

ウエディングドレス着用が 更年期女性に及ぼす心身への影響

Influence on Mind and Body whom the Wedding Dress Causes
for the Change of Life Woman.

長谷部ゆかり・齋藤文子*

Hasebe Yukari, Saitoh Ayako

要 約

老年期を目前にした更年期にある女性は、閉経、子どもの独立など様々なライフイベントの変化からもストレスが蓄積し更年期うつ病や更年期障害などを引き起こす危険性がある¹⁾。このため、医療職者は更年期女性の健康管理に着目し、心身の健康を保持するようなサポートが必要だと考える。高齢者には、老徴の現れとともに身だしなみやおしゃれに対して消極的になる傾向があり、心身ともに老化を促進させる要因となる²⁾との報告があり、化粧療法などの生活意欲向上方法が提案されている。一方、加齢とともに機会が減少するような結婚式などの非日常的なイベント時の装飾が生活意欲向上にどのように影響するのか報告された例はない。今回、更年期女性に対しウエディングドレス着用というイベントを提供した結果、精神的側面への影響を認めた。

Key Words : 更年期, ウエディングドレス, 日本語版 POMS (Profile of Mood States)

はじめに

女性は男性と生殖機能の違いより、初経、妊娠、出産、閉経、そして更年期があり、それに伴って社会的役割などライフサイクルも男性と異なり、ストレスも多く、うつ病に罹患しやすい¹⁾。また、この時期は子どもの

*齋藤文子所属：藤田保健衛生大学医療科学部看護学科

就職や結婚により母親としての役目が終了し「空の巣症候群 (empty nest syndrome)」と呼ばれる状態をきたす²⁾。このように、更年期は、様々なライフイベントの変化からも精神的側面への影響が大きいと考える。子どもの独立後に自分の趣味や生きがいの時間を持ったり、友人との交流や地域活動への参加の時間など楽しみの時間を持つことができれば、精神的側面の健康を維持しさらには生活の質 (Quality of Life; QOL) の向上に繋がるが、逆に自らの楽しみの活動を持つことができなければ危機的状況に陥ると考える。大蔵ら³⁾も、老年期の入り口である更年期から閉経期の健康管理に適切に取り組む必要があると述べており、私たち医療職者は更年期女性の心身の健康に着目し、更年期症状や更年期うつ病を予防するサポート体制作りが必要ではないかと考える。

これまで、更年期女性の健康管理について⁴⁾や、更年期症状に着目した調査研究^{5) 6)}はいくつか報告されているものの、更年期女性に対して更年期障害や更年期うつ病を予防するための楽しみの活動や生きがい活動などのアプローチをした介入研究は見当たらない。そこで、今回、毎日の生活の中に楽しみの活動や生きがい活動がないという更年期女性に対して、そのような楽しみの時間を提供することにより、快の気分を与えることができないかと考え本研究に取り組むことにした。

黒田ら²⁾は、化粧には気分・感情の改善、自己概念の変化、性格傾向の変化など心理的効果があるといわれていると述べている。高齢者がおしゃれに強い関心を持っている⁷⁾という報告もあり、年齢に関係なく女性は、おしゃれを楽しんだり、おしゃれに関心を持っているのではないかと考える。

化粧療法に代表される生活意欲向上方法が提案されている一方、加齢とともに機会が減少するような非日常的なイベント、例えば、七五三、入学、成人式、結婚式の時の装飾が生活意欲向上にどのように影響するのか報告された例はない。仮にこのような非日常的なイベント時の装飾が生活意欲向上に繋がれば、更年期女性の健康管理方法として、効率的な手段となる。そこで、非日常イベント時の装飾の代表としてウエディングドレスを更年期女性に着

