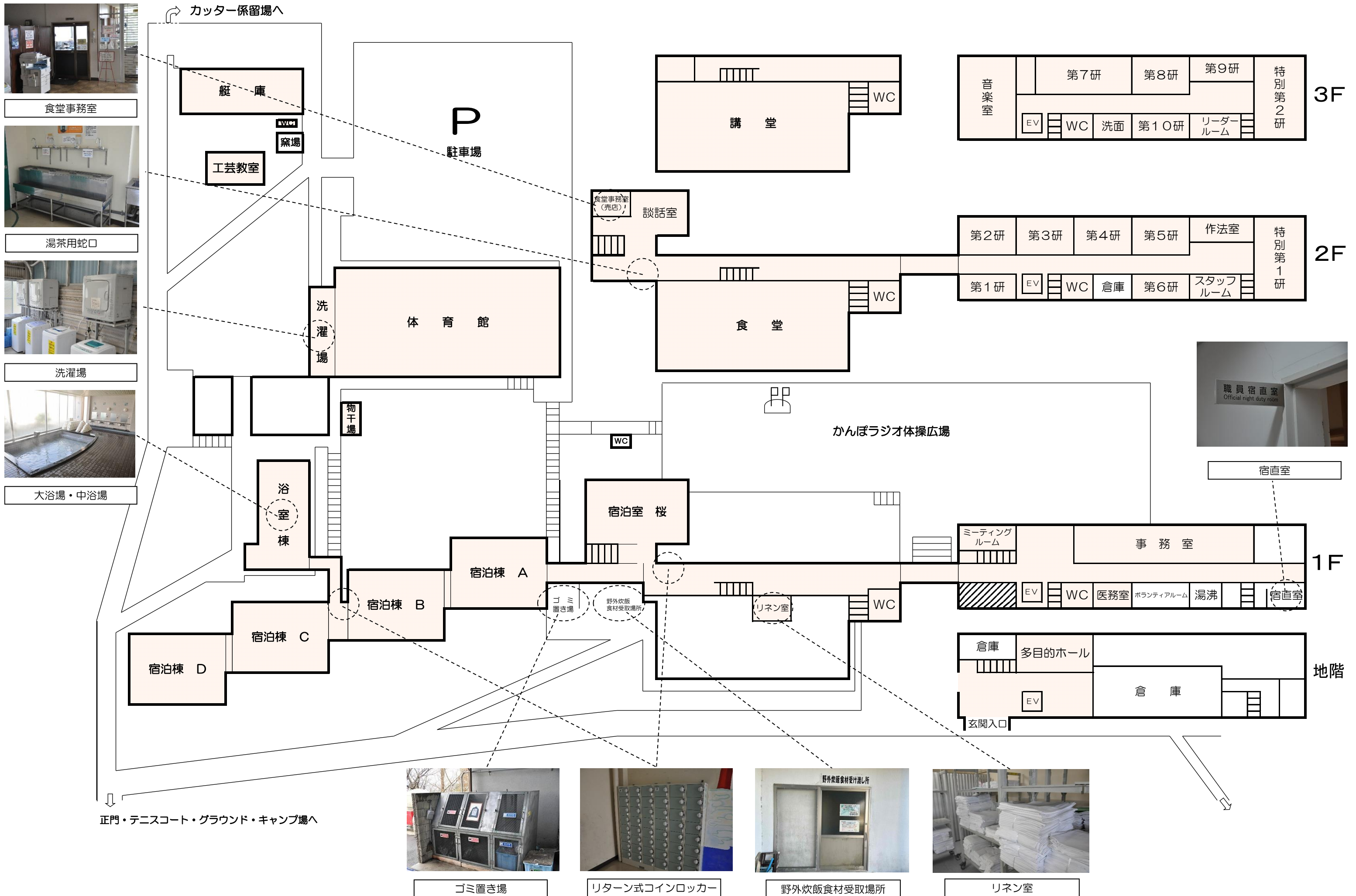
談話室内にも自動販売機があります。

グラウンド (100m×130m)



サッカー、ソフトボール等に利用できます。

施設建物配置図



使い終わった研修室のつくえ・いすは

配置図を参考に片づけてください

※配置図は各研修室の壁に掲示してあります

2 研、3 研、4 研、5 研、7 研、8 研、10 研、特 1 研、音楽室

→つくえはたたみ、いすは重ねて端に並べてください



1 研、6 研、9 研、スタッフルーム

→つくえといすはたたんだり重ねたりせず、並んでいる状態にしてください。



利用日の流れ

(★) の項目は代表者が行ってください。

○1日目にすること

項目	場所	内容
入所の手続き (★)	交流の家事務室	利用に関する手続きと説明を行います。 ・「利用者名簿」の提出 ・リーダーファイルの受け渡し ・プログラムの確認 ・鍵、駐車許可証等の貸出 など
シーツの受け取り →【P. 4】	リネン室	シーツ (2 枚)、枕カバー (1 枚) の計 3 枚を 宿泊室に持って行ってください。

○利用期間中にすること

項目	場所	内容
代表者会議 (★)	事務室	毎日 16:45～、利用団体の代表者が集まって会議を行います。 ・プログラムの確認 ・連絡事項の伝達 ・雨天時の活動場所の調整 など
清掃	各活動場所	使った場所は、その都度清掃を行ってください。
研修物品の受け取り	事務室または 食堂事務室	・研修に必要な備品は、事務室で貸し出します。 ・注文した教材は、食堂事務室でお受け取りください。

○退所日前日にすること

項目	場所	内容
利用内容確認書の提出 (★)	交流の家事務室	退所日前日の代表者会議までに、交流の家事務室に 「利用内容確認書」(提出物 1) を提出してください。

○退所日にすること

項目	場所	内容
シーツの返却 →【P. 4】	リネン室	種類ごとに返却してください。
宿泊室の清掃・退所点検 →【P. 9～P. 11】	宿泊棟	職員が宿泊室の点検を行います。各フロアに 1 名以上の 立ち会いをお願いします。 ・部屋、廊下、洗面台の掃除 ・寝具の整理整頓 ・ゴミ捨て、ゴミ袋の交換 など
経費の支払い (★) →【P. 13】	①交流の家事務室 ②食堂事務室 ③食堂事務室	①施設使用料、活動体験料、指導料の請求書を受取。 ②食堂事務室で、食費、教材費の請求書を受取。 ③現金払いの場合は、①②の請求書をもとに支払い。
退所の手続き (★)	交流の家事務室	・アンケート (提出物 2)、清掃チェック表 (提出物 3) の提出 ・リーダーファイル、貸出物品の返却

施設での生活について

代表者の方へのお願い

当施設は、教育を目的とした研修施設です。皆様が気持ちよく過ごせるよう、以下の３点について団体の皆様にご指導くださいますようお願いいたします。

- ①時間とルールを守る
- ②使った場所は掃除をする
- ③あいさつをする

■ 生活時間 →【P. 5】

- 起床は 6：30、就寝は 22：30 です。
- 22：30～6：30 は全ての出入り口を施錠します。

■ 活動について

- 事前に送付した調整プログラムに沿って活動してください。
活動場所や内容の変更を希望する場合は、事務室にご相談ください。
また、有事の際に利用者の無事を把握するためにも、所外での活動場所の確定や当日プログラム場所等変更がありましたら随時事務室まで連絡をお願いいたします。
- 朝のつどいは、6：45 から「かんぽラジオ体操広場」にて行います。（雨天時は体育館）原則全員参加かつ、役割が当たっている団体は担当職員の指示に従ってください。
- 当施設に隣接している吹上浜の海は立入禁止です。波打ち際にも近づかないでください。
過去に事故が発生しています。引率者の方は十分な注意をお願いいたします。

