

運動時の体表振動特性とレオタードの体表振動抑制効果

研究代表者 山梨県立大学 齊藤 秀子

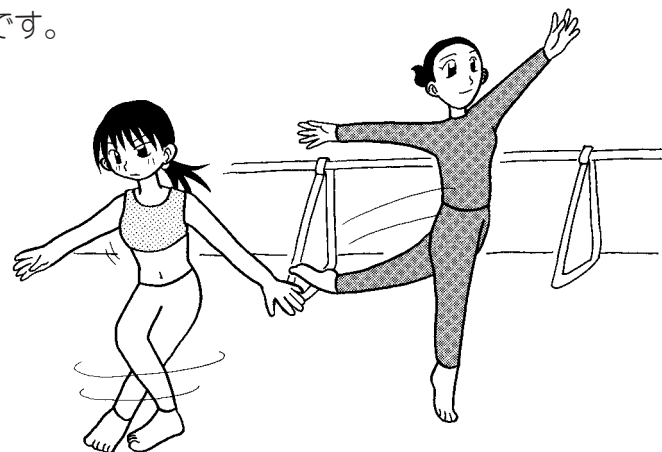
運動をすると、その動作に応じて身体の局部は振動します。このような身体局部の振動を抑制するために各種の運動練習用着衣が開発されていますが、体表振動の抑制効果という観点からどの程度効果的であるのかはまだ十分に検討されていないのが現状です。

この研究は、児童や成人女子を中心として最近盛んに行われているバレエやモダンダンスに着目し、その練習時に着る衣服の種類や素材が体表の振動抑制にどのような効果があるのかを検討し、着衣の選び方に対する指針を得る目的で行った実験です。

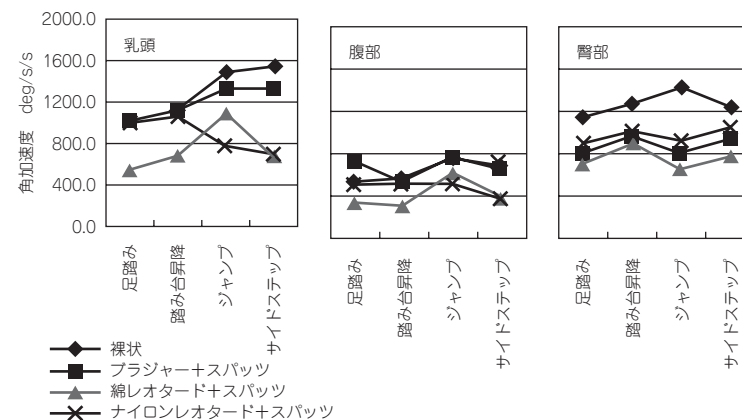
被験者として女子大学生を選び、着衣として、(1) スポーツ用ブラジャー、(2) 綿レオタード、(3) ナイロンレオタードにそれぞれ同スパッツを着用した3種類について、各種のダンス動作を行い、体表振動特性と衣服圧、圧迫感、振動感覚を測定することにより、上記3種類の着衣の振動抑制効果を検討しています。

結果はブラジャーよりもレオタードの方が振動抑制効果は大きく、振動感覚も抑制され、ダンス練習時の着衣としては一般的なレオタードとスパッツの組み合わせの方が適切であることを示しています。しかし、綿とナイロンという素

材の違いによる効果に関しては、素材の張力、皮膚と素材間の摩擦特性などの観点からもう少し検討する必要があります。



バレエやモダンダンスの練習用着衣は、振動抑制効果のあるレオタードが適しているといえる



部位別、動作、着衣による角加速度の違い