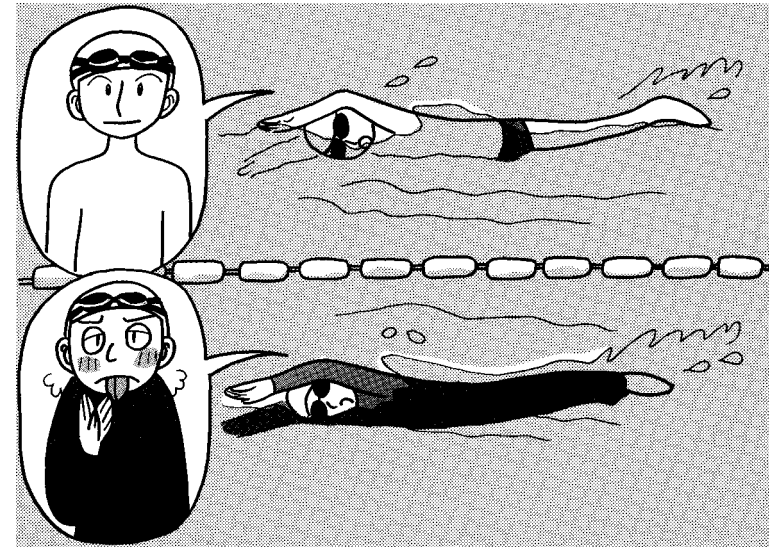


水着の形状が水泳中の 体温調節反応に及ぼす影響

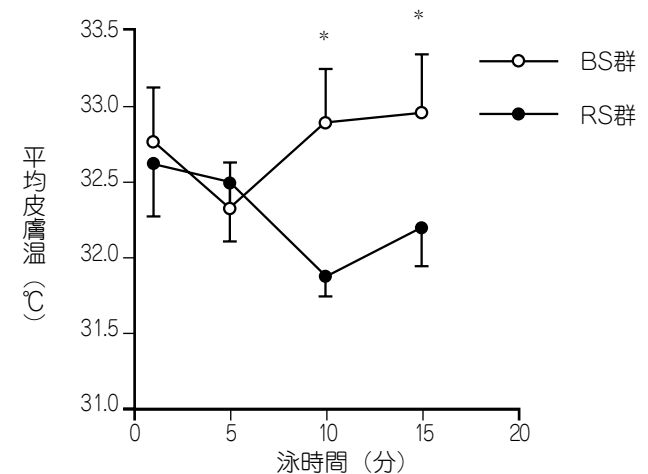
研究代表者 長崎大学 田井村明博

スイミングプールで水泳中の2種類の違った水着がスイマーの皮膚や体温、心拍数、頭部や、躯幹部の温度感覚にどのような影響を与えるかを観察しました。実験時の室温28℃、水温30℃でありました。通常の水着（RS群）を着用した6名、ロングタイプ水着（BS群）6名が被験者として参加し、クロールで1500mを泳いだ。ラストスパートはせず、同じスピードで泳ぐように前もって指示しました。皮膚温は水泳開始5分後までは差がありませんでしたが、10分後、15分後にはロングタイプ水着着用時の被験者の方が高くなりました。皮膚温の測定部位は下腿部、大腿部、腹部、胸部、前腕で、前腕以外は水着で被覆されていました。水泳終了後の主観的指標としての温度感覚は、頭部、躯幹部ともBS群で暖かく感じました。体温や心拍、発汗には両群間に差はありませんでした。

このことから、ロングタイプの水着を着用する場合、高体温や脱水を引き起こさないように、水分摂取などを行う必要があると主張しています。水着による皮膚圧迫を含めて今後さらに詳細な研究が必要な興味ある研究分野であります。



ロングタイプの水着を着用する場合、高体温や脱水に注意が必要だ。



通常の水着群（RS群）とロングタイプ水着群（BS群）におけるテスト泳中の平均皮膚温の推移 (* $p < 0.05$)