

コミケビギナーのための 超・速・解 アドバイス



3月のコミケットスペシャルに参加された方はいつもと全く違ったコミケットに驚かれたかもしれませんね。

コミケットは本来様々な顔を持っているのです。だから参加者の皆さんも毎回同じ、なんて思わずに1回ごとに初心に帰ってコミケットとの新しい出会いをしてみましょう。情性で参加するより、ずっと楽しいハズなのです。

■■暑いのは放っておくとなお暑い■■

夏は暑い、コミケットの会場はもっと暑い。何しろ人が多くて風通しが悪いのだ。

その上参加者の多くは、入場するまでに入場待機列に並ぶことになり、長ければ5時間以上も屋外で過ごさなくてはならない。日頃から暑い場所や屋外で働いているような人でもなければ、これはかなり過酷な環境だと言って間違いない。ところが、この環境は非日常的なお祭りの高揚感も手伝って最初はあまり認識されにくい。たとえ『いつもより暑い』と感じても、意識が他の事に集中されていると、それがどのくらいいつもと違うのかを感じにくくなるのだ。その結果、気がついた時には動けなくなっていたり、あるいは熱中症寸前になっていたという事態に陥りやすい。

そうならないために、きちんとした対策と用意をしておこう。

■まずは日射し対策■

何をさて置いても夏の直射日光を浴びれば暑くないわけがない。

暑いからと言ってあまり薄着で手足を露出していると単純に体温が上がる上に、日焼けでいざ会場に入ったところになってひりひりと痛み出して動くこともままならなくなったり、日に当たり慣れていない人だと蕁麻疹（じんましん）のように皮膚が紅く腫れてしまうこともある。最初からこれではお話しにならないので、直射日光を浴びないように手足や首筋、顔などはきちんと日射しを防ぐ対策（日焼け止めを塗るなども含めて）をしておこう。

多少薄曇りの天候でも紫外線はちゃんと届いているので油断は禁物。そしてスカートやショートパンツを履く女性は脚の日射し対策を十分に行って欲しい。タオルや大判のスカーフなどをかけて日射しを遮るのはもちろん、待機列で座って待つ場合などでは地面からの照り返しも考慮に入れておくこと。長時間待機予定の場合にはパンツスタイルの方が望ましいだろう。

対策の基本はきちんと日射し（紫外線）をカットできる風通しの良い上着やシャツを用意しておくことだ。Tシャツ1枚などでは紫外線は防げないので、基本的には上にシャツを重ねることで少しでも紫外線を低減すると共に、空気の層を作って直接日射しの熱が肌に伝わらないようにするのだ。

その上で帽子も重要だ。とは言え、分厚い布や皮や毛糸などのキャップでは日射しを遮れても熱が篋って体温が上がるのを防げないので、つばの部分が多く、通気性が良いものを選ぼう。最近ではコンパクトに折りたためる麦藁帽子や、金属を蒸着して日光の熱線透過率を低減させたもの、水で湿らせ蒸散作用を利用して積極的に放熱を行うようなものもあるし、突発的な雨の際にも帽子はとても役にたつ。この際ひとつ良い帽子を持っておくといいだろう。

忘れがちなのが手の甲や鼻の頭、耳などの小さいけれど常に露出している部分。こういった場所にはウエットティッシュタイプの日焼け止めが効果的だ。汗や擦れたりして効果が薄れてしまうので時々塗り直すのを忘れずに。

ちなみに、日焼け対策を怠って痛い目を見るのは日頃から日焼け止めをするという意識をもっていない男性が圧倒的に多い。日頃あまり日光を浴びない生活をしている向きは『少し位大丈夫だろう』とたかをくくらず、必ず日焼け止めを持参しよう。

