

# あんどくりすの防災四季だより

第8回 放送日：2019.5.24（金）

パーソナリティー：あんどくりす

テーマ：レインウエアの話



「命を守る」という大切なことに役立つのは、  
アウトドアのスキル。

阪神大震災を被災した「あんどくりす」さんが、  
防災・減災の方法を楽しく導きます。

もうすぐ梅雨入り。

レインウエアを選ぶ決め手は、

濡れないこと、蒸れないこと。



# オールシーズン役に立つ

本日は、  
山登りや行楽シーズンにも大活躍の



レインウェアのお話をしたいと思います。

レインウェアというと、

雨が降っているときだけに  
役立つものと思いませんか？



アウトドアの人は、  
冬の上着や、ウインドブレーカーとして、

アウトドアに出かけるときには  
必ず持って行きます。

アウトドアのレインウェアは、

全天候対応型ウェアと言われ、  
雪が降っていても使えます。



# 濡れてはいけない

東日本大震災の際、  
テレビの  
ニュースキャスターやレポーターが、



全天候対応型の  
レインウェアを着ていたのを  
ご存知でしょうか？

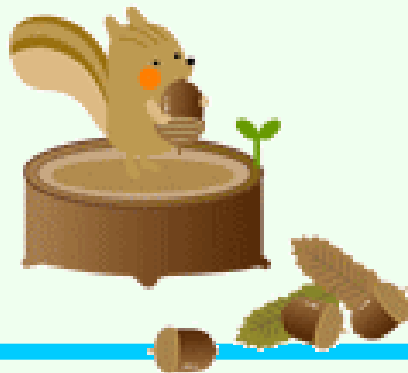
被災地に入るときに

雨・風・雪・寒さから  
身を守る服装をしていたのです。

アウトドアの世界では、

「簡単に濡れてはいけない」  
と言われていることを

知っておいてください。



# なぜ？濡れてはいけない

映画や漫画で

「寝るなー！寝たら死ぬぞ!!」  
な～んていうシーンが出てくると思います。

雪山で寝ても、  
そんなに死にません。(笑)

