

2025年度 東北シニアゴルフ選手権競技参加者の皆様へ

熱中症対策に関するお願い

東北ゴルフ連盟

この度は、当連盟主催競技にご参加を頂きありがとうございます。

さて、今年度は例年よりも暑さのピークが前倒しでやってきており、すでに熱疲労が溜まりやすい状況となっております。すでに体に堪える暑さが続いており、嚴重な警戒が必要です。

競技参加の皆様におかれましては、日ごろから十分な対策を講じているかと思いますが、更に大会を安全に開催するため、主催者として安全管理を第一として準備を進めておりますが、再度下記内容につきましてご案内申し上げますとともに、十分ご注意ください上で参加をお願い申し上げます。

また参加に当たり同意書の提出をお願いいたしたく、何卒ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

プレー前	<ul style="list-style-type: none">十分な睡眠時間と食事をしっかり取り、体調を整えたくうえでご参加ください。前日の飲酒は、脱水症状を引き起こしやすいため、過度な飲酒はお控えください。水分や塩分補給用にスポーツドリンクや飴、塩分タブレット等準備しましょう。
------	---

プレー中	<ul style="list-style-type: none">帽子を着用し日傘も利用しましょう。サンバイザーは猛暑時には適しません。計画的にスポーツドリンクでこまめな水分補給をしましょう。氷のうやアイスパック等で首や脇の下を冷やすことをお勧めいたします。通気性、吸湿性、速乾性の良い熱を吸収しにくい服装を推奨いたします。短パン・ショートソックスの着用を推奨いたします。シャツの裾出しや冷却機能が備わったウェアの使用を認めます。 ※冷却ファン付きウェア使用の際にはグリーン上では電源をお切り願います。 また同伴競技者への音のご配慮をお願いします。プレー中、体調に少しでも異変を感じた場合には、競技委員、同伴競技者にお伝えください。看護師がクラブハウスにスタンバイしております。
------	--

○ シャツの裾出し



○ 冷却ファン付ウェア



○ クールネックリング



*グリーン上使用不可

※スカーフタイプも可

プレー後	<ul style="list-style-type: none">体重や尿の色を確認し、適切に水分補給ができたか確認しましょう。着替えをし、身体冷却をして身体を休めてから帰りましょう。体調がすぐれない場合には、すぐに医療機関を受診しましょう。
------	--

以上

*第1ラウンドの受付の際に同意書の提出のご協力をお願い申し上げます。

(用紙はフロントにて準備致します)

東北シニアゴルフ選手権競技 参加者各位

別紙「熱中症対策に関するお願い」に基づき大会を運営致しますが、大会を安全に参加頂くため、下記同意書の提出をお願い申し上げます。何卒ご理解ご協力のほどお願い申し上げます。

参加同意書

昨今における高温の中、大会では熱中症の予防対策は十分に行いますが、下記内容に同意のうえ、ご参加頂きますようお願い申し上げます。

1. 参加者の体調が優れない場合は、自ら参加を辞退します
2. 参加者に体調不良が見受けられる場合、主催者が以降の参加（プレーの継続）を断る場合があることを了承し、参加を断れても異議を述べません。
3. 参加者自らの責任で体調管理を行います。

上記の内容をすべて確認のうえ、競技に参加することに同意致します。

参加者自署

2025年 月 日

署 名 :

緊急連絡先 :

東北ゴルフ連盟
競技委員会