

寢床と寝具類の衛生に関する研究

(第1報)

河野光子

A Study on How to Keep Our Beds and Bed-clothes Clean (The 1st Report)

Mitsuko Kouno

We can recover from fatigue and improve our health through comfortable sleep. I asked 400 housewives in three different districts (Abu County and Shimonoseki City in Yamaguchi Prefecture, and Miyakonojō City in Miyazaki Prefecture) of how to take care of their beds and bed-clothes. This investigation was carried out from Oct. 13, 1982 till Feb. 21, 1983.

The summary of the answers was as follows;

(1) In spring, summer, and autumn the simple mattress is put on a bedstead, and in winter it is covered with a blanket.

As to the upper bed-clothes, blankets and quilts are mostly used in spring, autumn, and winter; and towels or thin quilts in summer.

(2) The material filled in quilts is usually mixed cotton or synthetic fiber. And the mattress is filled with cotton, and the pillow with the refuse of buckwheat.

(3) To keep the bed room warm, most of them use one more quilt, and to keep the room cool, they generally use electric fans.

And from the hygienic points of view, most of them thought much of the following.

(1) First of all we should buy quilts and mattresses which swell up when exposed to the sun, and whose cotton or contents can be revived easily; blankets with soft and light feeling; and sheets of good quality and easy to wash.

(2) The intervals to remake new ones were as follows;

night clothes --- within 2 years

sheets

various kinds of covers

} --- from 2 to 4 years

mattresses	}	— from 4 to 6 years
quilts (summer)		
blankets		
quilts (winter)	— from 6 to 8 years	

(3) Methods of renovation ;

Most of the housewives made it a rule to expose quilts and mattresses to the sun, and to wash at home various kinds of covers, towels, sheets, and so on.

(4) The intervals of renovation ;

(a) The intervals to expose night clothes to the sun were within two weeks.

(b) The intervals to wash were as follows ;

night clothes	}	— within a week
towel coverlet		
sheets	}	— a week or two
various kinds of covers		
blankets	— within a year	

(c) The intervals to revive old cotton — from 3 to 6 years

From the above results we can understand that the closer to the body the clothes are used, and the higher the degree of their consumption is, the intervals necessary for their renovation should be the shorter.

[目的]

私達は一日の約労にあたる睡眠時間により、日中の疲労回復をはかっておりますが、この睡眠において快適で安眠できる寝床気候・寝具管理および寝室環境作りを行って、日々健康を維持増進することが重要でありましょう。今日、健康寝具・羽毛布団や新製品寝具の市販による寝具類の多様化、アメリカにおける経済的・健康的理由による布団の見直し、および室内の冷暖房設備の普及による寝具の軽量化等の諸問題がみられる。そこで本報においては、身近なものとして身体に直接関与する寝床と寝具類に関する管理および実態を、よく日頃より周知している主婦を対象にして、条件の異なる3地域の調査をし把握すると共に、これらの衛生面に関する一資料を提供することを目的とする。

[方法]

調査法：質問紙法

調査地域および対象：地域は山口県内で冬期積雪が多く寒い山間の阿武郡（のうち阿東町と田方川町、昭和55年～57年の阿東町徳佐の平均温12.03℃、最高平均温16.83℃、最低平均温7.6℃）と同県の海にはさまれた温度差の比較的少ない温暖な下関市（前同3か年平均温15.77℃、最高平均温18.77℃、最低平均温13.13℃）とを各140名。および宮崎県の盆地で最高平均温と最低平均温の差が大きい都城市（この周辺地域を少率含む。前同3か年平均温15.73℃、最高平均温21.3℃、最低平均温11.0℃）120名で計400名。なお3地域の昭和55年～57年の気温は図1の通りである。対象は年齢30～55才の主婦でその内容は表1の通りである。

