

【公開講座報告】

衣服と健康の科学、最前線

～ シニアの健康・快適な衣生活支援における被服衛生学的アプローチ ～

内田幸子

高崎健康福祉大学健康福祉学部

公開講座の開催

日本家政学会被服衛生学部会では、「衣服と健康の科学、最前線—シニアの健康・快適な衣生活支援における被服衛生学的アプローチ—」をテーマに掲げ、研究成果を一般の人々にも分かりやすく解説する公開講座を2年に1回のペースで開催しています。平成30年度公開講座は、当初は東京家政大学で開催予定でしたが、諸事情により会場を変更して、平成31年3月19日（火）、文化学園大学において開催しました。

1. 公開講座のテーマ

平成30年度公開講座の総合テーマは「シニアの健康・快適な衣生活支援における被服衛生学的アプローチ」としました。シニア世代の心身の特徴について理解を深め、快適な衣生活を支援するための被服衛生学の研究内容、具体的な最新の情報を部会員、被服を学ぶ学生、一般市民の方々に広めることを目的としました。

2. 公開講座の構成と内容

1) 公開講座の構成

本公開講座では、部会員である諸岡晴美教授（京都女子大学）を研究代表者とする科学研究費補助金「基盤研究（A）」の研究成果を中心に講演6件で構成されました。

2) 公開講座の内容

講演1では、「研究概要」について、研究代表者である諸岡晴美教授（京都女子大学）より説明していただきました。

講演2では、「高齢者の日常生活における留意点」と題して、芝崎学教授（奈良女子大学）より高齢者の体温調節、温度感覚について、日常生活ではどのような点に留意したらよいかについてご講演いただきました。高齢者の温熱環境を考える

上では、生理的な視点だけでなく、主観的な視点、経験的な歴史を考慮する必要があるかもしれないということでした。

講演3では、「年齢によって異なる温かさ・冷たさの感じ方」と題して、深沢太香子准教授（京都教育大学）より、温かさ・冷たさの感じ方が年齢を重ねると変化することについてご講演いただきました。人体表面の温かさや冷たさを知覚する温度感受性は加齢による影響がみられ、若年者の温度感受性に比べ、中年者や高齢者、特に高齢者の温度感受性は著しく低下していることを示していただきました。

講演4では、「皮膚の柔らかさと皮下脂肪厚の年齢による違い」と題して、丸田直美教授（共立女子大学）より、年齢によって腹部周辺の皮下脂肪と体型、皮膚の柔らかさがどのように変化するかについてご講演いただきました。年齢を重ね、腹部周辺の皮下脂肪が増加すると体型が変化し、皮膚も柔らかくなると考えられるが、皮下脂肪の増加を伴わなくても年齢を重ねると皮膚は柔らかくなることを示していただきました。

講演5では、「年齢・身体特性・ブラジャーの種類が動作時の装着感に及ぼす影響」と題して、薩本弥生教授（横浜国立大学）より、中高年女性の健康増進を支えるブラジャーについて、年齢・身体特性・ブラジャーの種類が装着感にどのように影響するかについてご講演いただきました。動作時の衣服圧は、どの動作時もスポーツブラが補整ブラよりも下部胸囲以外で小さい結果となった。動作時のブラの装着感評価は、圧迫感と快適感に正の相関があり、適度に圧迫された状態で動作を行うことは不快ではなく、振動やズレを抑える効果のあるブラを快適と感じていることについて解説していただきました。

講演6では、「加齢に伴う体脂肪燃焼の変化とその改善法」と題して、三野たまき教授（信州大

学)より、若者と高齢者の体脂肪燃焼の違い、体脂肪を効率よく燃焼させるための近道についてご講演いただきました。運動負荷は高齢者ならば20W位までで十分であり、負荷を上げるより無理せず日々できる家事や散歩を続けることが、体脂肪を減らす一番の近道であることを解説していただきました。

講演7では、「老人性乾皮症のためのアパレル支援」と題して、諸岡晴美教授(京都女子大学)より、繊維製品の機能性付与加工が高齢者の皮膚性状に及ぼす影響、アパレルによる支援の可能性についてご講演いただきました。保湿ローションを直接塗布せずに、卵殻膜・リン脂質ポリマー同時加工布からなるアパレルによっても皮膚性状の改善効果が示唆されることを示していただきました。これは、乾皮症が発生する高齢者のQOLを高めると予測され、意義深い研究成果を紹介していただきました。



写真1 講演中の芝崎先生



写真2 講演中の諸岡先生



写真3 講演に聞き入る参加者

3. 公開講座を終えて

本公開講座では、シニアの健康・快適な衣生活を支援するための被服衛生学の研究内容、具体的な最新の研究成果が紹介され、非常にわかりやすく解説していただきました。研究代表者の諸岡教授は、本研究に着手した目的を『加齢による心身の変化が顕在化するシニア層以上を対象に、加齢による諸機能の低下を経時変化として定量的に捉え、「健康で」しかも「アクティブに」生活するための衣生活支援のあり方を総合的な視点から提案すること』と述べています。被服衛生学分野の基礎的研究・発展的研究が、人々の健康で快適な衣生活に貢献していると感じられた参加者の方も多かったのではないかと思います。

本公開講座には家政学会員25名、非会員8名、総計33名の方にご参加いただきました。お忙しい中ご講演をお引き受けくださいました講師の先生方、公開講座に参加いただきました皆様・先生方、公開講座開催にあたりご協力いただきました実行委員・企画委員の先生方に、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

<連絡先>

〒370-0033

群馬県高崎市中大類町 37-1

高崎健康福祉大学健康福祉学部 内田 幸子

電話：027-352-1290 FAX：027-353-2055

eメール：uchiida@takasaki-u.ac.jp