

# カラーコンタクトレンズによって相手に与える印象を操作する方法

301 松田侑芽 堀口華

## 要旨

目は印象操作において重要なパーツであり、瞳孔の散大・収縮は、相手が自分に抱く好感度を左右する。人によって好印象となる目は様々であるため、赤ちゃんを守ろうとする本能である「ベビースキーマ」に着目し、「誰もが好印象を持つ目＝赤ちゃんの目」と定義して、カラーコンタクトレンズとの関連性を調べた。PIA株式会社様にインタビューを行ったところ、カラーコンタクトレンズのデザインにおいてベビースキーマが用いられていることが分かった。これらによって、ベビースキーマを用いることで、相手に好印象を与えることができると言えるだろう。しかし、あくまでもベビースキーマは庇護欲を与えるものであるため、他の様々な印象を与えたい場合でも活用できるとは言えない。また、目の印象だけが全体の印象を操作するわけではないため、カラーコンタクトレンズによって違和感を生じてしまう場合も考えられる。その場合、悪印象を与えてしまう。

## 序論

### (1)研究の目的

目は印象操作において大きな影響を及ぼすが、裸眼では相手にきつい印象を与えてしまったり、自分が表現したいイメージをうまく表現できなかつたりすることがあると考えた。カラーコンタクトレンズを着用することで相手に与える印象を操作できるということは先行研究により明らかになっているが、「色」「大きさ」「デザイン」などを総合的に鑑みて研究しているものは見られなかったため、カラーコンタクトレンズが印象に及ぼす影響をあらゆる観点から捉え、印象を操作する方法について探求した。

### (2)調査・研究方法の概略

- ①目について調べる・好印象を定義づける
- ②インタビューする
- ③カラーコンタクトレンズについて

## 調査・研究 ①目・好印象

〈目が相手に与える印象〉

- ・五感による知覚の割合⇒視覚:80%
  - ・第一印象を顔で判断する割合:71%
  - ・顔の中で最も注目するパーツ⇒「目」:84.2%
- 以上のように、目は印象において重要なパーツ  
特に、「瞳孔の開き具合」は好感度に関わる  
瞳孔の開きが大きい(交感神経が優位)⇒好意あり

〈好印象を定義づける〉

「好印象」という言葉は抽象的であるため、具体的な言葉で定義しようと考えた。調べるうちに、赤ちゃんの身体的特徴であるベビースキーマ①に「目が大きい」という特徴が含まれることを見つけた。赤ちゃんの目の主な特徴は次の2つである。

- 1.赤ちゃんは瞬きが少なく目が乾きやすくなってしまうため、涙が流れ落ちないように油槽の割合が高い⇒目の水分量が保たれ、光が反射して目がキラキラしているように見える
- 2.顔の大きさに占める目の範囲が広く、黒目の割合が高い

②より、ベビースキーマを持つ大人にも、人間のベビースキーマに対する反応は及ぶ

①,2を踏まえ、「瞳に光が入っているように見えるデザイン」で、「黒目の割合を高くする」カラコンを装着することにより、好印象を与えられるのではないかと

- ①ベビースキーマ ...幼い動物が持つ頭や目が大きく、体がずんぐりむっくりしているなどの特徴[コンラット・ローレンツ]
- ②顔を読むー顔学への招待ー レズリー・A・ゼブロウィッツ 羽田節子、中尾ゆかり(訳)

## 調査・研究 ②インタビュー I

PIA株式会社様にご協力いただきました。

Q. カラーコンタクトレンズ(以下カラコン)の広告でよく使われている、「うるみ」「ちゆるん感」を感じることができるのは何による効果？  
A. 「うるみ」「ちゆるん感」は人間が本能的に可愛いと感じる目の特徴のことを指し、ベビースキーマにおける赤ちゃんの目の特徴を取り入れたもの。「うるみ」「ちゆるん感」はレンズの光の反射+デザインの工夫(細かいドットデザインや薄いベージュやグレーの色素など)によって生み出している。

➡ ベビースキーマの仮説は正しかった！！

## 調査・研究 ③インタビュー II・カラーコンタクトレンズについて

Q.人々は、どのくらいの頻度でカラコンを使用していますか？  
A.昔…限られた人だけ(ギャル、ビジュアル系バンドなど)  
今…いろいろな人

バブル崩壊により、婚活ブームが起き、女性は男性からの好印象を意識するようになった。この意識の変化が「ナチュラルだけど盛れる」カラコンの需要を高めた。

Q.カラコンの着色直径の大きさに黄金比はありますか？  
A.若い世代⇒着色直径13.8mm~14.0mmが人気…派手目なデザイン  
オフィスなど普通の生活で使いたい人⇒13.2mm~13.5mmが人気…ナチュラル ・やはり人によって違いが出る  
(需要・感じ方)

## 結論

ベビースキーマの効果を利用すれば、相手に好印象を与えられる。例えば、水光レンズやフチありレンズなどを使うと、瞳に光が入っているように見え、黒目を大きく見せることができる。しかし相手に与える印象は目だけでは決まらないため、目の印象と全体の印象が異なると逆に悪い印象を与える可能性もある。

## さらなる発展にむけて

ベビースキーマは庇護欲を掻き立てるものであるため、頼れる印象を与えたいなどの場合には適用できない。ベビースキーマと反対の特徴を持つカラコンではどのような印象を与えるのか調べたい。

## 主な参考文献・調査等

「顔を読む」ー顔学への招待ー レズリー・A・ゼブロウィッツ 大修館書店(1999/6/1)

# 部活動の意義

302 岡田 陽奈 佐藤 夏菜

## 要旨

部活動はなんのためにあるのか？学生の本業は学業だと言われる中、高校生のおおよそは部活動に所属している。自身らの所属していた部活動の経験をもとに、様々な定義を私達の視点から解釈し、部活動の意義について再度問い直した。

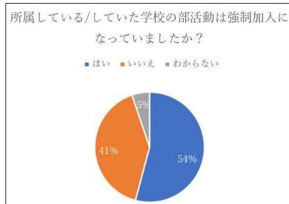
## 序論

### (1)研究の目的

弱小の運動部に所属していた時に感じたのは、部活内の雰囲気を保つことが難しく、部活動に入る意義を失った人が多いということだった。

それは主観であるか理由があるのかを探りたい。

また、部活動に入る意義を改めて問い直し、部活動加入が強制されている学校も多いなか、本当に学生は部活動に入るべきかを考えたい。

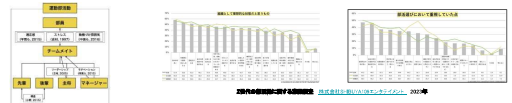


### (2)調査・研究方法の概略

- ①弱小と雰囲気の関係について
- ②部活動の意義について
- ③部活と勉強の相関について

## 調査・研究 ②部活動の意義、動機づけ

運動部活動の種類や内容にもよるが、部員が目的や目標を達成する為のステークホルダーとしてチームメイトがあげられる。チームメイトの振る舞いが部員への動機づけや雰囲気へ及ぼす影響について、平間ら(2)の研究では「チームの一員である」という自覚を持ち、連帯感やチームのまとまりを大切に「チーム適応感」及び「パフォーマンスだけでなく、努力の程度を含めた「チーム内競争」、味方へのポジティブな声かけやサポートといった「チームメイトからの激励・支援」の発達雰囲気形成、促進における意義がある」と述べた。また、チームメイトから部員は年次によっては先輩と後輩との関係が生じ、部員の動機づけに影響を及ぼしている。(左下図)(参考:東京学芸大学紀要 芸術・スポーツ科学系 第74巻(2022))



インタビューでも理想の組織について聞いてみると「強いチームにも憧れはあるものの仲は悪いけど全国1位！みたいなのはいいとは思わない」「同じ目標に向かってモチベーションを高め合っているチームがいい。強いのも大事だと思うが、後で思い返して楽しかったなと思えるのが一番」といった声が聞かれた。(右上图)(Z世代の部活動に関する意識調査 株式会社SHIBUYA109エンタテインメント 2023年)

運動部活動は、学校教育活動の一環として行われ、生徒の自主的・自発的な参加により行われ、異年齢との交流の中で、生徒同士や教員と生徒等の人間関係の構築を図ったり、生徒自身が活動を通して自己肯定感を高めたりするなど、その教育的意義が高い。部員は単独ではなく複数部員から成る集団であり、部員のそれぞれが運動部活動内で何らかの立場にあり、何らかの役割を担い互いに影響を及ぼし合う。複数の部員で構成される運動部活動という集団は、ある部員が関わるそれ以外の部員は全てチームメイトとなり、動機づけや雰囲気なども影響を互いに与えながら運動部活動に参加することに意義がある。

## 調査・研究 ①弱小と雰囲気の関係

### ●弱いとつまらない？

スポーツの楽しみは勝敗をかけた戦いにある。勝ったことがないのは、モチベーションのダウンに繋がります。→雰囲気は必然的に悪くなる。

### ●勝つ方法はあるか？

昨年の研究で体力がなく、練習時間も限られているような学校が勝てるような作戦を練った。過去の試合や日本代表選手の試合を分析し、作戦は完成したものの、実行できなかった。作戦は、極力使う体力や技術を抑えたものの、作戦を実行するには結局練習時間が必要であり、半日を練習に使うような強豪校には、体力、技術だけで優に超えられてしまうと改めて実感できた。→勝つのに裏技はない。

### ●弱いチームは発言が少ない？

強いチームを見ると、試合中、休憩時間などいつも声が飛び交うことがわかる。作戦を提案したり議論したり、パスを要求したり仲間「にアドバイスをしたり...弱いチームはやれといわれてもなかなかできない。私達のチームは8割が未経験者だった。練習でも試合でもとにかく自信がない。初心者なら当然であるが失敗を重ねることで更に自信をなくすことに。結局、指導者や経験者の指示に受け身になってしまう。

### ●チームスポーツに顕著にあらわれる

チームスポーツではチームで戦うがゆえに、失敗してしまうと個人競技と比べ余計に迷惑をかけてしまったという意識が高まる。それゆえにチーム内で発言しにくくなるといった状況に陥ることは十分に考えられる。個人に不満がたまるような状況は、チームの人間関係にも影響を及ぼし、チームの人間関係は今後の競技に大きく影響する。