■ 災害時の対応 →【P. 16】

- 避難場所は、原則としてかんぽラジオ体操広場です。団体内へ周知願います。
- 有事の際は、職員の指示に従って行動してください。

■ 飲食

- 宿泊棟、研修室では水分補給のみ可能です。お食事はご遠慮ください。
- 団体で水筒等にお茶を補充することができます。 →【P. 12】

■ 入浴

- 事前にお伝えしている入浴時間を必ずお守りください。
- 22：00～23：00はそれぞれの団体の指導者枠として使用できます。
- 小浴場使用の際は、事故防止のため、入浴の前と後に備え付けの内線で事務室までご連絡ください。
- ご使用後は、洗面器・いすの整理整頓を必ず行ってください。

■ 宿泊室

- 空調はいつでもご利用できます。（1日に3回、自動停止時間帯があります） →【P. 5】
- 宿泊室では水分補給のみ可能です。
過失、故意に関わらず、寝具を汚してしまうとクリーニング代が発生します。
（マットレス：2,300 円、枕：1,000 円）

■ 清掃

- 研修室等は使い終わったら掃除をし、椅子や机を元の場所へ戻してください。
- 滞在中に出たゴミは、燃えるゴミ・燃えないゴミ（ビン・カン）・ペットボトル・生ゴミ・段ボールの5種類に分別して、ゴミ置き場に持って行ってください。
- ゴミ袋は事務室前にあります。**ゴミはできる限りまとめ、ゴミ袋使用枚数の削減にご協力ください。**

■ 貴重品の管理

- **貴重品の管理は各団体で行ってください。**リターン式のコインロッカーがございます。
- 宿舎、研修室のかぎは開いています。かぎが必要な場合は事務室へお声がけください。
※ かぎを紛失されると別途費用がかかります。

■ 駐車場

- 宿泊の方は、体育館裏の利用者駐車場を使用してください。
- 正面玄関前の駐車場には、**各団体につき1台まで緊急車両を停めることができます。**
事務室で駐車許可証を受け取り、フロントガラスに表示をしてください。

■ 談話室

- 飲食が可能な共有スペースです。6：30～22：00まで使用できます。
- 売店の営業時間は7：00～19：30です。売店が閉まっている場合は、食堂に行き、食堂職員に声をかけてください。

■ 指導者フロア

- 鍵はご希望の場合、事務室で受け渡しします。
- **チェックインは12：00以降、チェックアウトは8：40までです。**

■ 講師室

- 鍵は事務室で受けとってください。
- **チェックインは14：00以降、チェックアウトは9：00までです。**

■ 喫煙・飲酒

- **敷地内は全面禁煙**です。
- **アルコール類はお持ち込みいただけません。**
また、食堂にご注文のうえ、談話室のみで飲酒可能です。

■ 体調管理について

- 体調不良者、負傷者が発生した場合は、**直ちに代表者が事務室へご連絡ください。**
- 嘔吐の場合、職員が消毒処理を行いますので、必ず事務室までご連絡ください。
→【P. 14～】

■ 医務室

- 内服薬は置いていません。
- AEDがあります。その他、事務室横ロビーと事務室に設置しています。

■ 借り上げバスの運転手様の宿泊について

- 借り上げバスの運転手様が当施設にご宿泊される場合は、研修生の皆様と同じ生活時間でお過ごしください。併せて、施設の利用ルールに従っていただくようお願いします。
- 食事・入浴の時間は、団体の代表者より必ず運転手様にお伝えください。

シーツの受取・返却

■ 受取

リネン室で必要数を棚からお取りください。

シーツを汚してしまい交換される場合も、同じ棚からお取りください。

■ 1人分のシーツ類

シーツ、枕カバーの2種類があります。



シーツ（1人2枚）

オレンジや茶のステッチがあります。

白のひもでまとめてあります。



枕カバー（1人1枚）

一番小さいカバーです。

■ 返却

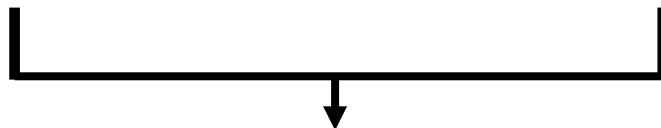
種類別にきれいに折りたたみ、部屋ごとにまとめ、リネン室にある返却ワゴンに種類別に返却ください。



枕カバーまとめ方の例



シーツまとめ方の例



返却ワゴン

標準生活時間

エアコンタイム

6:30	起床・寝具整理・洗面				エアコンタイム	
6:45	朝のつどい					
7:15	朝食時間	A	7：15～7：45	清掃		7:00 1分間の自動停止
		B	7：45～8：15			
8:40		C	8：15～8：45	退所点検 8：40～9：00		
9:00		D	8：45～9：15			
	研修ができる時間					
11:30	昼食時間	A	11：30～12：00			12:00 1分間の自動停止
		B	12：00～12：30			
		C	12：30～13：00			
13:30		D	13：00～13：30			
	研修ができる時間					
16:00	研修ができる時間					
16:45	代表者会議			入浴ができる時間 ① 16：00～17：00（60分） ② 17：00～17：50（50分） ③ 18：00～19：00（60分） ④ 19：00～19：50（50分） ⑤ 20：00～21：00（60分） ⑥ 21：00～21：50（50分）		17:00 1分間の自動停止
17:15	夕食の時間	A	17：15～17：45			
		B	17：45～18：15			
		C	18：15～18：45			
		D	18：45～19：15			
19:15	研修ができる時間					※一部水質検査のため、 入浴時間が短くなっています。
22:00	就寝準備					
22:30	就寝					

7:00

1分間の自動停止

12:00

1分間の自動停止

17:00

1分間の自動停止

※一部水質検査のため、
入浴時間が短くなっています。

交流の家は、たくさんの団体が利用します。
生活時間を必ず守り、みんなが気持ちよく使えるよう心がけましょう
1日に3回、1分間の自動停止時間帯があります。

指導者フロアについて

- 宿泊棟C棟1Fフロアの宿泊室です。シャワー等の設備が宿泊室内にあります。
- 原則、同団体内での相部屋（2名定員～4名定員）による配室となります。
- 複数団体が使用するフロアです。
- 事前申込が必要です。（申込期限：ご利用2週間前まで）

<設備>

- ・ 温水シャワー（リンスインシャンプー、ボディーソープ、バスマット あり）
※ 24時間使用可（退所日は、退所点検（8:40頃）を受けるまで使用可。）
- ・ トイレ、洗面所 / 空気清浄機 / Wi-Fi 使用可
※ 指導者フロア内（宿泊室、廊下）は土足禁止です。

<当日の使用法>

- ・ 宿泊室の鍵が必要な場合は、事務室でお受け取りください。
- ・ シーツの受取・セッティング・返却は、セルフサービスをお願いします。
- ・ 退所日には、寝具をたたみ、宿泊室を清掃のうえ、退所点検（清掃等の点検）を受けてください。
- ・ 宿泊室の鍵は、退所点検後、速やかに事務室まで返却願います。

<使用料>

- ・ 宿泊期間にかかわらず、1,300円／1名です。（別途施設使用料がかかります。）

例）大人1名2泊3日利用の場合：施設使用料2,500円/1泊×2＋指導者フロア宿泊室使用料1,300円＝6,300円

（食事料金、活動体験料は別）

<チェックイン・チェックアウト>

- ・ チェックイン 12:00以降
- ・ チェックアウト 8:40頃 ※ 退所点検（8:40頃）以降は使用できません。

<指導者フロアの紹介（一例）>



【設備】トイレ／洗面所／ユニットバス



宿泊室（2名定員）



宿泊室（4名定員）

指導者フロアを除くCD棟宿泊室の使用法について

- 指導者フロアを除くCD棟の宿泊室のシャワー設備は、使用しないでください。
※ 「シャワー使用不可」の掲示があります。
- シャワーや浴槽を使用した場合、別途使用料（1,300円）を頂戴します。

