

水の文化

特集

体に水チャージ



水の文化 June 2023 No. **74**

水の文化 74 June 2023

特集 体に水チャージ

ミツカン水の文化センター



ミツカン水の文化センター



表紙:走りつけて乾いた体に水分を補給。適切なタイミングで水を飲むことはパフォーマンス維持につながる
撮影協力:法政大学陸上競技部 長距離チーム
撮影:川本聖哉

(上)夏の暑い盛りに井戸の水を汲む子ども。井戸の冷水は体の火照りを和らげる(長野県松本市)
撮影:藤牧徹也
(下)広島大学大学院教授・長谷川博さんの実験風景。温度、湿度を設定し、さまざまな環境下におけるデータを測定する
撮影:藤牧徹也

