

# 群馬大学医学部 鯉淵教授を迎えて 熱中症予防研修会開催



2010.6.27  
新町第一小学校  
会議室  
主催  
新町スポーツクラブ  
協賛  
(株)大塚製薬

# 熱心に聴講する スポーツクラブ指導員と体育指導員



この研修会は、スポーツクラブ及び体育指導員・教員を対象に募集した研修会

熱中症の重症化になる熱射病になると命の危険がある

水分補給を行なわないとスポーツにおけるパフォーマンスの低下を招く

知っていても危険にさらされることがよくある

水やお茶の水分補給は、血液を薄めるだけで貧血の原因になるので要注意

ポカリスエットなどのスポーツドリンクを薄めて効果がなくなる

# 応急処置の実践も研修した



スポーツ活動だけでなく、団体として活動するために絶対必要なリスク管理  
初夏から秋口にかけて危険性がある熱中症対策は大切にリスクマネジメント  
気温25度 湿度75%の体育館内は最も危険  
指導する者は、常に危険を察知して除去する努力を惜しんではいけない  
鯉淵教授、丁寧なご指導ありがとうございました。  
この次は、中高年リスク管理としてメタボ対策の指導をお願いします。