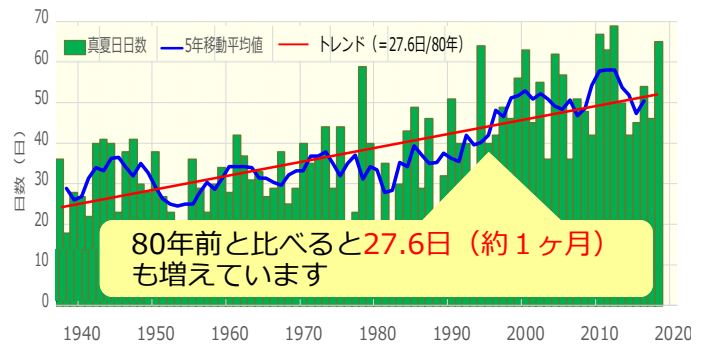


こんなにすごい！日傘の効果

日差しが厳しい日が増えてきました。
真夏日や猛暑日は増加傾向にあり、私たち一人一人の適応行動が重要となります。

今回は、お出かけ時の手軽な対策である「日傘」の効果サーモグラフィーを使って検証してみました！



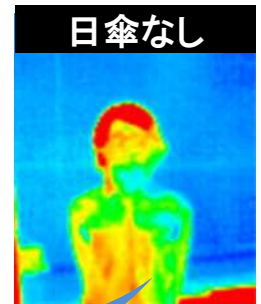
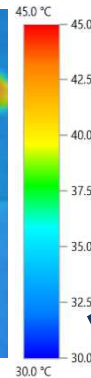
宇都宮における真夏日の年間日数【1940～2018年】

日傘※が「ある」と「ない」で、10℃程度（最大15℃程度）の差がありました！

※遮光効果100%・UVカット率99%以上

<協力：栃木県地球温暖化防止活動推進センター>

日差しが直接当たらないだけで、暑さがだいぶ和らぎました♪



夏の外出は日傘で快適！

環境省が行った実験では、日傘を使って強い日差しから体を守ると、

汗の量が約17%も減る

上着を着用しないクールビズと日傘の併用で、**熱ストレス※を約20%も低減できる**

※深部体温と累積発汗量で計算

という結果が出ています。

熱ストレスの観点からは、男女問わず日傘を活用することが望まれます。

【出典】日傘の活用推進について
～夏の熱ストレスに気を付けて！～（環境省）

日傘を使って距離を確保！

新型コロナウイルス感染症対策では「人と人の距離の確保」が大切です。

日傘を差して、必要な距離を確保すると、マスクも外せて、より過ごしやすいかも!?



屋外で2m以上離れているときは熱中症を防ぐためにマスクを外しましょう

【出典】『新しい生活様式』における熱中症予防行動のポイント（厚生労働省）

