

# 画期的な衣服内温度計 「らん'sナイト」を体験しました

毎朝毎朝、決まった時間に婦人体温計を口にくわえ、じっと耐える意外と長い数分間。このストレスをいっぺんに解消してくれる画期的な衣服内温度計「らん'sナイト」を、読者モニター・小松ゆかりさんに体験してもらいました。

パジャマのウエストにつけて寝るだけで、毎日の体温管理ができる……。そんな夢のような衣服内温度計「らん'sナイト」。毎朝、同じ時間に口中で基礎体温をはかるといって、負担の大きい従来のスタイルとまったく違った、女性の心に寄り添う新しいコンセプトで、今、大きな話題を呼んでいます。

その一方、「おなかにつけておくだけでちゃんとほかれるの?」「パジャマのウエストにつけるなんて、ジャマにならなない?」など、画期的で新しい方法だけにちよっぴり不安な気持ちにもなるのも正直なところ。

そこで、実際の使い心地を知るため、読者モニターの小松ゆかりさんに約1か月間「らん'sナイト」を試用してもらい



読者モニター・  
小松ゆかりさん

「らん'sナイトは本誌の前号を読んで注目していましたので、今回は楽しく体験させていただきました。夫は電機メーカーの技術者なのですが、すごくよくできている!と私以上に興味しんしんです(笑)」

ました。毎晩の就寝時に「らん'sナイト」をウエストに装着して計測を実行。通常の婦人体温計との違いや使用感などをレポートしてもらいます。

注目は、衣服内温度計「らん'sナイト」と、女性の健康管理をめざしたウェブサイト「らん'sストーリー」との連携。この2つを組み合わせることで、体温管理のみならず、自分自身の心と体のリズムもつかむことができます。

この8月には、「子どもたちを産み育てやすいデザイン」の視点でノミネートされ、第2回キッズデザイン大賞(経済産業大臣賞)を受賞した「らん'sナイト」。これからの女性の健康管理に新風を吹き込んでくれそうです。

「つけて、寝るだけ」がうれしい!  
睡眠中にはかかってわかる体のリズム

## Ran's Story

らん'sストーリー

女性の心と体をケアするコミュニティサイト「らん'sストーリー」。基礎体温や月経周期など女性特有の健康管理をめざしています。メンバー登録をしておけば、「らん'sナイト」ではかった体温を転送して、自動的に体温のグラフを作成できます。

## Ran's Night

らん'sナイト 1万3440円(税込)

色はアボカドグリーンとマンダリンオレンジ

※あかほし赤☆通販でも購入可能になりました。くわしくは60ページをごらんください

「らん'sナイト」は、パジャマのウエストにつけて眠るだけで、就寝中の衣服内温度を計測してくれます。内蔵された2つのセンサーが10分おきに6時間にわたって体温を計測し、代表的な温度を表示。低温期と高温期の微妙な変化をキャッチすることができます。





# 「らん'sナイト」体験レポート

## Point 1

### 体温の計測がラク!

朝のストレスが解消。とにかく「ラク」のひと言です。

#### Q. 使用してみていかがでしたか?

**A** とにかく「体温をはかるのがラク」のひと言に尽きます! 私は寝起きが悪くて、きちんとはかれないことが多かったんです。毎日同じ時間にはからなくちゃと思って、必死で体温計をくわえるんですが、気づくと口から落ちてしまっていたり、寝ぼけてガリガリかんじったりして。あとは、起き抜けに「トイレに行きたい」と思っても、はかり終えるまでガマンということがなくなりました(笑)。

