

夏季のプレーにおける対策と注意点

夏季の気温上昇は危険レベルに達しており熱中症対策は極めて重要な課題です。
利用約款 第18条（夏季のプレーにおける対策と注意点）に定めるところにより
当ゴルフ場は利用者と従業員の健康管理を第一に考え、気温上昇が予測される場合の運用方法を
下記に定めています。

プレー前

- ・前夜は十分な睡眠時間を摂るように心がけてください。
- ・朝食は必ず摂ってください。
- ・プレー日前から少しずつ体を暑さに慣らしておくことが大切です。

準備する物

- ・水、経口補水液やスポーツドリンクを用意してください。
- ・塩分補給のための飴・タブレットや梅干しを用意してください。
- ・体を冷やすための氷嚢や冷却パック・スプレー等を準備してください。

プレー中

- ・帽子の着用、日傘を利用してください。
- ・極力乗用カートでのプレーを選択し、歩いてプレーする場合には、なるべく木陰などの日陰を歩くようにしましょう。
- ・こまめな水分補給（3ホールまでの目安として250cc、ハーフで750cc）を行ってください。
- ・コース売店には立ち寄り休憩、少し長い休憩が必要で後続組をパスさせたい場合にはナビゲーションに設置の無線で連絡ください。
- ・同伴プレーヤーの体調をお互いに観察するようにしてください。
- ・体調に少しでも異変を感じたら途中でプレーを止める勇気をもってください。
- ・気温上昇によりワンラウンド制限となる場合があります。
- ・気温上昇時のスループレーは禁止とし、ハーフラウンド終了時、必ず休憩をお取りください。

プレー後

- ・シャワーや入浴などで体を冷やし、着替えをして体を休めてから帰りましょう。
- ・プレー後に体調がすぐれない場合は、すぐに医療機関を受診してください。

以上

埼玉県大里郡寄居町金尾 428
関東文化開発株式会社
長瀬カントリークラブ