令和４年度 東京情報大学総合情報研究所プロジェクト研究
研究実績報告書

１．研究課題名

被災高齢者に対するタッチング効果の研究

２．研究組織

区分	氏名	所属・職名
研究代表者	藤井かし子	看護学部 看護学科・准教授
研究分担者	石井優香	看護学部 看護学科・助教
	金子菜々佳	看護学部 看護学科・学部生
	宮永香澄	看護学部 看護学科・学部生
	赤松瑞希	看護学部 看護学科・学部生

３．研究期間

2022 年 4 月 1 日～2023 年 3 月 31 日

４．研究の目的

高齢者の集いに定期的に参加する災害公営住宅などに暮らす高齢被災者とその近隣に暮らす高齢被災者を対象に、タッチングと手のマッサージの介入によるリラックス効果と、副交感神経の亢進効果について検討する。

５．研究報告

本研究は、東京情報大学倫理審査委員会の承認を得て実施した。対象者は、研究の同意を得た男性 2 名、女性 11 名合わせて 13 名の対象者が参加した。対象者をくじ引きでランダムにタッピングのみの群 6 名とタッピングとハンドマッサージの群 7 名に分けた。介入前後に、心拍数、唾液アミラーゼ、脳波、緊張覚醒項目を調査した。調査実施者全員が、アイグレー合同会社のマシュマロタッチの手法と一般社団法人タッピングタッチ協会のマニュアルにあるタッピングタッチの手法について、事前に研修を受けて技術を取得したうえで、介入を実施した。両群の対象者の 13 名中 11 名の心拍数は低下したが統計的には有意な差がなかった。アミラーゼ値は個別性があり、判断が困難であった。特定の病気を抱えている対象者の値は高値だったことから、個人別に前後差を検証する必要があった。脳波に関しては、両群ともスローアルファー（青）の脳波電圧は向上し、ミッドアルファーが低下したことから、リラクゼーション効果があったと考える。タッチングまたはタッチングとマシュマロタッチの介入を比較した結果、緊張覚醒度では、タッチングとマシュマロタッチの介入に、

有意な低下がみられたことから、タッチングとマシュマロタッチの両方の介入をしたほうがリラクゼーション効果は高いと推測できた。本研究で用いた介入内容は、被災高齢者を対象としたリラクゼーション効果と副交感神経の亢進への効果につながることが示唆できた。介入プログラム作本研究は対象人数が少なかったため、今後は、参加者数を増やして介入の効果を検証する必要がある。

６．成果の公表

2022 年 10 月に福島県二本松市復興住宅集会所にて研究成果を発表 2023 年 3 月 15 日総合情報研究所プロジェクト発表会にて発表 2023 年 7 月にカナダで開催される予定の国際看護師学会で発表演題受理（受理はされたが、発表を却下した）今後、2023 年度秋に開催される日本ヒューマンヘルスケア学会で研究分担者が発表予定 Feasibility Study として論文作成予定