調査期間：昭和57年10月13日～58年2月21日。

図1 3地域の気温

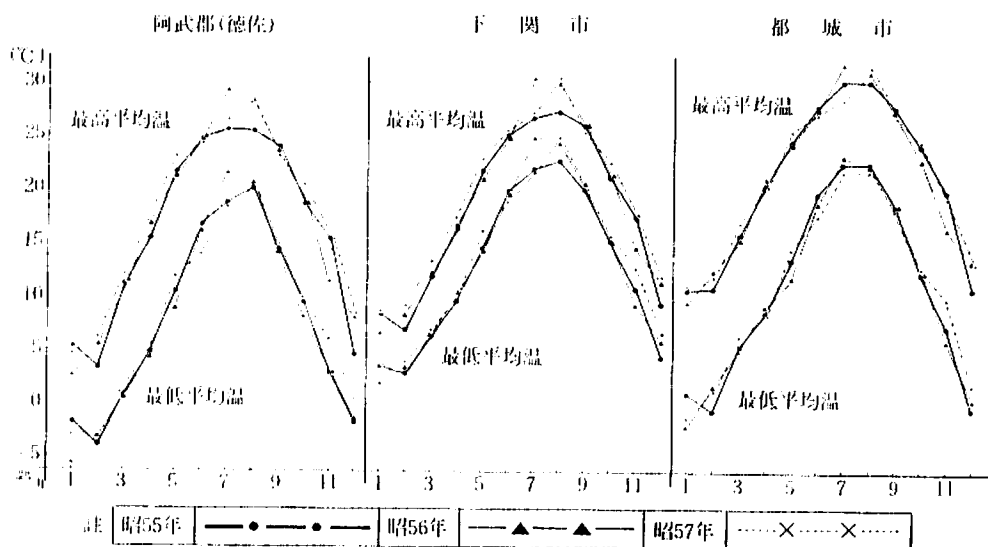


表1 調査対象者について

項目	年 令			職 業		住 宅 構 造					計
	30 ～39才	40 ～49才	50 ～55才	有	無	木 造	鉄 筋 コン クリ ート	鉄 造	骨 材	プレハ ブ造り	
阿 武 郡	65	72	3	114	26	135	4	1	0	0	140
下 関 市	83	56	1	90	50	79	35	16	7	3	140
都 城 市	14	76	30	95	25	107	5	3	1	4	120
全 実 数	162	204	34	299	101	321	44	20	8	7	400
休 %	40.5	51.0	8.5	75	25	80	11	5	2	2	100

註：表中の％欄以外は実数を示す。

〔結 果〕

1. 寝床実態

1) 寝床構成：寝床がどのような寝具類の使用により構成をされているかを、地域および季節

表2 使用寝具実態

使用寝具 地域・季節		敷 寝 具							掛 寝 具							枕 類	
		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)	(15)	(16)
阿武郡	春・秋	31	138	117	5	83	23	0	8	48	89	4	24	122	119	139	137
	夏	17	136	100	0	74	3	16	99	66	14	0	9	23	28	139	135
	冬	31	139	119	14	79	56	0	5	42	104	14	30	133	117	139	138
下関市	春・秋	41	132	110	1	93	6	0	15	68	55	0	23	96	97	137	134
	夏	30	129	99	0	95	3	28	123	53	4	0	4	10	15	137	135
	冬	46	134	104	20	87	58	0	7	39	121	20	57	125	123	137	137
都城市	春・秋	37	111	102	1	80	15	0	8	50	73	0	15	90	81	114	107
	夏	31	103	94	0	76	5	65	106	60	5	0	2	7	9	114	105
	冬	42	111	99	13	75	74	0	2	33	110	13	25	111	94	114	106
全体	春・秋	109 (%)27	381 95	329 82	7 2	256 64	44 11	0	31 8	166 42	217 54	4 1	62 16	308 77	297 74	390 98	378 95
	夏	78 (%)20	368 92	293 73	0 0	245 61	11 3	109 27	328 82	179 45	23 6	0 0	15 4	40 10	52 13	390 98	375 94
	冬	119 (%)30	384 96	323 81	17 12	241 60	188 47	0	14 4	114 29	335 84	47 12	112 28	369 92	334 84	330 98	381 95

(注) 寝具の種類：(1)マットレスあるいはベットマット (2)敷布団あるいはベッドパッド (3)敷布団カバー (4)電気敷毛布 (5)シーツ (6)敷毛布 (7)寝ごじ類 (8)タオルケット (9)肌掛布団 (毛布布団やタオル布団を含む) (10)掛毛布 (11)電気掛毛布 (12)毛布カバー (13)掛布団 (14)掛布団カバー (15)枕 (16)枕カバー

別に調査した結果は表2に示す通りである。表中の敷寝具(1)～(7)は寝床中・身体の下に敷かれる寝具類であり、掛寝具(8)～(14)は身体の上に掛けられるもの、また枕類(15)～(16)は枕と枕カバーと分類する。回答可能総数は、各々の項目の種類別にみて、地域別では阿武郡・下関は各140、都城は120、全体は400として求め、なお項目別に見て最も多い回答実数に下線が引いてある。

使用寝具を地域別にみると、阿武郡では冬の保温法としての電気敷毛布類の使用が予想外に少なく、掛布団の使用(冬に二枚重ねの方は12人)は他地域より多く、敷布団の使用は季節を通じて多く、マットレス類の使用が少ない傾向がみられた。下関は電気敷毛布類やタオルケットの使用が他地域よりやや多く、春秋に掛毛布の使用が大変少なく、都城では夏に寝ごじ類、冬に掛毛布の使用率が他地域より多い傾向がみられた。寝具の衛生面について検討すると、敷布団カバー・枕カバー等は阿武郡が、シーツ・毛布カバーは下関の方の使用が多くみられた。

3地域のデータを集計し季節別ごとに検討すると、夏に寝ごじ類・タオルケット・肌掛布団、冬にはマットレス類・敷毛布・電気敷毛布・掛毛布・電気掛毛布・掛布団の使用率が多くあった。使用寝具にシーツやカバー類をどの程度使用されているかを衛生面より使用率(表2の全体を寝具別に集計して)を検討すると、敷布団にシーツを掛ける方が65.5%、カバーは83.4%で敷布団カバーの使用率の方が17.9%多い。カバーの使用率は掛毛布が32.9%で少なく、掛布団は95.3%および枕は96.9%で、これらには大部分の方がカバーを使用する現状が明らかとな

