

運動前、中、後期にわたって N. E. C. の Heart-rate Telemeter をペン書き オッシログラフ に接続して心拍数を記録測定した。

また被検者 2 名に 15 段の階段を 5 分間昇降させ、その際の心拍数を測定した。

3. 1 分 45 秒の階段昇り運動において、心拍数の最高値は洋服で 150~162, 和服で 153~170 であった。また 5 分間の階段昇降においては、洋服 156~162, 和服 162~170 であった。

以上の実験により階段昇降運動の循環機能に及ぼす影響は、和服着用時の方が大きいことが認められた。

別上記被検者 2 名について、トレッドミル歩行時の心拍数と酸素消費量を測定した。これにより心指数と酸素消費量との関係を個人別にもとめ、得られた結果から階段昇降時の消費カロリーを推定した。

B-97 和服の歩行に及ぼす影響 (第 2 報) —階段昇降運動からみて—

東京家政学院短大 岡野 和子
○高田 幸枝

1. 本研究は同一被検者に和服、洋服を着用させて、階段昇降運動を行なわせ、その際の心拍数を測定して、階段昇降運動時における和服着用の影響を循環機能から検討することを目的とする。

2. 被検者には健康な青年女子 5 名を選んだ。被検者に和服あるいは洋服を着用させ、高さ 19cm, 奥行 28cm の階段 128 段と、水平歩行 51 歩をメトロノームに合わせて、一分間に 112 歩の速さで昇らせた。その所要時間は 1 分 45 秒であった。