

第 28 回 日本心身健康科学会 学術集会
人間総合科学大学大学院 研究発表会
合同大会

抄録集

メインテーマ

『深化し続ける心身健康科学』

会期：2019 年 2 月 23 日（土）

会場：人間総合科学大学 蓮田キャンパス



日本心身健康科学会

The Japan Society of Health Sciences of Mind and Body

会場案内

人間総合科学大学 蓮田キャンパス

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288

TEL : 048-749-6111 FAX : 048-749-6110

アクセス

JR 宇都宮線 蓮田駅 東口 徒歩 13分



JR 蓮田駅まで

大宮から「宇都宮線」で 10分

上野から「上野東京ライン」で 37分

東京から「上野東京ライン」で 50分

新宿から「湘南新宿ライン」で 42分

「上野東京ライン・湘南新宿ライン」は
大宮からは、高崎方面の高崎線と
宇都宮線に分岐しますので、
ご注意ください。

● 参加費：事前参加 3,000 円，当日参加 5,000 円

*事前参加申込済の方は、当日会場受付にてお名前と学会員番号をお伝え下さい。

*当日参加者の方は参加費を当日会場受付にてお支払いください。

閉会後の懇親会に参加ご希望の方は、別途会費 500 円が必要となります。

*人間総合科学大学大学院 研究発表会 発表者（修士課程 2 年生）と人間総合科学大学学部生は 1000 円（懇親会費込み）です。

● 大会参加者へのお願い

1. 発表される方へ

- (1) 発表方法は、Power Point によるコンピュータプレゼンテーションとします。
- (2) アプリケーションソフトは Microsoft PowerPoint 2016 を用意しております。それに対応する形式のファイルをご用意ください。
- (3) 発表用データは、2 月 20 日（水）正午までに学会事務局宛て E-mail にてご提出ください。
- (4) 発表用スライド枚数に制限はありませんが、発表時間に見合うものとしてください。
- (5) 動画ファイルを使用される方は、ご自身の PC をお持ちください。
- (6) 次演者は発表開始 5 分前までに「次演者席」に着席し、前演者の発表終了後、速やかに「演者席」への移動をお願いします。

2. 一般口演発表の先生方へ

発表時間は、発表 7分・質疑応答 8分の計 15分間です。発表中、6分経過時（発表終了1分前）、7分経過時（発表終了）、15分経過時（演者交代）、それぞれベルを鳴らして時間をお知らせします。発表時間は厳守してください。

3. ポスターセッションについて

ポスターは 8:30～10:00 の間に所定の場所に掲示してください。ポスターセッションは、昼食後（12:30）から開始します。発表者は前半・後半に分かれ、発表時間は一発表あたり、発表 3分・質疑応答 2分の計 5分間です。発表時間にポスターの前に待機してください（発表時間は当日掲示します）。座長の指示に従い、発表時間は厳守してください。ポスター前にて質疑応答をお願いします。その後は教育講演まで自由閲覧・自由討論の時間とします。発表用ポスターは、学術集会当日の 17:30 までに撤去してください。また、発表者以外の方は、積極的に討論に参加してください。

4. 座長の先生方へ

- (1) 一般口演発表の座長の先生は、担当セッション開始 10 分前までに「次座長席」にご着席ください。
- (2) ポスターセッションの座長の先生は、担当セッション開始前までに発表ポスターの前に移動してください。発表者に指示を行い、速やかに発表を進行させてください。
- (3) 演者の発表時間の超過がないように、適切に進行してください。

5. ご質問される方へ

ご質問される方は、座長の許可を得た後、所属と氏名を述べてから発言をお願いします。なお、質疑応答の時間は限られておりますので、要点のみを簡潔にご質問ください。また、発表時間超過防止の都合上、座長より発言の許可を得られない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

第28回 日本心身健康科学会 学術集会

人間総合科学大学大学院 研究発表会

合同大会プログラム

2019年2月23日(土)

人間総合科学大学 蓮田キャンパス

会場：2階 大教室

【午前の部】

| | | | |
|-------|---|-------|------|
| 9:30 | | | 受付開始 |
| 10:00 | ～ | 10:10 | 開会挨拶 |
| 10:10 | ～ | 11:25 | 一般口演 |

※ 昼食は、1階カフェテリアを営業しています。ぜひご利用ください。

(混雑が予想されますので、朝の受付時にて食券のご購入をおすすめします)

