

# 国営昭和記念公園 暑と対策マップ



日差しをよけられる場所や水分補給できる場所をチェックしよう



暑さ対策・応急処置 腕や手のひらを冷やす



両側の首筋、脇の下、脚の付け根など太い血管の通っている場所を冷やしましょう。体全体を冷やすことが難しい状況では、露出している腕や手のひらを冷やすことでも対策につながります。

出典：日本気象協会推進 熱中症ゼロへ 昭和記念公園は2025年度「熱中症ゼロへ」プロジェクトを応援しています。



- 1 交差点番号
- 冷房設備のある屋内施設
- 自動販売機
- 売店
- レストラン
- カフェ
- 救護室
- 赤ちゃん休憩室
- 無料で涼めるオススメ屋内施設
- 木陰いっぱいエリア

で #昭和記念公園のひんやりスポット  
をつけて投稿!公園内の涼しい場所を共有しよう!

救急車を呼ぶような緊急性のある場合については、まず公園管理センターまでお電話ください。  
042-528-1865 (8:45~17:45)