

패션과 문화 중간과제물 안내

과제명 : 각 계절, 생활(근무)환경, 사용 용도를 분석하고 그에 적합하도록 작성자 개인의 의복 착의를 설계한다.

▶준비과정

① 교과서 9장, 10장을 읽고 주요 내용을 이해함 (의복 쾌적성과 영향요인, 의복이 건강에 미치는 영향, 쾌적성 의류소재, 친환경적 의생활)

② "착의설계"의 개념을 이해함

- **착의설계란** 환경(계절환경, 생활환경, 근무환경)과 용도를 고려하여 속옷, 내의, 자켓 및 외투와 같은 의복에 대해서 의류소재와 의복 종류 및 디자인을 적절히 선택하고 입는 순서를 정하는 것을 의미함.

- 착의설계는 환경에 적합하고, 의복 쾌적성과 필요한 의복 기능을 충족하며, 의복이 건강에 미치는 영향을 고려해서 이루어짐. 또한 친환경적 의생활을 지향하는 것이 바람직하지만 모든 요인을 동시에 충족하는 것은 불가능하며, 우선 충족할 기준과 요인을 정하고 그에 따라 착의설계함

▶작성범위 및 내용

속옷에서부터 겉옷까지 의류소재 종류, 의복 형태 및 디자인, 겹쳐 입는 옷의 종류와 순서 등에 대해 착의설계하고 설명하는데, 다음 ①~③의 요구항목 내용을 반드시 포함함

① **환경 분석**: 각 계절적 환경(봄과 가을, 여름, 겨울), 생활환경, 근무환경과 함께 작성자 개인의 활동특징(혹은 근무와 노동에서의 활동특징)을 분석하고 그에 따라 반드시 필요한 의복기능에 대해 정리함

② **착의설계**: 봄과 가을, 여름, 겨울 각 계절에 대해 착의설계 (착의설계 사진 활용 가능)

③ **착의설계에 대한 설명** : 의류소재, 종류, 디자인, 착의 순서 등에 대해서 선택 이유/근거 등을 설명함

▶주의사항

- 총 3개의 착의설계를 제출해야 함 (착의설계가 없는 경우, 평가불가함)

- 작성자가 직접 작성한 글이 아닌 경우, 반드시 인용규칙에 따라 인용하고 참고 문헌임을 밝힐 것 (참고문헌 표시 없는 인용 글, 상업적 자료는 표절로 간주되며 **"0"점 처리함**)

아래 과제물은 과제 작성에 도움을 주기 위해서 전반적인 작성 방향과 개요, 자신의 환경 분석, 착의 설계의 개념과 설명이 논리적이라고 평가되는 과제물을 선정한 것입니다. 하지만 본 과제는 개인의 환경에 적합하도록 과학적이고 합리적인 착의설계를 할 수 있는 방법을 훈련하는 것이 목적으로 아래 과제물이 각 개인 모두에게 항상 모범답안이 되는 것은 아닙니다. 이점 반드시 유의하고 과제를 준비해주시길 바랍니다.

I. 봄과 가을의 착의 설계

1. 환경 분석과 필요한 기능

1) 계절적 환경

우리나라의 봄과 가을의 계절은 기온 10~20℃ 정도의 쾌적한 온도로 사람들이 활동하기 좋은 날씨로 변화한다. 전반적으로 날씨가 온화해지지만 일교차가 크고 이른 봄에는 날씨 변화가 빈번해서 추운 계절에 적응하고 있던 사람의 신체가 이른 봄의 기온에 바로 적응 하지 못해 감기 등 건강에 이상이 오는 경우도 많다.

2) 생활 환경

전업주부로 가정에서 생활하는 시간이 길다. 실내 온습도는 공공공간이 정한 난방온도를 넘지 않도록 노력하는 편으로 20℃가 유지되지되고 봄에서 여름으로, 여름에서 가을의 환절기에는 난방을 하지 않는다. 한편 이른봄, 늦가을에는 난방이 시작되면서 건조한 편인 듯 하지만 실내 습도계가 없기 때문에 건조할 것이라고 짐작만 할 수 있다. 이런 경우 습도를 높이기 위해서 빨래를 실내에서 건조시키거나 가습기를 가끔 사용한다.

