

熱中症対策としてのスポーツドリンクの 摂取率向上、および自己管理能力の向上支援

Problem

暑熱環境下の運動を水の摂取で実施する学生が多い



PROJECT 1

公認スポーツ栄養士の講義

▶ 水分補給の理解を深める



PROJECT 2

学びの実践

▶ 体重・尿の変化を確認

