

強化合同練習会シングルス予選 重要なお知らせ

岐阜県高体連テニス専門部

1. 熱中症対策について【改定】

強化合同練習会シングルス予選・本戦の日は、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 ドリンク（大きな水筒など）を準備し、スポーツドリンク等でミネラル分（塩分）を補給する。
- ② 冷却用の氷などアイシング用品を準備する。
- ③ 帽子（白が望ましい）をかぶり、タオル、日傘、日焼け止め、汗の蒸散を促す着替えを準備する。
- ④ 体調管理を整え、睡眠、食事をとる。十分でない場合は出場を見合わせる。
- ⑤ 選手、顧問、保護者間で、緊急時連絡先を控えておく。
- ⑥ 今夏すでに熱中症になったことのある選手は、常に顧問または保護者が見守る。

2. 気象警報発令時

午前6時または会場までの移動途中に、

居住地域や会場までの経路地域に、気象警報が発令されている場合は、

自宅待機、安全な場所に避難してください。

解除後（2時間を目標とするが居住地域によって考慮する）、安全が確保されてからエントリーする。

時間次第では、予備日にエントリーする。

緊急時の連絡、本件に関する問い合わせ先

専門委員長 長屋 友輔（加納高校）