3) 신체적 특징과 노동환경

50대가 넘어가니 갱년기와 폐경이라는 신체적인 변화가 일어나기 시작하고 옷을 선택함에 있어도 신중하게 되었다. 수시로 오는 화끈거림, 식은땀 불면증 등이 시작되면서 입은 옷이 몸에 불편하고 거북한 느낌이 들면 더 힘들다. 다른 계절보다 더 민감하게 온도를 몸이 받아들이는 것 같다. 그래서 주로 집안일을 하는 것이 나의 노동이며 외출은 자주 있는데, 관공서 업무와 장보기 등이 필요한 경우에는 대부분 자전거를 타고 나가며, 사고모임인 경우에는 직접 운전해서 자동차를 이용한다.

4) 필요한 기능

봄 가을에는 그래서 땀 흡수가 잘되는 면 종류와 자주 변하는 몸의 변화에 맞추어 몸을 따뜻하게 하기 위해 모 혼방으로 된 베스트 등을 입어 준다. 체온조절을 잘 할 수 있는 소재가 필요한데 너무 두껍게 입어 땀의 많이 나서 배출이 잘 안 되는 옷을 입을 수 없고 자켓으로 따뜻함을 유지하고 속옷이나 상의는 통기성이 좋고 땀의 배출도 잘 되고 어느 정도 체온 유지를 잘 할 수 있는 옷으로 선택해서 입는다. 4~5월이나 9~10월에는 시원하면서도 쾌적한 옷을 선택해서 입어야 한다. 또한 자전거를 타고 외출할 때는 신축성이 매우 뛰어난 소재로 된 하의를 입는다. 자전거를 타는 것이 힘든 운동이 아니기 때문에 상의는 기능성에 중심을 두기보다 하의에 맞도록 스타일링하는 편인데, 이번 과제를 계기로 하의는 신축성, 흡습성, 통기성과 같은 기능성에 보다 초점을 맞추고 상의도 신축성은 우수한 소재 중심으로 선택하는 것이 필요하다고 생각된다.

2. 착의 설계와 설계에 대한 설명

1) 속옷 및 양말, 신발 기타 착의

• 속옷: 브래지어는 순면 소재이면서 장식이 없는 것을 선택하고 다른 속옷은 가볍고 얇고 다림질이 필요 없는 면소재로 선택하고 속바지를 착용함

⇒ 속옷은 피부의 분비물과 땀 등이 흡수가 잘 되고, 피부에 직접 닿아도 피부 질환 등이 생기지 않고, 신체보정 가능한 신축성 있도록 부드러운 면제품으로 선택했으며, 속바지는 배를 보호해주고 따뜻하게 하기

위해서 탄력이 좋은 면 혼방 제품으로 선택함

• 양말: 양말은 신축성이 좋고 땀을 잘 흡수하는 두꺼운 등산양말로 착용함

⇒ 양말은 족저근막염 진단 이후에는 두껍고 신축성이 좋은 신소재 합성섬유로 만든 탄력성, 보온성, 땀의 흡수가 잘되고 배출도 잘되는 가벼운 오론¹⁾소재의 등산양말로 착용함

• 신발: 신발은 발이 편한 생활 방수가 되는 운동화를 신음

⇒ 신발은 발의 병력으로 인해 발바닥이 편하고 충격을 덜 주는 가벼운 워킹화로 착용하는데, 발의 피로가 신체에 많은 영향을 주기 때문에 계절에 맞게 특히 운동화에는 신경을 써서 착용함.

