

『残暑お見舞い申し上げます』

こんにちは。

毎日暑い日が続いていますが、みなさまはきちんとした熱中症対策はされていますか？

ドリンク系に手が伸びがちですが、みなさまがよく飲む緑茶やコーヒーにはカフェインが含まれており、利尿作用がある為、熱中症対策としてはオススメ出来ないそうです。

市販の熱中症対策ドリンクや麦茶など、有用なものを摂取したいですね。

当宿舎では、熱中症対策ドリンクや麦茶などの自動販売機も設置していますので、宿泊の際はご活用下さい。

***** 高倉ひかり荘 *****

