

COOLBIZ

夏の暑い日でも、軽装などによって適正な室温で快適に過ごすライフスタイル

服装もおしゃれにクールスタイル

- ノーネクタイ、ノージャケットやポロシャツ着用で快適に
ビジネスには身だしなみが大切ですが、快適になることで夏バテ・夏風邪を防いで健康を促進するだけではなく、仕事のパフォーマンス向上にも繋がります。
- 清涼感のある色使い、薄手の素材感など快適に過ごせる軽装で爽やかに
より薄く、軽く、涼しく、機能性素材は進化しています。Tシャツ、靴下など、下着の素材を意識して、体幹を冷やしましょう。
- 夏らしいすっきりアップスタイルで涼やかに

オフィス環境でのクールアクション

- 扇風機を効果的に活用して冷たい空気を循環させる
- うちわや扇子を利用して体感温度を下げる
- 冷感グッズを使用してひんやり快適に
- OA機器や照明からの放熱も冷房効率に影響するので、使わない機器の電源はOFFに
- ブラインドや断熱シートで室温上昇ストップ



WARMBIZ

過度な暖房に頼らず、冬を快適に過ごすライフスタイル



首、手首、足首の「三つの首」をあたためましょう

●通勤時や外出時には、マフラー、手袋、レッグウォーマーを活用

太い血管のある部分を重点的にあたためることからだ全体があたたまり、冷え性などの改善にも役立ちます。

「素材」に着目し、おしゃれにあたたまりましょう

●軽くて薄い腹巻など、機能性素材の下着

より薄く、軽く、暖かく、機能性素材は進化しています。Tシャツ、腹巻き、股引、靴下など、下着の素材を意識して、体幹をあたためましょう。

●セーターなど上に羽織るものは機能性素材を選んで着ぶくれ防止

寒いからといってただ上に羽織るだけでは着ぶくれをしてしまうこともあります。そこで、機能性素材を活用したセーターやジャケットなどを選ぶことで着ぶくれを防いであたたかさもおしゃれ度も上昇します。

ひざ掛けやストールを活用しましょう

●デスクワーク中は、ひざ掛けでこまめな体温調節、ストールはひざ掛け代わりに

小さくたためるストールを用意しておいて、寒さを感じたときにさっと羽織ることで大人のおしゃれ感を演出することもできます。スポーツ観戦などで利用されている“スポーツひざ掛け”など男性が使いやすいものもあります。