用して頂くイベントを提供し、更年期女性に及ぼす心身へ影響を調査する。今回、ウエディングドレス着用イベントの直後の影響について報告する。

1. 目的

本研究は、更年期女性のウエディングドレス着用が心身（身体的側面および精神的側面）にどのような影響を及ぼすのか調査することを目的とした。

2. 用語の定義

更年期とは、45歳から55歳あたりの閉経の前後数年、心身に大きな変化が現れるとされる時期⁸⁾とする。

3. 研究方法

3.1 研究期間

平成21年8月

3.2 事例

在宅で生活をしている更年期の女性1名。

3.3 基本属性の情報収集

年齢、1日の生活の流れ、運動量、食事量、健康状態、更年期症状の自覚の有無、既往歴、現病歴について聞き取り調査をした。

3.4 身体的側面における情報収集

対象者に、実際にウエディングドレスを着用して頂き写真撮影をした。ウエディングドレス着用前後、写真撮影前後に身体的側面の反応（血圧、脈拍数、呼吸数）を測定した。測定は、面接を開始する前（面接前）、ウエディングドレスを着用する直前（ウエディングドレス着用直前）、ウエディングドレスを着用し写真撮影を施行した後（写真撮影終了後）に実施した。さら

に、面接前と写真撮影後に唾液アミラーゼ値を測定した。血圧と脈拍数測定は家庭用血圧器、唾液アミラーゼ値測定は酵素分析装置唾液アミラーゼモニター（ニプロ株式会社）を使用した。

3.5 精神的側面における情報収集

日本語版 POMS (Profile of Mood States) を用いて、ウエディングドレス着用前後の気分を評価した。評価は、面接前と写真撮影終了後に実施した。日本語版 POMS は気分を表す65項目の言葉が提示されており、被験者は各項目ごとに5段階（0～4点）のいずれかを選択し各感情尺度（緊張 - 不安；T-A、抑うつ - 落ち込み；D、怒り - 敵意 A-H、活気；V、疲労；F、混乱；C）ごとに合計得点を算出するものである⁹⁾。さらに、半構成的面接法を用いて、対象者の承諾を得て IC レコーダーに録音しながら、現在の生きがいや趣味、結婚式の思い出、ウエディングドレスを着用することへの思い、ウエディングドレスを着用した感想、このような楽しみの時間を持つことについて話して頂き逐語録に残した。

3.6 分析方法

身体的側面の反応（血圧、脈拍数、呼吸数）と日本語版 POMS の各値を面接前、ウエディングドレス着用前、写真撮影後で比較した。さらに唾液アミラーゼ値を面接前と写真撮影後で比較した。

また、面接内容を逐語録し、ウエディングドレス着用の思いを示しているものをそのまま抽出し、それらを類型化する目的でマトリックスを作成した。さらに、類似するもの同士で分類し、その分類によるマトリックスを基に、ウエディングドレスを着用することへの影響として妥当であるか検討しラベル化した。この過程は、看護師2名で別々に行い、一致したものを採用した。

3.7 倫理的配慮

研究者がインフォーム・ドコンセントを行い、本人より文書による同意を

得た。内容は、本研究の目的と方法、個人情報の保護、研究協力が任意であること、研究に協力をしなくても不利益を受けないこと、研究の協力による利益と不利益、研究への同意と取り消しの自由、研究成果の公表であった。

4. 結果

4.1 対象者の属性

55歳，女性。夫と義母との3人暮らしであり，子どもはすでに独立し事務職員として常勤で働いていた。研究当日の生活は普段と変わりなかった。

4.2 身体的側面について

身体的側面の情報として血圧，脈拍数，呼吸数を面接前とウエディングドレス着用直前および写真撮影終了後に測定した。唾液アミラーゼ値は面接前と写真撮影終了後に測定した。血圧は，面接前159/94mmHg，ウエディングドレス着用直前156/88mmHg，写真撮影終了後158/92mmHgであった。脈拍数は面接前74/分，ウエディングドレス着用直前67/分，写真撮影終了後79/分であった。呼吸数は面接前14/分，ウエディングドレス着用直前12/分，写真撮影終了後14/分であった。唾液アミラーゼ値は面接前72kIU/L，写真撮影終了後70kIU/Lであった。

