

〔目的〕 入浴方法には 温湯浴と蒸気浴・熱気浴の2種類がある。私達は 入浴について、出浴後の処理 装着時間などを検討するために、昭和62, 63年に 温湯浴による、その入浴時間 出浴後の処理 装着条件が人体に与える影響を報告してきた。本報では、熱気浴による 入浴時間 装着条件などを変化させ、その人体生理反応について検討した。

〔方法〕 被験者は成人女子3名。室内環境温  $26 \pm 2.5^{\circ}\text{C}$ 。実験期間 昭和63年7~9月。熱気浴装置には家庭用簡易サウナウェア (SHARP YS-201) を使用した。被験者は セミヌードで綿ワンピースを装着し 15分間の椅座安静保った後 ワンピースを脱衣し 入浴する。熱気浴時間は15分, 30分, 40分の3条件とした。出浴後の装着条件は N:セミヌード, C<sub>0</sub>:直後ワンピース装着, C<sub>20</sub>:20分後ワンピース装着の3条件とし、それぞれ60分間の椅座安静を保った。測定項目は 皮膚温11部位, 直腸温, 体重減少量, 脈拍, 温冷感, 快適感である。

〔結果〕 熱気浴中皮膚温は 約 $36 \sim 42^{\circ}\text{C}$ に上昇し、出浴と同時に急激に下降する。平均皮膚温は C<sub>0</sub>はC<sub>20</sub>, Nに比較し、出浴後の低下量が小さく、C<sub>20</sub>では装着直後上昇し装着効果が認められた。直腸温は 皮膚温に比べ 入浴による上昇が遅れ 入浴時間  $40\text{分} > 30\text{分} > 15\text{分}$ の順に大きい傾向であった。また、体重減少量, 脈拍については 入浴時間  $40\text{分} > 30\text{分} > 15\text{分}$ の順に大きい。平均皮膚温×温冷感, 平均皮膚温×快適感, 温冷感×快適感について 入浴中に相関が認められた。