【午後の部】

| | | | |
|-------|---|-------|-----------------------|
| 12:30 | ～ | 14:15 | ポスターセッション |
| 14:15 | ～ | 14:35 | 探究発表会 ポスター発表 |
| 14:35 | ～ | 14:50 | 最優秀賞受賞報告会 (学生提案フォーラム) |
| 15:00 | ～ | 16:00 | 教育講演 |
| 16:15 | | | 懇親会 (1階カフェテリアにて) |

1. 開会挨拶

(10:00～10:10)

2. 一般口演 (発表7分, 質疑応答8分)

(10:10～11:25)

(10:10～10:40) 座長：庄子和夫 (人間総合科学大学)・佐佐木景子 (人間総合科学大学)

10:10～10:25

演題1：写真画像による感情喚起が言語処理に与える影響 【修士学位申請】

○稲川 良¹⁾, 小岩 信義^{2,3)}

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科

2) 人間総合科学大学大学院 3) 人間総合科学心身健康科学研究所

10:25～10:40

演題2：禅修行による健康維持効果の研究 【修士学位申請】

○木口 登¹⁾, 鍵谷 方子²⁾, 久住 武²⁾, 矢島 孔明²⁾

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科, 2) 人間総合科学大学大学院

10:40～10:55

演題3：看護学生のストレス・コーピングに関する研究 【修士学位申請】

○藤田 勇¹⁾, 中山 和久²⁾, 久住 武²⁾, 矢島 孔明²⁾

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科, 2) 人間総合科学大学大学院

10:55～11:10

演題4：日本人中高年女性による対子ども発話の音響的特徴 【博士学位申請】

○田中 弘子^{1,2)}, 藤原 宏子³⁾, 小岩 信義³⁾, 久住 武⁴⁾

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科 2) 人間総合科学大学 保健医療学部

3) 人間総合科学大学大学院 4) 人間総合科学心身健康科学研究所

11:10～11:25

演題5：甘味成分と生理的ストレスの双方向の関係性に関する研究 【博士学位申請】

○清水 精一¹⁾, 折田 誠子²⁾, 藤原 宏子³⁾, 庄子 和夫³⁾

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科

2) 人間総合科学大学 人間科学部, 3) 人間総合科学大学大学院

(昼休憩)

3. ポスターセッション (12:30~14:15)

人間総合科学大学大学院研究発表会

ポスターセッション開会挨拶：久住 武 (人間総合科学大学大学院)

前半発表 (発表3分, 質疑応答2分) (12:35 ~ 13:05)

後半発表 (発表3分, 質疑応答2分) (13:10 ~ 13:40)

自由討論 (13:40 ~ 14:15)

4. 「人間総合科学の探究」ポスター発表 (14:15~14:35)

人間総合科学大学心身健康科学科総合演習研究発表会

発表 (発表3分, 質疑応答2分)

5. 最優秀賞受賞報告会 (学生提案フォーラム) (14:35~14:50)

人間総合科学大学健康栄養学科学学生

6. 教育講演 (15:00~16:00)

座長：小岩 信義 (人間総合科学大学)

深化し続ける心身健康科学を研究するために必要なこと

粕谷 大智

東京大学医学部附属病院リハビリテーション部鍼灸部門

博士 (心身健康科学)

7. 懇親会 (16:00~)

目 次

教育講演 -----

深化し続ける心身健康科学を研究するために必要なこと…………… 粕谷 大智 …… 2

一般口演 -----

写真画像による感情喚起が言語処理に与える影響…………… 稲川 良 他 …… 4
【修士学位申請】

禅修行による健康維持効果の研究…………… 木口 登 他 …… 5
【修士学位申請】

看護学生のストレス・コーピングに関する研究…………… 藤田 勇 他 …… 6
【修士学位申請】

日本人中高年女性による対子ども発話の音響的特徴…………… 田中 弘子 他 …… 7
【博士学位申請】

甘味成分と生理的ストレスの双方向の関係性に関する研究…………… 清水 精一 他 …… 8
【博士学位申請】

教育講演

抄録

深化し続ける心身健康科学を研究するために必要なこと

粕谷 大智

東京大学医学部附属病院リハビリテーション部鍼灸部門

博士（心身健康科学）

私は鍼灸師として東京大学医学部附属病院に入職して31年になります。現在まで多くの慢性疼痛や不定愁訴で悩む方の治療に従事してきました。ご存知のように慢性疼痛や肩こり・腰痛などの症状は、身体的負荷や姿勢不良以外に心的ストレスなどの心理社会的要因が関与すると考えられ、疫学的研究や実証的研究が進められています。

一方、東洋医学では心と身体の繋がりを「心身一如」と言い、何千年も前から理論体系化されてきました。心と身体が密接に関係していることは日々の生活の中でも実感していることです。では、心と身体の関係や変化について、どう評価し研究していくのか？そこが本大学院の研究テーマであり難しいところです。

