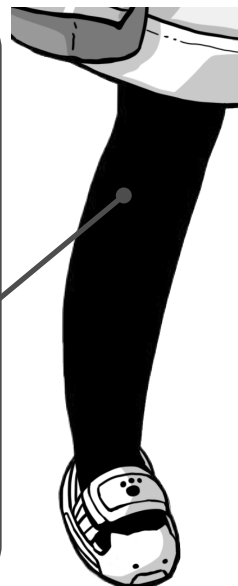


◆**第壹層：アンダーウェア/靴下**◆

当記事では、20年近く前の初回から一貫して、コミケットの環境には化繊速乾アンダーの着用を推奨してきたが、近年の猛暑化でアンダーウェアの高機能化と低価格化が一気に進行しており、ほぼどこでも、しかもかなりリーズナブルに『吸水速乾』『接触冷感』『高通気性』『抗菌防臭』などの機能を持ったアイテムが入手できるようになった。機能性アンダーウェアの快適さは高温多湿や雨という環境でこそ際立つので、晴雨を問わずもはや全参加者必須装備と言って良いだろう。特に、雨で濡れた時や、天気が悪く気温が低いような場合には、体調維持のためには保温性と肌をドライに保つことが不可欠となるが、それは化繊のウェア以外には不可能な芸当だ。もし降雨が予想されるなら、男女を問わず長袖とタイツ（レギンス）タイプのアンダーの装備をオススメする。素足より保温性（ついでに陽射し対策）に優れ、上に履いたズボンやスカートが濡れても冷えや不快感が段違いに少ないからだ。

突然の雨の際にはどうしても靴が濡れるのは避けられないが、完全防水の靴は夏コミにはやや暑すぎるかもしれない。靴は濡れるものと割り切って軽快なものを選び、中にポリウレタンやウール等の素材の厚手の靴下を履いておけば、足をドライに近いコンディションに保つことができる上に疲労も軽減できる。

◆**第零層：インナーウェア/素肌**◆

汗を多量にかいたり雨に濡れたインナー（下着）は摩擦で肌を傷めることもあるので、やはり化繊のものが望ましい。トータルで汗や雨の水分を肌に残さないことを徹底することが全天候対応の基本だ。また、化繊系のウェアは極細の繊維の毛管現象を利用して汗や水分を肌から吸い上げて蒸散放出するので、入浴で肌の清潔を保ち、会場内でも時々ボディーパーや濡れタオル等で肌を拭くことでウェアの性能を最大限維持できる。逆にパウダータイプの制汗剤の多用は毛管現象を妨げ、ウェアの性能を低下させる場合もある。汗は抑えるよりも拭き取る方が、コミケットの環境では適している。

■**リアルタイム降雨情報でゲリラ豪雨情報をチェック！**■

気象庁 レーダー・ナウキャスト > <https://www.jma.go.jp/jp/radnowc/>

●**補給任務ですか！頑張ります！**

早朝から夕刻、帰宅するまでなら夜間にまで及びかねないコミケットに参加する以上、特に会場での補給は全参加者が真剣に考えておくべき大切な要素だ。

いくら会場での時間が貴重でも、購入資金が貴重でも、体調と体力を維持するために水分とエネルギーの補給は絶対に切り捨ててはいけない。朝の待機列の中ならパンやおにぎりなどのお腹にたまるものを食べておくといいし、会期中暑くて疲れて食欲が無い時でもゼリー飲料などなら喉を通りやすい。汗を多くかいたなら梅干しや塩飴なども会期中2、3個なら程よい塩分補給になる。

昨今水分補給の重要性は流石に全参加者に周知徹底されていると思いたいが、会期中同じ種類の飲み物を飲み続けるよりは、スポーツドリンク、健康茶や麦茶、水など適当に変えて飲む方が身体にも優しい。ビッグサイト側の会場であれば会期中でも比較的簡単に飲み物を調達できるが青海展示棟の周辺では難しいことが予想されるので、くり返すがそちらを重点的に攻略したい参加者は、事前に小さな保温バッグを用意しておき、ゆりかもめやりんかい線に乗るより前に十分な量の水分とゼリー飲料などを購入しておくべきだろう。



『飲み物はごく少しずつこまめに摂る』の鉄則をお忘れなく！