## 調査・研究 ③部活動と勉強の関連

調べた理由→学生の本業は学業だから。

部活動は、生徒の自主的、自発的な参加により行われるものであり、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものであり、学校教育の一環として、学習指導要領に位置付けられた活動である。(文部科学省)



親が考える、子どもの部活動におけるデメリットは「子どもの勉強時間が減る」が43.2%でトップになっている。(左上图) 正答率が高いグループは、1日の部活動の時間が「1~2時間のグループ」、次いで「2~3時間のグループ」となっている。「毎日3時間以上の部活動をしているグループ」と「部活を全くしないグループ」が平均正答率が良くないという結果を上記の表から見て取ることができる。(右上表)

### ポジティブな相関

- ①時間管理能力の向上 部活動から時間を効率的に使う習慣が身につく、タイムマネジメント能力が鍛えられ、勉強に集中できる。
- ②体力・集中力の向上 部活動により体力とともに勉強に必要な集中力や持続力が高まる。運動によるストレス発散・リフレッシュが期待できる。
- ③メンタルの強化 目標に向かって努力する習慣ができ、勉強でも粘り強く取り組むための意志や忍耐力が生まれる。

### ネガティブな相関

- ①時間不足 部活動に多くの時間が割かれると、勉強時間が十分に確保できず、学業とのバランスを取るのが難しくなる。
- ②疲労による集中力・学習意欲の低下 長時間の部活動による疲労が、勉強への集中力を欠く原因となる。疲労のある中で睡眠不足は、学習にも悪影響を及ぼす。部活動内でのストレスもその他の活動への意欲低下につながる。
- ③部活動への過度な熱中 部活動に熱中しすぎるがあり、勉強が軽視される。部活動で忙しいと学業の優先順位が下がり、成績低下を招く。過度な部活動は学業成績にプラスの影響を与えたとされているが、過度の参加や過剰な負荷がかかる場合は学業に悪影響を及ぼすこともある。

部活動と勉強の相関は個人のバランス感覚と環境により、個人の特性に応じた適切な調整が必要である。

## 結論

学生の本業は学業という前提を踏まえれば、部活動とは学習の意欲向上のためになくてはならない(部活動を通して勉強による憂さを晴らすなど)。また部活動に入らなかったからといって成績低下につながるとは言えないにも関わらず、勉強時間が減ることによる成績低下のリスクがある。さらに部活動の意義は、チームメイトとなり、動機づけや雰囲気なども影響を互いに与えながら運動部活動に参加をすることとする人が多いが、チームスポーツでは特に、またその他の部活でも人間関係が崩壊するリスクを十分孕んでおり、それが心身の負担となって学業に影響をもたらすことも考えられる。以上より、部活動に無理して参加する必要はないと思う。

## さらなる発展にむけて

今回引用したデータを自分たちでアンケートを取ったり、統計を取ったりして調べたい。また、根拠の足りない部分(主に経験談を基にした部分や、自明のこととして扱った部分)を、証拠が示せるまで十分調べる必要があると思う。一番のいい子が同じ部活か否かのアンケートもとってみたい。

## 主な参考文献・調査等

調査・研究② ③を参照

# ポタニカルコスメで保湿をしよう！

303班 高岸姫奈 山田莉緒

## 要旨

家庭から容易に入手できる納豆、蒟蒻、バナナ、きゅうりを選び、これらを乾燥状況が分かり易いと考えた「乾燥餅」にワセリンと混ぜた状態で塗り、保湿力を調べた。材料選びの着目点は水分量が多いこと、納豆菌という成分が含有されていることだ。水分量が高いほうが保湿力があるという仮説に反し、納豆が優れた保湿性があるとわかった為、2回目の実験はポリグルタミン酸に着目し、納豆(豆の部分)、(ねばねば部分)、酢、味噌を1回目の実験と同様に保湿力を調べた。

## 序論

### (1)目的

山に囲まれてる群馬は空っ風が吹くため、化粧品会社の調査によると、群馬の乾燥肌ランキングは常に上位に君臨しているため、身近な材料で保湿剤を作ろうと思った。また、ポタニカル(植物由来)というテーマのもとで材料は家庭から手に入る食材や、野菜の不可食部とした。

予備実験ではワセリンと材料の混在具合を調べ、保湿剤として利用可能かを確認した。また、完成後の臭いに配慮して香料のスプレーを混ぜた。

### (2)仮説

材料によって保湿力に差が見られる。(水分量や含有成分に効果が依存すると考えられる)

(仮説変更)→ポリグルタミン酸が含まれるほど保湿効果が向上する

## 実験方法

### 【第一回】

- ①納豆
- ②こんにやく
- ③バナナの皮
- ④きゅうり

を乳棒、乳鉢を用いてすりつぶし、それぞれにワセリン1gを混ぜ乾燥した餅の表面に塗り、6時間後に観察し、餅のヒビの割れ具合やヒビの深さから、乾燥度合を調べた。

乾燥度合を調べることが目的であるが、肌に使用して数時間放置することは困難であるため、肌に類似しており、かつ乾燥を確認しやすい餅を用いて実験を行った。ただし、乾燥度合を調べる装置が見つからなかった為、乾燥は目視で判断した。

### 【第二回】

- ①味噌
- ②ヨーグルト
- ③酢
- ④納豆(ネバネバ)
- ⑤納豆(豆)

で第一回と同様に実験を行った。

## 実験結果

### 【第一回】

- ・納豆
- ・こんにやく
- ・バナナ
- ・きゅうり

の順に餅の表面の状態から保湿力が高いことが分かった



餅のヒビの割れ具合やヒビの深さから目視で判断した

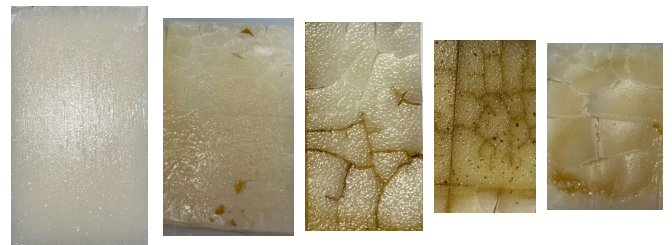
上段: きゅうり、こんにやく  
下段: バナナの皮、納豆

### 【第二回】

- ・ヨーグルト
- ・納豆(ネバネバ)
- ・酢
- ・味噌
- ・納豆(豆)

の順に保湿力が高いと分かった

ヨーグルト      納豆(ネバネバ)      酢      味噌      納豆(豆)



## 考察

1回目の実験で水分量が高いきゅうり、こんにやくが特に保湿効果が見られなかった為、初めの仮説は否定された。何が保湿の原因になっているのかを調べ、納豆のポリグルタミン酸に着目した。仮説を修正し、2回目の実験ではヨーグルト、納豆(豆、ねばねば)、酢、みその順に乾燥したことから、ヨーグルトに含まれるアミノ酸や乳酸菌も保湿に効果的であることがわかった。ポリグルタミン酸があまり含まれていない納豆の豆以外保湿効果があることがわかった為、修正後の仮説は肯定されたといえる。

## 参考文献

ヨーグルトで乾燥肌が良くなるって本当？

<https://www.duo.jp/skincare/kanso-hositu/2158/>

全国納豆協同組合連合会

<https://www.natto.or.jp/kenkou/nattokin/nat05.html>

# コオロギ食を受け入れてもらうのに、肉を広めた方法を応用できるのか

304班 名前 菅原双葉 横田ありさ

## 要旨

過去の文献から肉が広まった経緯を特定し、コオロギ食を広めるのに応用できるか検証した。

## 序論

### (1)研究の目的

食品不足が懸念されているにも関わらず、解決策とされている昆虫食(コオロギ)は未だに広まっていない。広める方法を探ることで、社会に貢献しようと考えた。

### (2)調査・研究方法の概略

インターネットや図書館の文献で、肉の広まりについて調べた。インタビューを通じて、肉が広まった方法をコオロギ食に応用できるのか検討した。

## 調査・研究 ①

昆虫食を広める方法を探るにあたって、過去の事例を参考にしようと考え、現在最も広く受け入れられており、人気があるカレーについて調べた。

1863 三宅秀  
(カレーは)至って汚きものなり

1871 山川健次郎  
このままだと死んでしまうと思った健次郎は、カレーライス注文しつばら下のご飯だけを食べた

1901 正岡子規  
夕食にカレーを三杯食べた

1908 夏目漱石  
6時半旅館に帰りて晚餐に名物の『ライス』カレを喫して帰船す

これらの書籍における記述から、1871—1901の間に何らかの大きな変化があったと考え、インターネットで調べた。

調べているうちに、カレーと同時代に広まった料理が多くあり、それらの料理に肉が共通して使われていることに気が付き、肉の広まりについて調べることにした。

### 肉とコオロギの共通点

- ・タンパク源である
- ・受け入れられていなかった(いない)
- ・調理法がわからない
- ・高価で食べる機会がない
- ・受け入れられない

## 調査・研究 ②

- ・天皇が肉食したことが新聞で報じられた
- ・文明人が肉食の体験を本に著した
- ・軍隊で民間では馴染みがなかった頃に牛肉が提供され、復員兵の体験談が広まった
- ・新聞や雑誌で調理法が紹介された
- ・肉を食卓に取り込む際、和風鍋など日本風の味付けをする 「洋食」という新しいものとして取り込んだ

これらが昆虫食に応用できないかインタビューを通して考えた

## 調査・研究 ③

インタビュー 株式会社グリラス様

### 有効

- ・インフルエンサーに昆虫食を積極的に食べてもらう
- ・メディアに昆虫食のメリットを紹介してもらう

### 無効

- ・商品名・見た目を工夫しコオロギへの抵抗を減らす  
→インパクトの弱さにつながってしまい、コオロギを使っていることを押し出したほうが売上向上につながったかも。
- ・日本料理に取り込む  
→コオロギには醤油の味付けは合わず、効果的ではない。

