

これがいちばん気持ちいい  
ゴルフ場スタッフおすすめ  
**熱中症対策**

準備するもの



■小型クーラーボックス ■保冷剤 4個 ■フェイスタオル

ここが  
ポイント

- ・カートの乗り降りの邪魔にならない小型のアシサイズがおすすめ
- ・氷はすぐ溶け、ゴルフ場にない場合もあるので保冷剤がおすすめ



■熱中症対策ドリンクも忘れずに

ここが  
ポイント

- ・ここにコップ3杯分位の水を入れたら完成

**ラウンド中**

■保冷剤で首を冷却



**ラウンド中**

■冷たいタオルで冷却



**ラウンド後**

■保冷剤で脇の下を冷却

