



【水分】・ペットボトルの水
・ノンカフェイン飲料



水



ノンカフェインのお茶など

【塩分】・スポーツドリンク
・塩タブレット

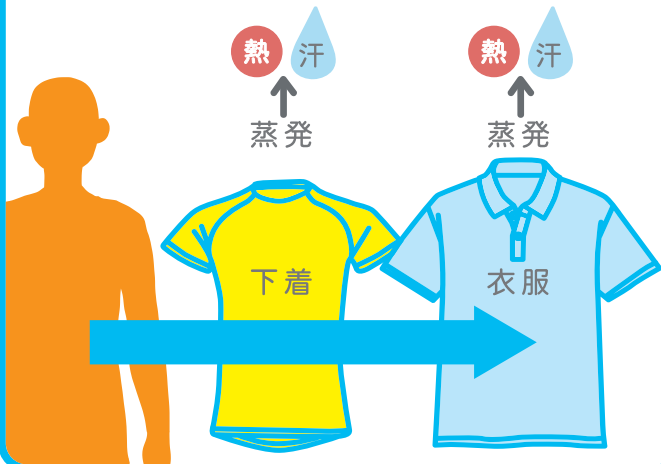


スポーツドリンク



水+塩分

【衣服】・通気性や速乾性にすぐれた衣服
・吸水性や速乾性にすぐれた下着



【日差し避け】・帽子
・通気性の良い長袖



【冷却グッズ】



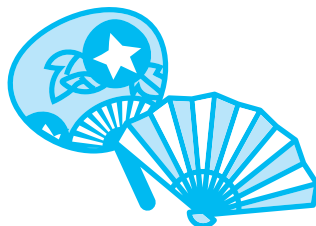
ネッククーラー



保冷剤



携帯型扇風機



うちわ・扇子

【環境指標計】

黒球付熱中症計

おしゃべり熱中症計

