

目的 我々は、快適な衣生活を送るために、暑さ寒さに応じて衣服の着脱を行ない、衣服内気候を一定に保つとされている。このような衣生活のもとで、体温、皮膚温、衣服内温度などのような変動をおこすのを明らかにするため、本実験を計画した。これらの知見は、衣生活のあり方を考察する上での基本的資料になると考えられる。

方法 被験者は中年男性2名、成年女性2名であり、一般的な日常生活を送ってもらった。携帯用環境体温計YH-1(株)メテク)を使用し、直腸温、胸・前腕の皮膚温、胸部の衣服内温度、そして被験者周囲の外気温を、5分間隔(1被験者のみ20分間隔)に連続8~10日間の測定を試みた。本装置に格納されたデータは、測定終了後コンピューターにより表として打ち出し、ペリオドグラム法を使い、コンピューターによる周期分析を行なった。同時に、被験者の起床時刻、就寝時刻、行動の状況、衣服の着用状態等について、データシート上に被験者自身に記録してもらった。被験者の行動、着用衣服は本実験のために制約を受けることなく、被験者の全く自由な意志に委ねた。

結果 主要な結果は以下の通りである。1)直腸温、胸部皮膚温、前腕皮膚温及び軀幹部衣服内温度は、いずれも著明な24時間と同期とする日周変動を示した。2)直腸温は覚醒時刻数時間前からすでに上昇に転じ、就寝時刻前に下降に転じた。3)衣服内温度は睡眠中高く、日中低いという変動を示した。日中は上昇下降を繰り返して一定値を示すということはない、たのに対し、睡眠中はほぼ $35\sim 36^{\circ}\text{C}$ の間で小さな変動が観察された。

(この研究は、奈良女大家政4回生 夏目恵子との共同研究である。)