食堂レイアウト等の変更について

日頃より、当施設の運営にご理解、ご協力を賜りましてありがとうございます。
さて、令和5年7月3日より、食堂のレイアウト等を以下のように変更します。
利用者の皆様には、何卒ご理解いただきますようお願いいたします。

< 変更点 >

- 座席数の変更 : (変更前) 90席 → (変更後) 216席
※ 各時間枠の定員は、従来通り90名です。
- レイアウトの変更 : 【食堂レイアウト図】のとおり
- 利用方法の変更 : (変更前) 食堂奥から詰めて座る。
(変更後) A、Cの時間帯 …… 食堂奥側から詰めて座る。
B、Dの時間帯 …… 食堂手前側から詰めて座る。

【食堂利用方法】

(1) 食事時間・定員

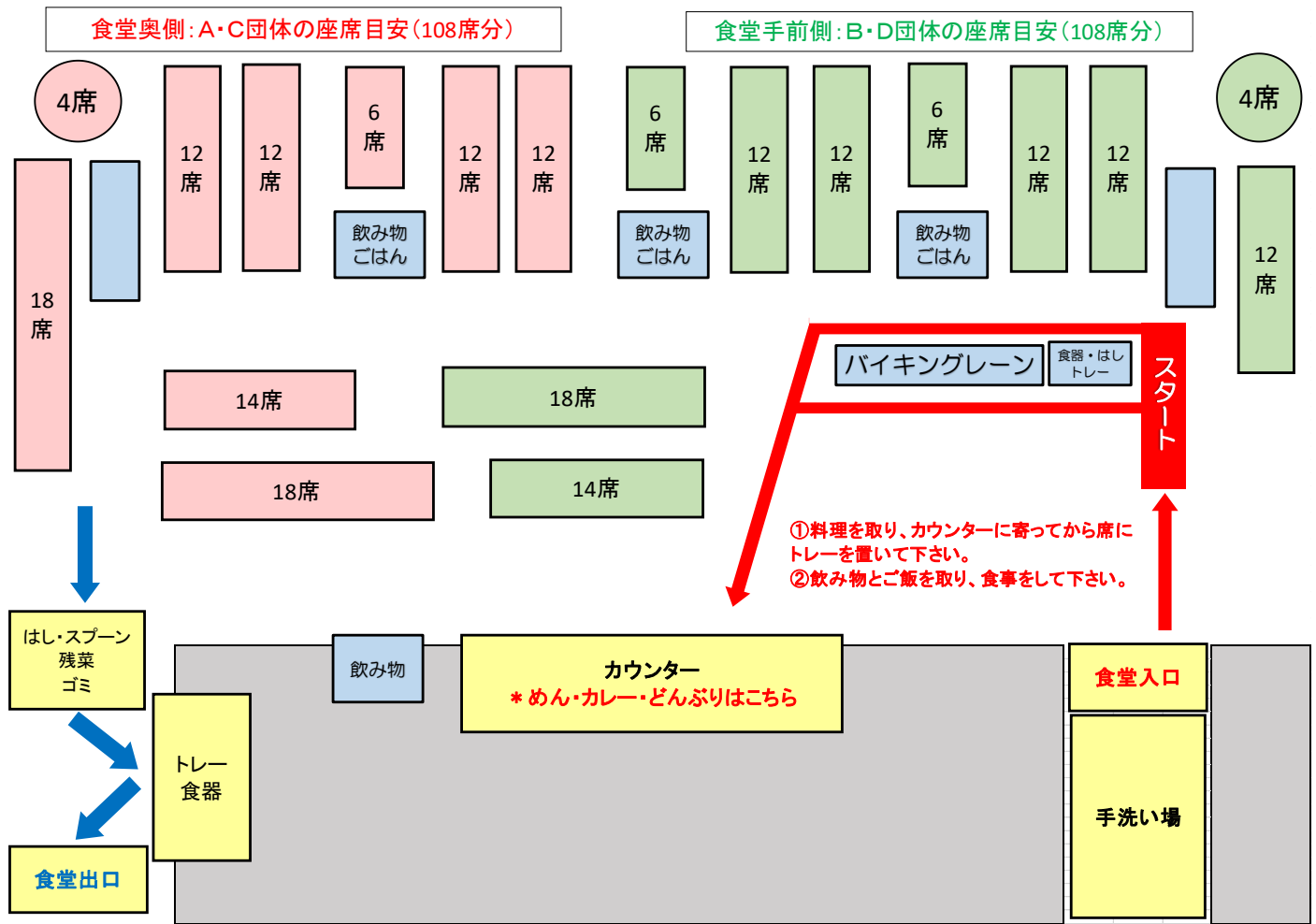
- ・ A～Dの枠があり、各時間枠の利用定員は90名です。(総座席数：216席)
- ・ 割り振られた時間内に食事をお済ませください。
- ・ 配膳は、各時間枠開始の5分前から可能です。
- ・ その日の利用状況により、他団体と食事時間が重なる場合があります。

(2) 使用する座席について

- ・ A、Cの時間枠を利用する場合 …… 食堂奥側から詰めて座ってください。
- ・ B、Dの時間枠を利用する場合 …… 食堂手前側から詰めて座ってください。
(直前の時間枠の団体の退席を待たずに、配膳を始めてください。)

	朝食 (各回30分)	昼食 (各回30分)	夕食 (各回30分)	使用する座席
A	7:15～7:45	11:30～12:00	17:15～17:45	奥側
B	7:45～8:15	12:00～12:30	17:45～18:15	手前側
C	8:15～8:45	12:30～13:00	18:15～18:45	奥側
D	8:45～9:15	13:00～13:30	18:45～19:15	手前側

【食堂レイアウト図】



※ 時間枠ごとの座席表示はあくまでも目安であり、座席の使用を確約するものではありません。
直前の団体が目安の座席以外の座席を使用している場合は、空いている座席をご利用ください。

退 所 点 検

○指定した時間に職員が行います。

時間に間に合わない場合は事務室にご連絡ください。

○各フロアに1名以上の立ち会いをお願いします。（児童・生徒も可）

※やり直しがあれば立ち会いの方に行っていただきます。

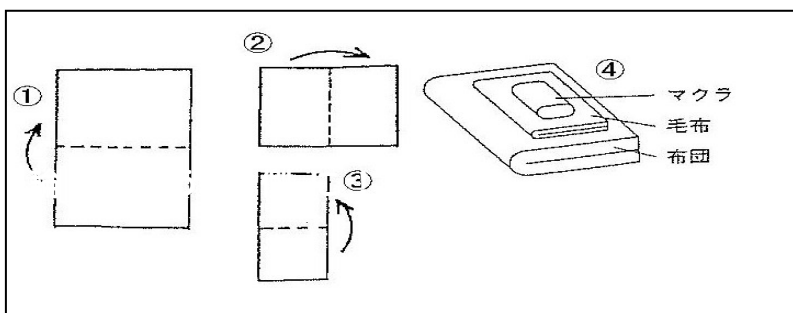
○その他の方は、荷物を持って部屋から出てください。

<点検項目>

- (1) 部屋・廊下の掃除ができていますか？
- (2) 布団・毛布は、綺麗にたためていますか？
- (3) カーテンは開けて、バンドで留めていますか？
- (4) ロッカーは開けていますか？ハンガーは3本ありますか？
- (5) エアコン・電灯のスイッチはOFFになっていますか？
- (6) 廊下・洗面台のゴミ箱は空にし、袋をつけていますか？
- (7) 洗面台は綺麗になっていますか？
- (8) 忘れ物はありませんか？

