

クーリングシェルター

指定暑熱避難施設

積極的に
水分・塩分をとろう！



利用時の注意



- 暑さをしのぎ、休めるための場所です。
- 暑さ対策目的以外での長時間滞在はお控えください。
- 業務の妨げとなるような行為はおやめ下さい。

飲み物の提供はありません。各自持参をお願いします。

ルールを守って利用しましょう。

指定暑熱避難施設
クーリングシェルター
COOLING SHELTER



クーリングシェルター

指定暑熱避難施設



● 緊急時の連絡先

業務の妨げとなるような行為(大声での会話等)があった場合など、トラブル等が発生しましたら、以下へご連絡ください。

初山別村役場住民課

0164-67-2211

● 他の公共施設の利用案内

クーリングシェルターの受入可能人数を超える利用がある場合などには、他の近隣クーリングシェルターをご利用ください。飲み物は各自持参になります。

近隣のクーリングシェルター 一覧

施設名	受入可能人数	開放可能曜日・時間
初山別郵便局	10 人	平日 9:00~17:00 (土日祝日を除く) ※郵便局の営業時間内、 役場の勤務時間内とする
豊岬郵便局	5 人	
有明郵便局	5 人	
初山別村役場	10 人	

熱中症警戒アラート(気温33度以上)が発表された場合は、下記施設も開放いたします。

施設名	受入可能人数	開放可能曜日・時間
有明母と子の家	15 人	平日 9:00~17:00 (土日祝日を除く) ※ただし繋小屋営業日は 土日も開放
自然交流センター	30 人	
繋小屋(フリースペース1)	20 人	
ふれあいの里豊岬館	20 人	
福祉の家共成館	15 人	

裏面もご確認ください

熱中症の応急処置

体調不良者が発生した場合次のフローチャートに沿った対応が効果的です。
(体調不良者が絶対一人にならないように配慮して下さい。)

1 熱中症を疑う症状はありますか？

めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・
虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温

はい

2 呼びかけに 応えますか？

いいえ

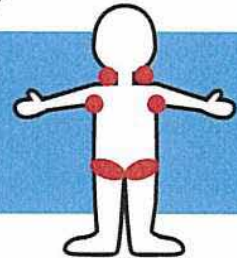
救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に応急処置を始めましょう。呼びかけへの反応が悪い場合には無理に水を飲ませてはいけません

はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

氷のうや保冷剤などで、首、脇、足のつけ根を集中的に冷やしましょう



3 水分を自力で 摂取できますか

いいえ

すみやかに医療機関へ

本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう。

はい

水分・塩分を補給する

大量に汗をかいている場合は、スポーツドリンクや経口補水液などがよいでしょう



4 症状がよくなりましたか？

いいえ



はい

そのまま安静にして十分に休憩をとり、回復したら帰宅しましょう