2) 상의

• 실내생활 하는 경우 상의: 속옷위에 민소재 티셔츠를 입고 니트소재 중심의 부드럽고 신축성이 좋은 상의를 선택함

⇒ 실내생활을 하면서 주로 집안일을 하기 때문에 일하기 편하고 쉽게 세탁할 수 있는 소재를 선택함. 땀이 나기도 하고 땀이 날 때 잠시 쉬면 춥다고 느끼기도 하기 때문에 속옷 위에 면 티셔츠를 하나 더 착용함

• 외출(사교모임)하는 경우 상의: 상의 안에는 순면 메리야스로 입어 1차 보온을 해주고 그 위에 주로 브라우스나 바람이 잘 통하는 티셔츠 종류로 선택함. 상의 위에는 보온성이 있는 모 제품으로 된 가벼운 베스트나 가디건을 입을 나이에 따른 체형을 감추기 위해서 자켓 전에 입는 셔츠나 브라우스도 체형을 가려 디자인으로 선택해서 입을

⇒ 메리야스는 땀 흡수에 도움을 주는 면소재로 선택함. 실용성을 목적으로 상의로 티셔츠나 활동하기 편한 브라우스를 선택하는데 초봄에는 날씨가 변덕스러워서 겉에 옷을 입는다고 해도 따뜻한 보온 효과가 있는 소재로 된 넉넉한 티셔츠나 브라우스를 선택함. 베스트는 얇은 모 혼방으로 된 것을 선택해서 계절의 변화에 인체를 보호하고, 가디건도 실내가 춥다고 느껴질 때 착용함

• 외출(자전거 이용)하는 경우 상의: 상의 안에는 순면 메리야스로 입어 1차 보온을 해주고 그 위에 얇고 신축성 우수한 티셔츠를 입을

⇒ 자전거를 타는 동작을 방해하지 않도록 얇고 신축성이 우수한 소재가 필요한데 이동거리가 30분이상인 경우는 없으므로 비싼 기능성 소재 보다는 실용적인 제품이 합리적이라고 생각됨.

3)하의

• 실내생활 하는 경우 하의: 레깅스

⇒ 집안일에 편한 의복을 중심으로 선택함

• 외출(사교모임)하는 경우 하의: 치마는 어느 계절이든 선택하지 않고 활동성이 좋은 청바지나 면바지나 청바지를 착용함

⇒ 하의는 주로 활동성이 좋은 청바지를 주로 입고 격식을 차려야 하는 자리는 면 혼방으로 된 면바지로 착용함 세탁하기 쉽고 신축성이 있는 스판덱스가 함유된 소재를 주로 선택한다.

• 외출(자전거 이용)하는 경우 하의: 기능성 브랜드에서 판매하는 등산용 슬렉스

⇒ 자전거를 타는 동작을 방해하지 않도록 얇고 신축성이 우수한 소재로 선택하는데 전문 싸이클 하의는 도시생활에는 보기 불편하다고 판단해 짙은 계열의 등산용 슬렉스를 주로 선택함. 신축성, 통기성은 필요한 만큼 충분하다고 판단됨

3)외투(자켓, 코트류)

• 코트 혹은 자켓: 봄, 가을은 기온차가 많이 나기 때문에 외출 시나 출근 시에는 얇은 모 혼방 코트를 입거나 안에 착용한 베스트에 윈드 자켓을 입을 색이 조금 화사한 스카프를 함.

⇒ 겨울과 봄 사이, 또한 봄과 여름 사이에는 가장 선택하기 힘든 것이 외투인데, 무겁지 않고 다른 사람

1) 오론(Orlon):아크릴 섬유의 한 종류로 섬유 혼용 제품.- 『등산상식사전』 이용대 저. 해냄(2010.10.7)

들이 보기에 거부감이 없는 외투를 착용해야 하기 때문임. 소재가 가볍고 보온성도 어느 정도 유지해줘야 하는 모 혼방 외투나 가벼운 나이론에 솜털 등을 얇게 넣어 만들어진 자켓, 폴리에스터 같은 따뜻한 섬유로 된 외투, 그리고 방수 기능이 있고 바람을 막아주는 고어텍스 제품으로 된 자켓을 선택함 특히 자전거를 타는 동안 바람을 막아줄 자켓이 필요한데 지나치게 등산복처럼 보이는 디자인은 선택하지 않음. 단 방풍기능이 가장 중요함으로 기능에 초점을 둔 기능성 전문 브랜드 자켓을 선택할 예정임
 한편 환절기에는 색이 밝고 화사한 스카프를 목에 둘러 목을 따뜻하게 하는 것이 좋음

