

データ番号	206 (資料8)
効用の種類	香りによる生理・心理的効用
見出し	男性はシトラス系、女性はフローラル系の香りでストレスを緩和
出典	(『aromatopia 1996No.2 VOL.5』別刷) 「免疫指標を用いた香りのストレス緩和効果研究例」 資生堂第1開発研究所第3香料研究グループ・谷田正弘
内容	*唾液中の**s-IgA値はストレスによって著しく低下し、快適な刺激によって増加する。この性質を利用して一定のストレスを加えながら、5分毎に唾液中のs-IgA値を測定する実験を行った結果、男性の場合シトラス系の香りを嗅いだときs-IgA値の復帰が早く、女性の場合は、フローラル系の香りを嗅いだ時s-IgA値が効果的に回復した。ストレスによって免疫系が抑制されたとき、これらの香りを嗅ぐことでストレスが緩和されることがわかった。
備考	*「資生堂-三重大学による実験,1993、および資生堂研究所による実験,1995」より **s-IgA：唾液中の分泌型の免疫グロブリンA (Secretory Immunoglobulin A) のこと。分泌型の抗体で口腔等の粘膜表面に細菌やウィルスの侵入を防ぐ抗菌性の膜を張り巡らす役目の免疫物質。市販の酵素アッセイキットを用いた簡便な測定が可能

出典：『aromatopia 1996No.2 VOL.5 別刷』「免疫指標を用いた香りのストレス緩和効果研究例」谷田正弘

### ◆実験：香りによるs-IgA値の変化

(資生堂-三重大学による実験,1993、および資生堂研究所による実験,1995)

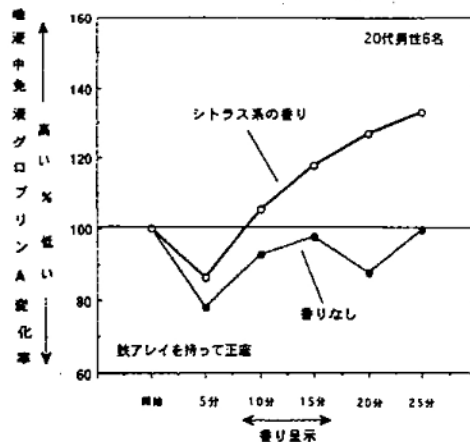
健康な男子学生6名に片手に鉄皿鈴を持たせて25分間正座してもらい、正座開始前および正座開始後5分毎に唾液を採取してその\*s-IgA値を測定する。正座の開始直前の値を基準としたs-IgA値の変化率平均値を、①香りなしの条件下、②シトラス系の香りを与える条件下、で比較した。

その結果、s-IgA値がいずれも5分後には大きく低下したが、香りを与えた条件下では低下したs-IgA値の復帰が早く、その度合いも大きい。このことより、シトラス系の香りにはストレスによる免疫系の抑制を効果的に回復させる働きがある可能性が示唆された。

女性については、①フローラル系の香り(数種の花香を混合=lgA active 3(試作ナンバー))条件下と②香りなしの条件下で、5分毎に唾液を採取し唾液中のs-IgA濃度の変化を測定した。単調な作業の繰り返しはストレスとなつてか、採取開始から10分後にかけて唾液中のs-IgA値は20~60%低下するが、フローラル系の香りがかがせた場合は、その後の回復が早かった。

\*s-IgA：唾液中の分泌型の免疫グロブリンA (Secretory Immunoglobulin A) のこと。分泌型の抗体で腔等の粘膜表面に細菌やウィルスの侵入を防ぐ抗菌性の膜を張り巡らす役目の免疫物質。市販の酵素アッセイキットを用いた簡便な測定が可能。

▼第1図 香りによるストレス課題下のs-IgA値の変化(20代男性)



▼第2図 連続睡採取中のs-IgA値の変化と香りの影響(20代女性)

