







夏の東京ディズニーリゾート®を快適に満喫しよう!

ひんやりスポットMAP

-  ペットボトル飲料販売機
-  水飲み場
-  ひんやりサービス
-  タープ
-  屋内休憩施設
-  びしょ濡れスポット



ひんやりサービス

パークで購入されたミストファンと冷感タオルに使う、冷たい水をお渡しします。
“ひんやり”をお楽しみください♪



ペットボトル飲料販売機



びしょ濡れスポット



水飲み場



タープ

夏の東京ディズニーリゾートを楽しむために

1

日傘を使おう

- 色は黒より白の方が反射率が高く効果的
- 日陰では日傘をささない方が涼しい



5

暑い時間帯は涼しい場所で

- 暑さのピークは午後2時頃
- パークには屋内施設もたくさんあるよ



2

こまめに水分補給をしよう

- 水分補給は20分に1回を目安に
- パークには水筒の持ち込みも可能



6

食事を忘れずに

- 空腹になる前に食事をとろう
- 軽い食事でもOK



3

首や手首を冷やそう

- 体の熱を逃がすには首や手首を冷やすのが効果的
- 冷たいペットボトルやアイスをあててみよう



7

座って休むことも大切

- 建物や日陰に置かれたベンチに座って涼もう



4

水に濡れた状態で風にあたろう

- ハンディファンなどで風をあてよう
- 水が蒸発するときに熱を逃がすよ



8

冷感アイテムでリフレッシュしよう

