

りんぐる 会員 各位

三条市総合型地域スポーツクラブりんぐる  
クラブマネジャー 岩瀬 晶伍

## 感染症対策及び熱中症対策のお願い

残暑の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

新潟県より、8月5日~31日まで、「BA.5 対策強化宣言」が発令されました。プログラム開催の影響はありませんが、県内で多くの感染者数が発生している状況です。会員の皆様におかれましては、引き続き感染対策のご協力をお願い致します。また、8月に入り暑さが日に日に厳しくなっております。小まめな水分補給で体調に合わせてプログラムをお楽しみください。

前期プログラムも 1 カ月半程となりました。体調に十分留意頂きながら、後期も当クラブをご愛顧ください。

### ☑基本的な感染症対策

- ① 手洗い及び手指消毒の励行
- ② 咳エチケット  
※運動中のマスクは危険を伴いますので、ご注意ください
- ③ 体調に異変を感じたら参加を取りやめる
- ④ 会場内の換気にご協力ください

### ☑熱中症対策

- ① こまめな水分補給を心がけましょう
- ② 「塩分」をほどよくとりましょう
- ③ 体調管理をしっかりと  
※しっかりとした睡眠・食事で熱中症になりにくい体づくりをしましょう



三条市総合型地域スポーツクラブりんぐる事務局

担当：鈴木・坂井

〒959-1153 三条市新堀 2113 番地 三条市栄体育館内

TEL：0256-45-1150 FAX：0256-45-1151