

# 児童における香りの好み

— アロマセラピー手法を用いて —

○胡麻本彩音<sup>1</sup>・山本真由美<sup>2</sup>

(<sup>1</sup>徳島大学大学院総合科学教育部・<sup>2</sup>徳島大学大学院社会産業理工学研究部)

## 目的

アロマセラピーとは、精油を用いて、香りを楽しんだり、リラクゼーションを得たり、さらに病気の治療や症状の緩和などに利用する補完・代替医療の一つである(今西, 2003)。

高齢者や成人を対象にアロマセラピーの有効性を検証した研究はあるが、子どもを対象にアロマセラピーを行い、香りの好みやアロマセラピーによる気分の変化等の香りの効果を検討した研究は少ない。そこで本研究は、児童にアロマセラピーを行い、香りの好みや香りによる気分の変化を検討した。

## 方法

### 1. 調査協力者

A小学校の保護者からの同意を得られた1年生から6年生の児童22名(男性14名, 女性8名)。

### 2. 調査手続き

(1) 気分や行動に関する質問紙：香りを嗅いでもらう前に行動を測る質問紙(23項目)と気分を尋ねる質問紙(15項目)を配布し、回答後に回収した。

(2) 実験実施：香りをしみこませた試香紙を児童に手渡し、5分間程度香りを嗅いでもらった。

(3) 気分や香りの印象に関する質問紙：香りを嗅いでもらった後に気分を尋ねる質問紙と香りの印象を尋ねる質問紙(15項目)を配布し、回答後に回収した。

1度の調査に(1)～(3)を1回ずつ、各回それぞれ異なる香り(オレンジスイート, レモングラス, ローズマリー)を使用し、計3回調査した。

## 結果と考察

### 1. 香りの好みの検討

3種類の香りの印象を比較するために分散分析を行った。その結果、香りの主効果が認められた( $F(2, 864)=17.21, p<.01$ )。したがって、香りによって印象が異なることがわかった。さらに香りの好みを検討するため、香りの印象の「良いにおい」、「いやなにおい」、「すきなにおい」、「くさいにおい」の4項目における評価の比較を行った。分散分析の結果、どの項目においても香りの主効果が認められた(「良いにおい」 $F(2, 55)=18.44, p<.01$ , 「いやなにおい」 $F(2, 55)=10.69, p<.01$ , 「すきなにおい」 $F(2, 55)=12.15, p<.01$ , 「くさいにおい」 $F(2, 55)=8.89, p<.01$ ,)。Bonferroni法による多重比較の結果、「良いにおい」、「すきなにおい」の評価においてオレンジスイートは、レモングラスとローズマリーの評価に対し、有意に高いことが認められた( $p<.01$ )。以上のことから、児童においては柑橘系の香りが他2種類の香りに比べ、好まれることがわかった。また「いやなにおい」、「くさいにおい」の評価において、レモングラスは他の2種類の香りの評価に対し有意に高く( $p<.01$ )、嫌悪感を示す児童が多かった。

2. 香りを嗅ぐ前後の気分の変化

気分の質問紙全体について、香りを嗅いだ後と嗅ぐ前の気分の評価において有意差が認められた( $F(2, 915)=3.03, p<.05$ )。香りの種類によって気分の評価が異なったことから、各香りにおける気分の項目ごとにt検定を行い、有意差が認められた項目の結果を表1に示す。またローズマリーの香りにおいては、有意差が認められた項目がなかった。以上から、オレンジスイートの香りは気分を高揚させ、不安を低減させる可能性があることが考えられる。また、レモングラスの香りは集中力の低下などを促す可能性があることが示された。

表1 有意差が認められた項目

オレンジスイート	11. 心配なことがあるような不安な気分ですか	↘
	12. 楽しいですか	↗
	14. 頭が混乱して考えがまとまらない気分ですか	↘
レモングラス	2. 授業中や宿題などをすると集中できますか	↘
	12. 楽しいですか	↘

## 今後の課題

今回、香りの印象と行動の傾向の関係を検討しようと試みたが、調査協力者が少なかったため、十分に分析を行なうことができなかった。今後、調査協力者をさらに増やした上での検討が必要である。