## 結論

一部は応用できるものの、肉の広まりを大きく促進した方法はコオロギに応用できない。

## さらなる発展にむけて

高まる肉の需要に対し、どのようにして供給が追いついたのか。肉以外の事例について調べる。

## 主な参考文献・調査等

「とんかつの誕生」 岡田哲(2000年3月10日第一刷発行)  
発行所 株式会社 講談社

# 気候変動による和食の影響

班名305 中島 めい 吉田 侑生

## 要旨

私達は和食の魅力について研究していくなかで和食と気候変動の関連性に気が付き、和食の存続が危惧されると感じたため、この現状を知ってもらおうとその関連性についての研究を始めた。初めに和食の魅力の定義化をし、それに基づいて予想される地球温暖化による和食への影響を、気温の上昇による紅葉の遅れや水温の上昇による漁獲量の減少の観点から研究した。加えて、SDGsの活動に取り組んでいる企業へのインタビューを行った上で、これから先私達が消費者として取るべき行動を考え提唱した。

## 序論

### (1)研究の目的

無形文化遺産に登録されるなど世界にもその魅力が認められている「和食」が今、気候変動の影響を受けて存続の危機にあるということを明らかにして人々に伝え、日々の行動の変化を促す。

### (2)調査・研究方法の概略

#### ①和食の魅力

→ユネスコ無形文化遺産に登録された理由から、和食の魅力の定義化する。

#### ②気候変動の和食への影響

→和食の存続と気候変動の関連性を検証する

#### ③私達にできること

→研究を踏まえたインタビューから、和食の存続に関して 私達にできる将来の対策を考え提案する。

## 調査・研究 ③私達にできること



日本人の海産物へのサステナビリティに関する意識は40%と、世界と比べて異常に低くなっている  
⇒私達の意識の低さも魚の減少に影響しているのでは



### ○インタビュー

目的: フードロス等SDGsの多様な活動を行う企業の取り組みや姿勢を自分たちの行動・意識の変革に活かす

成果  
・身近なところから(社員食堂)SDGsの取り組みを始めることが気候変動という大きな課題解決への第一歩であるとうわかった  
・MSC認証等、日常の中でSDGsを心がけた行動を取るための様々な手段があるとわかった

### 私達消費者にできること

・魚の取られた背景を知って(MSC認証など)海産物へのサステナビリティの意識のもと魚を選ぶ  
・魚や食品に限らず様々な課題に対して関心をもち、少しの行動から変えていこうという姿勢を大切にする

## 調査・研究 ①和食の魅力

・ユネスコの文化遺産の規定を根拠に日本の和食が価値があるとする。

### ○ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」の特徴

(農林水産省 2013/12/04)

→自然の美しさや季節の移ろいを料理で表現

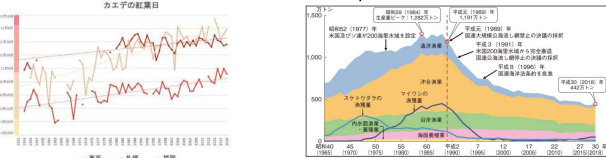
### ○日本人の季節に対する精神 (農林水産省)

季節の到来をいち早く感じ取り、過ぎ行く季節を惜しむという日本人の精神が「和食」にも深く反映されている。

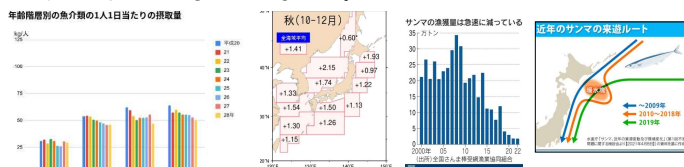
## 調査・研究 ②気候変動の和食への影響

漁獲量・自然環境・魚離れにおける気候変動の和食への影響の関連を調べることで具体的な和食保護の対策を講じる。

①日本の紅葉シーズンは気候変動により遅くなりつつある。葉の色づきが悪くなるだけでなく、紅葉をしないまま葉を落とすだけの木が増える。その影響は、和食の表現する対象としての自然豊かな景観の欠落と和食に彩りを与える「かいしき」の減少が予想できる。(日本経済新聞 2022年11月14日)



②日本の漁獲量が大きく減少している一因には、海水温の上昇が考えられる。例としてサンマは温暖化の影響で来遊ルートが年々遠くなって漁獲量の減少が見られる。同時に日本人の魚介類摂取量も減少傾向にある。特に子どもの魚介類摂取量は極めて少ない。漁獲量が減少することで魚の価格が高騰し家庭で出される魚が減ることによって後天的に魚嫌いや魚離れが引き起こされてしまっているのではないかと。



## 結論

①「和食」の魅力は、自然の美しさや季節の移ろいを料理で表現することにある。

②漁獲量の減少とそれに伴い魚の消費量が若年層で減少していることや、和食に必要な不可欠な自然という要素が損なわれていることから和食に少なからず気候変動が影響していると考えられる。しかし和食の減少を数値化するなど、多方面からの研究で関連性について詳しく調査する必要がある。

③日本人の環境への意識の低さが「和食」の存在を脅かすことに繋がっている可能性がある。

④私たちは自身の行動が「和食」という一見かけ離れた存在にまで影響を与えることを自覚し、責任ある行動を選択し続けていくことが大切である。

## さらなる発展に向けて

和食への気候変動による影響をより多くの観点から研究していくとともに、日常生活での細かな行動によって気候変動の対策になるという実証実験をした証明を行いたい。

## 主な参考文献・調査等

- 研究・調査②上段左図: 日本経済新聞(2022年11月14日)
- 上段右図水産庁: 漁業生産の状況の変化図特-1-1
- 下段左図株式会社丸忠: 水産物商が語る子どもの魚離れの現状とは? その原因・解消方法(2022.12.16)
- 下段中央左図気象庁: 季節別の海面水温の上昇率(°C/100年) 令和6年3月5日気象庁発表
- 下段中央右図: 日経新聞(2023年8月8日)
- 下段右図: 環境省秋冬の味覚に危機? 地球温暖化の影響と“地産地消”という選択

# なぜ日中眠くなるのか、またどうしたら眠気を解消できるのか？



307班 小川温花・関口愛子・長瀬こころ

日中、眠くなる原因は結局大半は、睡眠不足である。眠気を解消するには、自分に本来必要な睡眠時間を明確にし、その時間眠るか、昼すぎ(午後1時～午後2時半の間)に20分ほどの仮眠をとることが必要となってくる。

## 序論

### (1)研究の目的

高校生の悩みに着目して課題を考えていった結果、授業中どうしても眠くなってしまいうという課題が挙げられた。眠気を解消できる方法について調べてみたが、実践してみた既存の研究ではあまり効果を感じられないものもあった。「授業中の眠気」という課題を解決することは部活や勉強で忙しい高校生の助けになると考え、眠気の原因の追求と眠気の解決策を研究していくことにした。

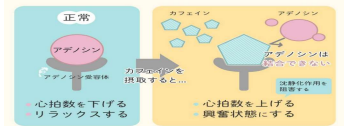
### (2)調査・研究方法の概略

- ①自分たちなりに研究を進めてまとめる
- ②睡眠研究のスペシャリストである柳沢正史先生にインタビューし、①で生じた疑問を解消する
- ③インタビューで新たに得た知識を今までの研究に繋げ、より良い研究を目指す

## 調査・研究 ②

調査①の結果、授業中、眠気が起こるのは授業の楽しさ欠乏が原因となっている人がもっとも多いということがわかったところで、どのような仕組みで眠気が引き起こるのかを筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構機構長・教授の柳沢正史さんにインタビューを行った。

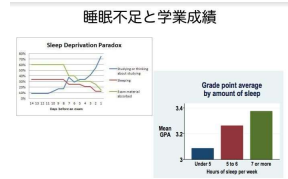
結果、アデノシンという物質がアデノシン受容体と結合することで眠気を引き起こすため、そこにカフェインなどのアデノシンがアデノシン受容体と結合することを防ぐものを接種すると心拍数が上がり、興奮状態にすることになり、眠気を軽減することができる。



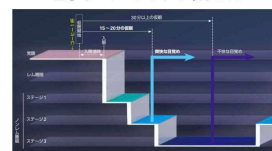
## 調査・研究 ③

①や②での研究の結果、日中の眠気の最も根本的な原因はやはり睡眠不足であり、またその最も有効な解決策は自分に最適な時間しっかり眠ることだとわかった。

また、睡眠時間と学業成績の関係についてのお話も聞くことができた。テスト前だとしても、睡眠時間を削るのは成績という観点から見てもよくないようだ。



上手なパワーナップの取りかた



でも眠いときには昼寝を果的だが、その場合は遅く1時半まで、長くても二十分めておくのがよいということ。しかし、昼寝はあくまで応急措置なため、根本的に解決するためには睡眠時間の確保が必要だ。

## 調査・研究 ①

まず初めに、インターネット・参考文献等を用いて、どうして授業中眠ってしまうのかについて調べた。調べていくと眠気を誘う要因は一つではなく、様々な要因があり、それにより解決方法も変わるという考えに至った。

そこから、私達なりに4つのタイプ①睡眠不足タイプ②血糖値上昇タイプ③授業楽しさ欠乏タイプ④おめめカラカラ星人に分類し、眠気の解消方法をまとめた。まず、①の睡眠不足タイプは睡眠不足が原因で授業中眠ってしまうタイプで午前中に眠くなりやすい傾向がある。対策としては睡眠時間を確保する等が挙げられる。②の血糖値上昇タイプは食事による血糖値の上昇で眠ってしまうタイプで午後に眠ってしまう傾向にある。対策はGI値の低い野菜などからご飯を食べることが挙げられる。③の授業楽しさ欠乏タイプは授業中の脳への刺激が足りないことで眠ってしまうタイプ。他のタイプに当てはまらない場合、このタイプの可能性が高く、予習をしたり、楽しさを見つけたりするなどの対策がある。④のおめめカラカラ星人は目の乾きが眠気につながってしまうタイプで、目薬を指したり、まばたきを多くすることが改善につながる。

以上のことを他の人にもわかりやすく成果を還元することができるように「睡眠ハンター」という診断サイトをWEB上に制作した。中間発表会では睡眠ハンターを利用し、見に来てくれた人へ診断してもらい、眠気の一歩の原因は何かについて調査を行った。

