



「新しい生活様式」における熱中症予防について

令和2年6月15日

カネキグループでは、「新しい生活様式」における熱中症予防の観点から、環境省、厚生労働省の指針に従い、屋外で人と十分な距離(2メートル)を確保できる場合は、適宜、マスクを外すことを推奨いたします。

依頼事項としましては、引き続き、ご来場の際はマスクの着用をお願いいたします。また、プレー時は、マスクを携帯し、会話をする場合に着用をお願いいたします。館内でのマスク着用を推奨いたします。なお、従業員も同様の対応とさせていただきます。

また、エアコンを利用する場合、感染症予防の為、窓の開放により室内の換気を十分に行い、こまめな温度調整を図ってまいります。

皆様のご協力のもと、新型コロナウイルス感染拡大防止及び熱中症対策を行って参りたいと存じますので、よろしくお願いいたします。



令和2年度の 熱中症予防行動

環境省
厚生労働省
令和2年5月

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

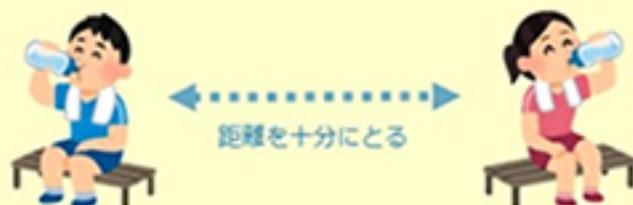
新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



2 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養

5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

