

靴下の岡本が、各界の専門家を編集長にお迎えしてレッグウェアにまつわるトレンドニュースをお届けします。

okamoto journal | vol. 19

第 19 回編集長 杏林大学名誉教授 古賀良彦

「汗のニオイ」が夏の家ナカ生活のストレスに?!

ニオイをケアしてリモート生活を快適に!

24 時間臭わない『SUPER SOX』^{スーパーソックス} 前年比売上 123%*達成!

※2020 年と 2021 年の同月 (3 月~5 月) 比較 自社調べ



「汗のニオイ」が気になる季節がやってきました。リモートワークが定着する中、家で過ごしていても「汗のニオイ」をストレスに感じる場合があるようです。夏の家ナカ生活を快適に過ごすにはどのようなことに気をつければよいのでしょうか?今回は、杏林大学名誉教授 古賀良彦先生に「ニオイとストレス」についてお話を伺いました。

不快なニオイが 精神的なストレスに!?

嗅覚は、本来、瞬時に危険の有無を判断するための非常に原始的な感覚です。主に情動や本能、記憶を司る大脳辺縁系という部位でコントロールされているため、ニオイを嗅いだ瞬間「良いニオイ」、「嫌なニオイ」というように、ダイレクトに感情に結びつきます。そのためニオイは心に大きな影響を与え、不快なニオイを嗅ぐと、気分がネガティブになる、精神的なストレスが高まるなどの可能性があるのです。

女性は男性よりニオイに敏感!
「嗅球」の神経細胞の数が
男性より約 43%も多い!

更に、女性は男性よりもニオイに敏感であることがわかっています。男女の脳を調べると、女性はニオイの情報をキャッチする「嗅球(きゅうきゅう)」の神経細胞(ニューロン)の数が男性より約 43%も多いという研究結果があります。良いニオイも嫌なニオイも、即座に情報を捉えて脳のニオイの中枢に伝達するので、同じ空間にいても女性の方がニオイに敏感に反応してしまうことがあります。

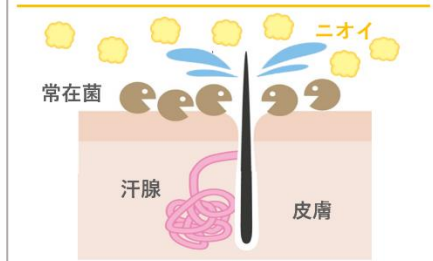
家ナカで気になる 汗のニオイ

汗のニオイが気になるこれからの季節、臭う場所の代表格は足裏や頭部でしょう。もともと、汗自体にニオイはありませんが、汗で蒸れることによって皮膚常在菌が

増殖して皮脂やたんぱく質を分解し、ニオイを生み出します。

また最近では、巣ごもり生活による運動不足やエアコンの使い過ぎで汗腺が衰え、ミネラル分を多く含んだアルカリ性の汗をかく人が増えているようです。この汗は蒸発しにくく、菌の温床になるので、汗腺の多い足などは特にニオイを発しやすくなります。同じ空間に長時間一緒にいると、些細なことでもイライラすることも多いと思います。パートナーのニオイがいつも以上にストレスに感じる

汗 → ムレ → 常在菌が増殖 → 皮脂を分解 → **ニオイ発生!**



靴下の岡本が、各界の専門家を編集長にお迎えしてレッグウェアにまつわるトレンドニュースをお届けします。

こともあるでしょう。

また、普段家の中で生活をしていると、不快なニオイがあっても鼻が慣れてニオイを意識しなくなります。しかし、**本人が意識していなくても嗅覚は確実に反応し、ニオイを認知し続けている脳にマイナスの影響を与えている可能性もあるのです。**

このように、夏の家ナカ生活にはニオイに関するストレス要因が潜んでいます。

汗のニオイケアで 快適な家ナカ時間を！

ニオイによるストレスを軽減するため、まずは汗のニオイをケアしましょう。暑い時期でも毎日お風呂で湯船につかり、汗腺を活性化させると、汗腺が活発に働き、ミネラル分は汗ではなく血液に吸収されるため、汗は中性に近づきます。また、ニオイやすい足や頭部は丁寧に洗い、洗った後は清潔な状態を保ち、制汗剤や消臭効果のある靴下などを活用してケアすることも大切です。

そして、ストレスをためないよう、男性も女性もそれぞれ積極的に気分転換をしてください。

ゆっくりと湯船につかる、音楽を聴く、安全を心がけながら近所を散歩して自然に触れる、軽い運動をするなど、ちょっとした生活習慣を見直すことで、家ナカ生活を快適に過ごすことにつながるでしょう。

古賀良彦先生プロフィール

杏林大学名誉教授、医学博士。昭和21年 東京都世田谷区に生まれる。昭和46年慶応義塾大学医学部卒業後、昭和51年に杏林大学医学部精神神経科学教室に入室、平成2年に助教授、平成11年に主任教授、平成28年に名誉教授となり現在に至る。日本催眠学会名誉理事長、日本薬物脳波学会副理事長、日本臨床神経生理学会名誉会員等を務める。著書に、「睡眠と脳の科学」祥伝社新書、「パンデミックブルーから心と体と暮らしを守る50の方法」亜紀書房ほか。



巣ごもり生活の足臭対策に！ 『SUPER SOX』のご紹介

『SUPER SOX』は、吸湿性・放湿性・消臭性に優れるウールを主原料に、岡本が独自開発した素材「ニューブリーズファイバー」(特許取得[※])を使用しています。発生したニオイに対して優れた「消臭力」を発揮するだけでなく、ニオイ発生の原因となるムレや細菌増殖に対して、優れた「吸湿・放湿性」の効果でアプローチ。気になる足もとのムレやニオイを軽減し、サラサラな肌触りを保ちます。

※特許第3529371

靴下の岡本 スーパーソックス 検索

家ナカ時間にも『SUPER SOX』

フットカバー 深履き(880円)
メンズ レディース



スーパーソックス 24時間臭わない『SUPER SOX』前年比売上123%[※]達成！

※2020年と2021年の同月(3月~5月)比較 自社調べ

『SUPER SOX』のECサイト・店頭での売上が前年比123%を達成しました！家ナカ時間が増えたコロナ禍においても、足のニオイが気になる人が依然として多いことが伺えます。暑さが本格化してくるこれからの時期、快適な家ナカ時間を過ごせるよう、入浴や軽い運動と『SUPER SOX』で、ぜひ足のニオイ対策を！

【お客様からのお問合わせ先】

岡本株式会社 お客様相談室

TEL:0120-551975 平日 10:00~17:00

※土・日・祝日、年末年始・夏期などの特別休業日を除く

<http://www.okamotogroup.com/>