布団の畳み方

☆布団は長辺を2回、毛布は3回折りたたみます。



しゅくはくしつ かくにん 宿泊室のそうじと確認

たいしょてんけん 退所点検までに **1** ▶ **2** ▶ **3** の順番に部屋のそうじ、確認をしましょう！

1 布団・毛布を、ろうか側(あしもと側)へおき 折り目を、ろうか側(あしもと側)へむける



※夏の期間は毛布はありません。

2 ロックアを かたづける



3 ① ~ ⑤ の順番で確認・そうじをする



⑤ 照明をけす

④ カーテンをバンドでたばねる

③ まどのカギをかける

② ベッドの下、通路、床の
ゴミを、そうじする

① ベッドの上の砂やホコリを
そうじする

部屋を出るまえに、忘れ物がないかもう一度確認しましょう

シーツの使い方

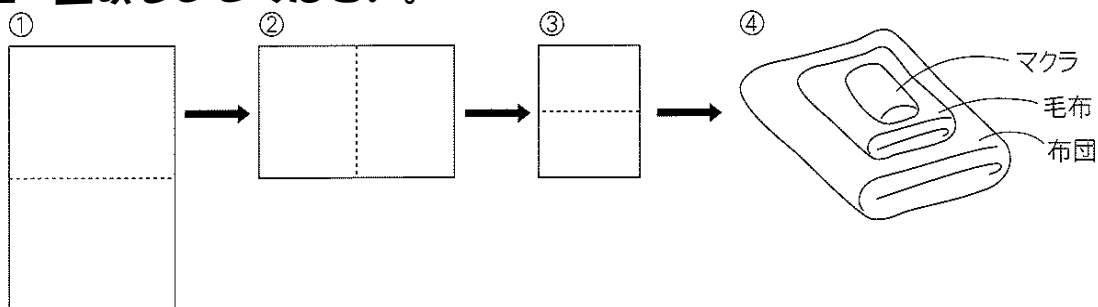
マットレスの上と布団の下にシーツ（右図の赤色）をかけ、シーツとシーツの間に寝ます。



枕は、袋状になった枕カバーの中に入れてください。

布団・毛布のたたみ方

長い辺を、掛布団は2回、毛布は3回折りたたみ、折り目をそろえて整理・整頓をしてください。



シーツのかたづけ方

使用後のシーツは、種類別（シーツ、枕カバー）に折りたたみ、部屋ごとにまとめて、リネン室にある返却ワゴンに返却してください。



シーツ



枕カバー



リネン室の返却ワゴン

お茶の補充方法

■ 団体で水筒等にお茶の補充を希望される場合は、次の要領で行ってください。

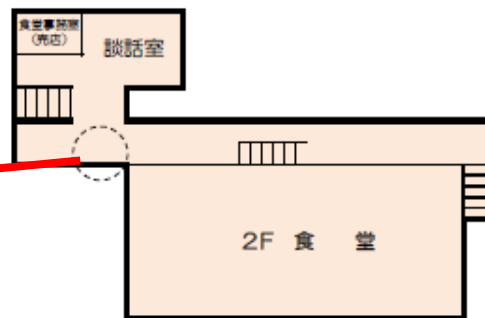
①食堂で給湯タンクを借り受ける。

- 9ℓのタンクが11個あります。貸出数は、代表者会議で相談させていただきます。
- 貸出時間は **6:30~19:30** です。
- 団体でジャグややかんをお持ちの場合は、そちらをお使いいただけます。

②食堂入口横の蛇口からお湯か水を補給し、お茶を作り補給する。

- お茶パックは食堂で購入できますのでお声がけください（1パック10円）。
- お茶パックは持ち込みも可能です。
- お湯は85℃と高温になっているため、十分注意してください。
- お茶を配布する際は、周辺の銀機をご利用ください。

（お湯2ヶ所、水道水2ヶ所）



③補給終了後、速やかにタンクを食堂に返却する。

- 衛生上、補給終了後すぐに食堂に返却ください。給湯場所以外でのご利用はお断りしております。
- 共用サービスのため、団体同士で譲り合ってください。

経費の支払い

- 請求書は2ヶ所で発行します。

＜お支払いの流れ＞

① 交流の家事務室

- ・「**利用内容確認書**」をご提出ください。（退所日前日の代表者会議まで）
- ・施設使用料、指導者フロア使用料、活動体験料、指導料の請求書をお受け取り下さい。
- ・お支払い方法は、現金払い・コンビニ振込・銀行振込よりお選びいただけます。
現金払いの場合は、食堂事務室でお支払いください。
コンビニ払いの場合、バーコードを読み取っての電子決済も可能です。（手数料別途必要）
- ・請求書を複数枚に分割することも可能ですので、ご相談ください。

② 食堂事務室（談話室内）

- ・食費、教材費の請求書を発行します。
- ・お支払い方法は、現金払い・銀行振込のいずれかです。

※必ず①→②の順にお願いします。

- その他別途費用が必要となる場合

- ・物品の亡失・破損があった場合
…団体に責任があると判断した場合、実費をお支払いいただきます。
＊後日、団体宛に請求書をお送りします。
- ・宿泊室の寝具類を汚してしまった場合
…マットレスや枕等の寝具を故意または過失で汚してしまった場合、以下のとおりクリーニング代をお支払いいただきます。
● マットレス：2,300 円 ● 枕：1,000 円
＊事前に交流の家事務室にお伝えいただいたうえで、食堂事務室にてお支払いください。



感染症の可能性があります

すみやかに事務室に報告するとともに、当該者を
いったん別室にて様子を観察する（所定の部屋に案内します）

＊リーダーの付添をお願いします（マスクの使用・手洗い）

＊当交流の家職員が処理を行います

医療機関での受診を原則とする
（原因不明の時は必ず受診）

＊カッター研修による船酔い等もあるので

医療機関で受診の際、当所における集団生活続行
の可否の診断も必ず受けてくる

集団生活
可能の診断

症状が落ちつくまで
別室にて休養

集団生活
不可能診断

帰宅していただく

熱中症に注意

国立淡路青少年交流の家

運動などをすると体に多くの熱が発生しますが、汗をかくことなどにより熱を放散し、体温が上がらないようにしています。暑い中では、多くの汗をかくので、水分を補給しないと脱水になります。また、熱の発生に対して熱の放散が追いつかないと体温が上昇し、放置しておくとならぬ様々な臓器に障害をきたし、大変危険な状態になります。

これが熱中症で、帽子をかぶらず強い直射日光の下で運動・スポーツや作業等をしたり、屋内でも温度や湿度の高い所で長時間にわたって運動・スポーツや作業をしたりすると、生じる可能性があります。また、体の水分不足、高温に慣れない人、風通しの悪い服装、過労、空腹、下痢、睡眠不足などが熱中症の誘因となっています。

夏の暑い時期は、なるべく涼しいときに運動をするようにして、こまめに水分や塩分を補給し、休憩をとる必要があります。

《熱中症予防の原則》

1. 暑い季節の運動や作業は、**なるべく涼しい時間帯に行い**、運動が長期にわたる場合には、**こまめに休憩をとりましょう**。
2. 汗を多くかいたときには、屋内外にかかわらず、一人一人の状態に応じて、**こまめに水分や塩分(スポーツドリンクなど)を補給しましょう**。
3. 体が暑さになれていないときには、短時間で軽めの運動から始め、**徐々に慣れていきましょう**。
4. 暑いときには、**軽装にし、素材も吸湿性や通気性のよいものにします**。屋外で直射日光に当たる場合は、**帽子を着用し、暑さを防ぎましょう**。
5. 指導者は、暑さへの耐性は個人差が大きいことを認識する必要があります。**常に健康観察を行い、無理をさせないことが重要です**。

