

市民講座

ようこそ！ ヒート **愛** ランドへ

日本ヒートアイランド学会 第13回 プライムセミナー

‘夏の暑さに強くなる’ 秘策の話

開催予定のご案内

日 時	2014年2月1日（土曜日）15:30～17:30
場 所	大阪市立大学文化交流センター ホール（大阪駅前第2ビル6階）
参 加 費	無料（申込時に資料を希望された方は資料代200円別途、当日現金払い）
申込方法	本学会ホームページのプライムセミナー参加申込みフォーム： http://www.heat-island.jp/primeseminar/index.html より、 必要事項を明記の上、お申し込みください。
申込締切	2014年1月30日（木曜日）17:00

本セミナーは、夏はなぜ暑いのか？どのくらい水を飲めばいいのか？どんな造り方の家ならすずしいのか？天気予報はなぜ当たらないのか？打ち水はなぜ涼しく感じるのか？芝生に寝転ぶとなぜ気持ちいいのか？日本人はなぜ都会に集まってしまうのか？冬が暖かくなってなぜいけないのか？といったヒートアイランドに関わる素朴な疑問を各分野の専門家と大まじめに考えてみることで、ヒートアイランド問題とその対策を多くの方々に考え、理解していただくことを目的として開催いたします。ときには本題から横道に逸れてしまったり、裏話に花を咲かせてしまったりすることになるかもしれませんが、できるだけ基本的な話題を取り上げ、異分野の専門家や一般の方々に理解できるような平易な解説を受けながら、気がつく横断的な広い知見が身につけられるようなセミナーを目指します。

今回は、セミナー初の関西での開催です！家事の合間、学校帰り、仕事帰りに、あるいは休日のイベントとして、周囲の方々をお誘い合わせの上、普段着で気軽にお立ち寄りください。

スケジュール

15:00 ～	開場
15:30 ～ 17:30	開会、話題提供、質疑討論
	話 題: 寒い冬だけど・・・‘夏の暑さに強くなる’ 秘策の話
	提供者: 岡崎和伸（大阪市立大学 都市健康・スポーツ研究センター 准教授、 博士(医学)）
	概 要: 熱中症予防は寒い今からでもできる？！ 水分補給や血流冷却だけではない、熱中症の予防方法、それは・・・ 発汗、血圧の調整など、人のからだの暑さに対する生理的な反応を学び、熱中症にならないための対策として、有効な暑熱順化の方法、トレーニング（速歩やジョギングなど）による体力保持と栄養摂取など、「暑さにまけない」方法などを、からだの内側から学びます。
	こぼれ話: トップ・アスリートたちの暑熱順化！夏のオリンピックを制覇する戦略とは？！

日本ヒートアイランド学会 学会事務局

TEL:06-6605-2719, E-mail:info@heat-island.jp, URL: <http://www.heat-island.jp>

◇ 市民講座 - 第13回 プライムセミナー 会場へのアクセス ◇

大阪市立大学文化交流センター

会 場: 大阪駅前第2ビル(下記地図★印) 6階 ホール

アクセス: JR大阪駅、北新地駅/地下鉄、阪急、阪神梅田駅より徒歩数分

