

## ●長時間屋外待機：装備全部載せ

考えるまでもなく、最大限の防寒が必要なケースである。

屋外では雨や雪の際は当然として、晴れている場合でも十分な防寒が必要になる。冬の関東地方はとくに晴天時、深夜から夜明け前にかけて放射冷却が一番気温が下る上に、早朝には海辺のビッグサイト周辺は風が出ることが多く、非常に体温を奪われやすい環境になるためだ。

その上、長時間の屋外待機となると、地面からも冷えが這い登ってくるし、万一雨や雪で服や靴が濡れても簡単に着替えることもできない。着衣も靴も、防風、防水まで考えて選択することが必要となる。

また、長時間の待機中のカロリーや水分の補給、トイレについても最初から織り込んで考えねばならず、**ビギナーにはハードルが高い**。

## ●長時間の待機はしない予定：ポイント防寒

特に一刻を争うまでの目標はないが、少しでも早めに入場したい、という大部分の参加者が含まれるであろうケース。この場合も、待機時間がそれほど長くないからと甘く見ず、しっかりと対策をする必要はある。しかし、活動のメインはホール内と考えると、あまり**重厚な防寒具や装備はホール内ではかえって暑かったり邪魔になることもある**。そのため、活動しやすい服装をまず整え、その上から後で脱ぎ外して体温を調整できる防寒具を身に付けるのがオススメだ。

その分、マフラーや手袋などを落とさないよう注意が必要になるので、巾着袋などを用意しておいて、防寒具は必ずそこにしまう、というようにするとよいだろう。

## ●全員必須の基本装備

待機時間の長短やサークル、一般参加の別なく、とりあえず冬コミに参加するならしておいたほうがよい基本の防寒対策であり、そのコンセプトは**全身をくまなくアンダーウェアで覆う**ことにある。

基本的にどんなに厚手で防寒性能の高い上着でも、その性能を十分に発揮するためにはその下に何を着るかが重要となってくる。汗や万一の雨などで濡れても身体を冷やしにくい化繊やウールなど、綿以外の素材のアンダーウェアを選択すべきなのは夏と同様だが、加えて、防寒の秘訣は足腰からの体温損失を防ぐことにあるので、男女を問わず厚手の靴下と肌に密着する防寒アンダーウェア（男性はズボンの下に履く足首までの化繊のアンダー、女性は服装によってタイツや防寒タイプのストッキング）の着用を強くオススメしたい。

ボトムを重ね着とすることで、全身の保温力を大きく改善し、防寒能力を保ったままより薄着で動きやすい服装を選択することが可能になる。これは特に交通機関やホール内など、温度環境が変わる場所を通して活動する際に快適性において大きな差がつく。

## ●防寒グッズは的確に使いこなそう

端的に言えば**外気に体温を奪わせないことが『防寒』**である。なので体温が外に逃げていく部分を的確に覆えば、効果的な防寒となる。頭や顔、首周り、手首、足首それぞれ座った時に露出しやすい腰が体温が逃げるスポットなので、この部分を集中的にガードしたり、逆に暑くなってきたら開放することで体温を適切に維持することができる。

帽子、マフラーやネックウォーマー、手袋で体温の逃げ道を塞ぎ、腰にはカイロを貼ることで効果的に体温を補うことができる。また、呼吸で冷たい乾燥した空気を体内に取り込むことでも体温を奪われるので、マスクは風邪やインフルエンザの予防もかねられる優れた防寒グッズといえる。

待機中は立っていても座っていても、**地面に接する部分から冷えるので**、底の厚い靴を選ぶ、靴の中に防寒用の厚手の中敷きを入れる、座る際には断熱に優れた発泡スチロール板や折りたたみ椅子と携帯座布団を用意するなどの対策をしておくといよい。

