

2026 年 4 月 14 日

各専攻長、施設長 殿

理学系研究科 環境安全管理室長

小澤 岳昌

野外活動中の熱中症対策の強化について

日頃より、環境安全衛生の確保にご配慮いただきありがとうございます。

例年野外での学生実習において熱中症により緊急搬送される事故が発生していることから、理学系では野外や高温多湿な環境下で活動する構成員が熱中症に関する正しい知識を身につけ、適切な対策を講じられるよう、環境安全管理室 WEB ポータルに「熱中症対策」に関するページを設け、以下のとおりご案内しています。

専攻・施設内で広くご周知いただきますようお願いします。

【参考事例】

事故発生日時：2025 年 6 月 21 日（土）

概要：実習地は日陰の少ない海辺の岩場で、当日は快晴。開始時に熱中症への注意喚起を行っていたが、昼食後の 14:50 頃、被災者が体調不良を訴え、教員が確認したところ自力での移動が困難な状態であったため、日陰に移動させ水分補給・冷却処置を行った。その後も回復が見られなかったため、15:10 に救急搬送された。（その後、もう 1 名が熱中症となった）。

なお、被災者は治療より回復し、当日中に退院した。

【熱中症対策】※当室 WEB ポータル内 英語版あり （UTokyoID でログイン）

<https://univtokyo.sharepoint.com/:u:/r/teams/Teams.esmo.s/esmo/SitePages/%E7%86%B1%E4%B8%AD%E7%97%87%E5%AF%BE%E7%AD%96.aspx>

- 特に研究室・講座・実習の主宰者、業務の責任者は、チームメンバーへの適切な指導・管理を行うようお願いいたします。
- 熱中症などにより救急搬送が必要となる事態が発生した場合には、必ず理学部防災センター（TEL：03-5841-4016）までご連絡ください。
- 熱中症リスクの見積もりに利用できる WBGT（暑さ指数）計を導入しました。貸し出し希望の場合は環境安全管理室までご連絡ください。

【添付】厚生労働省資料 [リーフレット「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」](#)

問い合わせ先

環境安全管理室 吉田・瀬川・小林

kankyo.s@gs.mail.u-tokyo.ac.jp

内線 28868

熱中症を防ごう！

暑さに慣れる▶早く汗が出る▶体温上昇STOP

予防には『暑熱順化』スイッチ ON

Q 身体が暑さに慣れていないと
気温が高くない時期でも熱中症になるってホント？

知りたい方は、下記ガイド p42 参照

中小企業の事業主、安全・衛生管理担当者、現場作業員向け

働く人の今すぐ使える **熱中症ガイド**



<https://neccyusho.mhlw.go.jp/>

職場における熱中症予防



働く人の 今すぐ使える 熱中症ガイド



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

目次

01 熱中症から命を守る	P4	05 熱中症の基礎知識	P56
1. 職場で熱中症になった人		1. 熱中症の原因と発生しやすい職場の条件	
2. いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え		2. 暑さ指数 (WBGT)	
3. 熱中症の症状と重症度分類		3. 高齢者や持病がある作業員への配慮	
4. 現場で作業員が倒れたときの「命を救う行動」と「あやまった行動」		4. STOP！熱中症クールワークキャンペーン	
5. 熱中症「応急手当」カード（携帯用）		5. 多言語リーフレット	
		6. もっと詳しく知りたい方へ	
02 危ない状況と対策	P12	06 事業主、安全・衛生管理担当者の方へ	P63
1. 建設現場（屋外）編		1. 関係法令・関係指針・要綱	
2. 製造現場（屋内）編		2. 補助金・助成金	
3. その他現場 編		3. 講習用スライド／スライドショー動画	
03 予防法	P30	07 まとめ	P87
1. 3つの注意点（前日／仕事前／仕事中）		1. 熱中症の見分け方と応急手当	
2. 暑熱順化（暑さに慣れる）		2. 予防には『暑熱順化』	
3. 休憩時間について		3. 水分補給と休憩	
4. 予防対策グッズの使用		4. 注意点	
04 取組例	P47		

熱中症を防ぐ3つの注意点

①前日のチェック

- ☑ 仕事前日の飲酒は控えめに
- ☑ ぐっすり眠る
- ☑ 熱中症警戒アラートの確認

②仕事前のチェック

- ☑ よく眠れたか
- ☑ 食事をしたか
- ☑ 体調は良いか
- ☑ 二日酔いしていないか
- ☑ 熱中症警戒アラートの確認

③工作中的チェック

- ☑ 単独作業を避け、声をかけ合う
- ☑ 監督者は現場パトロール
- ☑ 水分・塩分の補給
- ☑ こまめに休憩



熱中症の見分け方と『命を救う』応急手当

いつもと違うと思ったら、熱中症を疑え

すぐに**119**番



作業着を脱がせ
水をかけ全身を

急速冷却