## 結論

高校生の眠気の大部分の要因は睡眠不足から生じており、自分に最適な時間眠ることが眠気を解消する唯一の方法である。ただ、部活や勉強に多くの時間を割かなければいけない高校生の「授業中の眠気」に対する即効性のある解決策は見つけることができなかった。

## さらなる発展にむけて

睡眠時間の確保が難しい高校生の視点で授業中眠くならないようにするために生徒自身がワクワク思える方法や学校側ができる対策を調査をすれば、睡眠時間を増やす以外の方法で解決策が生まれて結論に居眠り対策の解決策が増える。

## 主な参考文献・調査等

- [https://www.toshin.com/question\\_stop/questions/144](https://www.toshin.com/question_stop/questions/144)
- [https://www.istage.isl.go.jp/article/kagakutoiseibutsu/51/11/51\\_754/.pdf](https://www.istage.isl.go.jp/article/kagakutoiseibutsu/51/11/51_754/.pdf)
- <https://townwork.net/magazine/life/121653/>
- 睡眠ハンター
- 筑波大学国際統合睡眠医科学研究機構機構長・教授 柳沢正史様
- <https://wpi-iis.tsukuba.ac.jp/japanese/contact/>

タイプ	原因	対策	授業楽しさ欠乏タイプ
睡眠不足タイプ			
血糖値上昇タイプ			

# 神という存在の変容

## ～災害や疫病との関わりを例として～

309班 伊藤紅咲 田中真央 平野杏奈

### 要旨

現代の世界では様々な『困難』が私達人間に襲いかかっている。今研究では数ある困難の中から『地震』に着目し、地震の多い地域に存在した神話の共通点や各地域に住んでいた人々が持っていた死生観を比較することによって古代の人々が、地震のメカニズムがわからない中でどのように乗り越えてきたのか考察した。またその後のインタビューの実施を通して『神』という存在が過去よりも薄く、絶対的な存在でなくなった今日の世界はほとんどの人間がすべての事象に白黒つけたがるようになったが世界とは本来白黒つけがたいものであったという新たな考え方を知ることができた。今研究のまとめとして、様々な自然現象のメカニズムが科学技術の発展によって明らかになりつつある現代の社会において『神』という絶対的な存在が薄れたことに加え、我々を襲う感染症などの新たな困難による弊害が生じるようになった現代社会において我々現代人が考え続けていかなければならないことは何なのかに対する考察を行った。

### 序論

#### (1)研究の目的

災害が起きたときに、現代のように情報が伝達するのに時間がかかった時代の人間がどのようにして精神の安定を図っていたかが知りたいと思った。神話の存在が人々の「恐怖」「不安」などの負の感情にどのように寄り添い、それらの感情をどのように書き表したことで、私達に何を伝えたいのかということが気になった。

#### (2)調査・研究方法の概略

研究を進めていくにあたって研究対象となる神話を、地震の多い土地に存在したものであるという共通点から『ギリシャ神話』『北欧神話』『日本神話』の3つに絞った。その上でその地域の死生観を調べることで当時の人々の死に対する考え方を知り、研究の中で仮説や疑問をまとめた上で東北大学名誉教授の佐藤弘夫先生へのインタビューを実施し、学んだことを加えて提言をまとめた。

### 調査・研究 ① (文献)

「地震」に絞ってギリシャ神話・北欧神話・日本神話の3つの神話の地震の記述を挙げた。

【ギリシャ神話】鳥の下敷きになった怪物や巨人、ポセイドンが大地を揺らす

【北欧神話】ロキ神が毒蛇の毒液による苦しみで身をよじる

【日本神話】大鯰が大暴れする

《文献調査により考えたこと》

神話が成立した時代、人々が地震を観測する技術はなく、当時の人間に地震という現象は理解できるものではなかったと推測し、当時の人間は自らが理解できないものを「神のせい」「伝説上の生き物のせい」と対象物を作って彼らなりの解釈をして恐怖感を薄めていたのではないかと考えた。

### 調査・研究 ②(死生観)

ギリシャ神話・北欧神話・日本神話の発祥の地である、【ギリシャ・北欧・日本】の死生観を調査した。

【日本】神道の安心 黄泉の国

【ギリシャ】善人でも悪人でもハデス(冥界)に下る 天国と地獄の区別なし

【北欧】(ヴァイキング)

墓船に乗って「あの世」に渡る

《3つの共通点》

死んだ後に向かう場所がある、という考え方

この調査から、各神話の発祥地の古代の死生観は、「死」を恐怖ではなくプラスの方向に考えていたという点で共通しているのがわかったが、そのことが神話の形成に繋がったとは言いきれない。今後の課題の参考知識として使おうと思う。

### 調査・研究 ③(インタビュー要約)

#### 東北大学佐藤弘夫教授へのインタビュー

Q1・現代人が共通の死生観を持たない理由は何だと考えますか？

A.

・現代では成人すると地元にとどまらず都市部へと流入する人々が増え、その結果地域で継承されてきた葬儀の形など(生から死へのストーリー)を継ぐものがいなくなったから。  
・情報端末が普及し、インターネットに溢れる生と死に関する無数のデータからどれを取り入れるかが、個人の問題になっているから。

Q2・日本人が神様を畏怖する理由は何ですか？

A.日本は災害の多い風土であるため、災害を神様の御業だと考えていた古代の人々は厄災から逃れるために神様を畏れ敬うべきだと考えたから。

Q3・近世からは科学が神様に置き換わる存在になったと言えますか？

A.概ね正しい。近世という概念は産業革命下のヨーロッパで生まれたもので、科学の発展により説明できなかったことが説明できるようになり、神様の居場所が狭くなっていく時代だった。  
思想は一新され、キリスト中心の学問の中世とは一変し、近世の学問では神様から理性が崇拝の祭壇になった。

人々は世界のシステムを理解し人間中心の「理想的な社会」を構築しようとしたが、戦争が多発する現状などを顧みると、それは実現していない。これは神様を人間社会から追放したことによる弊害だと言えるだろう。

Q4・神様を重要視しない社会の状態は、人々にどんな影響を与えるのでしょうか？

A.神様を信じるということは一種の現実逃避であり、人間に安心感をもたすことができる。一方、科学で様々な事象を説明できるようになったところで、人間の根本的な恐怖を拭うことはできない。恐怖を抱いている人間は尖った社会を形成し、人同士の対立や衝突が多くなる。神を今一度呼び戻し、柔らかな社会にする必要があるのではないかと。

### 結論 今が、どんな時代であるのか、を考えなければならない

③や結論で語る「神」は、キリスト教や神道の「神」だけでなく、死者や草木、動物などの人間以外の存在のことをいう広い意味をもつ。神はかつて人と人を取り持つ隙間のようなものであったが、神が排除された今現在、人との間にあった隙間がなくなることで人同士、国同士などで摩擦が発生し争いに繋がっていると考えられるため、時と場合を考慮しつつ、人間の間に隙間を入れ込む必要がある時代なのではないかと私達は結論付けた。

### さらなる発展にむけて

神について考えるうえで、広い意味での神の存在の考えが大切になるので、争いなどの問題が起きないくらいの人同士の程よい距離感がどのようなものであるかを考えていきたい。

### 主な参考文献・調査等

『崇り・治罰・天災—日本列島における災禍と宗教—』

佐藤弘夫

『ヴァイキングに見る死生観』

佐竹弘靖

『日本人の死生観』

徐翔生

# 健常者がより身近に音楽療法を利用する方法

310 名前:井上美空／奥木彩耶

## 要旨

精神疾患や高齢者の心身の健康を保持増進するための方法の一つとして音楽療法が用いられる。しかし日本にはあまり普及していないため、より広めていく必要があると考えた。音楽の効果を探るために文献を調査し、音楽療法を行う現場の声を聞くためにインタビューを行った。それらを通して、音楽には人に癒しを与える力がある一方、その効果が医学界に伝わっていないことがわかった。そこで音楽療法の効果を広めていく方法を改めて考えた。

## 序論

### (1)研究の目的

私たちはHSPという繊細な気質を持つ人や、精神疾患者が豊かな日常を送るためにできることを考え、HSPや精神疾患者のもつ繊細な感受性を活かすことのできる音楽療法にたどり着いた。ただ、音楽療法は日本ではあまり浸透しておらず、高齢者を対象とすることが多いため健常者が利用できる機会は少ない。だからこそHSPや精神疾患者も含め、一般の人々も気軽に音楽療法を利用するために何ができるかを考えた。

### (2)調査・研究方法の概略

①インタビュー:大学教授(心理学部)

②論文 落ち着くとされる音楽の特徴や、落ち着く音楽の聴取による効果を調べる

## 調査・研究 ①

### インタビュー

【大学教授(心理学部)】

- ・音楽療法ではどんな曲を使うのか  
——個々に合わせた楽曲を選択  
特定のジャンルの曲を用いるのではない  
(クラシックが落ち着く人もいれば、激しいロックが落ち着く人もいるため)
- ・音楽療法は誰を対象に行われているか  
——高齢者が中心(特に認知症患者が多い)  
若者や健常者の利用は少ない
- ・日本で音楽療法が広まっていない原因は何か  
——医学界に音楽療法の効果が広がっていない  
→音楽療法を取り入れてくれる病院が少ない  
ので広がっていかない  
  
——音楽療法士の資格が民間資格のまま  
→国から資金が得られず、音楽療法に  
やその研究にコストがかかる

## 調査・研究 ②

### 【一般的に落ち着くと言われる曲の特徴】

- ・6度の跳躍=憧れ・愛
- ・シンプルなメロディ=「ポジティブ感情・喜び・穏やかさ」  
※出典:Balkwill & Thompson (1999)
- ・バッハ「ゴルトベルク変奏曲」  
→リラックスした気分になる  
☆三拍子だから(心臓のリズムが三拍子 ※諸説あり)  
※出典:音楽聴取後の感情変化についての研究

### 【落ち着く音楽の聴取による効果】

- ・抑うつ・不安感情:全聴取音楽において低下
- ・非活動的快:遅くシンプルな曲→増加☆
- ・活動的快:速くシンプルな曲→増加☆

各聴取音楽群(各群とも、N=15)の聴取前と聴取後のMMS値の平均値(SD)