表3 寝具類の組合せ

地域・季節	寝具の組合せ	敷寝具(イ)						掛寝具(ロ)							
		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
阿武郡	春・秋	0	94	23	0	18	4	21	22	54	0	10	20	6	4
	夏	0	107	13	16	3	0	5	2	0	42	13	7	68	0
	冬	0	63	16	0	50	9	23	15	70	0	3	15	1	11
下関市	春・秋	8	92	31	0	5	0	20	28	23	7	16	28	18	0
	夏	6	82	20	28	2	0	1	1	0	44	2	2	87	0
	冬	4	42	22	0	51	18	26	9	73	0	8	3	1	20
都城	春・秋	8	72	27	0	10	1	15	14	42	5	16	14	13	0
	夏	4	39	12	65	2	0	3	2	1	42	1	0	70	0
	冬	4	24	11	0	63	14	26	2	71	0	6	4	2	8
全体	春・秋	16	258	81	0	33	5	56	64	119	12	42	62	37	4
	(%)	4	65	20	0	8	1	14	16	30	3	11	16	9	1
	夏	10	228	45	109	7	0	9	5	1	128	16	9	225	0
(%)	3	57	11	27	2	0	2	1	0	32	4	2	56	0	
冬	8	129	49	0	164	41	75	26	214	0	17	22	4	39	
	(%)	2	32	12	0	41	10	19	7	54	0	4	6	1	10

(イ) 敷寝具の組合せ：(1)マットレスまたはベットマット (2)敷布団またはベットパッド (3)(1)＋(2) (4)(1)または(2)＋寝ごじ類、寝ごじのみ (5)(1)または(2)＋敷毛布 (6)(1)または(2)＋電気敷毛布

(ロ) 掛寝具の組合せ：(1)タオルケットまたは肌掛布団＋毛布＋掛布団 (2)肌掛布団＋掛布団 (3)毛布＋掛布団 (4)タオルケット＋掛布団または肌掛布団 (5)毛布のみまたは毛布＋タオルケットか肌掛布団 (6)掛布団のみ (7)タオルケットまたは肌掛布団のみ (8)肌掛布団または毛布＋掛布団＋電気掛毛布

った。

寝具類の組合せを表3でみると、敷寝具では阿武郡が、いずれの季節も(2)の敷布団のみが多く、下関は春秋・夏で(2)の敷布団のみが多いが、冬は(5)のマットレスまたは敷布団に敷毛布をかける方(36%)が多くあった。都城の春秋は、前者と同じであるが、夏は(4)の寝ごじ類のみか、この下に敷布団類を敷いた方が、冬は前者と同じく(5)の組合せで下関より多かった(53%)。これらを季節別にみると、(2)の敷布団またはベットパッドのみが、春秋65%・夏57%であり、冬はこれに敷毛布を組合せた(5)の41%等が高率であった。掛寝具では、春秋に色々なタイプが散在し、阿武郡や都城では(3)の毛布と掛布団の組合せが多く(39%・35%)、夏は3地域共に(7)のタオルケットか肌掛布団のみが多く、また冬は(3)の毛布と掛布団の組合せが多くあった。全体をみると夏以外は(3)の毛布と掛布団の組合せが第1位で、次いで春秋は(2)の肌掛布団と掛布団の組合せ、冬は(1)のタオルケットか肌掛布団に毛布・掛布団の組合せ、夏は(7)のタオルケットか肌掛布団であった。なお冬の(8)の電気掛毛布との組合せは10%で少なかった。

以上の結果は、寝室専用者77%・熟睡ができ満足している人40%・寝心地が普通である人59%の回答によるものである。(註1)：参考に表4、寝室の使用状況および寝心地を示した。

表4 寝室の使用状況および寝心地

地域	項目	寝室の使用状況						寝心地		
		専用	兼用	居間	客間	家作 事業	その他	熟睡が 満ちる で ない	普通 である	不 満 である
阿武		116	24	12	3	2	7	58	81	1
下関		92	48	30	5	6	7	59	79	2
都城		99	21	7	6	1	7	45	75	0
全体	実数	307	93	49	14	9	21	162	235	3
全体	%	77	23	12	4	2	5	40	59	1

2)掛・敷布団と枕の充填材料：掛布団・敷布団および枕の中身の材料にどのようなものが選択され使用しておられるか、その調査の結果は表5の通りである。

掛布団は(2)の木綿わたと合繊綿の混綿または合繊綿

表5 寝具類の充填材料

充填材料	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
掛 布 団 ⁽¹⁾	阿武	77	49	0	0	3	4
	下関	50	69	1	1	5	9
	都城	44	67	1	1	1	4
	全体	171	185	2	2	9	17
	%	43	46	1	1	2	3
敷 布 団 ⁽¹⁾	阿武	73	42	0	1	3	2
	下関	83	41	0	4	3	0
	都城	54	50	0	1	0	0
	全体	210	133	0	6	6	2
	%	53	33	0	2	2	1
枕 ⁽²⁾	阿武	93	5	28	1	8	5
	下関	78	9	44	2	4	3
	都城	76	7	28	4	3	1
	全体	247	21	100	7	15	9
	%	62	5	25	2	4	2

(註)①掛布団と敷布団の材料：(1)木綿わた (2)木綿わたと合繊(ポリエステル)わたまたは合繊わた (3)白反毛か黒反毛 (4)羊毛 (5)羊毛と合繊わた (6)羽毛 (7)木綿わた、合繊わたにウレタンシート入り
 (註)②枕の材料：(1)そばがら (2)バンヤ (3)そばがらとバンヤ (4)ウレタン (5)わみがら (6)羽毛

表6 敷布団のサイズ

サイズ	シングル			SW	W	ベッド 使用者	
	S	M	L				
阿武	4	62	8	15	45	19	
下関	9	64	16	25	22	14	
都城	5	48	9	21	30	34	
全体	18	174	33	61	97	67	
	(%)	5	44	8	15	24	17

