

夏のイベント開催用 熱中症対策

気温が30℃以上となる日が多い夏季の屋外でのイベントでは、特に熱中症が発生しやすい状況にあります。

川崎市では、イベント主催者の方々向けに安全にイベントを開催するための予防策をまとめましたので、ぜひご活用ください。

〈イベント参加者への注意の呼びかけ例〉

●イベント開催前

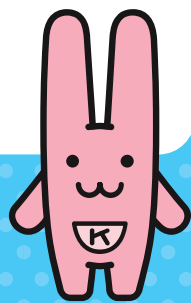
- ☑ 帽子や日傘などを用意しましょう
- ☑ ゆったりとした、汗を吸収しやすい服装を選びましょう
- ☑ イベント前日は休息をしっかりとり、睡眠不足のまま参加しないようにしましょう
- ☑ 朝食は必ず食べましょう
- ☑ 緊急連絡先として家族やかかりつけ医の電話番号を携帯しましょう

●イベント開催中

- ☑ こまめに水分・塩分を補給しましょう
- ☑ 日陰の場所や自動販売機などの場所を把握しましょう
- ☑ 涼しい場所でこまめに休憩しましょう
- ☑ 帽子や日傘などをつかいましょ
- ☑ 体調不良時はすぐにスタッフに声をかけましょう
- ☑ マスクを着用している場合には、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心掛けるようにしましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所では、適宜マスクを外して休憩しましょう。



特に高齢者、乳幼児、車いすで移動する人やからだに障害のある人などは、熱中症のリスクが高いことから、周囲が体調の変化に気を配り、決して無理をさせないようにしましょう



暑さ指数(WBGT)の情報は環境省のホームページでご覧いただけます

熱中症予防情報サイト

検索

〈パンフレットに関するお問い合わせ〉

川崎市健康福祉局保健所健康増進課 044-200-2438

1 開催の検討段階に応じて、柔軟に対応しましょう

●検討段階

開催時期 (暑い時期を避けた開催の検討)

実施時間 (朝夕の時間帯の開催、時間の短縮など)

開催場所 (屋内での開催の検討など)

開催時などにおける熱中症予防対策・発生時の対応策の策定
暑さ指数(WBGT)などを参考にした実施・中止基準の策定など

※暑さ指数(WBGT)とは、熱中症に関連する気温、湿度、日射、輻射、風のデータを取り入れて数値化したもの

●暑さ指数(WBGT)ごとの熱中症予防運動指針

暑さ指数(WBGT)	注意すべき生活活動の目安 ^(*)	日常生活における注意事項 ^(**)	熱中症予防運動指針 ^(**)
31℃以上	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。 外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	運動は原則中止 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
28～31℃		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	厳重警戒(激しい運動は中止) 熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人 ^① は運動を軽減または中止。
25～28℃	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休憩を取り入れる。	警戒(積極的に休憩) 熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
21～25℃	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。	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。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。

(*) 日本気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.3」(2013)より

(**) 日本スポーツ協会「熱中症予防運動指針」(2019)より、同指針補足 熱中症の発症のリスクは個人差が大きく、運動強度も大きく関係する。運動指針は平均的な目安であり、スポーツ現場では個人差や競技特性に配慮する。

※暑さに弱い人: 体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など。

2 危機管理体制づくりや緊急時の対応マニュアルを作成し、スタッフ同士で事前に共有しておきましょう

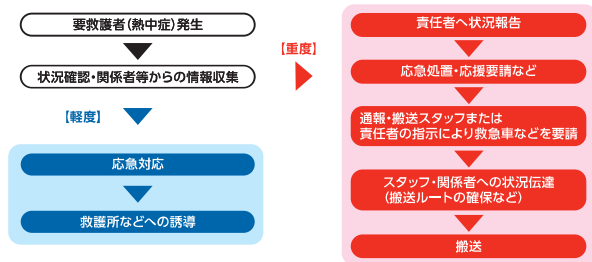
★危機管理体制づくりのポイント

- 気温などによるイベントの変更・中止の判断基準及び判断をする責任者を設定する
- 気温や湿度などの気象条件を把握し、熱中症発生リスクを含めて事前に共有できるようにする
- 熱中症患者に対応するために冷たい飲料や涼しい休息場所(救護所)を確保する
- 現場で初期対応をするか医療機関での治療が必要かどうかの判断を行えるよう、スタッフと熱中症に関する知識を共有する
- イベントPRの際に、参加者に熱中症への注意を呼びかける