聴取音楽	Fast-Complex		Fast-Simple	
	聴取前	聴取後	聴取前	聴取後
抑うつ・不安	13.20(4.49)	10.67(4.01)	12.53(5.34)	11.27(5.15)
非活動的快	14.80(4.39)	15.93(3.97)	15.60(4.14)	15.4(4.78)
活動的快	14.33(3.64)	13.93(3.49)	14.60(3.74)	15.53(5.08)
聴取音楽	Slow-Simple		Slow-Complex	
	聴取前	聴取後	聴取前	聴取後
抑うつ・不安	13.53(4.67)	11.93(3.73)	13.33(5.65)	11.40(6.16)
非活動的快	15.53(3.93)	18.73(3.30)	14.87(5.05)	16.07(6.82)
活動的快	14.53(3.07)	12.73(3.67)	13.93(5.79)	10.87(4.31)

MMSとは…多面的感情尺度のこと

### 【これらの研究から言えること】

- ・音楽の聴取はマイナス感情を軽減させる
- ・シンプルなメロディーやゆったりしたテンポは心を落ち着かせる →音楽には心を落ち着かせる効果がある

## 結論

音楽療法が健常者まで広まるためには、医学界や全国に音楽療法の効果を広める必要があることが分かった。資金不足や医師たちからの信頼度の低さに対処するという規模が大きい問題にどう対処していくべきかが分からなかった。

## さらなる発展に向けて

医師を通しての発信・普及を目指すのではなく、視点を変えて、研究結果とともにSNSを通じて新たなリラクゼーションの方法として一般の人へ向けて発信する、もしくは影響力のある人に宣伝してもらうにはどうしたらいいのかを考える。

## 主な参考文献・調査等

- ・A cross-cultural investigation of the perception of emotion in music: Psychophysical and cultural cues (Balkwill, Laura Lee; Thompson, William Forde・1999)
- ・音楽聴取後の感情変化についての研究(内藤 正智・2006)



# 街の洋菓子店を活性化させるためには

3212 小林愛実 3330 古田莉奈

## 要旨

前橋の商店街の洋菓子店が衰退しているという実態から、研究を始めました。実際に前橋で活性化に取り組んでいる事業を参考に自分たちならどうするか考えました。

## 序論

### (1)研究の目的

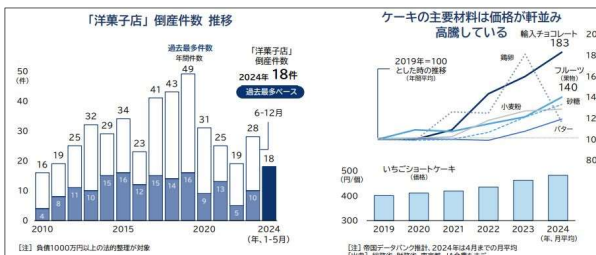
前橋の商店街の洋菓子店が衰退しているという実態から、研究を始めました。いろいろな地域で活性化に成功した実例と、実際に前橋で活性化に取り組んでいる事業を参考に自分たちならどうするか考えました。

### (2)調査・研究方法の概略

- ①経営する視点から考える
- ②コンビニスイーツから学ぶ
- ③インタビューを行う

## 調査・研究 ①

### 経営する視点から考える



### 原材料の高騰の対処法...

- ・松竹梅の法則→高い商品を投入し商品の値上げのイメージを抑える。
- ・名前やパッケージや包装を変える。
- ・1日30個などの限定性や希少性をもたせる。

### 実際の効果を洋菓子店で例えると...

#### ハロー効果

対象を評価する際にその対象が持っている特徴に合わせて他の評価も位置づけられること

- ・スイーツを嗜んでいる
- ・まじめ
- ・読書
- ・顔が美しい

ex  
・"金賞受賞"や"~コンテスト受賞"などの賞をとっているお店の商品は美味しく感じる。  
・店員の対応や身なりが良い店と悪い店だと、同じ製品でも対応が良い店で購入したいと感じる

#### ザイオンス効果

何回も目にすることで認知度と好感度を高める

ex  
チラシや広報を使って広めることで何度も目に止まり興味が湧く。出店やネットで販売することで幅広い地域で認識してもらえる。

## 調査・研究 ②

コンビニのスイーツは

- ・1個から買える
  - ・甘いものが食べたいと思ったときすぐ買える
  - ・本格的なスイーツを比較的リーズナブルな価格で買える
- 最近の人はコンビニのほうが買いやすい傾向にあることがわかった。

コンビニスイーツから学んだメリットは、街の洋菓子店を活性化させるのには繋がらないと思った。

コンビニに負けないくらいのメリットを洋菓子店から見つけたい。

## 調査・研究 ③

この調査から、活性化の影響を調査したが前橋の洋菓子店との関係があるとはいきれない。影響があると言うために前橋の洋菓子店にインタビューを行った。

- ・街の人に来てもらうために...  
→新作を作るときに流行りに合わせる

- ・客を途絶えさせないために...  
→イベントを定期的開催し、お菓子引換券などをつくる  
→子ども会や集まり会のためにケーキを作って、地元の人のとの交流を大切にする

## 結論

スイーツを工夫するだけでなく、地域とのつながりを大事にすることによってお客さんに定期的に来てもらえるようになる。スイーツを流行りに合わせるだけでは、長期的な客は呼び寄せられない。

## さらなる発展にむけて

前橋の洋菓子店を活性化させるために、前橋広報を使ったり、SNSを使ったりすると多くの人の目につくようになるだろう。

## 主な参考文献・調査等

株式会社帝国データバンク情報統括部2024  
上智大学経済学部経営学科大隈志重2018

# 世界における色の捉え方の分類

312 名前 青木香央梨 赤坂きらり 町田里咲

## 要旨

世界における色の捉え方を分類することができれば、ますますグローバル化する現代世界で公共施設の色を統一したり、マーケティングに活用したりできるのではないかと考え調査を始めた。様々なサイトを使って地域ごとの色のイメージを調べたが、その国特有の意味があったり、イメージの言葉が多岐にわたっていたりして、正確に分類することはできなかった。インタビューも行い、色の見え方は気候などにも左右される可能性があり、色を作る難しさも色に影響を与えたとされることを学んだ。色の捉え方は多岐にわたり、共通するものも正反対の意味をもつものもあり、色を統一するのは難しいということがわかった。互いの文化や色の捉え方を理解し、多文化共生の世界を作っていくことが望まれる。

## 序論

### (1)研究の目的

国によって色の捉え方が異なることに注目した。世界における色の捉え方を分類することができれば、ますますグローバル化する現代世界で公共施設の色を統一したり、マーケティングに活用したりでき、最終的に多くの人に還元することができるようになることを目指して研究を進めた。

### (2)調査・研究方法の概略

- ①色を持つ意味を調べる
- ②①から特殊だと思った色のイメージを抽出し原因を探る
- ③インタビューを行う

## 調査・研究 ②

中国を例に、特別な意味、あまり良くない意味を持つ色とその由来を調べた。

・緑...「不貞」を表す場合がある。諸説あるが、緑の帽子は「浮気された人がかぶる色」という認識。  
・黄色...「黄了Huangle」=おじゃんになる、おながれになるという言葉  
→永遠を誓う結婚祝いなどには不向き。

このように、伝承や発音などからその国に特有の意味を保つ場合がある。→色を世界で統一することは難しいが、**互いに色の認識を知っておくこと、否定しないことが多文化共生には必要** と考えた。

## 調査・研究 ①

色がもつ意味を調べる

- ・複数サイトを用いて色を持つ意味を調べまとめる
  - 地域ごとにまとめる
  - 色ごとにまとめる
  - 意味の頻出語ごとのまとめる
- ⇒すべてめぼしい関連性は見つけられなかった

- ・日本人の多くが考える意味と大幅に異なる意味を持つ色を見つけまとめる
- ⇒特に意外性が見られた「死」「性」がもつイメージカラーと意味を表にまとめた(以下は調査結果の一部)

関連ワード	国・地域	色	意味
死	ケルト民族	赤	死
	南アメリカ	赤	喪
	ヘブライム	赤	犠牲
	東洋	黄	死者のための色
	欧米・中国・日本	黒	死・葬式
	中国・ベトナム・インド・ヒンドゥー	白	死・葬式
西洋	紫	葬式	
性	欧米	青	わいせつ
	西洋・中国	緑	不貞
	スペイン	緑	卑猥
	中東・アフリカ	黒	成熟的・男性的
	欧米	ピンク	同性
	日本	ピンク	性的表現
	中国	黄	性的表現
	オランダ	オレンジ	セクシャリティー

表を見てもわかるように、正反対の意味を持つ色もある。また、一つの国の中でも意味はひとつではない。よって、色を統一したり分類したりすることは重要でなく、**それぞれの意味がもつ背景を理解することが重要** だと考えた。

## 調査・研究 ③

色のイメージを研究している論文があったが、研究者と連絡を取ることができなかった。そのため、研究と研究結果の商業的利用を行っている、「株式会社日本カラーデザイン研究所」代表鈴木明彦さんにインタビューを行った。

- ・色のイメージというのは近代化に伴って確立してきた
- ・色は地域性があり、環境や文化と結びつきやすい
- ・現在は言葉と色の互換性を利用して、「カラーイメージスケール」である程度は分類ができています
- ・商業的利用においてはあくまでもコンセプトが重要であり、色柄はいち手段にすぎない

## 結論

色を世界規模で正確に分類することはできなかった。しかし、構成要素から絞り込むことは可能であることがわかった。ただし、色の発展や見え方には地域ごとの特色が大きく関係しており、統一できないことが前提である。それを互いに理解した上で共生していくことが求められる。

## さらなる発展にむけて

地域ごとに独特な気候や服装を調査することで、発色の具合や人々の色の嗜好の傾向から、より詳細に色を分類することができるのではないかと考えた。

## 主な参考文献・調査等

- ・株式会社日本カラーデザイン研究所
- ・<https://www.chineselyrics.org/lvmaozi/>
- ・<https://allabout.co.jp/gm/gc/57231/>

