

## 清涼成分と香料が思考および感情状態に与える効果

### 第16回日本健康心理学会で発表

サンスター株式会社は、日本大学文理学部心理学科・坂本真土助教授との共同研究で、シャンプーなどに用いられている清涼成分が人の思考をポジティブにする効果があることを、さらに独自に開発した天然ベースの清涼成分と香料成分の組み合わせによりその効果がより高まることを示唆する「清涼成分と香料が思考および感情状態に与える効果」を第16回日本健康心理学会（2003年11月2～3日開催）で発表しました。

#### 【研究の経緯】

ストレスを全く感じない環境の中に身を置くことは不可能と思われる現代社会において心の健康に対する関心が高くなっています。心の健康を維持するためには、思考や感情といった心理状態がポジティブであることが望ましいと考えられ、化粧品分野においても化粧品の心理的効果に関する研究が広く行われるようになっていきます。

サンスターでは、トニックシャンプーのような清涼感を与える化粧品に配合されるメントール等の清涼成分や香料成分が、人間の心理活動に対して何らかの影響を及ぼすのではないかと考え日々研究を重ねています。

本研究では、清涼感を付与することが主目的であるメントール、香料、および両者の組み合わせが人間の心理状態のうち思考や感情に対してどのような影響を与えるかについて検証を行いました。

#### 【検証方法(心理状態の変化測定について)】

思考や感情の各心理状態の測定は、心理学的に妥当性が確認されている質問紙を用いて行いました。尚、思考状態の測定に用いた質問紙は今回の研究にあたって坂本助教授と新たに開発したものを用いました。

思考状態測定・・・Automatic Thoughts Questionnaire-Revised, ATQ-R（1989 Kendallら）の邦訳をもとに坂本らが開発した短縮版改訂自動思考質問紙（2003）を用い、思考のポジティブさの指標として測定しました。

感情状態測定・・・多面的感情状態尺度のうち活動的快（活気のある、元気いっぱいの等の項目）の短縮版を用い、感情のポジティブさの指標として測定しました。

これら質問紙を用いてシャンプーによる洗髪の前後や各種成分のにおい吸入前後で思考、感情状態を測定し、洗髪・吸入前後での差をもって各心理状態の変化度としました。

サンスター株式会社 広報室

## 【研究の内容と結果】

結果 1： 清涼成分の代表である L-メントール(合成品)には人間の思考をポジティブにする効果のあることを見出しました。

実験内容：男性 60 名(平均年齢 34.0 歳)を無作為に 30 名ずつの 2 つのグループに分けました。シトラスフローラル調の香料を配合した一般的なシャンプーに L-メントール(合成品)を 0.70 重量%配合したシャンプー(シャンプー1) 比較対照として L-メントール(合成品)無配合シャンプー(シャンプー2)を用い、洗髪前後の思考、感情状態の変化を確認しました。

その結果、思考状態についてはポジティブ思考の割合がシャンプー1 にのみ有意な上昇が認められました。(図 1) 各シャンプーの使用評価の結果、シャンプー1 は清涼感の満足度、清涼感の強さの項目でシャンプー2 よりも有意に高いことが認められました。

以上の結果から、L-メントール配合シャンプーは、思考をポジティブにさせる作用をもち、その作用には L-メントールの清涼感が関与している可能性が考えられました。

結果 2： 人間の思考状態をポジティブにする効果が L-メントール(合成品)よりも高い天然ベースの新清涼成分を開発しました。 評価した種々の香り成分のうち、シトラス及びウッディの香りは人間の思考、感情の両状態をポジティブにすることが示唆されました。

実験内容：男性 216 名(平均年齢 26.9 歳)を無作為に 18 名ずつの 12 グループに分けました。5 種類の清涼成分( L-メントール(合成品) dl カンファー(合成品) ペパーミント油、天然由来メントール、新天然由来メントール\*) および 7 種類の香り成分(ウッディ、フローラル、グリーン、シトラス、ムスク、スパイス、ハーブ)について、におい吸入前後での心理状態の変化を調べました。各成分は、水 - エタノール溶液にされ、専門調香師により強さを調整しました。