が、下関49%・都城56%で多く、阿武郡は(1)の木綿わた55%が多かった。敷布団は3地域共に(1)の木綿わたが多く、中でも都城は混綿との差が少なく、下関は木綿わたが圧倒的に多く、枕は3地域共に(1)のそばがらが最も多く6割前後であった。これら全体では、掛布団に保温性・圧縮回復性の性能をとり入れた軽い混綿や合繊綿が多く、最近話題にあがっている羽毛は4%のみであった。敷布団は透湿性のよい木綿わたが、枕は頭寒により吸湿性・透湿性のあるそばがらの使用者が多く、衛生的面からみて適正な材料であった。この掛・敷布団と材料との関係は5%以下の危険率で有意であった。

3)敷布団のサイズ：敷布団は寝床形式や寝室面積の広さ・身長・生活理念等によりサイズが異なると思われ、調査結果を表6に示した。3地域ともシングルサイズが多く(全体で56.3%)、そのうちMサイズが4割位で身長とは余り関係がみられなかった。このサイズの結果はχ²検定で5%以下の危険率であった。

$$\chi^2(2)df=(5-1)(3-1)で0.02 < P < 0.05$$

表7 寝室の保温および納涼の方法

保温1)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	納涼2)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
	阿武	70	13	20	14	41	48	4	1		12	阿武	20	79	2	10
下関	61	13	25	16	52	31	2	1	36	下関	29	70	4	15	79	66
都城	68	10	22	8	72	20	2	2	13	都城	67	47	6	17	83	21
全体	202	36	67	38	165	99	8	4	61	全体	116	196	12	42	225	104
	%: 51	9	17	10	41	25	2	1	15		%: 29	49	3	11	56	26

(1) 1) 保温方法：(1)掛布団を一枚多くする (2)靴下をはく (3)電気掛毛布を使う (4)電気敷毛布を使う (5)毛布の枚数を多くする (6)あんかを使う (7)カイロを使う (8)湯たんぽを使う (9)暖房器具や装置(ストーブ類、エアコン、セントラルヒーティング等)を利用する

2) 納涼方法：(1)寝ごきを使う (2)窓を開放する (3)アイスノンを使う (4)扇、うちわを使う (5)扇風機を利用する (6)冷が装置を利用する

4) 寝室の保温および納涼の方法：快眠できる寝室作りの現状の方法を調査した結果を表7に示した。保温法としては阿武郡・下関で(1)の“掛布団を一枚多くする”、都城では(5)の“毛布の枚数を多くする”が最も多く、次いで阿武郡は(6)の“あんかを使う”と言う簡易な暖房器具の利用がみられ、主に寝具類の枚数調節があげられ、電気毛布類・暖房器具や装置の利用等が少なく10%代であった。

納涼法として顕著なものをあげると阿武郡は(2)の“窓を開放する”、(5)の“扇風機を利用する”、下関・都城はいずれも(5)の“扇風機を利用する”が最も多く、次いで下関は(2)の“窓を開放する”、都城は(1)の“寝ごきを使う”であり、若干慣習による地域差がみられた。

2. 寝具類の衛生

寝具類について購入する場合の注意点と新調間隔および手入れ法とその間隔等について衛生面より検討した。

1) 寝具類の購入について：(1)購入時の注意点——寝具類を購入する時の注意点は、表8の通りである。3地域共に上位が共通した同項目が多く、掛布団は(4)の“日光に干すとふくらみ打直しのできるもの”、(1)の“肌ざわりがよく軽いかさがある”が多く、これらに次ぐ(2)の“吸湿性がよい”、(8)の“好みの色・柄を主体にする”は全体で同率であるが、阿武郡は(2)の“吸湿性がよい”が、下関・都城は(8)の“好みの色・柄を主体にする”の回答数が多かった。敷布団は(4)の“日光に干すとふくらみ打直しのできるもの”が最も多く、次いで(5)の“弾力性があり適度の硬さがある”、(2)の“吸湿性がよい”の順であった。以上により掛布団と敷布団は、中身のわたに重点をおいた経済的・衛生的性能の要求が共通して高く、掛布団は上掛けとしての重量が、敷布団は敷物としての弾力性の要求相異がみられた。

毛布は(1)の“肌ざわりがよく軽いかさがある”が最も多く、次いで(8)の“好みの色・柄を主体にする”の順であった。シーツ・カバー類は(7)の“洗濯がしやすく丈夫なもの”、(9)の“清潔そうに見えるもの”が共通して上位であり、次に阿武郡・下関は(10)の“サイズを見る”、都城は

表8 寝具類の購入時の注意点

注 意 点	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	
阿武郡	掛布団	66	41	31	104	33	11	6	33	13	21
	敷布団	27	57	29	111	70	9	10	22	5	28
	毛 布	106	31	41	10	14	2	21	57	21	29
	シーツ・カバー	15	29	13	2	1	0	121	19	82	68
下関市	掛布団	85	43	43	90	14	13	3	44	9	29
	敷布団	16	70	35	104	89	10	4	22	8	23
	毛 布	98	42	56	4	12	0	20	69	16	37
	シーツ・カバー	11	55	22	1	0	0	122	15	81	73
都城市	掛布団	72	27	30	85	24	11	7	34	13	21
	敷布団	28	41	32	80	67	13	7	22	10	21
	毛 布	93	31	25	11	6	4	24	70	22	30
	シーツ・カバー	13	53	28	1	2	0	95	27	60	32
全 体	掛布団	223	111	104	279	71	35	16	111	35	71
	%	56	28	26	70	18	9	4	28	9	18
	敷布団	71	168	96	295	226	32	21	66	23	72
	%	18	42	24	74	57	8	5	17	6	18
毛 布	297	104	122	35	32	6	65	196	59	96	
%	74	26	31	6	8	2	16	49	15	24	
シーツ	39	137	63	4	3	0	338	61	223	173	
%	10	34	16	1	1	0	85	15	56	43	

