

サッパリする。タオルやハンカチで拭くよりも効果が大きく、そうやってこまめに体表の汗をぬぐってやることで、新たにかく汗がよりきれいに蒸散するようになり、体温上昇を効率的に抑えることができるのだ。しかし、ボディパーパー類も使いすぎると肌を痛めることもあり得るので自分の肌質に合ったものを事前に探しておくこと。

汗対策という制汗スプレーを一番に想像する方も多いかもしれないが、コミケットの会場内のような環境では制汗スプレーはものの役に立たないどころか、逆に正常な発汗と汗の蒸散を妨げてしまう。そのためにかえって多量の汗をかくことになったり、身体に熱がこもってしまうこともあるのだ。更に、行列や会場内でスプレーを使うのは周囲の参加者に対して迷惑をかけることになるので控えるのが基本だ。

■忘れちゃいけない消耗対策■

暑いし時間は惜しいし、つつい飲み物ばかり摂ってしまっ、食べる方はおそろになりがちなのが夏コミだ。

しかし体力の消耗は大きいし、何よりも疲れてくると余計に暑さがたえるので、暑くても、忙しくても、簡単なものでも良いので必ず食事は摂ろう。なお、食事とも一気に摂るとその消化のために体力を使うし体温も上がるので、余裕がない参加者は2時間おきくらいにおやつ的に軽く食べると良い。

ちょっとした時間で食べられてしかも栄養価の高い行動食が数多く販売されているので是非バッグのポケットに用意して行こう。

余談だが、会場内やその周辺施設の飲食店に腰を落着け、食事をすると急に腰が重くなり、つついおしゃべりに興じたり、手に入れた本を開いたりという参加者が多く見られるが会期中（と閉会直後）はとにかく飲食店の席が不足している。食事が終わってからでも席を占有するのはマナー違反、営業妨害になるので、食べたらずきに席を立つよう心がけること。



■まとめ：会場で、アナタは何をする人ぞ■

この記事を書いている時点はもちろんのこと、当日になるまで今回のコミケットの天候や気温は分からない。過去には酷暑い回もあったし、真夏なのに上着が手放せないほど涼しい回もあった。しかし、なんにしても、一回家を出てしまったら簡単には帰れない以上、様々な状況を想定した準備をしていくのはある意味当然のことだ。

『暑い』とか『日射し』とか、それひとつの局面だけの準備をしていくのではなく、出発してから帰宅するまで、自分が会場でどう過ごし、どんな状況と向きあうことになるのかを出来る限りリアルに想像し、様々な局面に対してトータルに準備をしていく必要があるのだ。もちろんそれにはある程度の慣れは必要だが、それを支えるためにこそこの記事があるのだ。ビギナーであればあるほど、『行ってみればなんとかなるだろう』という思考停止だけはしてはならない。

●最新素材は要チェック！●

当Comi-Naviでは、当初から【コミケットには化学繊維製の速乾シャツを着て行こう】とPRしてきたが、この流れが本格的に加速してきた。以前にもTシャツや肌着タイプの速乾ウェアの低価格化の進捗を報じたが、この夏もその傾向は進行しており、様々なバリエーションのウェアがリーズナブルな価格帯で数多く販売されている。その上、既にTVのCMなどでご存じの向きも多いだろうが、今夏は女性向けウェアが相次いでリリースされているのだ。

元々は野外の過酷な環境で長時間活動するために開発されたこれらの化学繊維系ウェアを上手に着こなして組み入れることが、高温はもちろん、気温変動や雨といった環境下でも快適に過ごすための基礎的な準備である。

商品を探すほんのちょっとの手間と、いくらかの準備費は必要になるが、その効果は実に大きい。結果として体力の消耗を抑えられ、その分会場で快適＆元気に過ごせてコミケットをより堪能できるなら、その元は十分に取れるはずだ。

なお、購入したウェアは当日いきなり着るのではなく、事前に1度着て、洗濯しておくことで身体に馴染み、また性能をきちんと発揮してくれるので、購入するならお早めに！

