

— 皮膚温に及ぼす影響の個人差に注目して —

大阪教育大 ○井澤美喜子 今村律子 奥窪朝子

【目的】 レッグ・ウォーマー（以下Lw）は、主としてバレエ・ダンスの練習時に着用されてきたが、最近では靴下と共に、下肢部の保温用として一般に販売されている。Lwは着脱・携帯が容易でかつ、靴下類と比較して履き方（被覆部位・面積など）が自由であるなどの利点が多いと考えられる。しかし、Lwの保温効果についての報告はほとんど見あたらない。そこで本研究では、Lwの着用実験を行い、皮膚温に及ぼす影響の個人差に注目して、保温効果の検討を試みた。

【方法】 被験者は、健康な女子学生5名。予備室（23℃）において、快適と感じる衣服を着用し、皮膚温の安定を確認した後、18℃及び20℃の環境下で、Lw着用時と非着用時に各40分間椅座安静で実験を行った。各被験者について、繰り返しは3回実施した。供試Lwはアクリル・ナイロン・毛混である。測定項目は、皮膚温16点、舌下温、全身及び局所温冷感・快適感である。さらに、個人差の検討のため、局所冷却実験を行った。あわせて皮下脂肪厚、冬期におけるかぜ罹患率及び着衣習慣などの個人要因を測定、調査した。

【結果】 ①Lw着用により、全被験者で下腿部（被覆部）・足背及び平均皮膚温が有意に高値となった。また、手背・大腿・腰部の皮膚温が有意に高い被験者もあり、Lwの保温効果が個人によって有意に異なるという結果が得られた。②Lwの着用による皮膚温への波及効果が小さい被験者は、波及効果の大きい被験者と比べ、各部位の快適皮膚温の下限が低く、耐寒性の関与が示唆された。③被覆部位の違いについては、足首などの部位を覆うことで、より大きな保温効果が得られることがわかった。