#### Q. 計測した結果は?

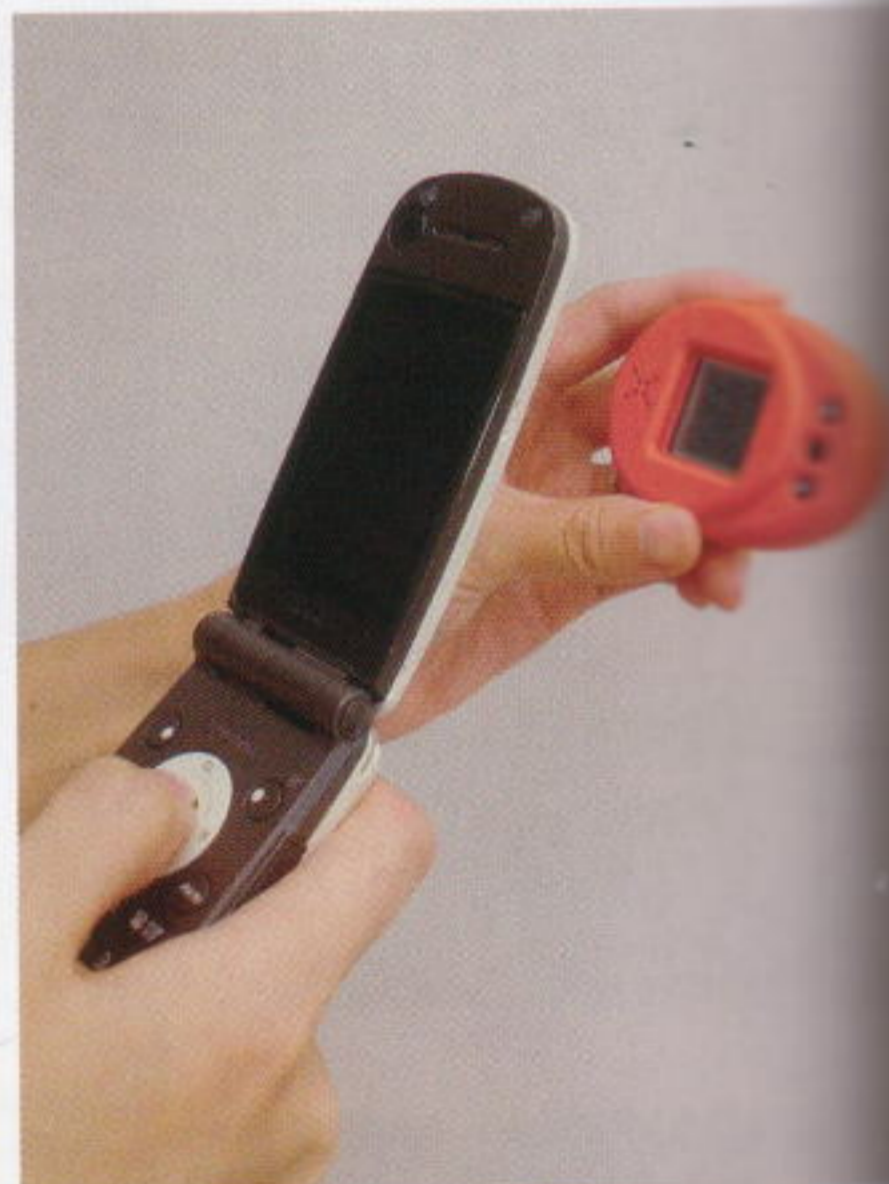
**A** 驚いたのが、私の場合は「らん'sナイト」ではかった体温と、口中ではかっていたものと差があったこと。一晩かけてはかった衣服内の温度と、起きぬけに口中ではかったものとは違うんですね。でも、低温期と高温期の変化はきちんとわかりました。

