

【公開講座報告】

H26 年度（一社）日本家政学会被服衛生学部会公開講座報告

衣服と健康の科学、最前線 ～健康を支える衣生活～

丸田直美

共立女子大学家政学部

はじめに

本部会では部会内で蓄積した研究成果をわかりやすく一般の人々に解説する公開講座を2年に1回のペースで実施している。といってもH16年に富山で開催されて以来行われていなかった。H24年に神戸で再び開催されたことより、今後は定期的に参加したいということで、H26年度開催に向けて動き出した。親学会である日本家政学会の第2期活動助成をいただき、11月29日（土）午後から共立女子大学（東京）で開催することとなった。

公開講座内容

午後1時、肌寒い小雨の中での開催となったが、諸岡部会長の開会の挨拶の後、4名の先生方による講演が行われた。講演内容は以下の通りである。

1. 「気候と衣服ー快適・健康に過ごすための服選びー」文化学園大学大学院 田村照子氏

先生のご著書「気候と衣服」より、暑さ寒さに対しての服選びについてお話しいただいた。天気予報で話される服装アドバイスの根拠、暑さ寒さのセンサーや冷えやすい部位、この冬に向けての服選びと盛りだくさんであった。

2. 「加齢による身体の変化と衣服ー皮下脂肪の年齢による変化をどう考えますかー」山梨県立大学 斉藤秀子氏

成人女子の皮下脂肪厚を全身400か所余り計測されたご研究データをはじめ、加齢により皮下脂肪が厚くなる部位があり、体型に変化がみられるようになること。その体型補正のためにファンデーションを利用する人が増加する傾向にあるなど、お話しいただいた。

3. 「おしゃれを楽しんで健康にー誰もがおしゃれできる環境づくりの必要性和ファッション工房の取り組みー」金城学院大学 平林由果氏

高齢者へのおしゃれ支援活動、障害者ファッションショーへの参加などの先生のご研究活動と、

「金城学院ファッション工房」の活動についてご紹介いただいた。おしゃれすることも健康には必要であることをお話しいただいた。

4. 「おしゃれして外出するためにー体育大学の教員から見た美しい身体を保つためのウォーキングー」日本女子体育大学 古泉佳代氏

健康づくりのためには、現在の身体活動量を少しでも増やすことが大切で、一日10分ずつ長く歩くように、無理なら2～3分からでも努力することが大切であると話された。我々ができそうな事として、新体操選手の日々の姿勢の取り方を全員で体験した。また、ラクロス選手の準備体操方法を学生より教えてもらった。運動選手のお話しも伺えて興味深かった。

午後5時の終了時には雨も上がり、解散となった。参加者は131名（会員35名、非会員96名）であった。参加者のアンケートは概ね良好で、興味深く聞いていただいたようであった。

おわりに

準備不足、広報不足は否めないが、お忙しい中講演準備をしてくださった講師の先生方、準備から当日の進行までアドバイスやご協力を頂いた顧問、実行委員の先生方、折に触れご協力や励ましをいただいた部会員の皆様に心より深謝申上げたい。

実行委員会

顧問：田村照子、諸岡晴美

委員：丸田直美、阿部栄子、潮田ひとみ、内田幸子、加藤三貴、小柴朋子、斉藤秀子、薩本弥生、嶋根歌子、永井伸夫、西原直枝、野上遊夏、間瀬清美、前田亜紀子

<連絡先>

〒101-8437 千代田区一ツ橋 2-2-1
共立女子大学家政学部 丸田 直美
電話&FAX：03-3237-2500
email：nmaruta@kyoritsu-wu.ac.jp