

卒業論文～日本の精油と海外の精油

会員 ID 00346

テーマ・・・日本在来植物の精油と外来種の精油の効能比較。

仮説・・・小さな頃かいだ香り、懐かしい香りの方が、リラックス効果がより高いと言われる。日本人には日本人に馴染んだ香りの方が安らぎや癒し効果が得られるはずである。よって、類似した精油であっても、外来種の精油よりも、日本在来植物の精油の方が効果的なのではないかな？

対象：日本人 合計42人。

性別、年齢層による人数構成は以下のとおり。

性別／年齢	29歳以下	30～50歳代	60歳以上
男性	5名	7名	5名
女性	5名	14名	6名

実験内対象品・・・P：日本の精油＝柚子，Q：海外の精油＝レモン

E-conception クリームベースに精油濃度3パーセントを混ぜた物。

- *A, Bだと、無意識に順序付けがなされるため、サンプル名はPとQにする。
- *サンプルの提示、ハンドマッサージの順序によっても結果に影響する可能性があるため、P（左手）→Q（右手）のグループ、P（右手）→Q（左手）、Q（左手）→P（右手）、Q（右手）→P（左手）の4グループに事前に分けておく。
- *クリームの容器にはP, Qと記載し、対象者に精油名は伝えない。

効能比較法：香りを嗅いだ前後での気分の変化を確認。

- 実験手順：1) フェイス項目（プロフィール）ご記入いただく。
2) 被験者の手にそれぞれP,Qのうち1種類のクリームを塗る。
3) 香りの第一印象を第一アンケートで行う。
4) ハンドマッサージを行い、施術後の印象を第二アンケートで行う。
5) もう一つのサンプルで、2～4まで同じ行程を行う。
6) 2つのサンプルを比較した第三アンケートを行う。

集計方法：気分や好み、感想には5段階のフェイススケールを利用し、それぞれに1～5

の数字を振り、数字化して集計する。全体の統計を取ると同時に、性別、年齢層別の集計も行い、性別や年齢によって結果に違いが出るか確認する。また、実験順序による集計。

被験者は、家族、親族、友人、知人、オーガニックヘナ専用美容院のお客様、軽度精神疾患のある利用者さんの施設、フリースクールの皆様にご協力いただいた。

各年齢性別グループがすべて5名以上になった時点で打ち切りとした。

この香りが好きですか？

P(柚子)

表1

グループ	人数	大好き	まあまあ好き	どちらともいえない	あまり好きではない	嫌い
～29歳男	5	2	2			1
～29歳女	5		4	1		
30～59歳男	7	2	2		3	
30～59歳女	14	5	6	3		
60歳～男	5		4		1	
60歳～女	6	1	2	2	2	
～29歳	10	2	6	1	0	1
30～59歳	21	7	8	3	3	
60歳～	11	1	6	2	2	
男性	17	4	8		4	1
女性	25	6	12	6	1	
アロマ経験者	12	4	4	3	1	
友人・知人	20	7	10	2	1	
初対面	22	3	10	4	4	1
イメージ ◎	4	3	1			
イメージ △	26	5	15	5	1	
イメージ ×	12	2	4	1	4	1
全体数	42	10	20	6	5	1
点数	159	50	80	18	10	1
%		23.8	47.6	14.3	11.9	2.4

Q(レモン)

表2

グループ	人数	大好き	まあまあ好き	どちらともいえない	あまり好きではない	嫌い
～29歳男	5	2	2			1

～29歳女	5		4	1		
30～59歳男	7	2	2		3	
30～59歳女	14	5	6	3		
60歳～男	5		4		1	
60歳～女	6	1	2	2	2	
～29歳	10	2	6	1	0	1
30～59歳	21	7	8	3	3	
60歳～	11	1	6	2	2	
男性	17	4	8		4	1
女性	25	6	12	6	1	
アロマ経験者	12	4	4	3	1	
友人・知人	20	7	10	2	1	
初対面	22	3	10	4	4	1
イメージ ◎	4	3	1			
イメージ △	26	5	15	5	1	
イメージ ×	12	2	4	1	4	1
全体数	42	10	20	6	5	1
点数	159	50	80	18	10	1
%		23.8	47.6	14.3	11.9	2.4

P(柚子)と Q(レモン)どちらが好きですか？

表3

グループ	人数	P	どちらでもない	Q
～29歳男	5	1	2	2
～29歳女	5	3	1	1
30～59歳男	7	3		4
30～59歳女	14	4	3	7
60歳～男	5	2		3
60歳～女	6			6
～29歳	10	4	3	3
30～59歳	21	7	3	11
60歳～	11	2		9
男性	17	6	2	9
女性	25	7	4	14
アロマ経験者	12	2	2	8

友人・知人	20	5	2	13
初対面	22	8	4	10
イメージ ◎	4	2	1	1
イメージ △	26	8	3	15
イメージ ×	12	3	2	7
Pから施術	26	7	4	15
Qから施術	16	6	2	8
全体数	42	13	6	23
%		31	14.3	54.7

表3より、不思議なことに、若い世代は柚子を、歳が増すごとにレモンの方が好きになっている。アロマセラピー経験者や年配者もレモンの方が好きな方が圧倒的に多い。60代以降の女性は100%レモンの方が好きである。これはベテランの主婦ほどレモンにかかわる機会が多いから、慣れた物には感動を失うため刺激を求める人間の特徴、慣れ親しんだものを大事にしないで新しい物好きの日本人特有の特徴なのかと考えられる。また、昨今は柚子よりレモンが食事に、お菓子里、飲み物に、生活用品にもと多用されている。特に今年の流行はレモンのように、色んなレモン味やレモンの香りが各社商品を出していて、スーパーに行くときあれもこれもレモンと書いてあるのを見かけるし、どこ生鮮食品売り場でも一年中レモンを販売している。一方、柚子は実を売っているのは季節の冬のみであり、売っている量もわずかで、柚子商品も冬が多い気がする。柚子精油も海外では人気の香りになっているが、食品業界で引っ張りだこで、アロマ用の精油は少なく、精油材料も不足しているという現状だそう。今では、日本ではレモンの方がメジャーになっているのは事実なので、結果に影響しているとも思える。

