

熱中症予防

&

宮跡マップ



ご来場にあたってのお願い

熱中症にご注意下さい



水分補給

飲み物をご持参の上、
こまめに水分・塩分を補給
しましょう



休憩

無理せず、積極的に休憩を
とりましょう



日除け

通気性の良い服装と
帽子・日傘を使用しましょう



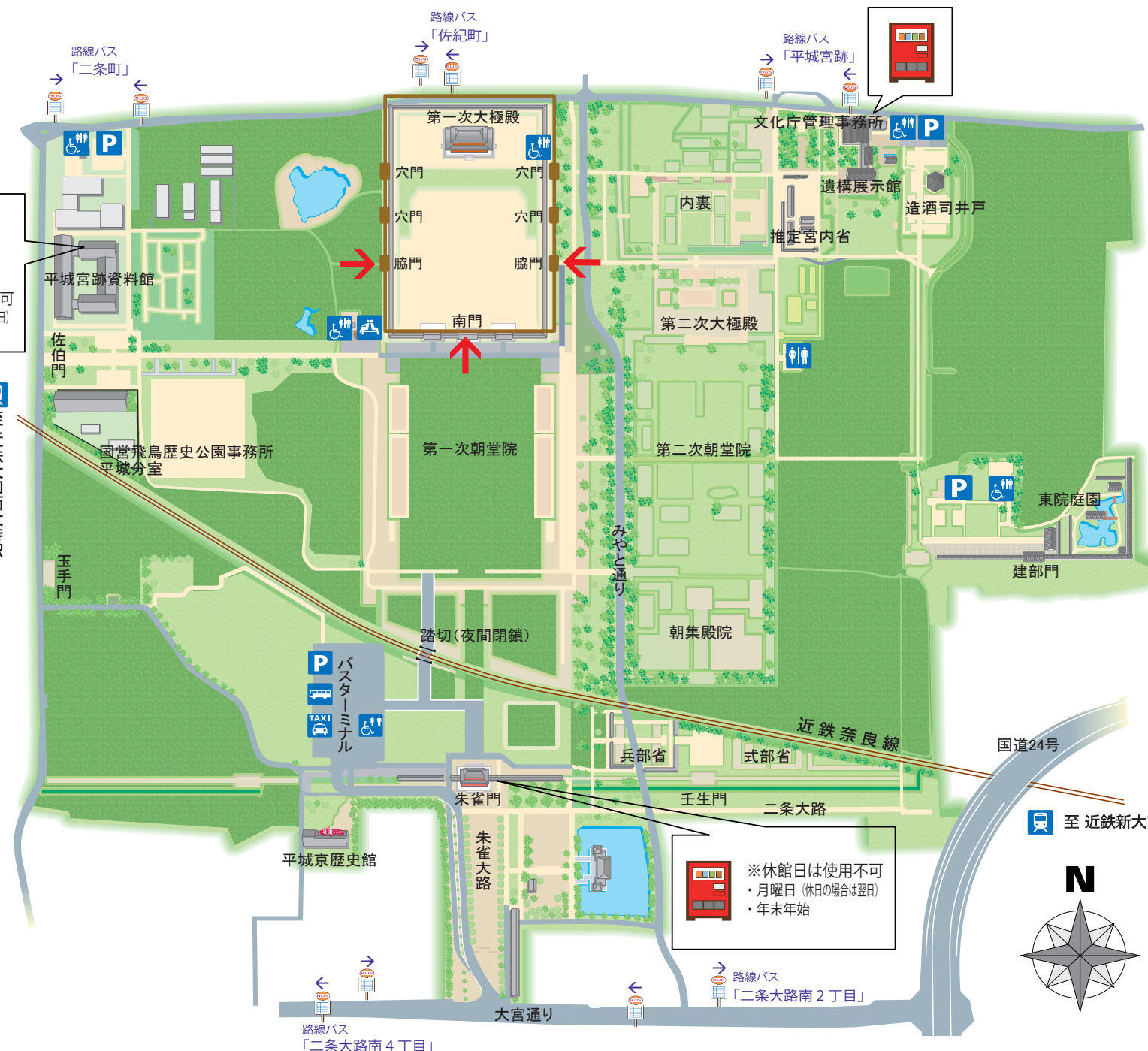
熱中症の危険信号

立ちくらみ、めまい、吐き気、脱力感、大量の汗、ズキンズキンする頭痛



応急処置

涼しい場所への移動、身体を冷やす、水分補給、救急車を呼ぶ



※休館日は使用不可
 ・月曜日 (休日の場合は翌日)
 ・年末年始

至 近鉄大和西大寺駅

※休館日は使用不可
 ・月曜日 (休日の場合は翌日)
 ・年末年始

歩く距離・所要時間
 【参考】男性(70歳)で計算

大和西大寺駅 → 第一次大極殿	1.5 km ・ 約 40 分
バスターミナル → 第一次大極殿	1.1 km ・ 約 30 分
平城宮跡資料館 → 第一次大極殿	0.6 km ・ 約 15 分
遺構展示館 → 第一次大極殿	0.9 km ・ 約 20 分
東院庭園 → 第一次大極殿	1.1 km ・ 約 30 分

- 凡例
- 駐車場
 - バス乗降場
 - タクシー乗り場
 - 休憩所
 - トイレ・多目的トイレ
 - トイレ
 - 駅
 - 自動販売機
 - バス停
 - 出入口

