

第1回スポーツ講座

テーマ

スポーツと水分補給

—熱中症対策—

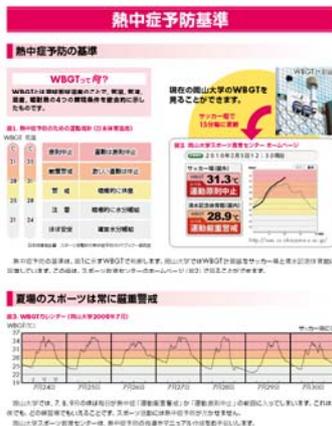
講師：

三村 由香里先生

(岡山大学大学院教育学研究科 准教授)



岡山大学スポーツ教育センター <http://isec.cc.okayama-u.ac.jp/>
熱中症予防対策マニュアル 第3版



日時：

平成 22 年 4 月 28 日 (水)
18 時 00 分～

場所：一般教育棟新 A 棟 4F
A41 講義室

👉 スポーツ教育センター作成「第3版 熱中症予防対策マニュアル」
ホームページよりダウンロード可能 <http://isec.cc.okayama-u.ac.jp/>

夏のトレーニングは、思っている以上にからだにダメージを与えます。最近
増えている熱中症による事故は、ちょっとした注意で防ぐことができます。
適切な水分補給で暑い夏を乗り切りましょう。スポーツをしている方、興味
のある方はふるってご参加ください。

【問い合わせ先】岡山大学スポーツ教育センター
TEL & fax : 086-251-7181
E-mail : isec@cc.okayama-u.ac.jp