その結果、思考状態については清涼成分のうち新天然由来メントールが、におい吸入によって最も思考のポジティブ割合を有意に上昇させることを確認しました。(図 2) 香り成分ではにおい吸入による思考、感情状態のポジティブ割合への有意な上昇は認められませんでした。シトラス、ウッディの香りが思考、感情の両状態をポジティブにする傾向が示唆されました。

\*新天然由来メントール

薄荷草を蒸留して得られる薄荷のオイルを独自の特殊プロセスで精製した天然メントールに、清涼補助成分としてミント由来成分等を添加した天然ベースの新清涼剤。

結果 3：新天然由来メントールとシトラスウッディを基調とした新香料を配合することで人間の思考や感情をポジティブにする効果が高いシャンプーを開発しました。

実験内容：男性 30 名(平均年齢 23.1 歳)を無作為に 10 名ずつの 3 グループに分けました。新たに開発した清涼成分である新天然由来メントールとシトラスウッディ調の新香料を配合したシャンプー、現在市販されている清涼系シャンプー 2 品(従来品 A、従来品 B)のそれぞれの洗髪前後での心理状態の変化を調べました。

その結果、新天然由来メントールとシトラスウッディ調香料を配合したシャンプーが洗髪により思考や感情をポジティブにする効果が最も高いことが確認されました。(図 3、図 4)