#### Q. 装着感は?

**A** 初日は、「これつけて寝るの?」って思ったんですが、これが意外と気にならずに眠れたのに驚きました。全然じゃまにならないんです。また、夜中にぼろっとはずれるのではと心配しましたが、朝起きてちゃんとウエストについています(笑)。



クリップ型なので、パジャマのウエストにつけるだけ。



測定温度は数字とQRコードで表示されます。



## Point 2

### 体温の管理がラク!

はかった体温を「らん'sストーリー」に送れば、自動的に体温のグラフができます。

#### Q. 計測した体温の管理はどのようにしていますか?

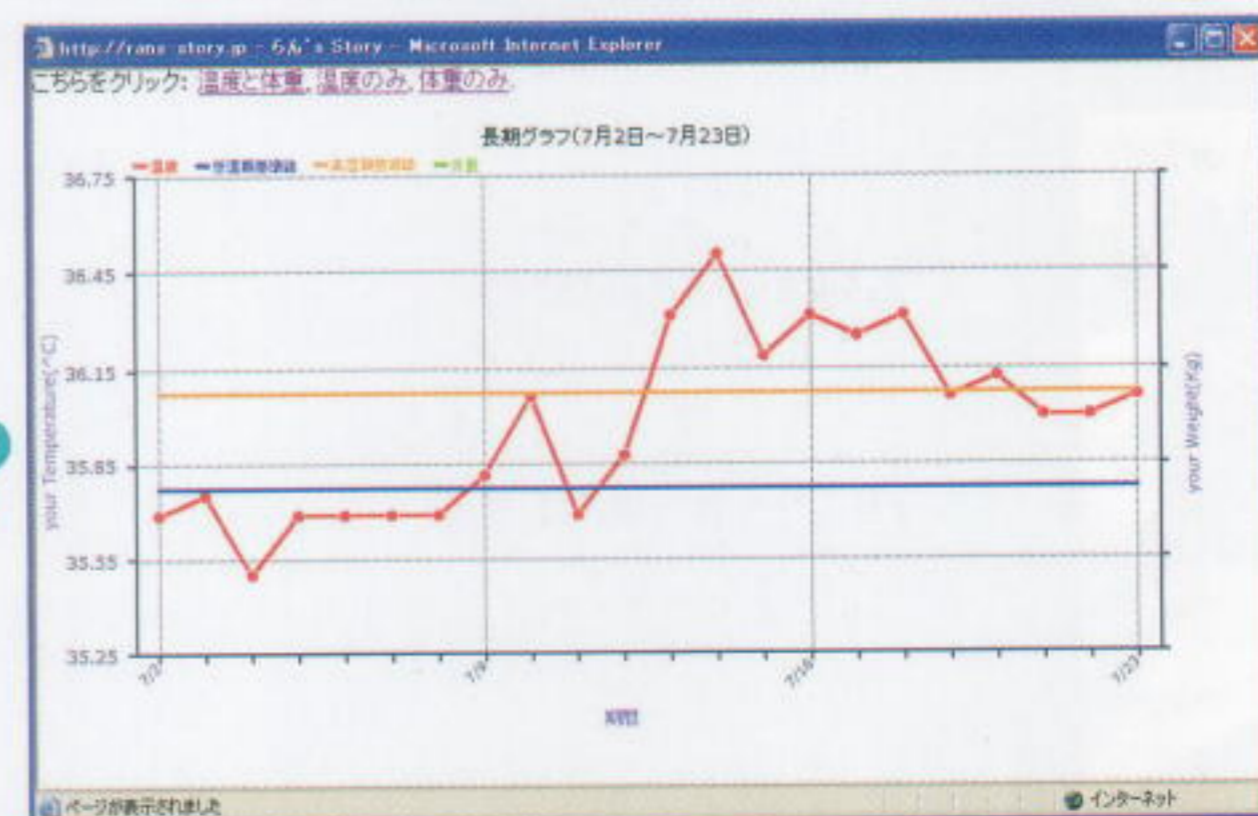
**A** 「らん'sナイト」は、体温をQRコードとして表示してくれるので、携帯電話で読みとってデータをウェブサイト「らん'sストーリー」に送信します。そうしておくだけで、体温の一覧表やグラフが自動でできるので、それをプリントすれば病院に持っていきますね。これまではデータの記録が残るタイプの電子婦人体温計を使い、病院に行くときにはグラフに書き出していました。その手間がいらぬのがうれしいです。

#### Q. 体温データの送信方法は?

**A** 携帯電話でQRコードを撮影して送信しますが、送付先もブックマークに入れておけば手軽に送れます。手書きで基礎体温表に書き写す手間にくらべたら、負担感はかなり違いますね。

#### 長期グラフの例

※登録料、年会費など無料。パケット通信費のみかかります。



測定温度をウェブに送信するとグラフが作成されます