

## 【研究室紹介】

# おしゃれと健康

平林由果

金城学院大学 生活環境学部 環境デザイン学科

## はじめに

本学科では、“人と環境へのやさしさ”に視点をおき、衣服・インテリア・生活空間・建築の各分野において、快適な環境づくりを提案し実践できる学生の育成をめざしている。学生はアパレル系、インテリア系、住居系のいずれかのコースを履修し、専門の資格取得をめざして学習している。

当研究室では、主にアパレル系とインテリア系の学生が卒業研究に取り組んでいる。研究テーマは、快適な生活環境の提案をベースに、衣服環境に関することから住環境に関する事、ユニバーサルデザインに関する事など、幅広い分野・内容に及んでいる。

## 最近の研究

最近取り組んでいる研究は、おしゃれをすることが心も身体も健康にすることを明らかにすることである。ファッション、化粧、ネイルなど、おしゃれをした時の心身への影響を心理的感情状態尺度によるアンケートおよび唾液中のストレスホルモン（コルチゾル）を分析することにより検討している。我々の研究において、自分のお気に入りの服を着た時、あるいは化粧やネイルを施すことにより、肯定的感情状態が上昇し、ストレスホルモンの分泌量が有意に減少することを確認した。以上のように、おしゃれをすることは、肯定的な感情を高め、ストレスを軽減することから、健康維持に役立つと考えられる。

もう一つの取り組みは、身体的な能力の衰えや障害などにより、衣服の着脱が困難になった方でも着やすい衣服提案のための研究である。機能性はもちろん、おしゃれと着心地のよさを追究している。これまでにフレアーパンツ（写真左）、ジャンパースカートの製作やジーンズのリフォーム（写真右）などの提案を行っている。後述するファッション工房で製品化し、多くの方へ安く提供することをめざしている。

## おしゃれ支援活動

### 1. ビューティーキャラバン

NPO 全国福祉理美容士養成協会、東海ゴム工業(株)と共同で高齢者のおしゃれ支援活動を実施している。施設を訪問し、それぞれの方に似合う服のコーディネートが学生が行い、美容師がヘアメイクを行う。参加した高齢者は、自分の姿を見て満面の笑みを浮かべてくれる。高齢者の笑顔を見て、学生も活動に参加した喜びを感じる。学生にとっては、授業では得られない貴重な体験である。

### 2. 金城学院ファッション工房

2009年4月に学院の120周年記念事業として、高齢者や障がい者のおしゃれ支援を行う工房を立ち上げた。衣服に関して困っていても諦めている人が多い。また、金銭的にも時間的にもファッションに気を遣う余裕のない人も多い。工房では、高齢や障がいでおしゃれを諦めている方のために安価で衣服のリフォームや製作を行っている。

おしゃれと健康に関する研究結果は、おしゃれは、人を元気にすることを示唆している。高齢になっても、身体が不自由でもおしゃれを楽しむことで活力がアップし、多くの人が健康な生活が送れる社会になることを願い、少しでもそれに貢献できるような研究を続けたいと考えている。



写真左：フレアーパンツ  
ウエストゴム、腰部ニット地使用、  
脚部が隠れラインが美しい

写真右：ジーンズのリフォーム  
後ろの腰から膝までニット地使用、  
ウエスト後ろ部ゴム

## <連絡先>

〒463-8521 名古屋市守山区大森 2-1723

金城学院大学生生活環境学部 平林由果

電話：052-798-4920（直通）

FAX：052-798-0370（学部事務室）

eメール：hirabaya@kinjo-u.ac.jp