柚子に関しては自然な香り、やさしいと表現される方が多く、レモンはきつい、はっきりしていると表現される方が多かった。

また、最初と後で思っていた事が変わった方も数名いた。

後から施術した方が好きと答える方がより多かった。

イメージが正しい人ほど、柚子が好きなようである。

ハンドトリートメント後の気分はいかがですか？

P(柚子)

表4

グループ	人数	良 1	2	3	4	5 悪
~29歳男	5	4		1		
~29歳女	5	4	1			
30~59歳男	7	3	4			

30~59歳女	14	7	7			
60歳~男	5	2	3			
60歳~女	6	3	2	1		
~29歳	10	8	1	1		
30~59歳	21	10	11			
60歳~	11	5	5	1		
男性	17	9	7	1		
女性	25	14	10	1		
アロマ経験者	12	8	4			
友人・知人	20	13	6	1		
初対面	22	10	11	1		
イメージ ◎	4	3	1			
イメージ △	26	16	9	1		
イメージ ×	12	4	7	1		
全体数	42	23	17	2		
点数	189	115	68	6		
%		54.8	40.5	4.7		

Q(レモン)

表5

グループ	人数	良 1	2	3	4	5 悪
~29歳男	5	4	1			
~29歳女	5	3	1		1	
30~59歳男	7	2	4	1		
30~59歳女	14	8	6			
60歳~男	5	2	2	1		
60歳~女	6	3	3			
~29歳	10	7	2		1	
30~59歳	21	10	10	1		
60歳~	11	5	5	1		
男性	17	8	7	2		
女性	25	14	10		1	
アロマ経験者	12	9	3			
友人・知人	20	15	3	1	1	
初対面	22	7	14	1		
イメージ ◎	4	3	1			

イメージ △	26	13	10	2	1	
イメージ ×	12	6	6			
全体数	42	22	17	2	1	
点数	186	110	68	6	2	
%		52.4	40.5	4.8	2.4	

表3, 4により、ほとんどの方が気分が良くなっているのがわかる。より柚子の方が、評価が高いようである。

20代までの方、経験者、友人や知人、イメージが100%わかった方がより気持ちよかったと答えている。

PとQ、ハンドトリートメントを受けてより心地良かったのはどちらですか？ 表6

グループ	人数	P	どちらでもない	Q
～29歳男	5	1	3	1
～29歳女	5	4		1
30～59歳男	7	2	1	4
30～59歳女	14	8	3	3
60歳～男	5	2		3
60歳～女	6	2	2	2
～29歳	10	5	3	2
30～59歳	21	10	4	7
60歳～	11	4	2	5
男性	17	5	4	8
女性	25	14	5	6
アロマ経験者	12	6	2	4
友人・知人	20	9	3	8
初対面	22	10	6	6
イメージ ◎	4	3	0	1
イメージ △	26	12	6	8
イメージ ×	12	4	3	5
Pから施術	26	10	6	10
Qから施術	16	9	3	4
Pが好き	13	9 (Pから先4人、 Qから先5人)	1 (Pから)	3 (Pから)

Q が好き	23	9 (P から先5人、 Q から先4人)	4 (P から)	10 (P から先6人、Q から先4人)
全体数	42	19	9	14
%		45.3	21.4	33.3

表6により、半数ほどの方がP(柚子)の方が、3割ほどの方がQ(レモン)の方が心地よかったと答えている。イメージを100%正解していた方、~29歳までの女性は高い確率で柚子が良いと答え、30歳以降の男性に関してはレモンの方が良かったようである。

モニターの方は、先に施術した方の効果を後で施術した方の効果だと思い込んでいる方も多かったような気がした。だからなのか、後で施術を行った方は気持ちよかったと答えている方が多い。

まとめ

全体を通してわかった事は、仮説は正しかったと言える。表3ではレモンの方が好きな方が多いが、表6では逆転して柚子の方が心地良かったという答えが出ている。年齢、性別、知人かどうか、先か後か、利き手や疲れている方の手か、好みなど色んな事由によっても変わってくる事もわかった。効果は一定のはずが、心理状態や思い込みでも結果を変えるほどの力が人間には有る事を再確認した。が、最終的には、人間の本能の方が優先されるようである。

最後に、今回のアロマハンドトリートメントを通して、効果大である事を認識した。

モニターが最初気分の平均値3.6、体調は3.3と良くない方が意外に多くてびっくりしていたが、柚子施術後4.5、レモン施術後4.4と非常に効果があった。モニター前は、効果が出るか不安であったが、鳥越苦勞だった。体があたたかくなった、気分が良くなった、疲れが取れた、気持ちよかったと効果にびっくりされる方が多く大変喜んでいただけただけ。また、私自身も日頃冷え性でどうやって手のひらを温めようかと悩んでいたくらいだったが、手が熱くなり、日に日に熱くて汗も止まらず困ったくらいだった。自分自身が一番の効果経験者になった。結果に影響しないように精油のそれぞれの効果は終わってから調べて、びっくりする事となった。

このような事から、また機会を持ちたいなあと思った。