

あなたの血圧大丈夫？

高血圧は自覚症状がほとんどないため
「サイレントキラー」とも呼ばれ命に危険
を及ぼす病気の引き金となります。

連盟では医師の指導のもと試合への
参加を御遠慮いただく基準を設けました。

最高血圧	180mmHg以上
最低血圧	120mmHg以上
脈拍	120拍以上/分



安心安全にバレーボールを
楽しむためチームの皆様のご
理解ご協力を
お願い致します