基 調 講 演

テーマ：運動生理学から学ぶ建設業界の熱中症予防

講師：広島大学　大学院人間社会科学研究科　教授



略 歴

東京都出身
横浜国立大学　大学院教育学研究科　修士課程　修了
東京都立大学　大学院理学研究科　博士課程　修了（博士（理学））
広島大学　総合科学部　助手
日本学術振興会海外特別研究員（ベルギー・ブリュッセル自由大学）
　運動生理学及びサッカーの科学に関する研究に従事
広島大学　大学院総合科学研究科　准教授
広島大学　大学院人間社会科学研究科　教授
広島大学　スポーツセンター長

研究活動・著書他

　運動生理学を専門として、運動及び環境ストレス時における生体反応や身体の適応反応について生理学的手法を用いて分析している。日本スポーツ協会「スポーツ医科学専門委員会スポーツ活動中の熱中症事故予防に関する研究プロジェクト」班員、国立スポーツ科学センター「東京オリンピック特別プロジェクト」研究員などを歴任。

　著書に「リカバリーの科学，ナップ（2014)」、「スポーツ現場における暑さ対策，ナップ（2021)」、「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック，公益財団法人日本スポーツ協会（2025)」など。研究のキーワードは、熱中症予防、暑さ対策、身体冷却、体温調節、スポーツパフォーマンス。関連する分野において、新聞、TV、雑誌などで解説。

講演概要等

　地球温暖化や異常気象の影響により、夏季のスポーツ環境は年々過酷さを増している。運動中の過度な体温上昇や脱水は、パフォーマンスの低下のみならず、判断力や集中力の低下を招き、熱中症の発症リスクを高める。こうした背景から、近年はスポーツ現場での暑さ対策が重要視されている。本講演では、スポーツ生理学の観点から、現場で実践可能な暑さ対策の具体例を紹介する。特に、暑熱順化、水分補給、身体冷却といった手法を中心に、建設業界への応用を視野に入れた効果的な対策のあり方を考察する。

連絡先：hasehiro@hiroshima-u.ac.jp