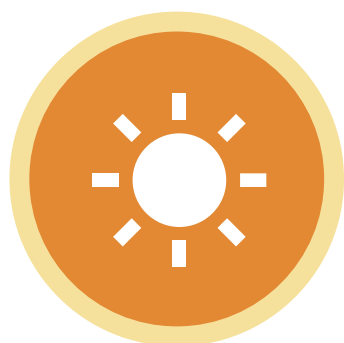


暑い夏を安心・安全に 体調管理にくわえて

熱中症予防

のためにできること



急な暑さは 要注意

暑さに慣れるまでは運動量をすくなく



無理な運動は 避けよう

代謝が劣る子ども・高齢者は要注意



水分・塩分を 適切にとろう

発汗量は人によって異なります。
それぞれが自由に摂取できる環境を

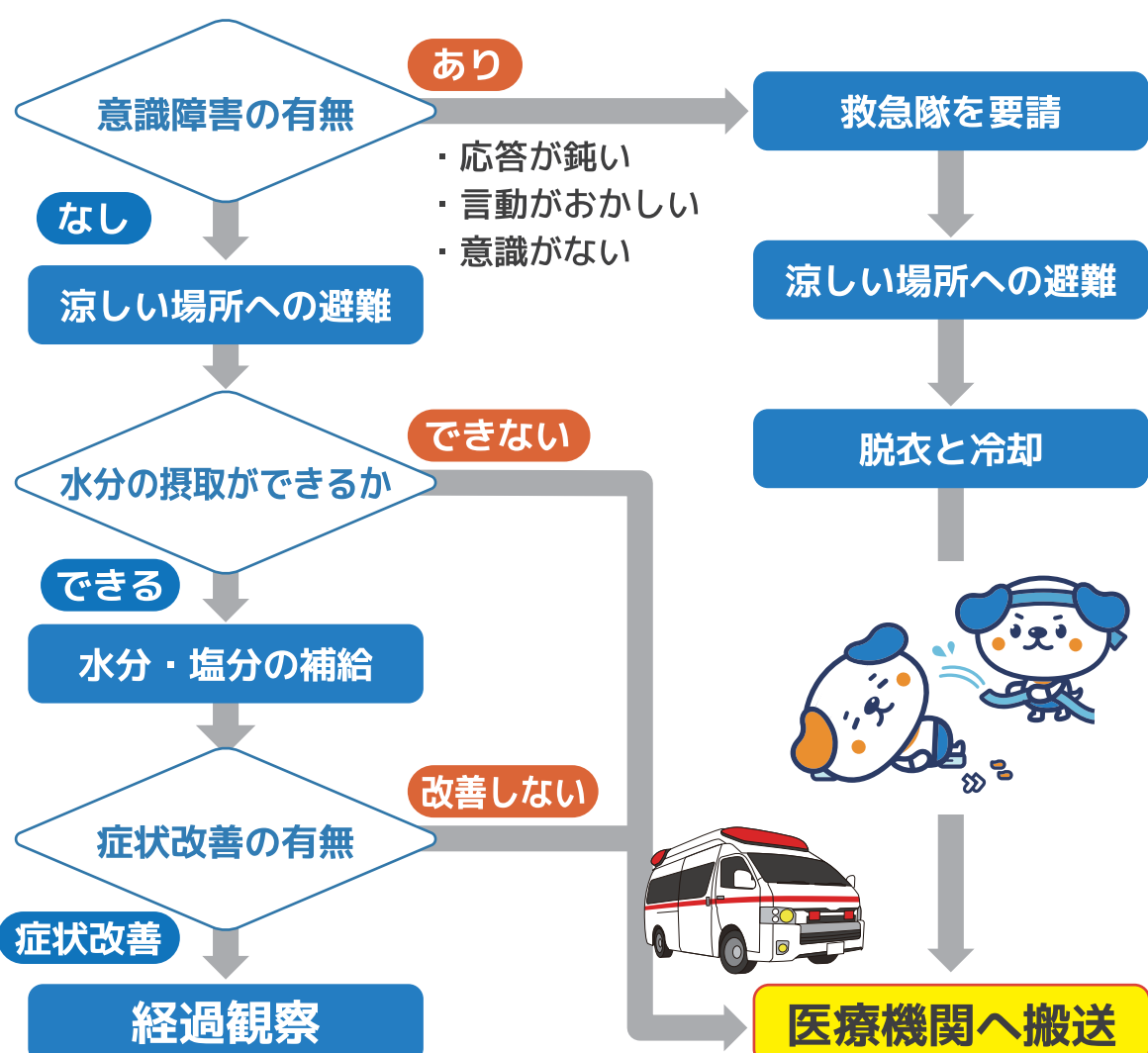


薄着と衣服の 素材選び

通気性・放湿性に優れた素材で、明るい色を
防具等の装着時は運動量抑制とこまめな休憩



熱中症が疑われる場合の対処



熱中症も補償 スポーツ安全保険

4名以上のスポーツ等を行う団体が加入できます。
安心して活動を行うため、是非ご加入ください。

掛金(例)		1人当たりの年額
子ども (中学生以下)	A1 区分 800円	C 区分 1,850円
大人 スポーツ活動 (高校生以上 64 歳以下)		

※上記掛金は一例です。掛金は年齢、活動内容等により異なります。

保険の詳細・加入手続き

保険の詳細は、スポーツ安全協会のホームページにてご確認
いただけます。
加入手続きはスマホ、PC からインターネットを通じて
受付となります。



保険詳細ご案内ページ



固定電話：0570-087109 (ナビダイヤル) 携帯電話等：03-5510-0033
〒105-0003 東京都港区西新橋 1-6-11

スポーツ安全保険幹事保険会社：東京海上日動火災保険会社 担当課：公務第二部文教公務室
〒102-8014 東京都千代田区三番町 6-4 ラ・メール三番町 10 階 電話：0120-233-801
【スポーツ安全保険 共同引受保険会社】 あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン 大同火災
東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保

令和6年度版 保険期間 令和6年4月1日から令和7年3月31日まで
令和6年6月作成 24TC-001130

当ポスターに掲載の熱中症予防に関する情報は、(公財)日本スポーツ協会(JSPO)発行の「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」を基に作成しています。
当ポスターに掲載の「スポーツ安全保険」のご案内は、スポーツ安全保険の概要となります。ご加入の際には、必ず「スポーツ安全保険のあらまし」及び「重要事項説明書」をよく
お読みください。詳細は保険約款及び特約書によりますが、ご不明の点については(公財)スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険(株)へお問い合わせください。