サンスター株式会社では、この研究成果を応用した新製品を来年 3 月に発売する予定です。

図1 シャンプー洗髪前後のポジティブ思考の変化

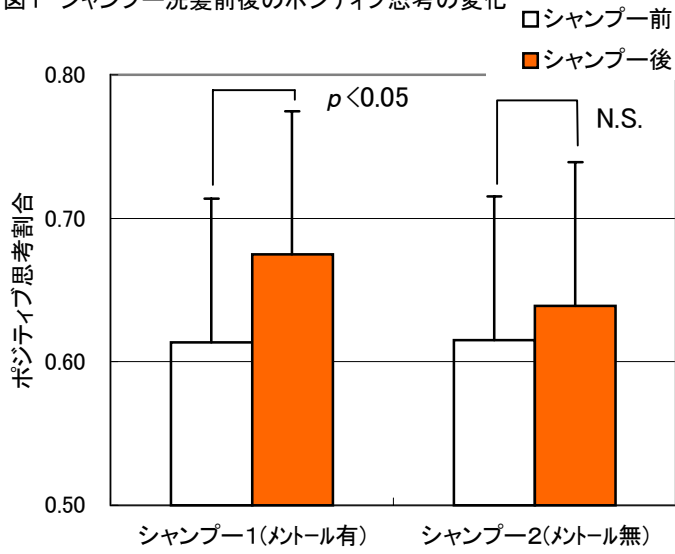


図2 清涼成分吸入前後のポジティブ思考の変化

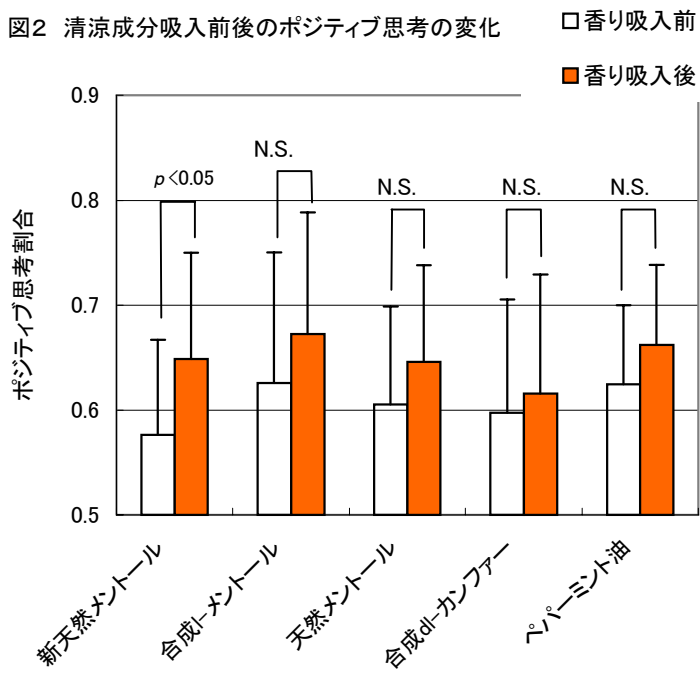


図3 洗髪前後のポジティブ思考の変化

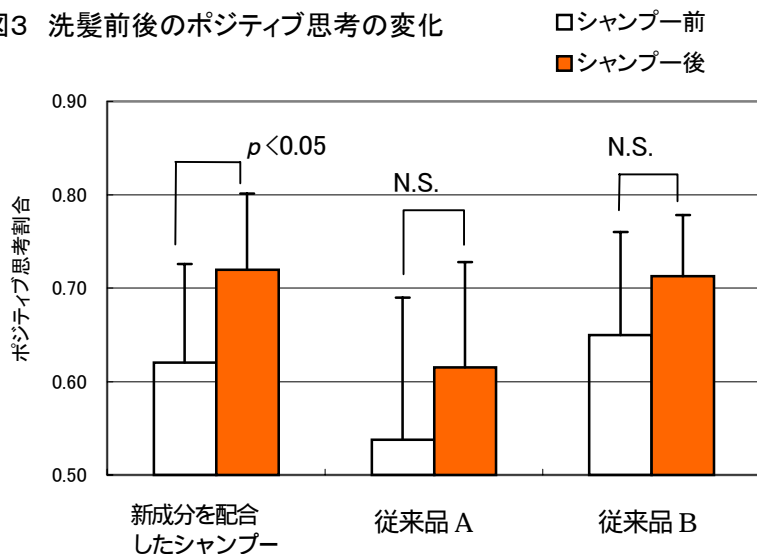
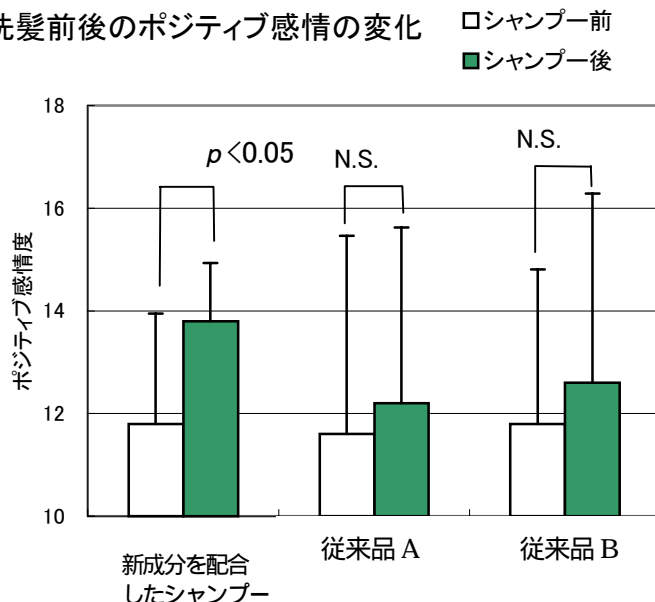


図4 洗髪前後のポジティブ感情の変化



健康心理学とは、

健康の維持と増進、疾病の予防と治療などについての原因と対処の心理学的な究明、及び健康教育やヘルスケアシステム、健康政策の構築などに対する心理学からの貢献をめざす学問です。心理的な基礎および臨床研究はいまでもなく、関連領域である医療・看護・保健・公衆衛生・教育・体育・スポーツ・栄養・社会福祉・生命倫理など関連領域との協同研究を進めています。

< 本件のお問い合わせ先 >

広報室	橋本	TEL072-682-6212	FAX072-682-7917
広報室(東京)	鈴木	TEL03-5443-2805	FAX03-5443-2145