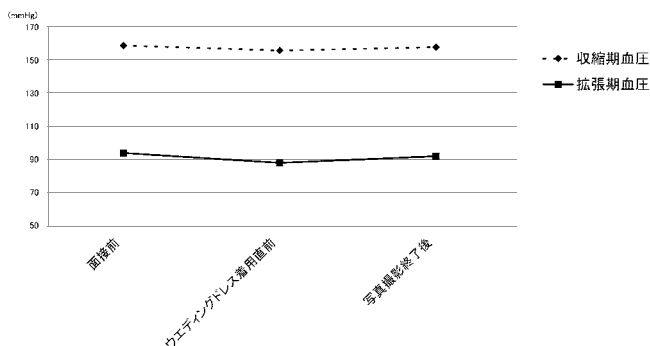


図1. 面接前、ウエディングドレス着用直前、写真撮影終了後の血圧の比較

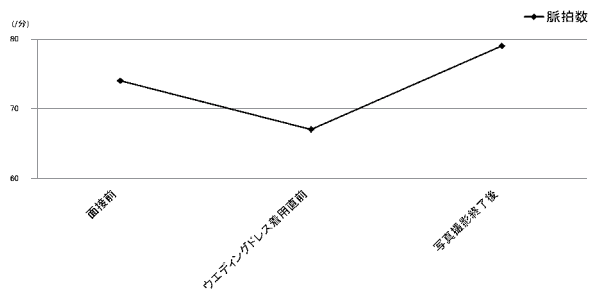


図2. 面接前、ウエディングドレス着用直前、写真撮影終了後の脈拍数の比較

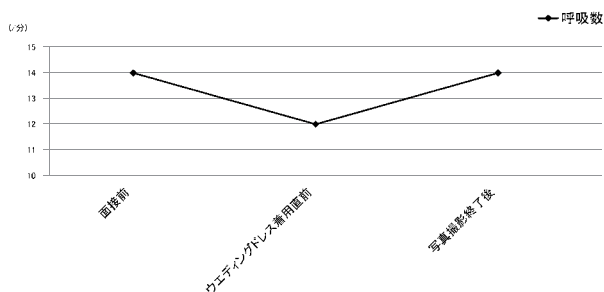


図3. 面接前、ウエディングドレス着用直前、写真撮影終了後の呼吸数の比較

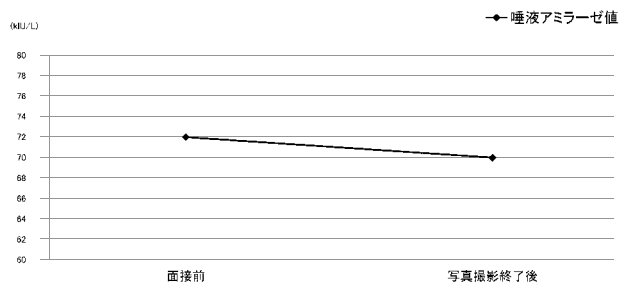


図4. 面接前、写真撮影終了後の唾液アミラーゼ値の比較

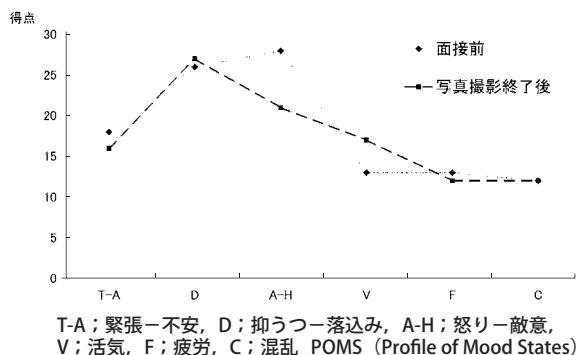


図5. 日本語版 POMS の比較

4.3 日本語版 POMS による精神的側面について

日本語版 POMS の各感情尺度の得点を面接前と写真撮影終了後に測定した。T-A は面接前18, 写真撮影終了後16。D は面接前26, 写真撮影終了後27。A-H は面接前28, 写真撮影終了後21。V は面接前13, 写真撮影終了後17。F は面接前13, 写真撮影終了後12。C は面接前12, 写真撮影終了後12。面接前と写真撮影終了後の日本語版 POMS の比較で変化を認めた感情尺度は2項目あり, A-H が写真撮影終了後に低下し, V は増加した。

