

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. 20

『まるでこたつソックス』初のTVCM、11月15日より中京地区で放映開始！

靴下の岡本は、11月15日より『まるでこたつソックス』初のTVCMを放映します。足もとの冷えが気になるこれからの季節には、ふんわり気持ちの良い履き心地の『まるでこたつソックス』であたたかくリラックスした家ナカ時間をお過ごしください。10月中旬より特設サイトも公開予定：<https://www.okamotogroup.com/promotion/kotatsu>



働き盛りの世代は要注意！コロナ禍の手足の冷えは「ストレス冷え」？！ 『靴下サプリ まるでこたつソックス』で足もとから体と心をあたためよう 第20回編集長 杏林大学名誉教授 古賀良彦

長引く外出自粛に秋冬の寒さも加わり、これからますます室内で過ごす時間が増えてきます。暖房の効いた部屋で過ごしていても、働き盛りの世代は特に「冷え」への注意が必要だと言われます。

その理由は「ストレス」。コロナ禍においてはストレスを解消するタイミングが難しいため、自律神経が疲れ果てて、手足の冷えも深刻になると言われています。

今回は、杏林大学名誉教授 古賀良彦先生に、女性の「ストレス冷え」についてお話を伺いました。

「ストレス」と「冷え」の深い関わり

「ストレス」と「冷え」には深い関わりがあります。人はストレスを感じると、交感神経の活動が

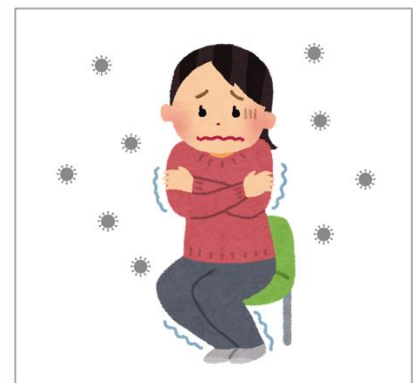
優位になり、心臓や筋肉には血液が豊富に供給され、脈は速くなり、血圧が上昇して、ストレスによって生じる困難な状況に備えます。一方、抹消の血管は収縮して手足の血液の循環は低下し、その結果、手足の冷えが生じます。

ストレスの原因① コロナ禍

現代人のストレスの大きな原因の一つは、コロナ禍による不安でしょう。コロナ禍は、現段階では出口が見えず治療をはじめ確実な対処が難しい状況なので、不安や緊張感から逃れられません。

このようなストレスは、通常であれば、仲間とのコミュニケーションなどによって解消できることがあります。自粛が必要な状況ではそれも叶いません。

ストレスを解消することができず自律神経のバランスが乱れて交感神経が緊張した状態が続くと、手足の冷えは日常化してしまいます。



ストレスの原因② 寒さによるストレス

コロナ禍のストレスに加えて、これから寒さが厳しい季節がやってきます。寒冷刺激はストレス

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。

を強めるので、適切な対応をして寒さを防がないと、交感神経の活動が優位な状態が保たれてしまい、抹消の血管の収縮による冷えが持続します。

ストレスの原因を 断ち切れない今、 温めることの大切さ

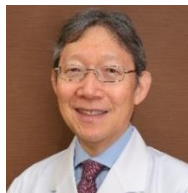
このように、今はストレスの原因を断ち切ることが難しい状況にあるため、すぐに実行可能な対処をする必要があります。まずは、冷えてしまった手足を積極的に温めること。温かさをしっかり感じる事ができる靴下や手袋などで手足を温めることで、血管が開いて血行が良くなり、副交感神経の活動が活発になって、気持ちがリラックスする効果ももたらされます。

また最近では外出の機会が減り、おしゃれをすることも少なくなりましたが、お気に入りのルームソックスでおしゃれをすることは、毎日の生活の中で小さな喜びとなり、ストレスの軽減になります。靴下を楽しむことは毎日できることだから、ストレスが少しずつたまっていくのを防ぐことが出来るのです。

お気に入りの温かい靴下で毎日足もとをあたためてストレスをリセットし、「ストレス冷え」を解消できるよう努めてください。

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名誉会員等を務める。著書に、「睡眠と脳の科学」祥人社新書、「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。



雑誌「LDK」で
ベストバイを受賞！



本当に「いいモノ」を紹介する「テストする女性誌 LDK」の2021年2月号ルームソックス部門で『まるでこたつソックス』がベストバイを受賞しました。「やわらかなはき心地でじんわりあたたかい」との評価をいただいています！

靴下サプリ まるでこたつソックス

あたたかさの秘訣は岡本独自開発の特殊保温素材。足先からふくらはぎまでをふんわりと包み込みます。また、足首の三陰交部分には発熱素材を使用。温熱刺激（特許第6043982号）を重視した設計になっています。おうちで足もとの寒さがつらい時、キッチンのフローリングの底冷えなどを感じた時に、さっと履くだけ手軽な冷え対策にご活用ください。

今期新色も登場！選べる5色展開



ソックス・レッグウォーマー・足首ウォーマーの使い分けも。



商品詳細は公式オンラインショップで

靴下の岡本 まるでこたつ
<https://shop.okamotogroup.com/>

【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

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