II. 여름의 착의 설계

1. 환경 분석과 필요한 기능

1) 계절적 환경과 생활 환경

지구 온난화가 가속화 되면서 우리의 여름은 무더위로 많이 힘들어 한다. 보통 7~8월은 평균 온도가 26도에서 30도 이상의 여름이 계속 지속되고 있다. 기온이 너무 더운 계절에는 옷을 입는 것도 힘들다. 또한 무더운 여름에는 냉방기 이용이 많이 늘어나는 계절이기 때문에 건강에 더욱 유의해야 한다. 특히 실내 냉방이 지나치면 냉방병 등이 일어날 수 있고 찬바람이 눈, 목, 관절에 좋지 않다는 정보도 있다. 따라서 생활환경에는 뉘더라도 냉방기기를 사용하지 않는다. 선풍기 바람이나 냉방기의 찬 냉기는 늘 내 어깨를 아프게 한다. 그래서 냉방기 있는 여름에는 여름용 가디건을 가지고 다니면서 입는다. 그러면 차가운 바람이 몸속에 스며드는 것을 막아 주어서 피부가 경직되는 것을 막아주고 따뜻한 기운이 돌아 몸을 보호해 준다.

(그 외 노동이나 생활은 계절에 관계없이 일정하여 다시 분석하지 않았습니다)**

2) 필요한 기능

통풍이 잘되고 아주 시원한 옷을 입고, 몸에 달라붙지 않고 뜨거운 태양의 자외선을 막아 주는 옷감을 선택하고, 매년 7월마다 꼭 찾아오는 무덥고 습한 장마철에는 습기와 체온 조절이 잘 되는 마 종류나 인건섬유로 선택해서 지친 더위에 조금이라도 쾌적하고 건강하게 지낼 수 있게 의복을 선택해야 한다.

2. 착의 설계와 설계에 대한 설명

1) 속옷 및 양말, 신발

- 속옷: 면이나 인건으로 만들어진 속옷

⇒ 땀과 분비물이 많이 나는 여름이라 땀 흡수가 좋은 면 종류, 또는 가벼우면서 시원한 인건 제품으로 된 속옷을 선택함. 인건으로 된 속옷은 땀 흡수와 배출이 잘 되고 착용감도 좋고 가벼우면서도 시원한 느낌을 주기 때문에 여름 속옷으로 적합함

- 양말: 양말 종류는 약간의 두께감이 있는 면양말로 선택함

⇒ 양말은 발바닥 건강을 위해 여름에도 꼭 챙겨 신음. 대신 두꺼운 양말은 발을 더 불편하게 하기 때문에 얇고 탄력이 좋은 면 혼방 제품으로 선택함

- 신발: 신발류는 가볍고 얇은 바람이 잘 통하는 운동화 또는 샌달종류로 선택함

⇒ 신발은 통기성이 좋고 발바닥 충격이 덜한 고무재질로 된 샌달이나 운동화가 필요함

2)상의

2) 상의

- 실내생활 하는 경우 상의: 민소매 원피스

⇒ 실내생활을 하면서 주로 집안일을 하기 때문에 일하기 편하고 쉽고 세탁할 수 있는 소재를 선택함. 땀이 많이 나기 때문에 쿨감 소재(일명 냉장고 바지)로 된 품이 큰 민소매 원피스를 선택해서 최대한 바람이 잘 통하고 덥지 않도록 함.

• 외출하는 경우 상의: 가벼운 티 블라우스나 카라 있는 스포츠용 면 티로 체형의 감출 수 있게 넉넉한 사이즈로 선택함. 냉방기에 노출 시 가볍고 얇은 가디건이나 커다란 면으로 된 손수건을 준비함

⇒ 계절 중에 신체가 가장 힘든 시기로 쾌적하게 몸을 보호하기 위해서 마 면 혼방 소재의 시원한 티셔츠, 블라우스나 인견으로 만들어진 티셔츠로 선택함. 또한 텐셀 원단으로 된 브라우스를 선택하기도 함 냉방기에 노출되는 계절로 얇고 찬바람을 막을 수 있는 긴팔 가디건을 소지하고 다니면서 몸을 보호함 혹은 면으로 만들어진 약간 큰 손수건을 챙겨 어깨를 감싸 몸에 습한 공기가 들어오는 것을 막아줌