また, 現在の生きがいや趣味, 結婚式の思い出, ウエディングドレスを着用することに対しての思いなどをウエディングドレス着用前後に半構成的面接法を用いて調査した。面接時間は約1時間であった。また, 逐語録から15のカテゴリーが抽出できた。【昔の結婚式】, 【理想の結婚式】, 【自分の結婚式】, 【新婚旅行】, 【家族関係】, 【生きがいのない日々】, 【自由な時間がないことによるストレス】, 【楽しみの時間】, 【体調管理】, 【更年期障害への不安】, 【おしゃれへの気遣い】, 【ウエディングドレス着用への楽しみ】, 【ウエディングドレス着用後の快の気持ち】, 【ウエディングドレス着用後の負の気持ち】, 【ウエディングドレス着用についての今後の希望】であった。このうちウエディングドレス着用への思いについては【ウエディングドレス着用

への楽しみ】、【ウエディングドレス着用後の快の気持ち】、【ウエディングドレス着用後の負の気持ち】、【ウエディングドレス着用についての今後の希望】の4つのカテゴリーが明らかとなった。

5. 考察

5.1 身体的側面について

身体的側面の情報として血圧、脈拍数、呼吸数を面接前とウエディングドレス着用直前および写真撮影終了後に測定した。唾液アミラーゼ値は面接前と写真撮影終了後に測定した。各時期において、全ての項目で著明な変化を認めなかった。血圧は面接前から高値を示していたが、高血圧の指摘を受けたことはないとのことで、これはウエディングドレス着用というイベント自体への緊張感や興奮によるものではないかと考える。ウエディングドレスの着用前後で身体的側面における全ての項目で著明な変化を認めなかったため、ウエディングドレス着用は身体的側面への影響はないと考える。

5.2 日本語版 POMS による精神的側面について

日本語版 POMS で得点に変化を認めた項目は A-H と V だった。A-H は写真撮影終了後に得点が低下した。この項目は、怒りと他者への敵意を示す尺度であり、この尺度の得点が高い場合はイライラしている状況を表すが、写真撮影終了後は怒りが低下している。対象者は「年齢の割に仕事が多すぎる」、「休みが週 1 回しかないから何もできない」、「やりたいことはないし、時間もない」、「お父さん（夫）は自分の趣味に没頭していて勝手にやっているから」と述べており、日々の生活の中でどうして自分だけがこんなに大変な思いをしなくてはいけないのだろうか、自由な時間が持てないという苛立ちが強かったと考えられる。しかしウエディングドレス着用により自分の時間を自由に楽しみながら過ごすことができたことにより対象者の苛立ちが低下したのではないかと考える。さらに、V は元気さ、活力を現す項目であり面接前は V が 13 であったのに対し写真撮影終了後には 17 まで上昇し、活力や生

