



INFORMATION

平成28年6月1日

キャディへの熱中症対策について

今年度も、キャディに対する熱中症対策の一環として気温35℃以上またはWBGT温度が31℃（危険）以上を示した場合のキャディ業務を1ラウンド限定とさせていただきますので予めご了承下さい。

ご来場の皆様には、大変ご迷惑をお掛け致しますがご理解とご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

尚、1.5Rをご希望の場合は、東コースでのセルフプレーとなりますので予めご了承下さい。

熱中症予防運動指針

気温	WBGT温度	熱中症予防のための運動指針	
35℃以上	31度以上	危険	WBGT温度が31度以上では、皮膚温より気温の方が高くなるので特別の場合以外は運動を中止する。
31℃～35℃	28～31度	嚴重警戒	熱中症の危険が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。運動する場合には、積極的に休憩をとり水分補給を行う。体力の低い方や暑さに慣れていない方は運動中止。
28℃～31℃	25～28度	警戒	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり水分を補給する。激しい運動では、30分毎に休憩をとる。
24℃～28℃	21～25度	注意	熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に水分補給する。
24℃まで	21度まで	ほぼ安全	熱中症の危険性は少ないが、水分の補給は必要である。

WBGT温度とは・・・暑熱環境による熱ストレスの評価を行う暑さ指数で、乾球温度、自然湿球温度、黒球温度から算出する数値（環境省より正午に発表）

※WBGT温度は、横浜市旭区の温度設定となっています。

戸塚カントリー倶楽部
プロ・キャディ委員会