(註) 注意点(1)肌さわりがよく軽くかさがある (2)吸湿性がよい (3)通気性、透湿性がよい (4)日光にほすとふくらみ打直しのできるもの (5)弾力性があり適度の硬さあり (6)重く安定性のよいもの (7)洗濯がしやすく丈夫なもの (8)好みの色、柄を主体にする (9)清潔そうに見えるもの (10)サイズを見る

(11)寝具類の新調間隔——新調間隔は表9・10に示す通り3地域ともほぼ同傾向を示し、上位よりあげると敷布団は4～6年、次いで6～8年であり、阿武郡ではこれらが同率であった。掛布団の冬物は6～8年、次いで4～6年、掛布団の夏物および毛布は4～6年が最も多く、

表9 寝具類の新調間隔

地 域	阿 武 郡					下 関 市					都 城 市				
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
敷 布 団	1	23	36	36	18	5	36	51	27	8	3	9	37	31	21
掛 布 団 (冬)	1	16	28	46	17	4	24	42	40	12	2	27	23	43	22
掛 布 団 (夏)	2	24	31	33	13	11	37	46	23	8	5	26	38	20	11
毛 布	3	22	47	36	18	6	33	52	20	18	4	35	40	22	7
シ ー ツ	13	51	29	6	4	55	62	18	2	1	38	55	18	3	1
カ バ ー 類	47	45	34	11	1	54	60	20	5	1	37	53	20	2	4
寝 巻	60	57	11	4	3	71	58	8	2	1	64	41	8	1	1

(註) 新調間隔(1)2年以内 (2)2～4年 (3)4～6年 (4)6～8年 (5)8～10年

(2)の“吸湿性がよい”であり実用性と衛生面の相異がみられた。以上の結果は、寝具類の種類と注意点の項目関係において1%以下の危険率であった。

次いで2～4年であった。シーツやカバー類は、2～4年次いで2年以内、寝巻は2年以内次いで2～4年であった。

以上により肌身に近くて衛生的要求の強い、また消耗度の大的ものより新調間隔が短いと言う結果が明らかとなり、衛生的な管理が心懸けられていた。この地域と新調間隔および新調間隔と寝具の種類との関係結果は、危険率1%以下の有意の差であった。

(iii)寝具類の調整方法
——新調期間が長い綿入りの掛布団や敷布団をどのような方法で調整されるかを調査した結果を表11に示した。
3地域共、(1)の既製品購入者が69%で最も多く、次いで注文製作でありいずれも自家製作者は6%で大変少なかった。なお既製品購入先は、専門店が多くあげられた。

表10 寝具類の新調間隔

新調間隔	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	
全 体	敷 布 団	9	71	124	94	47	18	4	4	2	3
	(%)	2	18	31	24	12	5	1	1	1	1
	掛 布 団 (冬用)	7	47	93	129	51	24	7	8	1	8
	(%)	2	12	23	32	13	6	2	2	0	2
	掛 布 団 (夏用)	18	87	115	76	32	13	3	2	1	2
	(%)	5	22	29	19	8	3	1	1	0	1
毛 布	13	90	139	78	43	20	1	0	0	0	
(%)	3	23	35	20	11	5	0	0	0	0	
シ ー ツ	136	168	65	11	3	0	1	1	0	0	
(%)	34	42	16	3	1	0	0	0	0	0	
カ バ ー 類	138	158	74	18	6	0	1	1	0	0	
(%)	35	40	19	5	2	0	0	0	0	0	
寝 巻	195	156	27	7	5	0	1	0	0	0	
(%)	49	39	7	2	1	0	0	0	0	0	

(註) 新調間隔：(1)2年以内 (2)2～4年 (3)4～6年 (4)6～8年 (5)8～10年 (6)10～12年 (7)12～14年 (8)14～16年 (9)16～18年 (10)18～20年

表11 寝具類の調整法

調整法	(1)					(2)	(3)	(4)	(5)	
	(a)	(b)	(c)	(d)	計					
岡 武	5	1	74	1	6	87	44	10	26	1
下 関	31	4	50	2	9	96	78	10	20	1
都 城	32	2	57	0	0	91	39	4	3	4
全 体	68	7	181	3	15	274	161	24	49	6
	(%)	17	2	45	1	4	69	40	6	12

(註) 調整法：
 (1)既製品 (a)デパート (b)スーパーマーケット (c)専門店 (農協、漁協、婦人会を通して含む) (d)ダイレクトメール (e)その他
 (2)注文 (3)いずれも家庭(自分か家族の人)で作る (4)いずれかを購入するか、家庭で作る (5)その他

