

○佐々尚美*、久保博子**、磯田憲生**、梁瀬度子***

(*奈良女大・院、**奈良女大、***武庫川女大)

【目的】着衣量などの日常生活や室温の調節などに「暑がり」か「寒がり」かの違いの影響が考えられる。そこで、本研究では「暑がり」「寒がり」の特徴の把握をすることを目的とし、自己申告により「暑がり」か「寒がり」かに分け、好む気温と設定気温の影響の違いについて検討した。

【方法】実験には奈良女子大学人工気候室を用いた。好む気温の検討は、被験者自身でちょうど良いと感じる様に気温を自由に調節した。設定気温の影響の検討は、気温28℃の前室にて約30分間暴露した後、気温を20℃、24℃、28℃、32℃の4条件に設定した実験室にて120分間暴露した。また、相対湿度50%は一定で不感気流とした。測定は皮膚温などの生理的反応と温冷感・快適感などの心理的反応を測定した。被験者には健康な女子大学生32名を採用した。また、実験前に「暑がり」「どちらかというとも暑がり」「どちらかというとも寒がり」「寒がり」のいずれに当てはまるかアンケートに記入させた。

【結果】「暑がり」は他よりも低い気温を好む傾向がみられ、その時の平均皮膚温も他より低かった。設定気温実験では、より低い気温、より低い平均皮膚温範囲を快適とし、また、血圧が高い傾向が見られた。一方、「寒がり」は好む気温にはばらつきがみられたが、設定気温実験では、低温において足背が低い傾向が見られ、身体各部位の皮膚温は他とほぼ同じであるが「暑がり」より有意に涼しい側に評価しており、「冷え」を感じていた。また、血圧は低い傾向が見られた。