

データ番号	202 (資料5)
効用の種類	香りによる生理・心理的効用
見出し	レモンの高揚効果とバラの鎮静効果
出典	(『フレグランスジャーナル』1994-1) 「香りの効用の研究動向と今後の課題」 谷田正弘
内容	*岩手大・山口らの研究によると、被験者にそれぞれ①レモンの香り、②バラの香り、③香りが ない乾燥空気(ブランク)を嗅がせ、直後に信号に合わせてキー押しする実験を行い、その ときの心拍変動パターンを調べた。心拍変動パターンは外界に対する注意等が反映され る。 実験の結果、レモンの香りには高揚的効果、バラの香りには鎮静的効果があることがわかっ た。
備考	*「岩手大・山口 浩、谷田正弘 他。日本心理学会第53回大会(1989)」より

出典：『フレグランスジャーナル』1994-1, 「香りの効用の研究動向と今後の課題」谷田正弘

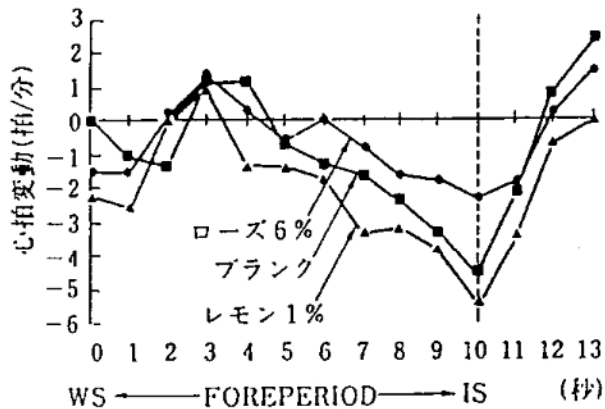
◆実験：香りによる高揚と鎮静

(岩手大・山口 浩、谷田正弘 他。日本心理学会第53回大会(1989)より)

被験者にそれぞれ①レモンの香り(1%)、②バラの香り(6%)、③香りがない乾燥空気(ブランク)を嗅がせ、直後に信号に合わせてキー押す実験を行い、本信号10秒前の警告信号からキー押しを要求する本信号までの間、本信号後までの心拍変動(拍/分)の変化を毎秒毎に調べた。心拍変動パターンは外界に対する注意等が反映される。

実験の結果、レモンの香りには高揚的效果、バラの香りには鎮静的効果があることがわかった。

▼ブランク(乾燥空気)、レモン、ローズ条件下の心拍変化パターン



WS: 本信号10秒前の警告信号

FOREPERIOD: 課題遂行前10秒間

IS: キー押しを要求する本信号

【参考】

資生堂研究所の菊池晶夫らは、自発脳波の周波数分析とフリッカーテスト(疲労度の測定)を用い香りによる効果を証明する実験を行った。

鎮静効果をねらいとする場合は、騒音を聞かせて不快な状態にした被験者に対し行い、また、高揚効果を狙いとする場合は、乱数表を読ませて眠い状態にした被験者を対象とした。その結果、それぞれの香りの鎮静効果、高揚効果が裏付けられた。