表12 寝具類の手入れの方法

地 域	阿 武 郡							下 関 市							都 城 市						
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
敷布団わた	125	12	4	3	0	89	2	128	17	4	5	0	94	8	114	2	4	3	2	78	6
掛布団わた	122	12	3	4	3	88	2	118	12	6	3	1	88	8	115	3	3	3	3	75	5
敷・掛布団側の生地	46	2	17	5	91	0	1	49	1	37	5	71	0	4	52	3	29	4	58	0	5
毛 布	99	4	73	0	47	1	2	109	2	95	0	36	0	1	102	1	71	0	30	0	5
タオルケット	66	0	15	1	115	1	0	78	0	36	0	111	0	0	79	1	29	0	92	0	2
肌掛布団類	79	2	46	1	55	1	0	93	4	63	1	45	1	6	92	2	58	1	31	1	8
カパー類	47	1	19	1	122	1	0	49	0	38	0	130	0	0	50	0	26	0	109	0	2
シ ー ツ	50	0	17	0	124	1	0	48	0	38	0	129	0	0	53	0	23	0	110	0	2
寝 巻	43	0	8	0	122	0	0	49	0	14	0	131	0	0	50	0	13	0	114	0	3

(註) 手入れの方法：(1)日光にあてて干す (2)布団乾燥機でかわかす (3)クリーニング業者にたのむ (4)寝具乾燥業者にたのむ (5)家庭で洗濯する (6)わたを打直し替える (7)わたの打直しをセゾ大型ゴミに出す

表13 寝具類の手入れの方法

手入れの方法	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	
全 体	敷布団わた	367 (%)92	31	12	11	2	261	16
	掛布団わた	355 (%)89	27	12	10	7	251	15
	掛・敷布団側の生地	147 (%)37	6	83	14	220	0	10
	毛 布	310 (%)78	7	239	0	113	1	8
	タオルケット	223 (%)56	1	80	1	318	1	2
	肌掛布団類	264 (%)66	8	167	3	131	3	14
	カパー類	146 (%)37	1	83	1	361	1	2
	シ ー ツ	151 (%)38	0	78	0	363	1	2
	寝 巻	142 (%)36	0	35	0	367	0	3

(註) 手入れの方法：(1)日光にあてて干す (2)布団乾燥機でかわかす (3)クリーニング業者にたのむ (4)寝具乾燥業者にたのむ (5)家庭で洗濯する (6)わたを打直し替える (7)わたの打直しをセゾ大型ゴミに出す

2)寝具類の整理について：(i)寝具類の手入れの方法——寝具の種類により主にどのような手入れがなされているかを調査した結果を表12・13に示した。手入れの方法の上位は3地域共、同解答で敷布団わたと掛布団わたは、(1)の“日光にあてて干す”、(6)の“わたを打直し替える”であり、敷布団と掛布団の側の生地・タオルケット・カパー類・シーツおよび寝巻等は、(5)の“家庭で洗濯する”、(1)の“日光にあてて干す”、毛布や肌掛布団類は、(1)の“日光にあてて干す”、(3)の“クリーニング業者にたのむ”であった。掛布団より敷布団の方が、(1)の“日光にあてて干す”の回答数が多く、敷布団に衛生的な管理がなされており、なお布団乾

乾燥機が普及している今日であるが、これによる使用者は予想外に少なく、また新進産業である寝具乾燥業者への依頼も少なかった。従って乾燥法は、大部分の方が天日乾燥によるものであり、また大型ゴミとして出される方は少なかった。以上の結果は、地域と手入れの方法および手入れの方法と寝具の種類の間隔において1%以下の危険率であった。

(ii)寝具類の手入れ間隔——寝具の手入れ方法としての乾燥・洗濯・綿の打直し等の間隔を調査し衛生的関心の度合いを検討した。

乾燥間隔を表14でみると、敷布団と掛布団の冬・夏物、毛布のいずれも2週間以内が多く、その回答率は敷布団が最も高く、次いで掛布団の夏物・毛布・掛布団の冬物の順であり、これは身体の新陳代謝とかかわりの深い寝具の順に乾燥の回答率が高く衛生的にみて適正な順序であった。この間隔の結果は1%以下の危険率であった。地域的にみると2週間以内の回答率は下関の方が多く、地域との結果は5%以下の危険率であった。

洗濯間隔を表15でみて、高率のものよりあげると寝巻とタオルケットは1週間以内で82%・27%、シーツ・カバー類は1～2週間で38%・36%で、この外に毛布の洗濯は1年未満で58%であった。阿武郡・都城より下関は、いずれの寝具類についても1週間以内の洗濯間隔の回答率が多く清潔さが同われた。なお地域と洗濯間隔また洗濯間隔と寝具の種類等の関係において1%以下の危険率であった。

表14 寝具類の手入れの間隔—乾燥—

地 域	阿 武 郡			下 関			都 城			全 体											
	(1)	(2)	(3)	(1)	(2)	(3)	(1)	(2)	(3)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)						
乾燥間隔																					
敷 布 団	91	37	5	110	21	3	77	23	4	278	70	81	20	12	3	2	1	1	0	6	2
掛 布 団 (冬)	77	46	8	84	32	14	70	28	6	231	58	106	27	28	7	4	1	2	1	5	1
掛 布 団 (夏)	106	16	2	106	21	4	82	21	4	294	74	58	15	10	3	1	0	0	0	4	1
毛 布	86	38	3	93	31	6	75	23	6	254	64	92	23	15	4	2	1	2	1	7	2

(註) 乾燥 (1) 2週間以内 (2) 2～4週間 (約1ヵ月) (3) 4～6週間 (4) 6～8週間 (約2ヵ月) (5) 8～10週間 (6) 10～12週間 (約3ヵ月)