表 1. 面接内容におけるカテゴリー分類 1

	カテゴリー	データ
結婚式と新婚旅行	昔の結婚式	ドレスは全く着たことがない ドレスは昔はあったが、周りの人は誰も着ていなかった 昔は着物と振袖に決まっていた 友達の結婚式でもドレスを着ている人はいなかった キリスト教の知り合いはドレスを着ていたけど 教会式がなかったから
	理想の結婚式	テーブルとイスの結婚式がよかった 音楽を入れた賑やかな結婚式がよかった 今の流行りの曲を使い盛り上げたい ドレスを3着着て結婚式したかった つめ襟のドレスを着てみたい
	自分の結婚式	赤のうちかけと角隠しの衣装を着た 美容師さんが家に来て着せてくれた その頃はさかづきを交わして家で結婚式をした 披露宴は別のところでした 親戚、友達を呼んで披露宴をした 一番嫌だったのが、正座して披露宴をしたこと 足を崩してはいけなから終わった後立てなかった 4時間も座ったままで、もう絶対嫌 式が終わったら振袖に着替えた 披露宴ではご飯も食べられなかった ケーキ入刀とか花束贈呈はした
	新婚旅行	新婚旅行は黒いブレザーで行った ベアルックが流行っていて海外に行った
	家族関係	子どもはみんな独立したけど、これまで大変だった 昔は家族でよく出かけたけど今は子どもも家庭があるから別々だしね お父さんは自分の趣味に没頭していて勝手にやってるから
生きがい	生きがいのない日々	楽しいことは何もない 生きがいなんてないわ 毎日嫌になる 家にいても全然楽しくない
	自由な時間がないことによるストレス	孫はかわいいけど、毎日面倒見るのは疲れる 休みの日は家の畑の草むしりしたり、掃除したり 休みが週1回しかないから何もできない 年齢の割に仕事が多すぎる やりたいことはないし、時間もない 何でも家のことやらなきゃ行けないから忙しすぎて倒れそう おばあちゃんが病気の時は看病と仕事でかなり痩せた
	楽しみの時間	若い人と話したら若返ることができるし若い人と話したいと思う
	健康管理	体操や運動をして体調を整えている
更年期障害	更年期障害への不安	体が熱くて熱くて更年期かなって思ったことがある 友達で更年期障害の人がいた 更年期障害かなと思うことはあっても病院にも行っていないしわからない
おしゃれ	おしゃれへの気遣い	化粧は毎日して綺麗でいられるように心がけている やっぱり化粧しておしゃれした方が綺麗 人と会う仕事をしているから汚い格好はできない

表 2. 面接内容におけるカテゴリー分類 2

	カテゴリー	データ
ウエディングドレス着用前	ウエディングドレス着用への楽しみ	わくわく、ときどき ドレス着てみたいと思っていた もう、亡くなってもいいわ ドレスを着ている人を羨ましいと思っていた 自分もドレスを着たい こういう機会がめっちゃ嬉しい 白のドレスが着たかった 毎日化粧をしているが今日はいつもより丁寧にした
ウエディングドレス着用後	ウエディングドレス着用後の快の気持ち	楽しかった 今まで着たことないのを着たから感動 初めて着たから 撮影はえらくなかったし、わくわくした 誰もいないところで着るんだから大丈夫 こんな機会なかったから嬉しかった 写真が楽しみ
	ウエディングドレス着用後の負の気持ち	自分では綺麗とは思わなかった 年をとりすぎている 他の人が見たら笑うかもしれないけど 結婚式は思い出さない、辛かったからあまり思い出したくない 結婚式とは別物だから もっと若い時にドレスを着たい
	ウエディングドレス着用についての今後の希望	紫とか濃い色のドレスをまた着てみたい 今度もお父さんなしで一人で着てみたい こういうイベントをまたやってもらいたい 他の人にもドレスを着せてあげたら喜んでいい

きがい感における得点が上昇した。対象者は、ウエディングドレス着用後に「楽しかった」、「今まで着たことないのを着たから感動」、「こんな機会なかったから嬉しかった」、「こういうイベントをまたやってもらいたい」とウエディングドレス着用に対して前向きな発言が聞かれた。石塚ら¹⁰⁾は、身だしなみを整えおしやれを意識することは、自分自身を引き立て楽しく心地よい緊張感を持つことを可能にすると述べている。対象者にとってウエディングドレス着用により日々の生活の中で抱いていた怒りや苛立ちが低下し、楽しみや活力をもたらしたと考えられ、非日常的な装飾も直後では化粧療法と類似する傾向が見られたと考える。