私も雪山で寝たことがありますが、  
生きています。

寝るから死ぬのではなくて、

濡れて体温が下がるから  
死ぬのです。

濡れて低体温症になると、  
眠ったように亡くなります。





亡くなる原因の一番は、  
この低体温症です。

物が水に濡れると  
気化熱という現象が起こります。

水滴や汗が気体が変わるときに、  
体温をどんどん奪っていきます。

洋服や足元が濡れていると  
体温を下げてしまって

そうすると低体温症になって  
亡くなるのです。



正しくはというか多くは、  
寝たから死んだのではなく、

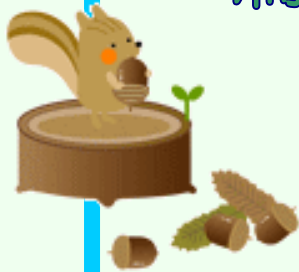
濡れたから亡くなった  
という事が言えると思います。

ですから、  
「濡れるという事は、  
避けなければいけない。」

これがアウトドアの基本なんです。



# 濡れない・濡らさない



雨が降っているときに、

「ちょっと濡れていこうかな」  
というのは風流かもしれません。

濡れると必ず、  
体温が下がる可能性があります。

普段はいいけれど、  
災害時などに濡れていると

すぐに  
体を温められないことがあります。

すると、  
雪山と同じような現象、

雪山とまで言わなくても  
体が冷えて亡くなる事があります。

ですので、  
「濡れない、濡らさない」ということが  
基本なんですね。



# なぜ？ 蒸れてはいけない



アウトドアのレインウェアは、

雪遊びにも使えます。  
冬の風を防ぐウェアにも使えます。  
当然雨も防ぎます。

外からの雨を防ぐという  
「濡れない」だけではなく

「蒸れない」ことも重要です。

レインウェアの種類によっては、  
中で蒸れてしまいますよね。

蒸れてしまうと、  
やはり濡れてきます。

それは、  
体温を下げる原因になるので、

絶対に蒸れないものを。

「濡れない・蒸れない」を  
両立させていることが大事になります。



# 素材を知る

濡れない・蒸れないレインウェアに  
使われている素材は、

例えば有名なものには  
ゴアテックス(GORE-TEX®)があります。

1cm×1cmに、14億個ぐらいの  
小さい穴が空いています。

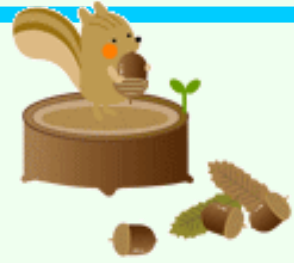
穴がものすごく小さいから、  
水滴が外から入らず

雪を押し付けても入らず、  
雨の水溜まりに座っても

水が滲みてこないのです。







上から降ってくる  
雨を避けるだけの傘よりも、

立ったり座ったり曲げたりと、  
部分的に圧力が掛かる  
アウトドアウェアの方が

その圧きに耐えられる  
防水性能があるのです。

汗とか水蒸気を、  
その14億個/1cm<sup>2</sup>の穴によって  
全部外に放出してしまうので

「蒸れない」  
という状況を作り出します。

ですので、  
1着でも持っている  
もう、いろんな場面で、

もちろん災害時にも使えますので、  
すごくお勧めです。

ただし、結構高い！（笑）  
っていうのがありますね。



# メンテナンスで長持ち

ちゃんとお手入れすれば  
長く持ちます。

私の持っている物も  
もう10年くらい使っています。

お手入れするときは、  
製品についている説明書を  
参考に。

たとえば、  
専用の洗剤で普通に洗って、  
アイロンをかけてくださいとか(※1)  
(※1)  
熱を加えることで撥水性が回復する

乾燥機にかけなさい、  
脱水機・自然乾燥はやめてね、

などと書いてありますので、  
チェックしてみてください。

ちゃんとお手入れすれば、  
長く持ちます。



# ファスナーに注目！

子ども用にも  
買おうと思ったんですけども、

やっぱり高い！（笑い）

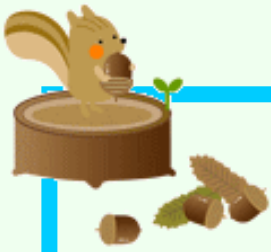
どうしたらいいのかなと思って  
見てみたら

世界中のどのメーカーの物でも、

良い製品には、  
ファスナーにYKKを使っていることが  
多いんです。

YKKのファスナー番号を  
確かめてみて下さい。





大人用と子供用のファスナーが、  
もしも同じ番号だったら

大人用の物と子供用の物が  
ジョイントできるんです！



まず自分が上着を着て、  
前に子供用の上着を  
ファスナーでジョイントさせると、

前抱っこした状態で、

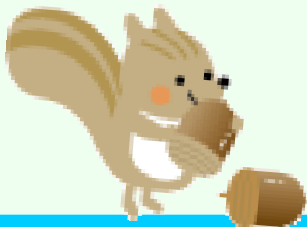
ママコートのように使える  
という事が分かりました。

たとえ6千円くらいしたとしても  
120cmサイズを最初におけば、

赤ちゃんの時から、  
6歳くらいまで使えます。

1年あたり千円のレインコートを  
毎年買って捨てるよりも

ずっと良い物が長く使えます。



# 減災につながる

良い物を持てば、  
買って捨てるお洋服も減ります。



次の子用に取っておこうと思う服も  
減るので、

タンスが低くなりますね。

結果、  
転倒防止グッズもいらなくなる。

という事で、  
「減らせる防災」ができる  
というふうに思ってください。



# 値段の差は何かな？

透湿防水素材を使った  
全天候対応型ウエア。



値段の差は、  
ファスナーの性能や、  
生地をつなぎ目の処理です。



ウエアや靴の、  
布と布をつなぎ目を  
テープでカバーし、  
シームレスにする熱処理があります。

つなぎ目がキチとなっているものが  
高かったりするんです。

つなぎ目の処理が甘いと、  
雨が滲みてくるという事になり  
防水機能が劣ります。

レインウエアは最近  
安く買えるもの等も出てきています。

高い物はどうかな？  
と置いていたら  
ちょっとこちらを試してみてください。



# 雨はいつでも降ってくる



よく防災講座などで、

ビニールのゴミ袋を被って  
なんとか対策をしようなどの  
工夫がありますね。

山の感覚からすると、  
ビニールだと蒸れるので、

「あ、濡れて死ぬだろうな」  
という感じがします。

緊急時には、  
その場で代用するというのも  
大事かもしれません。が、

雨はいつでも降っているので、

雨対策の服くらいはもう  
あらかじめ

ちゃんとしたものを購入しておくことを  
お勧めします。