3) 하의

• 외출하는 경우 하의: 가벼운 칠부 면바지, 또는 얇은 소재의 청 반바지 등으로 품이 여유로운 바지를 선택함

⇒ 하의도 상의와 마찬가지로 통풍이 잘 되도록 품이 여유로운 바지를 선택함. 시원한 마 혼방 제품, 얇은 데님소재의 반바지, 또는 무릎 밑에 까지 오는 칠부 면바지 등을 선택하여 좀 더 쾌적하도록 함. 특히 합성 섬유 또는 텐셀 원단 등이 혼방된 시원함 옷감으로 만들어진 옷을 선택함

4) 외투(자켓, 코트류)

계절이 무더운 여름이라 특별히 외투 등 겉옷은 선택해서 입지는 않지만 격식을 차려야 하는 자리의 경우, 마 혼방으로 된 반팔 브라우스 정도로 입게 될 것 같다. 상의로 대신하는 계절이 될 것 같아 여름 자켓류는 장마철에만 소지하고 필요시에만 입을 수 있게 선택한다. 장마철에는 생활방수 되는 얇은 패커블자켓 (경량자켓)을 소지하고 다니다가 상황에 맞추어 입을 수 있게 준비한다.

Ⅲ. 겨울의 착의 설계

1. 환경 분석과 필요한 기능

1) 계절적 환경과 생활환경

겨울은 날씨가 많이 춥고 비대신 눈이 오는 계절이다. 바람이 부는 날에는 체감기온이 더욱 하락해서 -10°C 이하가 되는 날도 종종 있다. 또한 낮이 짧고 겨울이 길어서 출퇴근길에는 특히 보온에 신경써야 하는 계절이다. 눈이 오지 않는 날에는 대체로 건조하다. 추위를 싫어하여 실내 난방은 낮에는 20°C , 밤에는 23°C 로 맞추고 생활하는데 온도는 쉽게 관리하지만 습도나 환기는 쉽게 할 수 없어서 늘 아쉬움이 있다.

2) 신체적 특징

추위로 몸이 수축되고 피부가 파랗게 변색되는 경우가 많다. 사계절 중에 피부가 많이 민감하다. 또한 본인은 추위에 민감해서 계절 중에 겨울을 보내기가 힘든 체질이다. 따라서 외출이 횟수가 줄어들고 운동량이 많이 없는 특징을 보인다.

3) 필요한 기능

가장 우선적으로 필요한 기능은 보온성이다. 요즘은 예전보다 더 많이 의류가 발달되어 예전에는 없었던 겨울용 의류가 매년 나오고 있다. 안감이 기모를 소재로 한 제품이 개발되어 예전보다는 더 따뜻하게 생활 할 수 있는 것 같다. 또한 겉옷으로 입는 패딩 소재로 된 방한복이 각 패션회사에서 경쟁적으로 제품 출시를 하고 있어 한파가 와도 그렇게 춥다고 느끼지 못하고 생활하고 있다. 거의 모든 겨울 제품은 모를 소재로

하여 만들어지고 있다.

2. 착의 설계와 설계에 대한 설명

1) 속옷 및 양말, 신발

• 속옷: 면겨울의 속옷은 봄에 입는 면으로 된 제품을 선택하고, 내복을 추가로 입음

⇒ 겨울에도 주로 면으로 된 속옷을 입어서 몸에서 나오는 땀이나 분비물 흡수에 도움이 되게 하고 얇은 면으로 된 내복과 기모로 만들어진 내복을 준비하여 온도 변화에 따라 입음. 내복은 보온성을 위해서 착용하지만 반드시 기능성 소재를 따로 골라서 착용할 필요는 없다고 배웠음

