

# “日陰”を持ち歩き 暑い夏を快適に！

文 ● 茂木登志子 *text by Toshiko Mogi*

イラストレーション ● 東 早紀 *illustration by Saki Azuma*



暑い夏がやって来た。外出時の紫外線対策や熱中症対策として「日傘」が注目されている。どのような利点があるのだろうか？ 日傘を差す男性もいるが、子どもにも有効なのか？ 今回は暑い夏を少しでも快適に過ごすために、日傘について調べてみた。

気温が気になる季節になった。気象庁によると、最高気温が25℃以上の日を夏日、30℃以上の日を真夏日、そして35℃以上の日を猛暑日という。いったい今日の気温は何度まで上昇するのだろうか？

暑さが増すと、街頭ですれ違う人々の姿からも、熱中症対策や猛暑対策を講じる様子がかがえる。帽子をかぶる。扇子やうちわであおぐ。最近では持ち歩きできるハンディ扇風機や首掛け扇風機で涼む様子もよく見かける。そして、日傘を差す人も。

日傘は日陰をつくり、体感温度を下げるができるという。「無限に日陰を歩けます」「暑い夏の日、日陰で体感温度は7℃下がる」。これは3年前の夏、日本気象協会が発表した、日傘の利用を推奨するポスターに掲げられていた文言だ。

環境省が作成して改訂版を公表している、保健活動に関わる方々向けの保健指導マニュアル「熱中症環境保健マニュアル 2022」にも、暑さを避ける行動として「日向では積極的に日傘を使用する」という項目が挙げられている。どうやら思っていた以上に、暑い夏を健やかに乗り

切るツールとして、日傘は有効なようだ。

日傘についてもっと知りたくなり、愛知県名古屋市に向かった。到着したのは、大同大学の学長室。実は、学長の渡邊慎一さんにはもう一つの顔がある。渡邊さんは、室内および屋外における暑さ寒さについての専門家で、コタツや日傘、運動会など、ユニークなテーマに取り組む研究者なのだ。特に近年は、熱中症予防の視点に立った日傘の研究に力を入れている。そこで今回は、渡邊さんに日傘についての解説を仰いだのである。

## 真夏の日陰が快適な理由

日傘は小さいけれど日陰をつくってくれる。真夏の炎天下で日陰にいると、なぜ、快適と感じるのか？ まずはその仕組みが知りたい。すると、渡邊さんの解説はこんな質問から始まった。

「日なたと日陰、どちらが涼しいと感じますか？ あるいは暑さが和らぐと思えますか？」

日陰！

「では、日なたと日陰、気温は違いますか？ 同じですか？」

違う？ 日陰のほうが低いような……。

「ハズレです。気温はどちらも同じです。違うのは、体感温度です」

体感温度というのは、文字どおり、ヒトが感じる温度（暑さ）のこと。そして、体感温度は、気温以外にも日差しや風、湿度、着衣、活動状況、路面の温度など、さま

### 〈今月のアドバイザー〉

渡邊慎一（わたなべ・しんいち）

大同大学学長。日本生気象学会理事、熱中症予防研究委員会委員。静岡県出身。1991年、名古屋工業大学工学部社会開発工学科卒業。民間企業で建築設計の実務に3年間携わり、名古屋工業大学大学院に進む。1999年に「コタツの研究」で博士号取得。2000年に大同大学講師、2004年、デンマーク工科大学留学を経て、2012年に大同大学教授就任。2023年から現職。日本建築学会東海賞、人間-生活環境系学会論文賞、日本生気象学会論文賞など受賞歴多数。