

# 2019 “輝きカップ” をサポートします！

## 選手は無料！

ケア・調整

テーピング

応急対応



## 大会トレーナーが選手の皆さんの救護

### ・ケア・調整をおこないます。気軽にお声かけください

- ◆熱中症等：熱中症等で体調を崩された選手は、冷却等の応急対応します（明らかな熱中症症状は救急呼び出し等の対応をします）暑さで不調の方は遠慮なく申し出てください。
- ◆テーピング：テーピングを希望される方は、各自、もしくは各チームの“キネシオテープ”“伸縮テープ”等ご持参ください。（お持ちでなければ1本単位で販売も致します）
- ◆トレーナーの空き時間等：選手以外の一般の方（大人の方）の施術も対応可能です（一般の方は有料になります）。気軽に声をおかけください！

※本大会は会場数が多く、会場間も距離があり、限られた人数のトレーナーで各会場を巡回移動いたします関係で、トレーナーが会場に常駐できない点をあらかじめご了承ください。

※選手は無料です。お気軽にご相談ください。

※会場での対応は、熱中症対応や試合中に発生したケガ対応などを優先いたします。ご了承ください。

### ◇◇熱中症◇◇ ～ 体力の消耗は避けて、こまめな水分補給を～

熱中症とは、高温状態にカラダが順応できずおこる障害で、暑い中で運動や労働をおこなった時、発汗や循環に異常をきたしておこります。症状はおもに「フラフラする、力が抜ける、けいれん、体温上昇、吐き気、気分が悪くなる、発汗停止、精神錯乱、失神、こん睡などをおこし、生命の危険を伴うこともある」とされています。1年でいちばん暑いこの時期は、選手だけでなく周りで応援する方を含め全員注意が必要です。決して無理をせず、水分・ミネラルをとり、合間はしっかり休息し、カラダの冷却を心がけましょう。

## トレーナーとして大会会場地元・滋賀県の施術師が“輝きカップ”を応援しております

鍼灸・整体／アスレティックトレーナー：井口

090-8652-1789

しんきゅう ちりょう  
鍼灸治療

心 体  
ここから

・出張施術／トレーナー出向おこないます

☎：0749-52-9001

滋賀県米原市高溝244-3

整体トレーナー：原田

090-9272-4940

い なか せい たい いん  
田舎の整体院

き らく  
気楽

・出張整体／トレーナーも致します

☎：0748-52-0599

滋賀県蒲生郡日野町三十坪1608

整体トレーナー：浦部

080-1433-2141

せい たい いん  
整体院

や  
うらべ家

・出張整体／トレーナーもおこないます

☎：0749-35-3215

滋賀県犬上郡豊郷町上枝330