• 양말: 양말은 두껍고 따뜻한 면 혼방 등산 양말로 신음

⇒ 양말은 탄력성이 좋고 따뜻한 오븐 소재로 발의 건강을 위해 선택함. 보온성에 초점을 두지만 신발을 신었을 때 불편한 정도로 두꺼운 양말은 지양함

• 신발: 신발은 생활방수 되는 두꺼운 운동화, 또는 안쪽에 털이 달린 방한화를 선택함

⇒ 발의 피로도에 따라 컨디션이 바뀌기 때문에 양말과 신발 선택에는 항상 주의를 기울임. 신발은 눈이 내릴 때 대비해서 밑창은 미끄럼 방지가 될 수 있는 운동화 또는 방한화를 선택해서 신음

2)상의

• 외출하는 경우 상의: 상의는 따뜻하게 입을 수 있는 모 혼방 티셔츠나 셔츠 등을 선택하고 온도 변화에 따라 베스트 등을 준비함

⇒ 겨울의 상의는 따뜻하고 물세탁이 가능한 모 혼방 티나 셔츠를 선택함. 모 혼방으로 만들어진 두꺼운 옷감이 좋은데 단, 모100%로 제품은 세탁하기 힘들어서 거의 선택하지 않음. 세탁도 쉽고 따뜻하게 입을 수 있는 모 합성 혼방 섬유로 만들어진 옷을 선택해서 세탁도 용이하고 입기 편한 제품으로 선택함

3)하의

• 외출하는 경우 하의: 겨울에 입는 하의는 안감에 기모가 들어있는 면 혼방제품인 바지를 입는데 최근, 겨울용 청바지도 많이 시판되어 종종 선택함.

⇒ 겨울의 모든 옷은 따뜻한 것을 선택해서 입기 때문에 기모가 있는 제품으로 선택하고 주로 자유롭게 입고 활동이 편한 케주얼한 옷을 선택함. 한편 건조한 날씨로 하의는 반드시 섬유유연제로 세탁하고 착용함

4) 외투(자켓, 코트류)

겨울 외투는 모 제품으로 된 코트 및 거위털 혼방으로 누빈 방한용 자켓을 선택함. 목을 보호하기 위해 모 제품의 목도리나 스카프를 선택하며 장갑도 사용함

⇒ 옷이 무거우면 어깨 등이 무리가 되어 몸이 지치기 쉽기 때문에 코트류는 모 제품으로 된 가벼운 것으로 선택함. 겨울에는 체온유지를 위해서 상의를 모제품의 베스트나 가디건 또는 누빈 조끼등을 더 착용하는 경우가 있어 겨울의 외투나 자켓 종류는 넉넉한 것으로 선택해서 입음. 체온 유지에 도움을 줄 스카프나 목도리, 장갑도 준비함.

IV. 결론

패션과 문화 과제를 하면서 내가 현재 입고 있는 의류가 어떤 것인지를 다시 돌아보는 계기가 되었다. 의복의 기능이나 소재 등은 입고 나서 몸에 안 맞고 불편하면 한 두번 입다가 옷장에 넣어두고 시간이 지나 옷 정리 할 때 버리곤 했다. 지금은 합성섬유가 발달되어 많이 나오다 보니 특별히 친환경 소재의 제품을 찾아서 구입해서 입지는 않았다. 다만 속옷은 땀 흡수 배출이 잘되고 부드러워야 불편하지 않아서 속옷 구매 할 때에만 신경 써서 선택을 하였던 것 같다. 앞으로 내가 입을 의류를 사계절로 나누어서 설계를 하다 보니 습관적으로 너무 편하게, 같은 종류의 옷만 선택하지 말고, 환경과 상황에 맞도록 소재나 스타일을 고려해서 선택하려고 노력해야겠다. 또한 앞으로는 의류를 선택할 때에는 어떤 섬유로

만들어지고 내 건강에 어떤 영향을 미칠 수 있는지도 고민해서 옷을 구매해야겠다.

IV,참고자료

- 패션과문화. 권유진,손미영,조성교 공저.한국방송통신대학교출판문화원
- 의복과 건강. 조성교,최정화 공저. 한국방송통신대학교출판문화원
- 『등산상식사전』 이용대 저. 해냄(2010.10.7)