

強化合同練習会シングルス予選

熱中症予防のお願い

岐阜県高体連テニス部

強化合同練習会シングルス予選の日は、猛暑になることが予想されます。以下に示す熱中症予防対策を、必ずとっていただきますようお願いいたします。

- ①コートに持ち込む大きな水筒（最低でも１リットル）を各自準備してください。
- ②スポーツドリンク等でミネラル分（塩分）の補給をしてください。
- ③（できるだけ白の）帽子をかぶってください。
- ④体調不良や睡眠不足の選手の出場は見合わせてください。
- ⑤今夏すでに熱中症になったことのある選手や、体調等に不安のある選手には、顧問または保護者が付き添ってください。
- ⑥気温・湿度・暑さ指数が高い場合は試合中以外でもマスクを外すなど、熱中症対策を優先してください。

本件に関する問い合わせ先

県委員長：長屋 友輔（郡上高校） （090-9189-5092）