

夏物のしまい洗い忘れはありませんか!? 冬の寒さ対策は OK ですか？

風邪やインフルエンザ、コロナに感染しないように、冬の服装には十分な配慮が必要です。寒さを感じると、免疫力や体力が低下します。気温に合わせた服装で清潔に健康な冬を過ごしましょう。

◎初冬は気温が急激に低下することがあります

本格的な冬将軍の到来に向けて、初冬の気温は乱高下しがちです。軽装で外出したら、夕方には気温が急に低下して震えてしまうといったことが起こりがちです。ウェザーニュースの資料では、気温12℃を下回ると、風で体が冷えてしまうのでトレంచిコートなどでの防寒を勧めています。コートの下にはセーターがいいでしょう。

冬の気温と服装



◎クリーニングすると衣類の保温力がアップします

衣類の保温力は、繊維が作る空気層によります。汗や皮脂汚れがしみ込んでいると空気層がつぶれてしまい保温力が低下します。クリーニングしてふっくらとした温かい服装を心掛けてください。