* 熱中症指標計で測定した指標(WBGT)を食堂出口・リネン室前に掲示していますので、参考にして安全に活動してください。

《熱中症の応急措置》

涼しい日の当たらない場所にねかせ、衣服をゆるめ、水分や塩分を補給するようにします。**うわごとを言ったり、応答が鈍かったり、少しでも意識がおかしい場合や昏睡状態でけいれんを伴っていたりする場合には、できるだけ早く医師の手当を受けさせなければなりません。すぐに救急車を要請し、到着までの間、ぬれタオルや氷などで積極的に体を冷やすなどの応急手当をします**。短い時間で、急速に重症となることもあるので、迅速な対応が必要です。

日頃から、緊急時の対応のために、熱中症対策についての共通理解を図り、救急体制を確立しておきましょう。

★ なお、文部科学省と独立行政法人日本スポーツ振興センターが共同で作成した「熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー」で、より詳しく解説していますので、是非ご活用ください。(ホームページ <http://www.naash.go.jp> よりダウンロード可)

災害時の対応について ―利用団体の皆様へ―

国立淡路青少年交流の家に滞在中に、避難をしなければならない災害が発生した場合についてご案内します。

※ 各団体の代表者は、事前に避難経路をご確認ください。

※ 避難をしなければならない災害の種類

- 火災（当所敷地内で発生時）

○ 津波（注意報・警報発令時）

○ 地震
- 津波注意報

津波警報

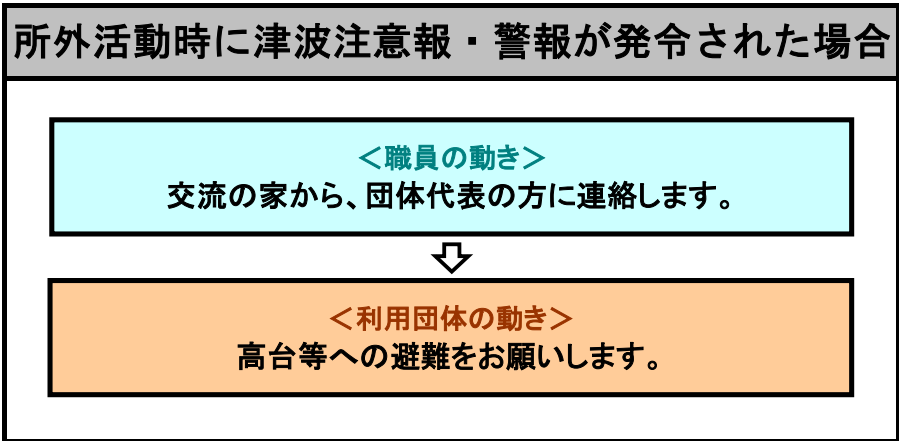
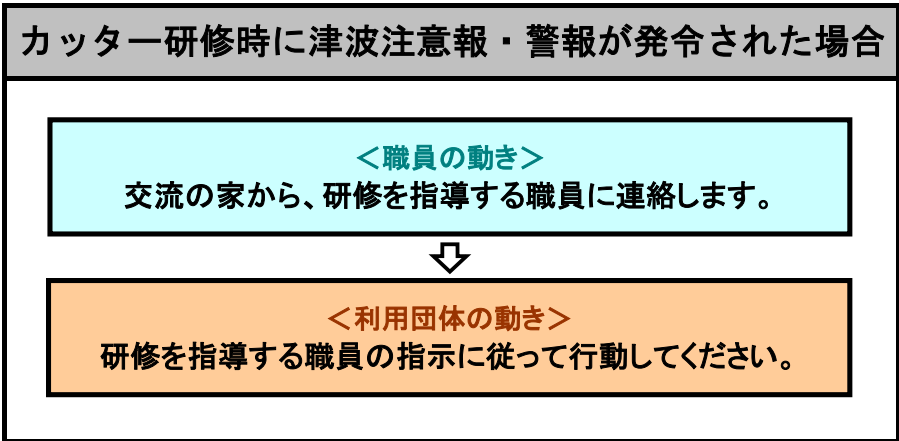
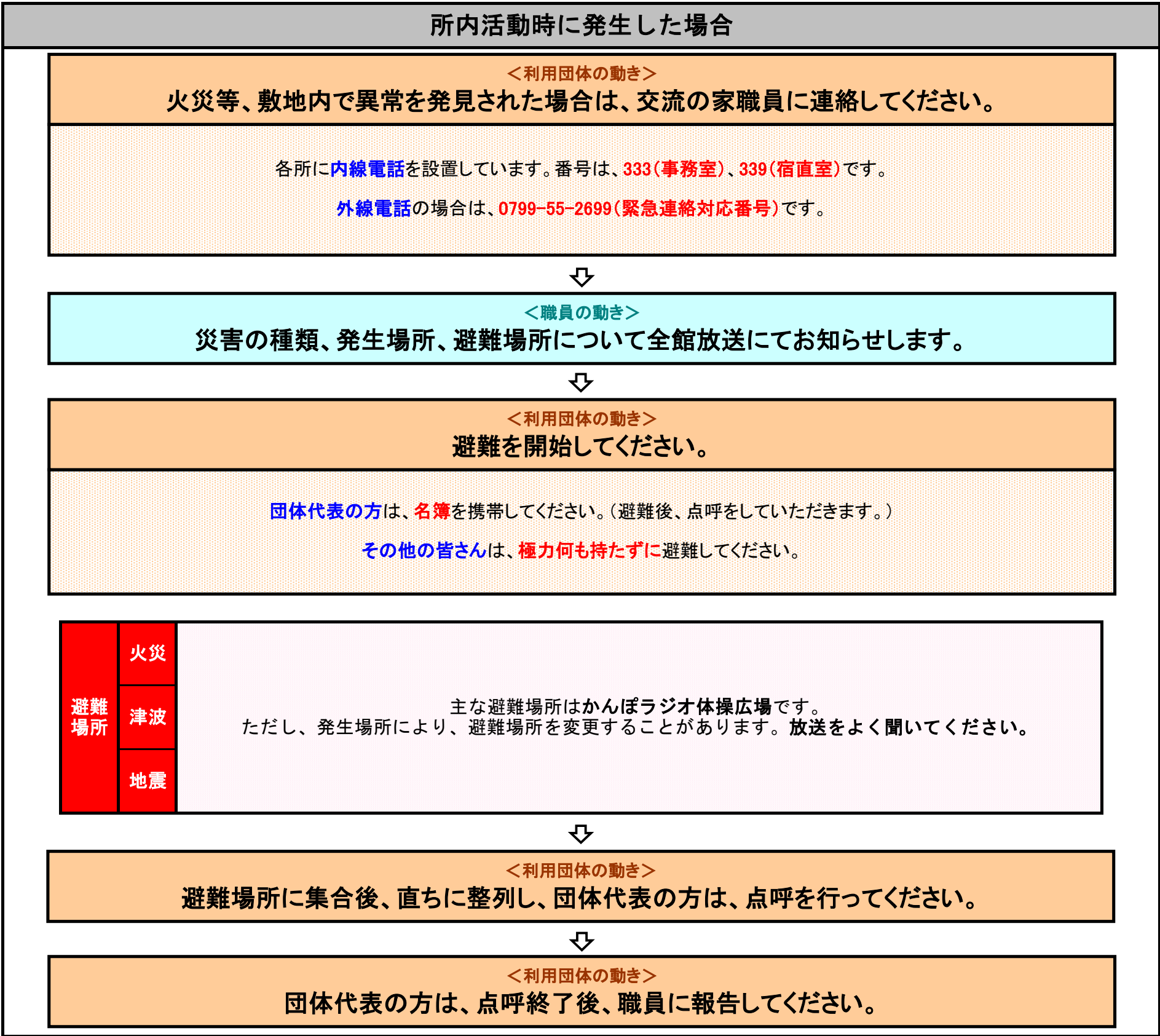
大津波警報
- ・ ・ ・ ・

