

熱中症予防対策のお知らせ

毎年猛暑が続いております。

お客様の健康と安全の為熱中症予防として、当クラブが推奨する対策事項を以下の通りお知らせいたします。ご協力の程お願い申し上げます。

- ① プレー前日は十分な睡眠時間をとってください。また過度の飲酒はお控えください。
- ② 朝食は必ずおとりください。
- ③ こまめな水分補給を行ってください。また塩分補給の飴をフロントにてご用意しておりますのでご利用ください。
- ④ 身体を冷やす為の氷嚢・冷却スプレー等をご用意ください。
- ⑤ 帽子の着用、日傘のご利用をお願いいたします。
- ⑥ コース売店に立ち寄り、休憩をとってください。
- ⑦ 体調に少しでも異変（過剰な発汗など）を感じたら、プレーを中断する勇気をもって下さい。また遠慮なく当クラブスタッフにお声がけください。

ノースショアカントリークラブ