



2024年7月30日

INFORMATION

熱中症対策の件(2)

猛暑日・酷暑日が多くなる中、プレーヤーの健康管理と当日のプレーに関する可否はプレーヤーご自身のご判断でお願い致しますので、十分にご注意くださいます様お願い申し上げます。特に猛暑日・酷暑日においては、以下の点にご留意ください。
(一般社団法人関東ゴルフ連盟の「高温時における具体的な行動指針(ガイドライン)」を参考にしております)

一般社団法人 関東ゴルフ連盟
「高温時における具体的な
行動指針(ガイドライン)」



1. プレー前、プレー中において、体調がすぐれない場合は、プレーの中止を強く推奨致します。下記をご参照ください。

【セルフメディカルチェックのポイント】

＜プレー前＞ 睡眠不足・二日酔い・熱がある(熱っぽい)・のどが痛い
風邪をひいている・下痢をしている・朝食を抜いた
(プレー中止を強く推奨致します)

【プレー中・プレー後】

＜軽度＞ めまい・たちくらみ・生あくび・顔面蒼白・大量発汗・筋肉痛
(応急処置と見守り、改善がなければ医療機関へ)
＜中度＞ 頭痛・嘔吐・倦怠感・虚脱感 (医療機関へ)
＜重度＞ 意識障害・けいれん発作 (入院が必要です)

- 水分・塩分補給を十分に行ってください。
- コース売店での休息時には体温冷却を行い、ハーフ時には30分以上の休憩を取ってください。
- 飲酒は脱水症状を引き起こす危険性が高まるので、猛暑・酷暑日は飲酒を控えて頂くことを強く推奨します。
- プレーヤーは、帽子の着用と日傘の使用を推奨いたします。(バイザーはお控え下さい)
- プレー中、気分が悪くなった場合はキャディに、セルフの場合はマスター室に、無線連絡または携帯連絡(マスター室長 045-352-6685)してください。
- 昨年と同様に、7月1日～8月31日までの期間は、キャディ付は1ラウンド限定とします。

以上