

日本健康心理学会メールマガジン No.34



2015年5月21日 第34号

Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラムvol.29 文化学園大学 安永明智先生

1) 学会からのお知らせ <http://jahp.wdc.jp.com/>

■研修委員会より

第33回日本生理心理学会学術大会に参加すると、認定健康心理士の研修ポイント1ポイントが与えられます。
日時・場所：2015年5月23～24日・グランフロント大阪
大会長：山田富美雄
<https://r3.quicca.com/~tjyjqc/jspp2015.com/nc/>

■研究推進委員会より

2015年度の研究部会の助成の募集を開始しました。
<http://jahp-research.blogspot.jp/>

■国際委員会より

The 3rd Psychology and Health Conference (PHC 2015)
同時開催：The 2nd International Conference on Educational Psychology and Applied Social Psychology (EPASP 2015)
The 2nd International Conference on Positive Psychology and Well-being (CPPWb 2015)
日時・場所：2015年9月18～20日・上海
<http://www.scirp.org/Conference/Home.aspx?ConferenceID=132>

2) 健康心理学コラムvol.30

「おしゃれを楽しむことは健康につながる？」
(文化学園大学 現代文化学部 安永 明智 先生)

2014年9月に発売された、个性的におしゃれを楽しむ一般の高齢女性をモデルにした写真集「OVER60 Street Snap」(主婦の友社)が人気を呼んでいるそうです。

彼女たちにとっておしゃれを楽しむとは、今はやり(?)の若さを追及する「アンチ・エイジング」ではないようです。この写真集に出てくるある女性の言葉を借りれば、『周りからどう見られるとか、自分の年齢だとか、特に意識しないわ。』

ただ自分の好きな服を着ているの』ということのようです。写真集に登場する女性たちのように、ファッションに興味を持ち、おしゃれを楽しむことは、心身の健康の維持増進につながるようです。

私たちが70歳以上の高齢者を対象に実施した調査研究の結果から、自分や他人の服装、流行に関心が高い人は、そうでない人と比較して、活動性が高く、ボランティアや町内会活動に積極的に参加しており、さらにメンタルヘルスが良好であること、また自分の好みを重視して服装を選択していることは、生きがいの高さと強い関連を示すことなどが明らかとなりました。

この調査は、横断的なものであるため、その因果関係までは言及できませんが、おしゃれを楽しむことによってもたらされる「わくわく」「どきどき」といった気持ちは、外出への積極的な態度につながり、心身の健康状態を高めるのではないかと推測されます。

ファッションと健康の関係に関する研究は量・質ともにまだまだ不十分で、エビデンスの蓄積が必要です。今後、私たちも縦断調査や介入研究で、高齢者の心身の健康増進へのおしゃれの効用を確認していきたいと思っています。

□関連文献

安永明智、野口京子、谷口幸一、高齢者における装いへの関心とQOLの関連。
文化女子大学人文・社会科学研究19巻、63-72頁、2011年。
<http://ci.nii.ac.jp/naid/110008616552>

Yasunaga A., Yaguchi K., Noguchi K. Interest in and standard of selection of clothing related to quality of life in older Japanese adults: Sex, age, and physical function differences.
健康心理学研究27巻2号、103-112頁、2014年。
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jahp/27/2/27_103/article/-char/ja/

日本健康心理学会広報委員会
<http://jahp-public.blogspot.jp/>

メールマガジンの配信停止、アドレス変更については下記アドレスまで。
日本健康心理学会事務局 <jahp-post@bunken.co.jp>

メールマガジンへのご意見・ご感想については下記アドレスまで。
広報委員会 <jahp-ML@bunken.co.jp>

過去のメールマガジンは、こちらからご覧いただけます
<http://jahp.wdc.jp.com/health/health1.html>