私は本大学院の博士課程で、表面筋電図を用いて心的ストレスが体幹部の筋肉の活動に影響を与えることをテーマとして検証しました。恐怖や不安などの心的ストレスは、身体の機能異常(dysfunction)を引き起こします。また、筋の活動も痛みのない健常者とは異なるパターンを呈します。そして身体のdysfunctionが、脳のdysfunctionを引き起こし、さらに痛みを強くします。その相互関係や病態の共存化を理解することで、患者さんに向き合う姿勢や対応なども以前ほど困ることはなくなりました。また、可視化可能な筋電図の波形を患者さんに見せながら、フィードバックさせることで、恐怖や不安を軽減させ痛みと上手に付き合っていくヒントを与えることも可能になりました。

筋電計も心と身体の健康状態を評価できる一つのツールですが、他にもたくさんの評価ツールがあると思います。大学院の皆さんは日頃の臨床や教育の中で疑問に思ったこと、明らかにしたいことを研究テーマとし、多くの評価ツールの中から自分の研究に合うツールを見つけ進めておられると思います。その研究過程ではワクワクする楽しさもありますが、データ解析や論文作成などの苦労や困難も伴うこと私も実感しています。でも、そのストレスも含め、是非楽しんで研究を継続して頂ければと思います。

今回の教育講演では、心と身体の相互関係を筋電図や脳画像などで紹介しながら、心と身体の繋がりを科学的に検証することが、よりよく生きる上で大切であることをお伝えしたいと思います。

一般口演

抄録

写真画像による感情喚起が言語処理に与える影響

○稲川 良¹⁾, 小岩 信義^{2,3)}

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科

2) 人間総合科学大学大学院 3) 人間総合科学心身健康科学研究所

【目的】

失語症者に対する言語聴覚療法では、訓練教材として線画や写真などの視覚刺激が使用されている。訓練教材について、これまで感情を含めた分析や使用方法は検討されていない。本研究の目的は、視覚刺激により喚起される感情が言語処理に与える影響を検討することである。

【方法】

日本語を母国語とする、神経内科的疾患、口腔外科的疾患を有していない成人男女 13 名 (平均年齢 23.3 ± 4.7 歳) を対象とした。研究協力者は、ディスプレイに提示される様々な写真画像を呼称し、その後各写真画像に対する印象評定を行った。視覚刺激として、感情刺激が標準化されている The International Affective Picture System (IAPS) を使用した。印象評定では Self-Assessment Manikin (SAM) を使用し、感情価と覚醒度を測定した。印象評定結果から、中性 - 快 - 不快 3 条件、低覚醒 - 中覚醒 - 高覚醒 3 条件における発話開始までの時間 (命名潜時) を比較した。

【結果】

中性感情条件と比較して、不快感情条件で命名潜時の有意な遅延を認めた ($p < 0.01$)。快感情条件と比較して、不快感情条件で命名潜時の有意な遅延を認めた ($p < 0.01$)。感情価と命名潜時について、有意な負の弱い相関を認めた ($r = -0.35$, $p < 0.01$)。低覚醒条件と比較して、中覚醒条件で命名潜時の有意な遅延を認めた ($p < 0.01$)。低覚醒条件と比較して、高覚醒条件で命名潜時の有意な遅延を認めた ($p < 0.01$)。覚醒度と命名潜時の有意な相関は認めなかった。感情価と覚醒度における交互作用については、有意差を認めなかった。

【考察】

視覚刺激により喚起される不快感情および高覚醒は、言語処理に対して抑制的な影響を及ぼすことが示唆された。心の状態が個人の言語活動にどのように関与するのか、今後のさらなる検討が必要である。

【結論】

本研究の結果から、視覚刺激により喚起される感情は、言語処理に影響を与える要因となることが示唆された。

倫理審査申請承認機関：人間総合科学大学倫理審査委員会（第 573 号）

キーワード：感情 The International Affective Picture System (IAPS) Self-Assessment Manikin (SAM)

命名潜時 心身健康科学

禅修行による健康維持効果の研究

○木口 登¹⁾, 鍵谷 方子²⁾, 久住 武²⁾, 矢島 孔明²⁾

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科

2) 人間総合科学大学大学院

【目的】

本研究は禅修行の健康維持効果について生理・心理的側面からまとめるとともに、禅修行がもたらす心身両面に対する健康維持効果を明らかにすることにより、長命への要因の検討を行うことを目的とする。

