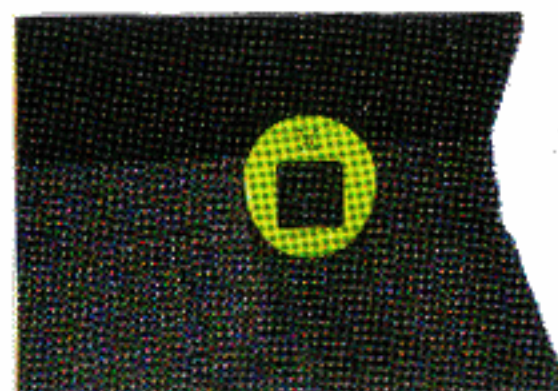
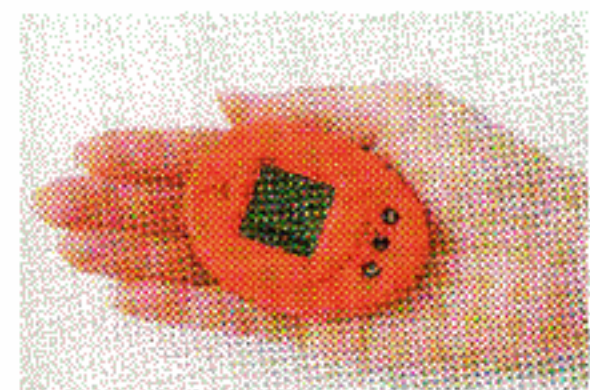


# パジャマのウエストに挟むだけ 就寝中に測定できる“体温計”が登場

毎朝体温を測ろうと思っても、なかなか続けられない。  
そんな人に、おもちゃのようにかわいいコレはいかが？  
文／大屋奈緒子(編集部)



パジャマやショーツのウエストに装着。意外と自然には外れない。



長さ約7cm×幅約5cm×厚さ約1.5cm。外観はゲーム機のような。

「らん'sナイト」1万3440円。体温は本体で確認できるほか、写真のようにQRコードを表示して携帯電話経由で専用サイトに送って管理することもできる(サイト使用料は無料)。オレンジとグリーン色の2色。ネットや産婦人科などで販売。問／キューオーエル ☎0268-39-7735

## 妊

娠を望む人も望まない人も、女性なら自分の体調を管理するために毎日体温を測定する習慣を持ちたいもの。でも、朝起きてすぐに舌の下で計測する基礎体温を測っている人は少ない。「起きてすぐ体温計をくわえるのが面倒」「毎日同じ時刻に起きられない」といったことがハードルになるようだ。

そこで登場したのがこの製品。夜寝る前にパジャマなどにクリップで留めておくと、睡眠中に衣服内の温度を10分間隔で測定してくれ、翌朝には今日の体温が出る。この「体温」、医学的には基礎体温とは呼べないが、毎日続けて計測すると基礎体温同様に高温期や低温期を示し、月経周期が把握できる。測定結果を発売元が運営するサイトに携帯電話経由で記録することもできる。試してみたが、装着していることが気にならず、よく眠れた。