# 日本人の宗教観

## ～本当に無宗教なのか～

313班 小林結衣 武士瞳子 田島和佳

新年のお参りやクリスマス、ハロウィンなど様々な宗教の行事を楽しみ、自らの宗教を尋ねられても咄嗟に答えることのできない日本人は無宗教である、と度々耳にする。しかし、これは本当に無宗教であると言えるのだろうか。それを考えるに当たり、まずは何が無宗教であることにあたるのかということについての調査を行った。その結果、日本人は一概に無宗教とは言えないということがわかった。

### 序論

#### (1)研究の目的

日本人は、新年には参拝に行き、ひな祭りには人形を飾り、ハロウィンには仮装をし、クリスマスにはお祝いをする。また、文化庁の宗教年鑑では、日本人は仏教系や神道系が8割を示す数値があげられている。だがいざ信仰する宗教を聞かれたときに明確に答える人は少ない。そして主要な宗教法人数や信者数には近年減少傾向が見える。このねじれているともいえるような日本の宗教を考え直す研究をし、それを通して宗教への理解を深めることを目的に調査を行った。

#### (2)調査・研究方法の概略

- ①研究の方向性を決めるため、宗教について調査した
- ②日本人の宗教観について思考した
- ③鶴飼秀徳さんへのインタビュー

京都・正覚寺住職、ジャーナリスト、大正大学招聘教授などを努め、現代日本人の宗教観に詳しい鶴飼さんへ宗教学の視点を交えたインタビューを行った

### 調査・研究 ①

#### 無宗教であるとは？無神論との違い

日本人は、「どの宗教を信仰しているか？」という問いに即座に答えられない人の割合が多い。これは海外ではあまり起こり得ないことであり、日本人は無宗教だと言われている原因の一つだと思われる。

自分の信仰する宗教が答えられないということの背景には、宗教行為への認識の低さがある。例えば「いただきます」などの身近すぎる行為は、もはや宗教に関連のあるものだという認識すらないという状態になっている。しかしこれは、無神論者が多いという訳では無い。私達は至極当たり前に初詣に行き、旧年の感謝を伝え、新年が良い年になるようにと神様に願い、当たり前に行き、これほどどちらも紛れもなく宗教行為であり、神様という存在を私達が認知していること裏付けるものでもある。

これらの矛盾をふまえ、日本人の宗教観について調査することにした。

### 調査・研究 ②

#### 日本人は無宗教なのか

調査・研究①から日本人は無宗教なのかという疑問を得た。東海林克也の「日本における慣習的信仰の基礎的研究」で論じられているように「宗教を信じるか」という問いに対する答えとして日本人の多くは宗教を「信じていない」と答える。対して、阿満利磨の「日本人はなぜ無宗教なのか」では日本人の多くが「無宗教だ」というときには、「特定の宗派の信者ではない」という意味だと論じられている。このように、日本人の宗教観に対する解釈にブレが生じてしまうのは宗教そのものに対する定義が曖昧だからなのではないかと考えた。宗教に対する定義が曖昧だと、日本人は宗教信仰をしているのか、それとも無宗教であるのか判断ができない。そこで、宗教の定義を調べることにした。しかし、宗教によって行われる宗教行為は様々であり、どれも比較することは難しかったため、「これを行ったら宗教信仰である」という決定的なものは自分たちでは見つけ出すことができなかった。そのため、宗教信仰と断言できる決定的なものは何なのか、または、それは存在するのかを調査するためインタビューを行うことにした。

### 調査・研究 ③ インタビュー

これらの調査から、宗教の定義がはっきりしていないと日本人の宗教観について特徴付けることができない。ただ、宗教を定義づけることができなかったため根本としての宗教学、または一般的な宗教観のことを伺うためインタビューを行った。

Q、日本人は無宗教であると言えるのか

A、日本人が習慣的に行う食事の挨拶や日常的な用語には、決して宗教的でないとは断言できない行動や言葉が使われている。それは仏教や神道が密接に生活に結びついてきた結果のものと考えられる。また、参拝などの直接的な習慣も残っている。よって、日本人が無宗教であるとは言えないと伺った。

Q、鶴飼さんが思う宗教とは

A、なにを定義とするかは一言では言えない。宗教を構成するそれぞれは非常に難しく、宗教学は全ての学問が重なり合った位置に存在するものであり、信仰は行動規範にもなり得るものだと伺った。

#### インタビューを終えて

自分たちでは考えられなかった宗教学の位置するところなど、視野が広がった感覚がした。また、鶴飼さんから伺った話の中で出た、日本人は神を意識して悪事を躊躇い、西洋人は法律や決まりを意識して悪事を躊躇うということは、第二次大戦期日本と日本人を調査したルース・ベネディクトの「菊と刀」にて提唱された「罪の文化」「恥の文化」と違った視点をもっている。この点について、日本人は意識が変化したのではなく意識についてやはり多面的な見方ができてしまうためであるとする。身近にある宗教的なものについての研究の方向性も追及する価値のあるものだと感じた。

### 【結論】

日本人の宗教観として、神棚、仏壇、年中行事または「いただきます」などの身近な行為を考えると、もはや生活と宗教行為を切り離すことは難しい。神道と仏教双方を信仰しているとも言え、信仰がない、宗教を信じていないと断言できない。だが、意識的に宗教行為を行っている人は少ないために自分は神道、仏教を信仰していると言う人が少ないのではないかと感じた。

### さらなる発展にむけて

鶴飼さんより伺った話での視野の広がりを踏まえ、こそ、宗教学という側面から見たときだけでなく、歴史学や社会行動学など一見関わりのない側面から光を当て考えるべきだと感じる。

### 主な参考文献・調査等

旧統一教会問題がクローズアップされる中、どうも腑に落ちない「日本人は無宗教」という誤解(著者:鶴飼秀徳・2022)  
日本人はなぜ無宗教なのか(著者:阿満利磨・1996)  
日本における慣習的信仰の基礎的研究(著者:東海林克也・2016)  
文化庁 宗教年鑑 令和五年度版  
[https://www.bunka.go.jp/tokei\\_hakusho\\_shuppan/hakusho\\_nenjihokokusho/shukyo\\_nenkan/index.html](https://www.bunka.go.jp/tokei_hakusho_shuppan/hakusho_nenjihokokusho/shukyo_nenkan/index.html)

# 聖書と星の王子さまの関係性について

「星の王子さま」における「たいせつなもの」はなにか？

314 名前 高橋朋子 増田磨夕 横田和香

## 要旨

聖書と星の王子さまに関連性があるとある人から聞き、気になって研究を深めることとなった。先行研究を調べてみたところ、聖書と星の王子さまとはやはり関連性があることが明らかになったが、星の王子さまの文章の中に出てくる『たいせつなもの』の存在が何なのかわからなくて研究することになった。私達は3つの観点から研究した結果、『たいせつなもの』とは、(なにかのためにかけた、抱いた)素直な感情と時間が育んだ信頼関係、思い入れがあるもの、またその思いであるという結論に至った。

## 序論

### (1)研究の目的

「星の王子さま」の作者がキリスト教徒であったこと、  
「星の王子さま」が聖書と関連があるらしいという事は わかっていたが、先行研究には「星の王子さま」の最後の 場面に登場する「たいせつなもの」とはなにかについての 記述が見つからなかったため、明確にしようと思った。

### (2)調査・研究方法の概略

- ・星の王子さまの本を熟読する  
→理解が難しい点の洗い出し、共通理解(質問を深めるため)
- ・片山はるひ先生の論文を読む
- ・アンドレー・ドヴォー『サン=テグジュペリ』ヨルダン社を図書館で探して読む

## 調査・研究①

### 「サン=テグジュペリ」を読んで

- ・サン=テグジュペリにおける文学の召命=知的苦行への召命
- ・神は、人々への愛によって動かされている人間のつくりなしたもの
- ・大人たちが気を散らし、見る目を失った挙げ句、知ることができなくなってしまったものを、「子供たちは知っている」
- ・サン=テグジュペリは、神が答えないことこそ神であることの証しであるとみなす。
- ・サン=テグジュペリが神の形而上学的な本質には、無関心であることを確認できる。

## 調査・研究②

### 大学教授(神学部)へのインタビュー

- ・聖書(新約聖書、旧約聖書)は、世界最大の文学。スケールが違う。新約聖書は100年間、旧約聖書は1000年間の超大作！
- ・聖書と文学の関係性  
→有名な文学者は聖書を読む。日本においても、有名な文豪などは聖書を読んでいる人が多い。面白いから。太宰治は日本一聖書を読んだ人ともいわれる。
- ・なぜ「星の王子さま」が広がったのか？  
→いい本=大人が読んで子供が読んで面白い。「星の王子さま」は誰が読んで理解しやすいから。
- ・聖書における「見えないもの」  
→「見えるものは過ぎ去りますが、見えないものは永遠に存続する」(コリントの信徒への手紙

## 調査・研究③

### 本文考察

- ①王子様の失望は、バラへの愛情のうちに  
「他者を意識した価値基準」も持っていたからなのではないか。  
他に見劣りすることのない、物理的な意味の「唯一」という意味。  
→「絆を結んだもの」は自分にとっての唯一のものになる。その対象や基準は自分自身が選び取った個人的なものである。
- ②愛し方がわからない  
「たいせつなこと」や「絆を結ぶ方法」がわからない王子様は自分自身の行動が愛情を示しているものなのかかわからない。  
→たいせつなことは、「そのものために時間をかけること」  
「そうしたいと思う心」
- ③星々の大人たちと子どもの王子様の会話にて、  
数字やデータ、効率、肩書、外面的部分を評価する描写と長居できない王子様。(冒頭のボアと象の絵のメッセージ性)  
→「たいせつなことは目に見えない」の裏付け
- ④記録のような設定  
王子様の体がなくとも飛行士が彼をずっと慈しむ。  
そしてそれを「本」にする。  
→「絆を持ったものには永遠に責任を持たなければならない」  
王子の体=目に見える物がなくなっても、思いは続いていく。続ける努力をしなくてはならない

## 結論

大切なものとは、  
・(なにかのためにかけた、抱いた)素直な感情と時間が育んだ 信頼関係  
・思い入れがあるもの、またその思い  
目に見えるものがなくなっても、思いは続いていく。続ける努力をしなければならない。