表15 寝具類の手入れの間隔—洗濯—

地 域	阿 武 郡				下 関				都 城				全 体											
	(1)	(2)	(3)	(4)	(1)	(2)	(3)	(4)	(1)	(2)	(3)	(4)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)		
洗 濯 間 隔																								
寝 巻	108	19	7	0	120	13	2	0	98	16	2	0	326	82	48	12	11	3	0	0	0	0	0	0
シ ー ツ	35	60	24	13	77	42	13	4	37	51	17	7	149	39	153	38	54	14	24	7	1	0	0	0
カ バ ー 類	31	56	27	14	67	39	20	9	39	50	16	8	137	34	145	36	63	16	31	11	2	1	1	0
タ オ ル ケ ッ ト	26	27	36	20	50	39	27	9	30	36	21	16	106	27	102	26	84	21	45	26	7	1	3	1

(註) 洗濯 (1) 1週間以内 (2) 1～2週間 (3) 2～3週間 (4) 3～4週間 (5) 4～5週間 (6) 5～6週間 (7) 6～7週間 (8) 7～8週間 (9) 8～9週間 (10) 9～10週間

表16 寝具類の手入れの間隔—わたの打直し—

地 域	阿 武				下 関				都 城				全 体						
	(1)	(2)	(3)	(4)	(1)	(2)	(3)	(4)	(1)	(2)	(3)	(4)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
わたの打直し間隔																			
掛布団(冬用)	17	50	34	13	33	53	33	7	13	52	30	11	63	16	155	39	97	24	31
敷 布 団	21	46	32	11	45	56	20	5	18	42	32	6	84	21	144	36	84	21	22

(註) わたの打直し：(1)3年以内 (2)3～6年 (3)6～9年 (4)9～12年 (5)12～15年 (6)15～18年 (7)18～21年

表17 シーツ使用不能の理由

使用不能理由	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
阿 武	126	106	19	10	0	1	0	3
下 関	125	105	28	14	0	3	0	0
都 城	96	81	17	17	0	2	0	2
全 体	347	292	64	41	0	6	0	5
	87	73	16	10	0	2	0	1

(註)使用不能理由：(1)布地がうすくなった (2)うす汚れまたは色があせた (3)肌ざわりが悪い (4)気分転換をはかる (5)デザインが好きでない (6)洗濯がしにくい (7)アイロンかけがめんどうである (8)しわになりやすい

(Ⅲ)シーツの使用不能理由——使用頻度が高く耐用年数が短いシーツが、どのような理由で廃棄されるか、その理由を調査した結果を表17でみると、(1)の“布地がうすくなった”87%、(2)の“うす汚れまたは色があせた”73%が大部分であり、これら実用的機能低下によるもので、また地域差は大きくみられなかった。

以上の調査結果においてF検定を行った分散分析表は、表18-1～7の通りであった。

表18-1 掛・敷布団の充填材料

変 動 因	SS	df	Ms	F
主 効 果				
A	0.330	2	0.165	0.008
B	14,978.996	6	2,496.499	122.636 ^{***}
C	1.163	1	1.163	0.057
交 互 作 用				
A×B	460.004	12	38.334	1.883
A×C	0.051	2	0.026	0.001
B×C	455.004	6	75.834	3.725 [*]
誤 差	244.282	12	20.357	
全 体	16,139.830			

表18-2 寝具類の購入時の注意点

変 動 因	SS	df	Ms	F
主 効 果				
A	90.650	2	45.325	1.153
B	11,102.708	9	1,233.634	31.393 ^{***}
C	145.758	3	48.586	1.236
交 互 作 用				
A×B	679.017	18	37.723	0.960
A×C	86.017	6	14.336	0.365
B×C	48,929.994	27	1,812.222	46.117 ^{***}
誤 差	2,121.981	54	39.296	
全 体	63,156.125			

(註) A：地域
B：各項目についての質問
C：各項目の寝具の種類

表18-3 寝具類の新調間隔

変動因		SS	df	Ms	F
主効果	A	8.924	2	4.462	0.580
	B	30,849.068	9	2,316.563	301.322 ^{**}
	C	30.363	6	5.061	0.658
交互作用	A×B	450.076	18	25.004	3.252 ^{**}
	A×C	7.009	12	0.584	0.076
	B×C	14,862.732	54	275.236	35.801 ^{**}
誤差		830.324	108	7.688	
全体		37,038.496			

表18-4 寝具類の手入れの方法

変動因		SS	df	Ms	F
主効果	A	205.153	2	102.577	13.237 ^{**}
	B	95,668.770	6	15,944.795	2,057.658 ^{**}
	C	1,048.169	8	131.021	16.908 ^{**}
交互作用	A×B	1,043.077	12	86.923	11.217 ^{**}
	A×C	70.562	16	4.410	0.569
	B×C	73,756.281	48	1,536.589	198.295 ^{**}
誤差		743.872	96	7.749	
全体		172,535.884			

表18-5 寝具類の手入れの間隔(乾燥)

変動因		SS	df	Ms	F
主効果	A	6.195	2	3.098	0.406
	B	40,279.903	5	8,055.981	1,055.968 ^{**}
	C	2.487	3	0.829	0.109
交互作用	A×B	195.139	10	19.514	2.558 [*]
	A×C	5.805	6	0.968	0.127
	B×C	679.597	15	45.306	5.939 ^{**}
誤差		228.861	30	7.629	
全体		41,397.987			

表18-6 寝具類の手入れの間隔(洗濯)