・ ・ ・ ・

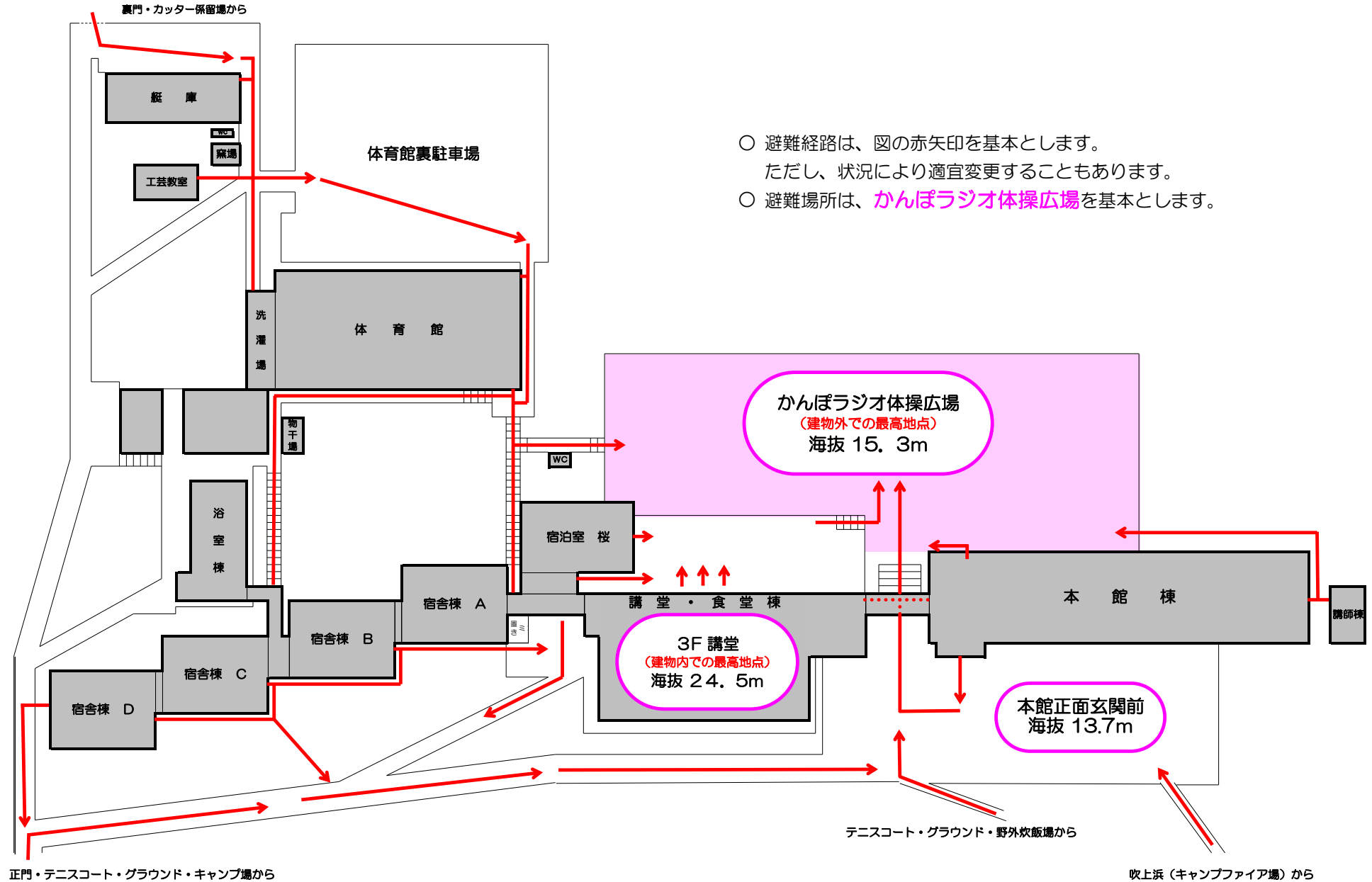
・ ・ ・ ・
- 高いところで0. 5 m程度の津波の到達が予想される場合

高いところで2 m程度の津波の到達が予想される場合

高いところで3 m程度以上の津波の到達が予想される場合



避難経路（建物全体図）



- 避難経路は、図の赤矢印を基本とします。
ただし、状況により適宜変更することもあります。
- 避難場所は、**かんぽラジオ体操広場**を基本とします。

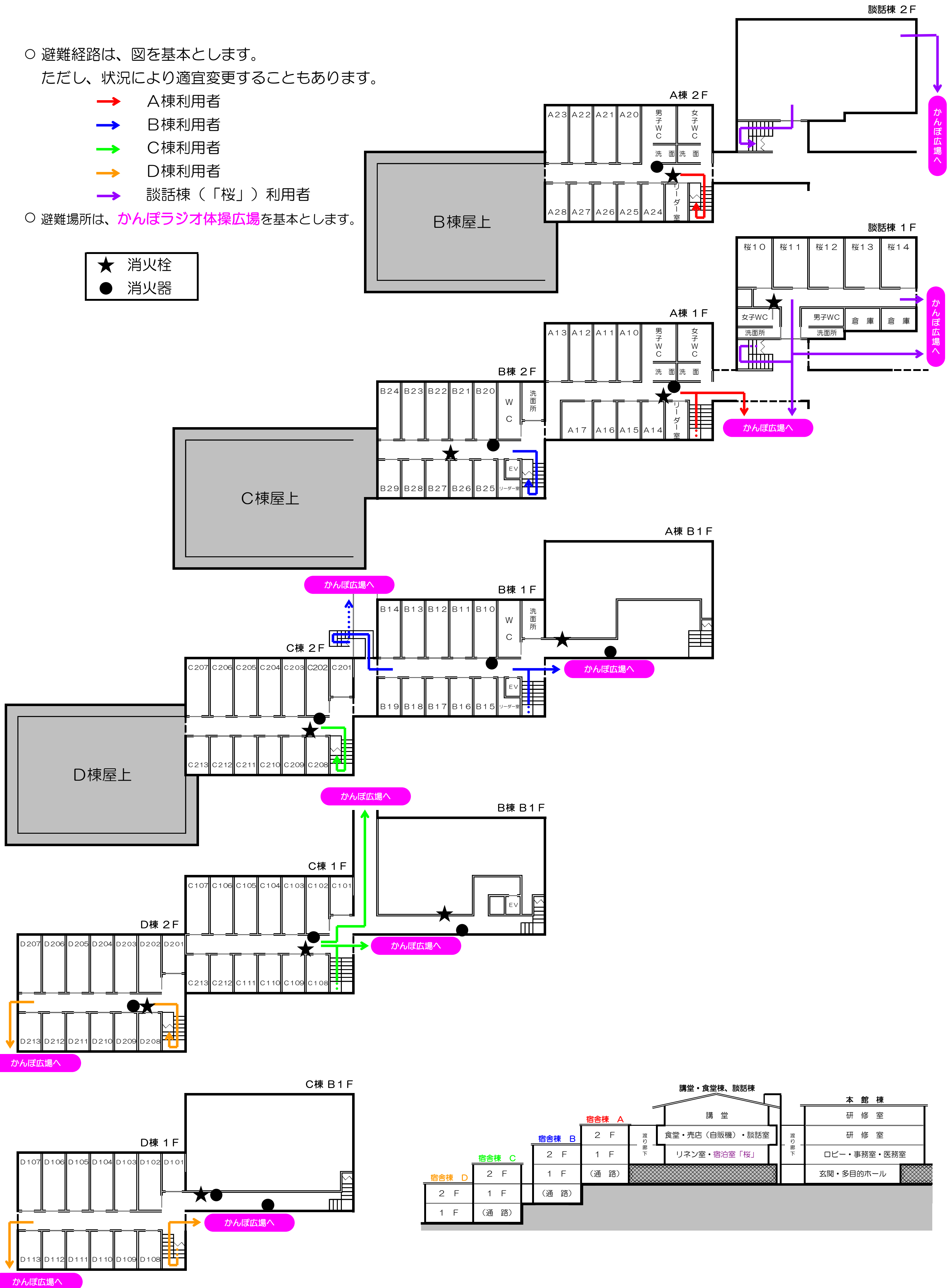