★マニュアル作成時のポイント

- 対応責任者、通報や搬送の担当者を設定し、明記する
- 熱中症が発生したときに、誰に連絡をするのか連絡系統を整理する
- 応急処置の対応(④参照)を記載する
- 熱中症発生時に責任者に伝達すべき事項を整理する(発生場所、時間、発見時の状態、実施した応急処置の内容など)
- 非常事態発生時の対応を明確にする(緊急対応フロー例参照)
- 熱中症発生場所の特定方法、搬送者の搬送ルートを予め規定し、共有する

緊急対応フロー例



3 会場づくりの工夫をしましょう

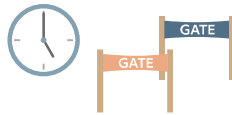
工夫1 待機列を作らないことと日陰への誘導

- ・長時間待機をさせない工夫(整理券の配布など)
- ・席確保のための待機を少なくする工夫(指定席の導入など)
- ・待機列の環境への工夫(木陰や施設の影など直射日光にさらされない場所に誘導する、風通しを良くするため並列にならない列づくりをする)



工夫2 開場・終了時の混雑緩和

- ・入退場するゲートの数を増やす、幅を広くする
- ・特定の場所や時間帯に観客が集中しないようにイベントのプログラムを考える
- ・待機のために広い空間を確保する



工夫3 休憩場所、飲料の確保

- ・イベント参加者が休憩できる場所を設ける
- ・自動販売機などの欠品を防止する
- ・給水場を設置する



工夫4 施設などの分かりやすい表示、注意の呼びかけ

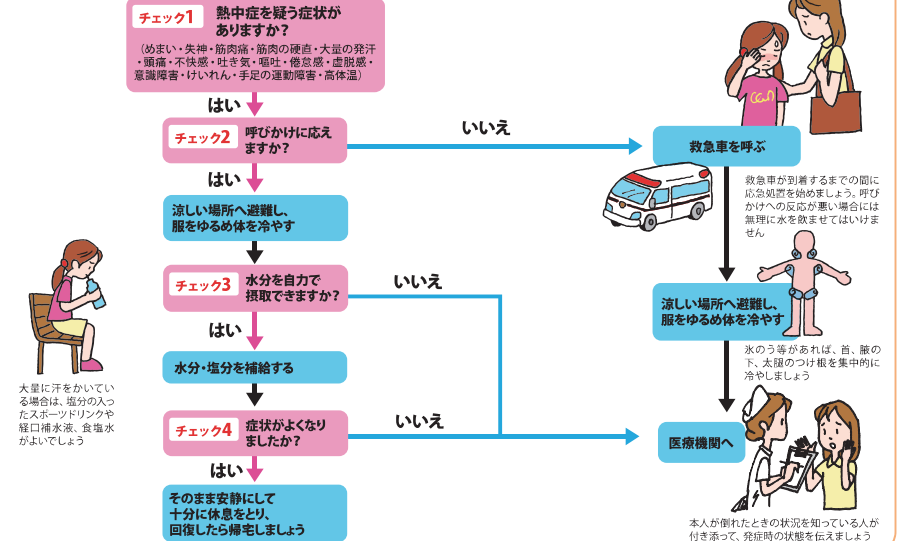
- ・自動販売機、日陰の場所、救護所、トイレなどの場所を分かりやすく案内する
- ・スタッフが目立たせ、参加者が声をかけやすくする
- ・参加者に水分補給を促し、熱中症への注意を呼びかける放送や掲示をする



4 熱中症が疑われる場合は、症状に応じた対応をしましょう

落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。

熱中症の応急処置



●出典 環境省 夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン2020

3 会場づくりの工夫をしましょう

迷ったら...

川崎市救急受診ガイド

質問に対して「はい」「いいえ」を選択していただくと、「救急車を呼びましょう」や「医療機関を受診しましょう」などの4段階に分類されますので参考にしてください。



救急医療情報センター

●医療機関案内 24時間365日対応しています。

急な病気やけがをした場合、電話により、これから受診できる川崎市内の医療機関(歯科を除く。)をご案内しています。

※医療相談や歯科のご案内は行っていません。

オペレーターによる医療機関案内

これから受診できる医療機関(歯科を除く)をご案内します。

☎044-739-1919

コンピュータの音声ガイダンス

現在診療を行っている医療機関(歯科を除く)を音声ガイダンスによりご案内します。

☎044-739-3399