【方法】

禅修行の健康寄与に関する先行研究論文等の文献調査を行った。禅修行に関連する幾つかのキーワードから、複数の検索サイトにより抽出し、その健康効果について調査した。

【結果】

本邦における禅修行の健康に関する先行研究が少ない実態と国内外を問わず関連する研究の中心は座禅（瞑想）であることが分かった。禅修行は座禅を一日の約半分の時間に割いており、長呼吸による生理的な効果だけでなく、鎮静をもたらす心理的な作用が多く報告された。

【考察】

座禅は呼吸法が特徴的であり、静禅・動禅による適度な有酸素運動は身体のダイナミズムを強化し、瞑想による意識への作用は心理面の認知機能の変容をもたらすと考えられる。これらの効果は一過性から持続性にもたらされ、ストレス耐性、免疫力の強化などの身体の機能向上につながり、心身共に強健となり長命との関連が示唆される。

【結論】

禅修行は健康維持・増進の好ましい要素を含んでいることが明らかになった。日々の規則性・継続性を特徴とするため、各修行の組合せによる複合効果と時間的な効果とが相乗的にはたらき、その心身の関連性からもたらされる健康維持効果から長命化を高めていると考えられる。禅修行は心身が相互に正の影響を及ぼし合い、人が有する生命体の機能維持強化に役立つと考えられる。

キーワード：心身健康科学，座禅，瞑想，禅修行

看護学生のストレス・コーピングに関する研究

○藤田 勇¹⁾，中山 和久²⁾，久住 武²⁾，矢島 孔明²⁾

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科，2) 人間総合科学大学大学院

【目的】

看護学生のストレスや、それに対する対処行動について定量的ならびに定性的に分析し、学年間で精神的健康や対処行動の程度に違いがあるかどうかを明らかにすることを研究目的とした。

【方法】

調査票を用いた半構成型質問紙により 2018 年 2 月までに、看護学生の 1 年生～4 年生を、2018 年 4 月までに、看護学生、新 1 年生、合計 648 名を対象として実施した。使用した調査紙は、ストレス反応測定尺度 (SRS-18)、二次元レジリエンス要因尺度 (BRS)、対人ストレスユーモア対処尺度 (HCISS) である。

【結果】

心理的ストレス反応測定尺度 (SRS-18) 得点は、2 年生が一番高かった。2 年生は、課題の多さが学校生活でのストレスの要因となっていた。各学年間で、二次元レジリエンス要因尺度、対人ストレスユーモア対処尺度の平均値に有意差は見られなかった。

2 年生の高低ストレス群では、「低ストレス群」は「高ストレス群」と比較すると、資質的レジリエンスの下位尺度「統御力」の平均値が有意に高く、また「社交性」の平均値が有意に低かった。

【考察】

看護学生が感じるストレスは、学年を経て蓄積されるものだけではなく、学修内容によりもたらされるものであった。特に、課題の多さは不安や過敏をもたらすストレス要因であるが、ストレス反応の感受性が多様であった。その原因として、感情のコントロール、楽観的捉え方はストレス反応を低減させ、社交性はストレス反応を敏感にさせていた。

また、看護学生の獲得的レジリエンスは高く、また新入生から学年間で有意差がないため、入学前からレジリエンスは築かれていると考えられる。

【結論】

看護学生のストレスは、学修内容や環境による学年間でストレス反応の差が明らかになった。ストレスへの状況分析や対処は、入学時にすでに築かれており、受けるストレスの高低は個人による感じ方で異なり、看護学生におけるストレス発生と感受の特徴を明らかにすることが出来た。

倫理審査申請承認機関：人間総合科学大学（第 530 号）

【Keywords】 ストレス，コーピング，レジリエンス，心身の健康

日本人中高年女性による対子ども発話の音響的特徴

○田中 弘子^{1,2)}, 藤原 宏子³⁾, 小岩 信義³⁾, 久住 武⁴⁾

- 1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科 2) 人間総合科学大学 保健医療学部
3) 人間総合科学大学大学院 4) 人間総合科学心身健康科学研究所

【目的】

母親が乳幼児へ話すときには、声が高くなり、抑揚をつけた独特なリズムで話しかける。成人に対する話しかけとは明らかに異なる音響的特徴をもつ「対子ども発話」は、子どもの言葉の獲得や情動の発達に影響を及ぼすといわれている。さらに、対子ども発話の出現頻度にみられる個人差は、母親の心身の状態と関係があるといわれている。母親以外の成人（父親など）にも対子ども発話が見られるものの、対子ども発話の研究は、主に母親を対象に行われてきた。日本人中高年女性は孫の世話をすることが多い。そこで本研究は、日本人中高年女性による対子ども発話の音響的特徴を明らかにすることを目的とした。