## さらなる発展に向けて

社会学と作品が発表された当時の世界状況を視点に。

## 主な参考文献・調査等

「The Little Prince」研究社  
「星の王子さま」と聖書 ルドルフ・プロット  
星の王子さまの気付き 周保松  
サンテグ=ジュペリ アンドレー・ドヴォー  
☆大学教授(神学部)へのインタビュー

# 恋が与える効果について

315 大川桜子 萩原叶依

## 要旨

私達は恋が与える効果について調べて内面的にも外見的にもホルモンによるいい効果があることがわかりました。メリットだけでなくデメリットを考えて見たところ、依存傾向があったため、セルフコントロールを使った対策を考えてみました。

## 序論

### (1)研究の目的

感情というテーマで研究内容について調べていた際、恋をするときれいになるという言葉に出会い、根拠や恋をしたときの本当の効果について知りたいと思い研究を始めました。これについて調べることにより、恋をしているときに他のことのように両立させていくのかなどの点で、将来の私達にも還元できたらと思っています。

### 2)調査・研究方法の概略

- ・恋愛について関連のあることを挙げた。
- ・研究が還元できるかという観点からテーマを選んだ。
- ・それについてインターネットや本で知識を深める。
- ・一旦考察。
- ・ネガティブな面への対策を考える中で、セルフコントロールに出会う。
- ・その道の専門家にインタビューをする。
- ・それを踏まえて、最終考察。

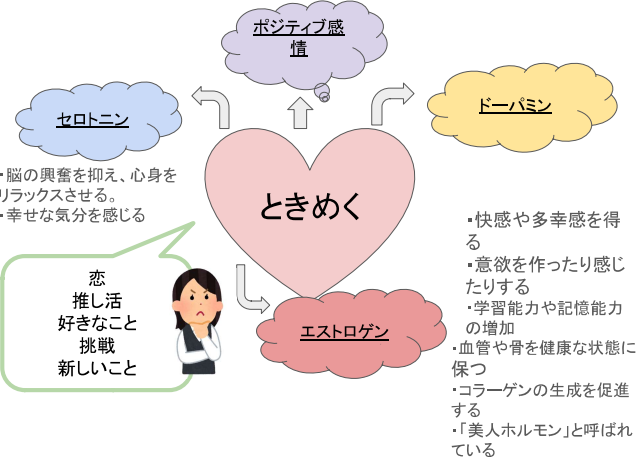
## 調査・研究

「恋をするときれいになる」は本当なのか？

恋をすると、以前より自分の容姿に気を使ったり、気分が明るくなったりしてきれいになるという言葉をよく聞く。

その一方で、受験生は恋をしないほうが良いという言葉や、依存しすぎてしまうという言葉も見かけたことがある。

恋愛中の人が恋人の写真を見ると、脳の快感をもたらす部位が活性化することがわかっており、逆に恐怖や悲しみ、攻撃的な感情を生じさせる部位は活性化しにくいこともわかっている。

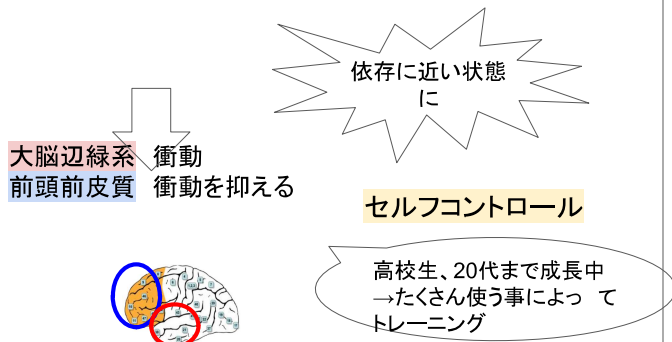


## インタビュー

新たな視点を得るために私達は東洋大学で心理学の教授をしていらっしゃる尾崎由佳さんにインタビューをしました。恋をしたり、スマホをいじっているときには私達は快楽を感じておりそれが依存につながってしまいます。こうなってしまうためにはセルフコントロールというものが重要です。私達高校生はまだ、衝動を抑える脳の期間が成長中であり、これを鍛える事によって、勉強とこれらのことをうまく両立することができるそうです。例えば、5分前行動を心がけたり、勉強のご褒美として推しの動画を見るなどが効果的だそうです。つまり、これらのことを日常の中で少し心がけることで私達は恋をすることで得られる効果を最大限にすることができるのではないかと考えています。

〈恋愛〉

好きな人と話す → 快楽を感じる → 脳が学習  
→もっとしたい



**結論** 恋が与える効果について、メリットとデメリットの両方から考えて、恋をするときれいになるという言葉通りホルモンの分泌によって内面的にも外見的にもきれいになること、その一方でその効果により、依存してしまう可能性があることがわかった。依存への対策として、セルフコントロールについても考えたが、実際に活用していくにはどうすればいいのかについては研究が不足していた。

## さらなる発展にむけて

校内発表において、恋に依存しないようにするためにセルフコントロールを使いこなせるかは、個人の意思によるものになってしまうので、そこをどうするのかという意見をいただきました。恋をする前からも意識的にセルフコントロールを行っていけば、恋をし始めたときに依存しにくい状態にすることはできるのではないかなと思うので、普段から取り入れやすいセルフコントロールの方法を考えて提案していけたらいいなと思っています。

## 「セルフコントロール尺度短縮版の邦訳及び信頼性・妥当性の検討」

東洋大学 尾崎由佳 京都大学 後藤崇志  
東洋大学 小林麻衣 沓澤岳

# これからの前橋商店街に必要なもの

316 遠藤和奏 山田朋実

## 要旨

バブル崩壊後の大規模小売店舗立地法改正や近年のオンラインショッピングの普及により、地方商店街が衰退してきている。一方で商店街を活性化させることは経済、安全面において多くのメリットがあり、全国には復興した商店街も存在する。この研究では、数年前はシャッター街と化していた前橋商店街の現状と近年の活性化に向けた取り組みの事例を関係者へのインタビューなどを通して調べ、高校生の視点から見つけた課題点や商店街のニーズに合わせた運営のあり方を考えた。

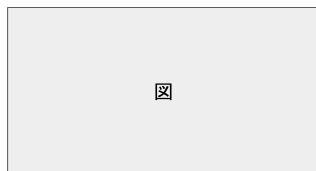
## 序論

### (1)研究の目的

商店街が昔と比べて衰退しているという現状を聞き、商店街の復興の糸口を見つけ、商店街の未来を明るくしたいと思った。

全国の商店街の復興事例より、方法は十人十色であるが、いくつかの共通点が見つかった。

- ・アクセスの便利さ
- ・ホームページのデザイン性
- ・情報発信
- ・定期的なイベント
- ・新規事業と新規雇用の増加



### (2)調査・研究方法の概略

①商店街の意義(メリット)について調べた上で、商店街の現状を調べる。克服すべき課題・原因を明確化する。

②前橋中央商店街を復興させるための具体的な手立てを打つ。

## 調査・研究 ②

### 【実際に訪れて挙げた課題点】

- ・古くから営業しているお店は、入口が狭く看板も小さいなど入りにくい雰囲気。
- ・中央通り商店街は人通りがあったが連結している周辺の商店街はほとんど人通りがない

### 【原因の仮説とその根拠】

- ・新しいホームページは中央商店街のことだけ
- ▶中央商店街の特定の店舗だけが認知度が高くなる？

- ・イベントの多くは商店街の「店」ではなく「スペース」を活用したものが多く
- ▶商店街を活用しきれていない？

cf.「宮崎県日南市油津商店街」の復興事例

- ・シャッターの下りた空き店舗に新しい店を誘致
- イベントの会場として数日間借りる⇒賑わいを生む⇒家主が貸すことに前向きになる⇒新しい店舗を誘致

## 調査・研究 ①

### 〈商店街の意義〉

- 地域の人とのつながり
- 地産地消
- 地域毎の特色
- 高齢者や近隣住民の買い物

### 〈商店街の課題〉

- 価格
- 商品ラインナップの少なさ
- 車によるアクセス
- 大型ショッピングモール

### 【全国の商店街の実態】

- ・商店街関係者の半数が60代以上、30代以下は6%
- ・関係者の70%が来街者数減ったと回答
- ・65%の商店街が、衰退していると自覚している

### 【前橋中央商店街の実態】

- ・1日あたりの歩行者数は1985年の1万5179人から2017年には1977人に激減した
- ・「西友LIVIN前橋WALK館」が06年に閉店
- ・近隣の「けやきウォーク前橋」により更に客は減少
- ・前橋三大祭りは、今も受け継がれている

### 〈前橋中央商店街の取り組み〉

- 定期的なイベント…街作りワークショップ、マエバシBOOK FES
- 個性的なイベント…コーヒーマーケット、前橋めぶくフェス
- イベント支援…会場の安価な貸出し
- 情報発信…HP、Facebook、instagram
- 起業支援…遊休不動産所有者と出店希望者のマッチングをサポートする事業者の登録制度、MAEBASHIBOOST

## 結論 (これからの商店街のために必要なもの)

- ・若者から高齢者まで、みんながアクセスしやすい情報源
- ・商店街の立地だけでなく、店そのものを活かしたイベントの開催

### さらなる発展に向けて

行政、企業、また、商店街を担っている人たちと手を組み、昔からの伝統を受け継ぎながらも、今の実情に合わせ、新しい商店街を作っていく必要がある。

2025年4月には前橋が舞台となったアニメ「前橋ウィッチーズ」が放送開始。前橋中央商店街のはじめ、これからの前橋にさらなる期待が寄せられている。

### 主な参考文献・調査等

- ・商店街における取組事例集(地域の持続可能な発展に向けた商店街づくりのノウハウ集:別冊)2022 経済産業省 中小企業庁 編
- ・内閣府地方創生推進事務局「中心市街地の活性化に関するアンケート調査」(H31.4)
- ・前橋中央通り商店街ホームページ【イラスト】  
<https://maebashi-witches.com/>