避難経路（宿舎棟）

○ 避難経路は、図を基本とします。
ただし、状況により適宜変更することもあります。

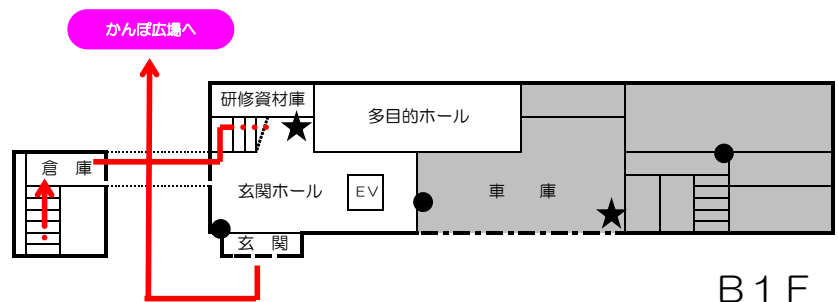
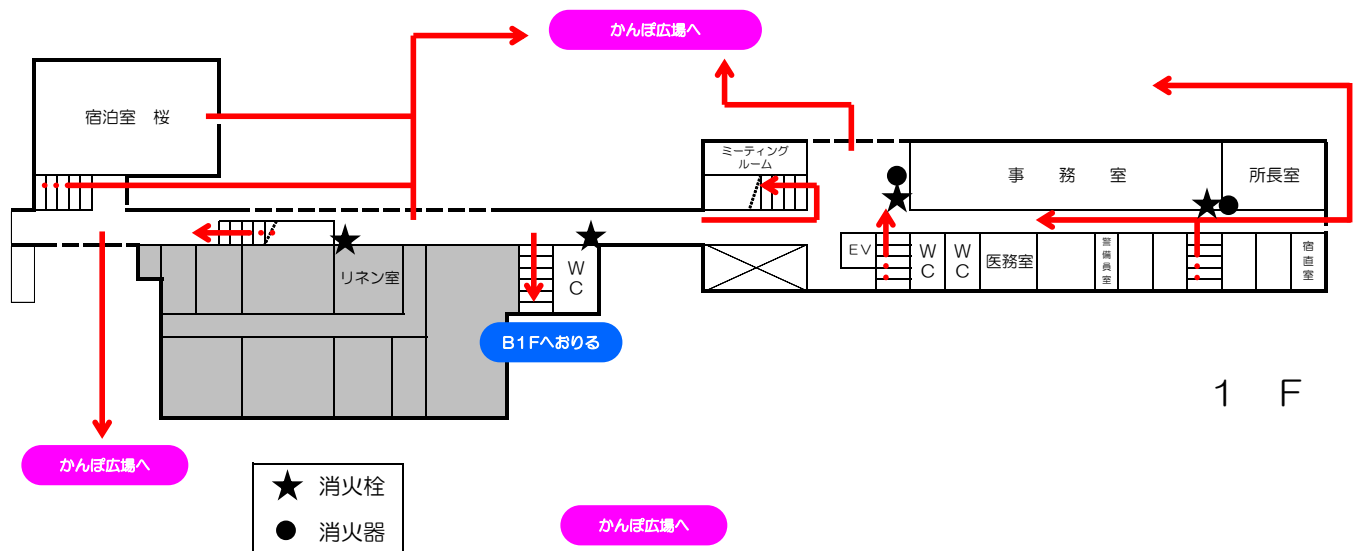
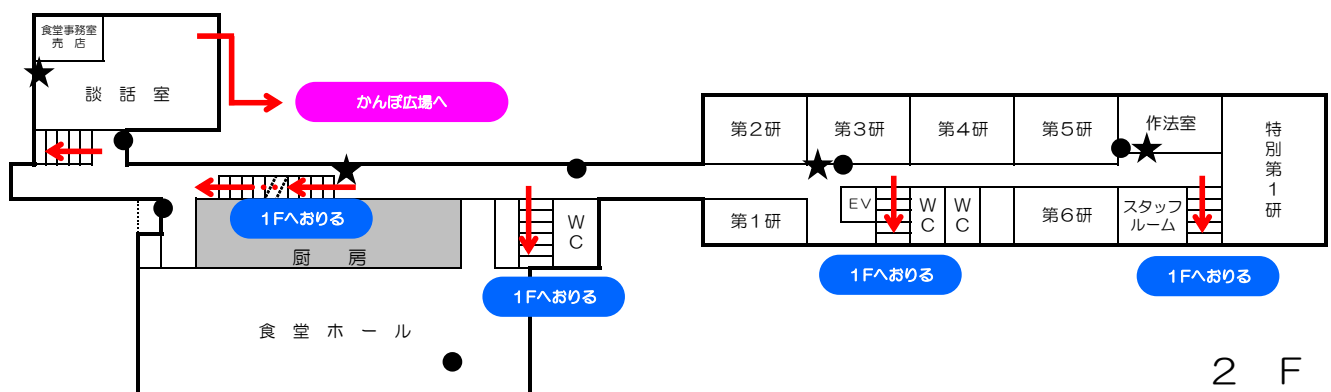
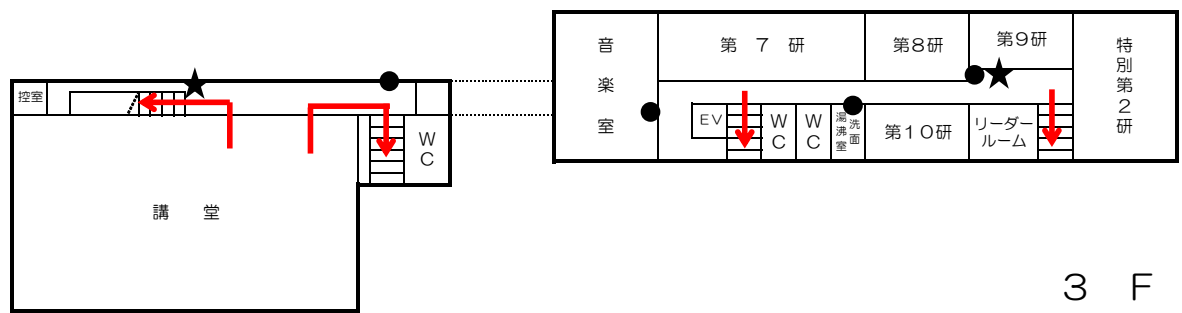
- A棟利用者
- B棟利用者
- C棟利用者
- D棟利用者
- 談話棟（「桜」）利用者