変動因		SS	df	Ms	F
主効果	A	3.317	2	1.659	0.226
	B	24,792.800	9	2,754.756	375.205 ^{**}
	C	3.567	3	1.189	0.162
交互作用	A×B	1,196.350	18	66.464	9.053 ^{**}
	A×C	7.883	6	1.314	0.179
	B×C	7,753.600	27	287.170	39.113 ^{**}
誤差		396.450	54	7.342	
全体		34,153.967			

表18-7

寝具類の手入れの間隔(わたの打直し)

変動因		SS	df	Ms	F
主効果	A	22.047	2	11.024	1.802
	B	7,237.809	6	1,206.302	197.140 ^{**}
	C	2.381	1	2.381	0.389
交互作用	A×B	379.620	12	31.635	5.170 ^{**}
	A×C	0.905	2	0.453	0.074
	B×C	68.286	6	11.381	1.860
誤差		73.428	12	6.119	
全体		7,784.476			

(註) A：地域

B：各項目についての質問

C：各項目の寝具の種類

〔要約〕

以上の調査結果を要約すると次の通りである。

寝床実態について：

1. 寝床構成をみると、敷寝具は春秋に敷布団またはベットパッドのみが多く、夏は敷布団またはベットパッドのものに次いで寝ござ類のものが、冬は敷布団またはベットパッドに敷毛布

を掛けた方が多い。掛寝具は夏にタオルケットか肌掛布団であり、春秋・冬は毛布と掛布団の組合せが最も多く、これに次いで春秋は肌掛布団と掛布団、冬はタオルケットか肌掛布団に毛布・掛布団の組合せで、これらについて地域間における大差がみられなかった。

2.寝具の充填材料は、掛布団に混綿または合繊綿が、敷布団に木綿わた、枕にそばがら等が多く使われ、これらは寝具類に要求されるべき好適な材料であった。

3.寝室の寒暑の調整法として、保温には“掛布団を一枚多くする”、納涼には“扇風機を利用する”方法が多くみられた。

寝具類の衛生について：

1.寝具の購入時の注意点として掛・敷布団は“日光に干すとふくらみ打直しができるもの”、毛布は“肌ざわりがよく軽やかさがあるもの”、シーツは“洗濯がしやすく丈夫なもの”等の衛生的要件が多くみられた。

2.寝具の新調間隔は寝巻が2年以内、シーツ・カバー類は2～4年、敷布団・掛布団(夏物)・毛布は4～6年、掛布団(冬物)6～8年であり、衛生的要求や消耗度の異なる寝具類ほど、新調間隔が短かく衛生的な管理が伺われた。

3.寝具の手入れ方法は、敷・掛布団が“日光にあてて干す”、敷・掛布団の側の布地、タオルケット、カバー類、シーツおよび寝巻等は、“家庭で洗濯する”と言う家事労働による取り扱いが多かった。

4.寝具の手入れ間隔として乾燥は、2週間以内で行う方が多く、この回答率の多い寝具は敷布団であった。洗濯は寝巻・タオルケットが1週間以内、シーツ・カバー類が1～2週間、毛布が1年未満間隔が多く、また綿の打直しは、敷布団・掛布団(冬用)が3～6年間隔が多く、6～9年で大部分の方が打直しを行っていた。以上により身体に近く、汚れの度合いの人のものより手入れの間隔が短いことが明らかとなった。なお下関は、他の二地域より、寝具の手入れがよく行われている傾向がみられた。

本研究にあたり、ご支援を賜りました農学博士・小島良夫本学学長、ご指導を賜りました長崎大学教授・重永幸男博士、九州女子大学・高野延子教授、産業医科大学助教授・吉村健清博士および本調査にご協力下さった阿武郡の徳佐中学校・田万川中学校、下関市の下関市立名池小学校、宮崎県の国立都城病院・都城看護学校等の生徒・学生・教職員やお母様の皆様方に厚く謝意を表します。

なおこの調査結果は、昭和58年9月・日本家政学会年次大会にて報告したものである。

(参考文献)

- ・「寝具の管理に関する実態調査」 坂田泰子・戸村礼子、山口女子短大・家庭生活実態調査報告 (1973.3)
- ・「寝具」―健康の視点より― 多田千代、民族衛生45(5)1979
- ・「寝具についての調査」 茅野艶子・伊地知寛子、鹿児島県立短大自然科学22 (1972.1)
- ・「寝具の着心地に関する調査研究」(第1報) 群別要求度について(全国調査) 水梨サワ子・松本紀代子・宮田キクヨ・庄司光、繊維製品消費科学13(7)1972
- ・「同上」(第2報) 項目別要求度について(全国調査) 同上研究者、繊維製品消費科学13(8)1972
- ・「寝具の着心地に関する調査研究」中部地区について 酒井清子、名古屋女子大学紀要17 (1971.3)
- ・「同上」第2報 酒井清子、名古屋女子大学紀要27 (1981.3)
- ・「寝具と衛生」中嶋朝子著、関西図書出版 (1976)
- ・「衣服衛生と着装」渡辺ミチ著、同文書院刊 (1969)
- ・「最新被服衛生学」田多井吉之介・田多井恭子共著、光生館刊 (1960)
- ・「被服の衛生学」庄司光著、光生館刊 (1980)
- ・「健康をつくるふとん・バット・寝具」最新情報と実用知識、主婦の友シリーズ、主婦の友社刊 (1979)
- ・「シーツに関する調査研究」中橋美智子、東京学芸大学紀要、産業技術家政27(6)1975