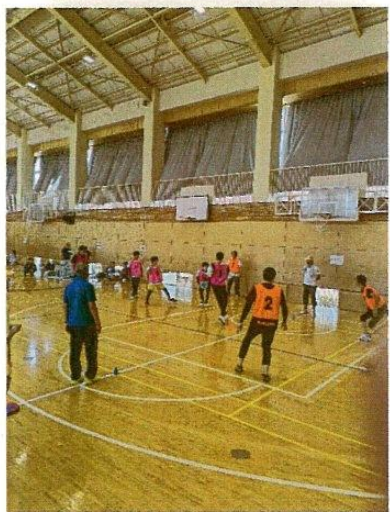




夏本番前に暑い日が続いていますが、体調に充分注意してお過ごしください。
さて、先日6月16日に開催されましたドッチビー大会の結果をお知らせします。

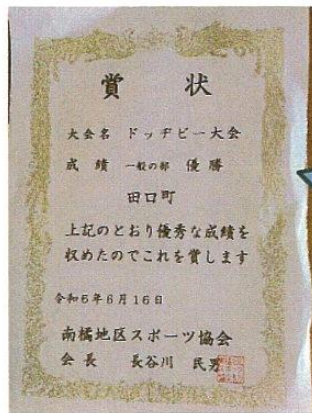
選手たちは暑い体育館の中、熱い試合の結果、見事**優勝**しました。



当てて逃げて又当ててコート内を走り回り、相手チームを見事全滅に

GAME OVER

選手並びに役員の皆様、暑い中
お疲れさまでした



体育館の中はまるでサウナ状態(;'Д')

※またまた快挙達成！！！！
見事、一般の部優勝しました

《 熱中症に注意！ 》

☆予防☆

- こまめな水分・塩分の補給(のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給)
- 扇風機やエアコンを使った温度調整(暑さを感じなくても温度調整をする)
(気温が高い日や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用する)
- 室温を上がりにくくする(こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など)
- 日傘や帽子の着用 ○日陰の利用、こまめな休憩 ○通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

☆熱中症になった時の処置は・・・☆

1. 涼しい場所へ避難させる
 2. 衣服を脱がせ、身体を冷やす
 3. 水分・塩分を補給する
- 自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救急隊を要請しましょう！

急に暑くなった日は特に注意！
室内にいるときも注意が必要！