5.3 面接による精神的側面について

現在の生きがいや趣味、結婚式の思い出、ウエディングドレスを着用することに対しての思いなどをウエディングドレス着用前後に半構成的面接法を用いて調査した。

ドレス着用に対しては、「ドレスを着てみたいと思っていた」、「こういう機会がめっちゃ嬉しい」など肯定的な発言が聞かれた。毎日の生活の中で生きがいを感じていた対象者が、ウエディングドレス着用を楽しみに待っており、このイベントが対象者の生きがいや活力に繋がったと考える。結婚式については、「4時間も座ったままで、もう絶対嫌」と実際の結婚式が楽しい思い出として残っていないようであり、また対象者自身の結婚式ではウエディングドレスを着用していないことから今回のウエディングドレス着用により結婚式を思い出すことには繋がらなかった。対象者は、「今度もお父さん（夫）なしで一人で着てみたい」と話しており、ウエディングドレスを儀式的な装飾とは捕らえておらず、また非日常的な装飾としてはカクテルドレスといった装飾でも同様の結果が得られると推測する。

ウエディングドレス着用後には、「楽しかった」、「今まで着たことないのを着たから感動」、「こんな機会なかったから嬉しかった」とウエディングドレス着用後に快の気持ちをもたらすことができた。その一方で「年をとりすぎている」、「自分では綺麗とは思わなかった」とウエディングドレス着用後に負の気持ちをもたらされた。しかし「こういうイベントをまたやってもらいたい」、「紫とか濃い色のドレスをまた着てみたい」とウエディングドレス着用への今後の希望が聞かれた。

石塚ら¹⁰⁾は、おしゃれは様々な相互関係を生みだし社会の一員として自分が自分であることを主張できる手段であり、身近な物を活用してその人らしく心地よい装いを積極的に提案することが必要と述べている。ウエディングドレス着用は、個々で取り組める趣味とすることは難しいが、今回ウエディングドレスを着用して頂いたことにより、おしゃれや化粧、服装などへの興味を引き出し、生きがいをもたらしきっかけとなったのではないかと考える。

今後、今回のイベントがどの程度持続性を持って生活意欲向上に繋がるか、また、定期的なイベントを開催した場合にどのような影響があるか調査し、非日常的な装飾イベントが生活意欲向上に繋がるか観察をする必要がある。

6. 結論

- 1) 更年期女性へのウエディングドレス着用前後では、血圧、脈拍数、呼吸数、唾液アミラーゼ値に著明な変化はなかった。
- 2) 日本語版 POMS はウエディングドレス着用により A-H の低下と V の増加を認めた。
- 3) ウエディングドレス着用は更年期女性の精神的側面に及ぼす影響が大きい。

謝 辞

本研究をまとめるにあたり、ご協力頂きました対象者およびそのご家族に深く感謝致します。

参考・引用文献

- 1) 忽滑谷和孝, 中山和彦:【各科臨床でみられる抑うつ】の診断と治療】産科・婦人科領域におけるうつ, クリニカ34・5, 2007, 285-289
- 2) 黒田暁子, 池見香織, 松井美帆:高齢者に対する化粧教室の心理・社会的効果, Hospices and Home Care17・1, 2009, 6-9
- 3) 広崎奈津子, 篠倉千早, 牧野田知:特集産婦人科診療 症候から診断・治療へ【婦人科領域】Ⅲ. 更・老年期7. 不安・不眠・うつ, 産科と婦人科70・11, 2003, 1590-1595
- 4) 大藏健義, 片岡良孝, 市村三紀男:これからのリプロ・ヘルス 更年期～閉経期の健康管理, 産婦人科治療97・1, 2008, 13-17
- 5) 宮内清子, 望月好子, 石田貞代, 佐藤千史:中高年女性の就業形態と更年期症状の関連, 母性衛生49・4, 2009, 433-441
- 6) 村上典子:中高年女性の心身医学的問題「喪失体験」という視点から, 日本心療内科学会誌11・3, 2007, 169-173

- 7) 小川広明：高齢者のおしゃれと生活満足度について，山形県公衆衛生学会講演集27，2001，1-2
- 8) 加茂登志子：女性更年期とうつ，分子精神医学8・4，2008，383-385
- 9) 横山和仁，荒記俊一：日本語版 POMS，金子書房2007，7-10
- 10) 石塚敦子，小川妙子：施設入所高齢者のおしゃれへの関心と動機，順天堂大学医療看護学部2・1，2006，11-16