○ 避難場所は、**かんぽラジオ体操広場**を基本とします。

- ★ 消火栓
- 消火器



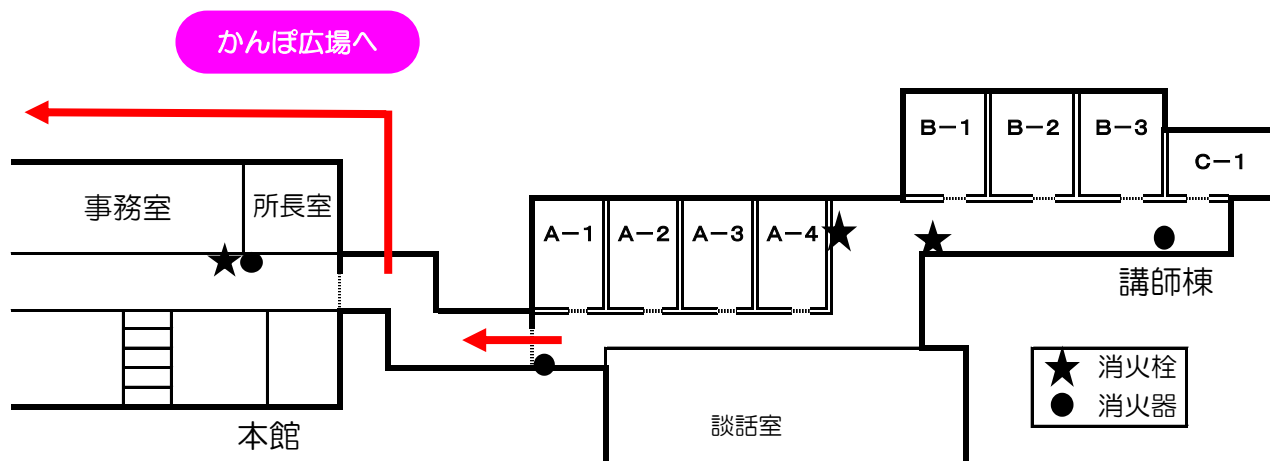
避難経路（本館棟、講堂・食堂棟、談話棟）



- 避難経路は、図を基本とします。
ただし、状況により適宜変更することもあります。
- 避難場所は、**かんぽラジオ体操広場**を基本とします。

避難経路（講師棟）

- 避難経路は、図の赤矢印を基本とします。
ただし、状況により適宜変更することもあります。
- 避難場所は、**かんぽラジオ体操広場**を基本とします。



安全は 楽しい活動の第一歩

スポーツ活動

(野球、サッカー、テニス等)



多いけが

①打撲②ねんざ③突き指

けがをした状況

- ボールをよけた時に人とぶつかって転倒し、後頭部を強打
- 走っている時に足をひねってねんざ

安全指導のポイント

- 活動中は周りをよく見ながら動くように指導する。
- 活動前にウォーミングアップやストレッチをして筋肉を伸ばし、体をほぐすようにする。



登山・ハイキング



多いけが

①ねんざ②虫さされ③打撲

けがをした状況

- 下山中、足場の悪いところで足をひねってねんざ
- 下山後、足首をみたらマダニがついていた。



安全指導のポイント

- 下山中は疲労で注意力が低下しやすいことから、適宜、休憩を取り、足場が悪いところは注意しながら歩くよう指導する。
- ハチやマダニの被害を防ぐため、登山に適した服装や着方(シャツの裾をズボンに入れる等)をするように指導する。

野外炊事



多いけが

①やけど②きり傷③虫さされ

けがをした状況

- 火起こしの時に火の粉が飛んできて腕をやけど
- 薪を押さえていた手にナタが当たり、指を切った。

安全指導のポイント

- 軍手、長袖、長ズボンなど野外炊事に適した服装をするように指導する。
- 包丁やナタの使い方を説明するだけでなく、誤った持ち方や動かし方を実際に見せながら安全な使い方を分かりやすく説明する。



自由時間



多いけが

①打撲②きり傷③すり傷

けがをした状況

- 友だちとふざけて遊んでいたら壁に頭をぶつけて出血
- ベッドで跳んで遊んでいたら落ちてしまい、ベッドの角で足をぶつけて切れた。



安全指導のポイント

- 自由時間は気が緩みやすく、けがが多いことを伝え、安全意識(自分の身は自分で守る、他の人の安全にも気を配る等)の向上に努める。
- 廊下や部屋を走り回ったり、ベッドや階段で遊ばないように指導する。

これも気をつけたい! 熱中症



熱中症といえば、気温や日差しといった環境要因に目がいきがちですが、疲労や体力不足、寝不足、水分不足といった本人の状態も影響してきます。また、屋外活動だけでなく、雨の日の屋内活動や夜の時間帯でも熱中症は起きているので注意が必要です。そのため、活動中は子どもの様子をよく観察し、無理のない活動を心がけるようにしましょう。

「熱中症を予防しよう-知って防ごう熱中症-」パンフレット→
(独立行政法人スポーツ振興センター HP より)



安全管理の3つのポイント

POINT 01 状況に応じた安全対策

計画段階ではできるだけ多くの危険を考え、活動中も危険の発見・把握に努めながら、状況に応じて適切な安全対策を行うようにしましょう。

五感を使って危険を察知

事故やけがにつながりやすいのは、危険があると一目では気づきにくい危険や、見落としやすい隠れた危険です。

想定外の事故やけがを起こさないように、活動中は五感をフルに活用し、隠れた危険を見落とさないようにしましょう。

Taste

変な味
熱い・冷たい
舌が痺れる



Hear

落ちた音
壊れる音
異常音
叫び声
怒鳴り声
泣き声



Smell

焦げ臭い
腐った匂い
オイルの匂い
雨の匂い



Touch

風
熱さ・冷たさ
へこみ・ゆるみ



Watch



活動前のチェックリスト



- ☐ 活動場所で危ないところがないか、使用する用具に破損がないかななどを点検しましたか？
- ☐ 気象情報（天気、気温、湿度、風など）を確認しましたか？
- ☐ スタッフ間で情報共有（子どもの人数や特性、役割分担、配置、禁止事項、緊急時の対応など）はできていますか？
- ☐ 子どもたちは活動に適した服装をしていますか？
また、持ち物も確認しましたか？
- ☐ トイレや水分補給を事前に済ませたか確認しましたか？
- ☐ 体の調子が悪い子どもや気分がすぐれない子ども、寝不足の子どもはいないか、活動前に確認しましたか？
- ☐ セーフティーク（安全指導）を行いましたか？

POINT 02 安全を確保できる体制づくり

一緒に指導するスタッフと、活動に伴う危険の情報を共有し、活動中の安全対策や事故が起きた時の対応を確認しておくなど、子どもの安全を確保できる体制を作るようにしましょう。



POINT 03 子どもへの安全指導

活動の心構えとして「自分の身の安全は自分で守る」ことを伝え、活動前には必ずセーフティークを行うようにするなど、子どもの安全意識の向上に努めるようにしましょう。

あせると
けがのもと！



階段では
遊ばない！



安全に楽しむ第一歩 「あしあとのむき」

施設で楽しく過ごすには、子ども自身が安全を意識し、行動できるようになることが大切です。6つの行動と心構えを大切にしましょう。

廊下や部屋では**ある**きましょう

活動中は**しゅうちゅう**しょう

時間がなくても**あせ**らない

階段・ベッドは**とび**おりない

疲れた時は**むり**をしない

自由時間も**き**をつけよう



「あしあと(の)むき」を
意識して、安全に楽しく
活動するように
しましょう。



\ Follow Me! /



Instagram

はじめました!!



KOKURIT
SUAWAJI



@kokuritsuawaji



いいね!



「いいね!」を押して
最新情報をGET!!

facebook

国立淡路青少年交流の家



国立淡路青少年交流の家のfacebookページです。
イベント情報やお役立ち
情報などをお届けします。
ぜひ「いいね!」して下さい!