

【INFORMATION-No.11】

熱中症対策についてのご案内

レース期間中は高温が予想されております。皆様の安全の為、熱中症対策を各自実施していただきますようお願いいたします。



※出典：厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」

(https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/index.html)

「熱中症とその対処法について」

➤ スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック



<https://www.japan-sports.or.jp/publish/tabid776.html#guide01>

➤ 子ども向け「防ごう熱中症!元気にスポーツ」



<https://www.japan-sports.or.jp/publish/tabid776.html#guide17>

スポーツにおける熱中症 対策&予防編



この暑い季節、スポーツや運動を楽しんでいただくために、熱中症の予防の仕方について動画にまとめました。

ぜひ熱中症対策に活かしてください。

https://www.youtube.com/watch?v=2i_8TSuteY0

出典 スポーツ庁

スポーツにおける熱中症 対策&対処法編



この暑い季節、スポーツや運動を楽しんでいただくために、熱中症の対処法を動画にまとめました。

命に関わる危険な熱中症。活動の前にぜひご覧ください。

<https://www.youtube.com/watch?v=c8IVgIjC22k>

出典 スポーツ庁

※体調不良になった際は無理をせずメディカルセンターを受診してください。