

この時期からの「機能的な重ね着」について

昨今、色々なところで売られている「機能性肌着」や「薄型ダウンジャケット」。みなさん1枚は持ってらっしゃるのではないのでしょうか。でもまって！？実は効果的な着かたがあるって知ってますか？

まず、機能性肌着。夏用はひんやり、冬用は薄いのにあったか。これには「汗」が関わって来ています。機能性肌着に汗などの水分が含まれると効果が表れる布なので、一番下に着るのがポイントです。

また、ダウンベストやダウンジャケットは、中の羽毛を体温で膨らませて暖かい空気を溜める防寒着です。体温がダウンに伝わる方が断然暖かくなるので、ダウンの下は薄めが望ましいのです。特に「薄型ダウンの上に重ね着」がおすすめです。フリースも構造は違いますが同じ原理の衣類です。

特にこの時期ですと、ダウンベストが大活躍。着やすく脱ぎやすい！薄着に羽織ってあったかい、更に1枚重ね着して保温もばっちり！少ない重ね着で冬物の洗濯物も少なくなり、経済的でもありますね。