【方法】

日本人中高年女性 15 名(69.6±7.89 歳)が成人女性もしくは男児(1 歳)の写真に向かいながら絵本(キノサチコ作「ノントンもぐもぐもぐ」, 2016 年, 偕成社)の一節を音読した。音声録音し、Praat version5.2.21 を用いて音響解析を行った。ウィルコクソン符号順位検定を行い、有意水準は 5%とした。

【結果】

発話のインターバル(リズムに関する特徴)は対子ども(5600±202ms)の方が、対成人(5039±139ms)よりも有意に長かった($P<0.05$)。基本周波数の平均値は、対子ども(217±6Hz)の方が対成人(200±5Hz)よりも有意に高く($P<0.01$)、レンジも対子ども(247±14Hz)の方が、対成人(213±15Hz)よりも有意に大きかった($P<0.01$)。

【考察】

母親の研究において、対成人発話に比べ、対子ども発話のインターバルは長く、基本周波数の平均とレンジも大きいことが知られている。このことから、中高年女性における対子ども発話の音響的特徴は、母親の特徴と類似することが示唆された。

【結論】

日本人中高年女性の対子ども発話は、基本周波数とリズムの点で、対成人発話とは明らかに異なる特徴があることがわかった。

倫理審査申請承認機関：人間総合科学大学（第 548 号）

キーワード：心身健康科学, 中高年女性, 対子ども発話, 読み聞かせ, 基本周波数

甘味成分と生理的ストレスの双方向の関係性に関する研究

○清水 精一¹⁾，折田 誠子²⁾，藤原 宏子³⁾，庄子 和夫³⁾

1) 人間総合科学大学大学院 人間総合科学研究科

2) 人間総合科学大学人間科学部，3) 人間総合科学大学大学院

【目的】甘味は五味の味覚感覚の一つとして食品の二次機能に位置付けられている。甘味の経験が精神的ストレスに影響し、精神的ストレスの経験が甘味の閾値に影響することが報告されている¹⁾。しかし、甘味と生理的ストレスの関係性についての研究は少ない。本研究は、Cold Pressor Test(CPT)による生理的ストレスと二種類の甘味成分との双方向の反応性を評価することにより甘味とストレス反応、そして甘味成分の違いによる差異について新たな知見を得ることを目的とした。

【方法】研究協力者は健常成人男性 10 名とした。スクロース及びアスパルテーム刺激時の CPT を別の日に行い、各協力者につき 2 日間の試験を行った。STAI 検査はそれぞれの試験につき、開始時と終了時の計 4 回実施した。味覚官能閾値検査は所定の 1/2 連続希釈溶液順列・5 秒間口腔包含法により実施した。CPT は 4℃の冷水に右手手首まで浸漬した。最長浸漬時間は 2 分とし、途中、耐えられなくなったら浸漬を中止できることを指示した。CPT 実施時に脱イオン水を対照として、スクロース及びアスパルテーム溶液を口に含んだ状態での、心電図、血圧及び冷水耐性度を評価した。

【結果】CPT 前後における STAI 検査結果は状態不安、特性不安とも有意な変化はなかった。一方、甘味官能閾値はスクロースに対して CPT 負荷後で官能閾値が有意に低下した。すなわち甘味感受性が亢進していた。このような亢進はアスパルテームに対しては認められなかった。CPT 負荷前のスクロース溶液口腔包含により、CPT 中の平均心拍数は脱イオン水に対して有意に低値を示したが、アスパルテームでは脱イオン水との間に有意な差は認められなかった。

【考察】CPT 負荷前後でスクロースにおいて甘味感受性の有意な亢進及び CPT 負荷前のスクロース口腔包含により心拍数の有意な上昇抑制作用が認められた。一方、アスパルテームでは有意な差は認められなかった。この差異については、両成分の甘味受容体への親和性が関係していると考察するが、個体差についても検討する必要がある。

【結論】甘味成分スクロースが CPT により誘導される生理的ストレスに対して、双方向の作用を有することが観察された。

【文献】1) Ulrich-Lai, Yvonne M. : Self-medication with sucrose; Current Opinion in Behavioral Sciences Vol.9, 78-83 (2016)

倫理審査申請承認機関：人間総合科学大学（第 532 号）

【キーワード】甘味官能検査 Cold Pressor Test (CPT) STAI 検査 唾液 食品二次機能

—MEMO—



日本心身健康科学会 事務局
人間総合科学大学 人間総合科学 心身健康科学研究所内
〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288
TEL : 048-749-6111 FAX : 048-749-6110
E-Mail : jshas@human.ac.jp URL : <https://jshas.human.ac.jp/>