

いつもの靴が履きやすい、2枚分のあたたかさ  
『はくらく 保温&天然素材の層(かさね)』新発売  
加齢や体の冷えが「免疫力」低下の原因！3つの温活で「免疫力」アップ！

国内靴下売上高 No.1<sup>※1</sup>のレッグウェア製造卸販売・岡本株式会社（本社：大阪市西区・本店：奈良県広陵町、代表取締役社長：岡本隆太郎）は、履き口ゆったりで締め付けにくい設計の靴下「はくらく」より、秋冬のシーズンに合わせて保温効果を高めた『はくらく 保温&天然素材の層』を新発売。2021年9月より、全国のスーパーマーケット、量販店、ドラッグストア、公式オンラインショップなどで順次展開を開始します。

(<https://shop.okamotogroup.com/>)

※1…2021年8月12日付 織研新聞による

『はくらく 保温&天然素材の層』は、「あたたかい靴下は欲しいけれど、分厚い靴下では靴を履けない。」というお客様の声をもとに誕生した、薄手であたたかい「2重編み構造」の靴下です。天然繊維を主素材として使用し2種類の生地間に空気の層ができることで冷えにくく、天然繊維のムレにくさを取り入れた“快適層”設計で、朝晩の寒暖差や外出時の気温差の中でも寒さ、ムレが気になりにくい快適さを目指しました。外側の生地はウール混であたたかく、内側は綿・キュプラを混紡した糸を使ってなめらかに、肌触りにもこだわっています。



## 加齢や体の冷えが「免疫力」低下の原因！ 3つの温活で「免疫力」アップ！

監修：東京有明医療大学 教授 川嶋朗先生

「免疫力」とは、細菌やウイルスやがんのような異物から体を守る防御能力です。人の「免疫力」は思春期がピークで、それ以降は年齢と共にゆっくり減少していきます。思春期を境に基礎代謝が徐々に衰えるため、白血球の動きが悪くなって「免疫力」も低下してしまうのです。

また「免疫力」には、体の冷えも影響します。体が冷えると血流が悪化して細胞に栄養が届きにくくなり、免疫細胞の動きも悪くなります。また冷えは、体内で行われる代謝に必要な体内酵素の動きにも大きく影響します。体内酵素が活発に働くのは表面体温が36.5～37℃の状態。体を冷やさないと代謝を維持し、免疫力を上げるカギとなるのです。

現代人は幼いときから空調のきいた環境で過ごすことが多く、自動車やエレベーターなど快適な移動手段を使うことで日

常的にあまり運動をしない「冷やす文明」とともに暮らしています。最近では特におうち時間が増え活動量が低下したことで、人が本来持っている健康な体温を維持する機能がより育ちにくい状況です。このような生活によりピークを迎える若い世代でも「免疫力」は低く、さらに**年齢を重ねるにつれて下がり、「免疫力」はどんどん衰えてしまいます。**

## 【免疫力を高めるために必要な 3 つの温活】

免疫力を高めるためには、体温を維持する「温活」が有効です。

以下の 3 つのポイントをふまえて体を冷やさないよう意識しましょう。

### ① 動脈と筋肉を温める！

**温めるポイントは動脈と筋肉。**血流の多い部位が冷えると体全体が冷えてしまうので、体の中心部、お腹と、筋肉の多い腰周り、太ももなどを服装でカバーしましょう。**動脈が体表近くを走る首、手首、足首もレッグウォーマーや靴下、手袋などで温めてください。**レッグウォーマーや靴下は、**血流を妨げない締め付けの少ないもの**がおすすめです。

### ② 適度な運動

体の中で熱を作り出すのは主に筋肉です。自分にとって少し辛いと感じる適度な運動を心がけましょう。歩くスピードを 1.5 倍にする、階段を使う、モップを使わず床掃除をする、洗濯物を 1 枚干すごとに 1 回しゃがむ、つま先立ち生活を心がけるなど。特別に運動の時間を作らなくても、日常生活の中でできることはたくさんあります。

### ③ 冷たい食べ物を取らない

冷たいものをとると不調になる人は冷たいものをやめる。常温のものでも不調が取れない人は自分の体温より高いものをとる。それでもダメな人は生姜など体をあたためる食材を積極的にとる。段階を踏んで摂取するものを考えましょう。また、咀嚼することで体は熱を作ります。食事の時はよく噛んで食べることを忘れずに。

## 【川嶋 朗先生 プロフィール】

1957 年東京都生まれ。北海道大学医学部卒業。東京有明医療大学保健医療学部鍼灸学科教授、一般財団法人 東洋医学研究所附属クリニック自然医療部門医師。医学博士。日本予防医学会理事。



## 【はくらく 保温&天然素材の層 概要】

	婦人	紳士
素材（肌側）	綿、キュプラ、ナイロン、ポリウレタン	
素材（外側）	アクリル、ナイロン、毛、ポリウレタン	
柄・カラー	3 種・各柄 2 色	
サイズ	22~24cm	24~26cm
価格（税込）	880 円	880 円

※商品の一部に合成繊維を使用しています。

カラーバリエーションなど商品詳細は公式オンラインショップでご確認ください。

靴下の岡本 はくらく

検索

## 【会社概要】

会社名 : 岡本株式会社 / OKAMOTO CORPORATION  
創業 : 1934年(昭和9年)  
設立 : 1948年10月(昭和23年)  
事業内容 : 各種レッグウェアの製造卸販売  
(紳士・婦人・子供靴下、パンティストッキング、タイツ、編み技術を利用した関連商品)  
本社 : 〒550-0005 大阪市西区西本町1丁目11番9号  
本店 : 〒635-8550 奈良県北葛城郡広陵町大字大塚150番地の1  
資本金 : 9,744万円  
代表者 : 代表取締役社長 岡本隆太郎  
従業員 : 512人(グループ計:1,487人 2021年4月現在)  
売上高 : 363億円(2021年3月期連結)  
販売先 : 全国主要量販店、スポーツアパレル等

### 【お客様からのお問い合わせ先】

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)