図

# 日本語を消滅させないために私達ができること

班 317 名前 関口莉奈 中島ゆりえ

## 要旨

言語は消滅する可能性がある。世界には消滅の危機に瀕している言語が多数あり、日本語もそのうちのひとつとされている。日本語の方言であるアイヌ語や、与那国語、沖縄語、八丈語などは消滅の危機にあると言われている。中でもアイヌ語は極めて深刻な消滅の危機にあるとされていたため、私達はアイヌ語に注目することにした。

現状としてはアイヌ語は日常生活で使われていることは全くないが、アイヌ語の文化を伝承していこうと様々な活動がなされている。アイヌ語が日常生活から消え去った要因に、「将来を考えるとアイヌ語より日本語を身につけたほうが良いと考えて大人たちにアイヌ語を伝承する姿勢がなくなった」という要因があることがわかった。このことから、日本語全体に視野を広げると、日本語を消滅させないために日本語の存在意義を理解し、大人たちが子どもたちに伝えていくことが大切だと考えた。

## 序論

### (1)研究の目的

私達の研究テーマは「文字」だった。文字の中でも日本語に限定して研究を進めることに決めた。RQを決めるために図書館の日本語について書いている本を探した。その中に「日本語が消滅する」という山口仲美さんの書籍を見つけた。読んでみると、日本語が将来的に消滅するかもしれないという考えたこともなかったことが書かれていた。もともと日本語の未来について研究したいと考えていたこともあって、日本語の消滅について考えることにした。私達は、もし日本語が衰退する未来があったとしても、日本語を消滅させたくないと考えた。そこで、日本語を消滅させないために、日本語が消滅するとしたらどういった原因が考えられるのかを知ることになった。原因が分かったあとはそれを防ぐ方策を考えて日本語を後世に残していくことを目的として研究を進めた。

### (2)調査・研究方法の概略

- ①日本語が消滅する 山口仲美 を読む
- ②本を参考にしながら自分たちで考察する
- ③インターネットやその他の文献を読んで考察を深める

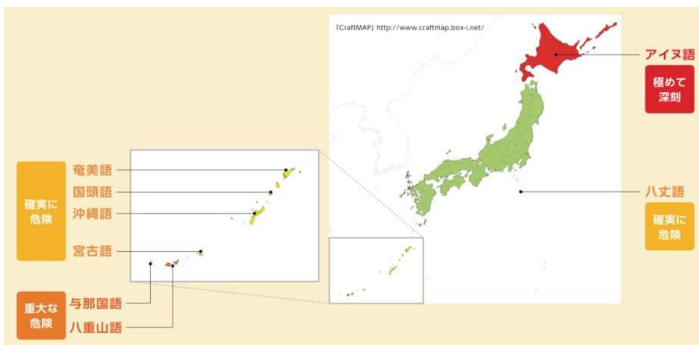
## 調査・研究 ②

「日本語が消滅する」という山口仲美さんの著書を参考に、アイヌ語が消滅した原因として下記3つが挙げられた。

- ①アイヌ語には文字がないので書き言葉として生き続けることが難しい
  - ②明治時代に日本語教育をはじめとするアイヌ民族への同化政策により子供がアイヌ語を話さなくなった
  - ③将来を考えるとアイヌ語より日本語を身につけたほうが良いと考えて大人たちにアイヌ語を伝承する姿勢がなくなった
- 日本語の場合一番可能性があるのは、原因③であると考えた。アイヌ語では、同化政策がされた時日本語とアイヌ語の2つの言語を話すことができるバイリンガルがいたが、子どもにはアイヌ語を伝承することなく日本語だけを学ばせたことで、日本語のモノリンガル(母国語から有利な外国語1言語に乗り換えた人のこと)が増え、アイヌ語を話す人は減った。同じことが日本語でも起こりうると思う。なぜなら、世界共通語である英語が日本語話者を将来減少させると考えるからだ。今は英語と日本語が共存しているが、グローバル化が進む中で外国人との交流が更に活発になれば世界全体でみたときにより多くの人々が使用している英語のほうが便利だと考えて、次世代の子どもたちに英語だけを伝承し、日本語が消滅する可能性が考えられる。

## 調査・研究 ①

SDGsに関わる多種多様なコンテンツをまとめ、発信しているメディア『Spaceship Earth(スペースシップ・アース)』より、ユネスコが発表した「世界の消滅危機言語地図(Atlas of the World's Languages in Danger)」によると以下の日本地図に示されているように、日本国内にも消滅の危機にある方言がいくつかある。



特にアイヌ語は消滅する言語として「極めて深刻」とされ、日本の方言の中では最も消滅の危機にあるとされている。次に与那国語と八重山語(やえやまご)は「重大な危険」とされており、奄美語、国頭語(くにがみご)、沖縄語、宮古語、八丈語は「確実に危険」とされていることがわかった。そこで私達は研究対象の言語を限定するために、日本語の中でも「極めて深刻」とされているアイヌ語に着目することにした。

## 結論

日本語消滅の原因として最も可能性が高いと考えられるものは、日本語から英語に乗り換えるモノリンガルが増えることだと分かった。日本語から英語に乗り換える理由は、英語の方が便利で日本語は必要ないと思うからだと分かった。そのため日本語の存在意義を後世に伝えていくことが重要だと考えた。私達の考察による言語の存在意義は、言語の多様性を守ること、世の中の多様性を守ることにつながる、ということだ。そしてそれは相互にはたらく関係にある。

## さらなる発展にむけて

研究対象を日本語に、その中でも方言のアイヌ語に絞るだけでなく他の言語の存続についても調べてみると、より言語存続の意義や消滅の原因、日本語の方言との比較などをし視野が広がり、存続のための方策も考えられるのではないかと。また、より実践的な言語消滅を防ぐ対策も考えてみたい。

## 主な参考文献・調査等

『Spaceship Earth(スペースシップ・アース)』  
[消滅危機言語とは？原因や守る理由、日本と世界の取り組み事例](#)  
日本語が消滅する 山口仲美

# ネイルと心理

—ネイルが自分自身に与える影響について—

318班 橋本唯花・中根千夏

## 要旨

ネイルをすると自己肯定感や積極性が増す。サロンネイルやセルフネイルを組み合わせることで、より満足するため自己肯定感や積極性が増す。

## 序論

### (1)研究の目的

メイクやファッションをはじめとするお洒落の一つとして、ネイルがあるが、ネイルに良くない印象を抱いている人も少なくない。そこで、ネイルをすることによるメリットを提示することができれば、ネイルが許容されやすくなり、ネイルによるお洒落をより楽しめるようになると考えた。本研究では、ネイルが本人に与える精神的な影響を調べることにした。これを、ネイルを仕事などのモチベーションを高めることに活かすこともできると考えた。

### (2)調査・研究方法の概略

- ①ネイルの大きな要素は色であると考え。そこで色彩心理学の本をもとに、色が自分にどのような心理的影響を与えるのかを調べる。
- ②より満足度の高いネイルについてインタビューを行う。

## 調査・研究 ① 色と心理の関係

色が相手に与える影響からネイルの盛り具合、多くの人と関わり合う職場で適応するネイルなどを調べて、誰にでも好印象を与えられるネイルを考えた。しかし、相手を受ける印象は、相手(年齢や性別など)によって異なるため、いくつか相手を設定して考えなければならず、調べる対象が広がってしまい難しいため、目的をネイルをすることによる自分へのポジティブな影響とは何かに設定することにした。

### ○ネイルの必要性

全くケアしていないより、している方が印象が良い

### ○色が与える影響

赤

精神的には情熱的な感情、愛を意味する

オレンジ

外向的な心理と結びつく→心の触れ合う人間関係を築きたいと考えているときに惹かれる

黄

視覚的な刺激が強い→惹かれるときは体力十分、体調良好な状態

緑

森林の色→穏やか、安心、安全の象徴

### ○職場によるネイルの評価

ネイルに関して、顧客との接点が少ない製造業や事務系はネイルの柄が付いていても比較的寛容だが、顧客との接点が多い流通・小売では厳しい。身だしなみとして必要とされるネイルだが、地味な色(肌の色に近い色)で飾りが付いていないほど周りからの評価は高い。

(NEWS LETTER 春の新生活、職場でのネイルのオシャレはどこまで許される?)

## 調査・研究 ② インタビュー

ネイルが自分自身にどのような影響を与えるのかを考えていくにあたって、ネイルによるポジティブな影響を調べようと考えた。そこでインターネットで論文などを調べていたところ、埼玉学園大学川久保教授の「ネイルは化粧を超えるか?」という論文を見つけた。これは、ネイルをすることによって積極的因子の得点が高くなるというものであったため、インタビューを実施した。

### ○サロンネイルとセルフネイルのメリット

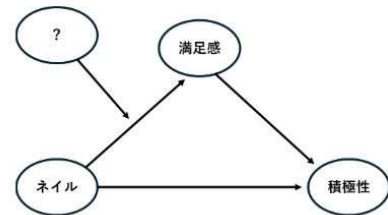
サロンネイル→プロの施術による満足感や特別感

セルフネイル→時短、低価格

→ネイルに関与しているやりがい

やりがいにはIKEA効果の関係している

IKEA効果・・・自分で作って完成させたものには特別な愛着が生まれ、より価値が高く感じられるという認知バイアス



「IKEA効果」とセルフネイル

このことより、サロンとセルフの2つを組み合わせればより満足できると考えられる

○ネイルが他の装飾(服やメイク)よりも良い点は、手を見るとすぐネイルが見れるという確認のしやすさである。

## 結論

女性に関して、ネイルをすると積極的になる。また、サロンネイルではお金を払いプロに施術してもらったという特別感が生まれ、セルフネイルでは自分で手間をかけることによるネイルへの愛着が生まれる。よって、自分の考えたデザインを用いてプロに施術してもらうなど、サロンとセルフを組み合わせればより自分の満足感が向上する。

## さらなる発展にむけて

女性に関しては、ネイルをすることにより外面だけでなく内面にも変化が起こる事がわかった。この研究をもとに、ネイルが男性に引き起こす影響についても研究していきたい。

## 主な参考文献・調査等

「NEWS LETTER 春の新生活、職場でのネイルのオシャレはどこまで許される?」「2018」「日本ネイリスト協会」  
「一瞬で心が整う『色』の心理学」「青春出版社」「2022」「南涼子 著」