

高齢女性におけるウェディングドレス着用効果の検討

Examination of Effect of Wedding Dress Wearing in Aged Women.

長谷部ゆかり

Hasebe Yukari

要 約

本研究は、高齢女性にウェディングドレスを着用して頂き、写真撮影を行うというイベントが、高齢女性の身体機能や精神機能にどのような影響を及ぼすかを調査することを目的に実施した。これまで、高齢者における「おしゃれ」や「身体活動」の効果については、それぞれ数多くの報告がなされている。しかし、社交ダンスのように、おしゃれとともに身体活動を行うことが高齢女性の心身に与える効果について報告されたものはほとんどない。今回のイベントは、ウェディングドレスを着用するという「非日常的なおしゃれ」と、写真撮影時にポーズを行うという「身体活動」を取り入れることにより、化粧療法以上に高齢女性の生活意欲向上が期待できるのではないかと考え実施した。研究結果より、高齢女性の精神機能への影響が明らかとなった。

Key Words : 高齢女性, ウェディングドレス, 非日常的なおしゃれ, 身体活動

はじめに

高齢者が自立した生活を送るためには、余暇活動として趣味の活動や友人との交流の時間を持つこと、社会参加することなどが重要である。余暇活動の中でも、特に日常生活で体を動かす身体活動や運動が、高齢者の肯定的な感情を促進し生活の質の向上に効果があるとされている¹⁾。高齢者が肯定的な感情を持つことは、高齢者の生活意欲を向上させることにもつながるのではないかと考える。

高齢者の生活意欲向上方法の一つとして、高齢者がおしゃれへの関心度を高めることがある²⁾。身だしなみを整えおしゃ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し、介護予防にもつながる³⁾。一方、高齢者が身だしなみやおしゃれに対して消極的になることは、自分自身の積極的な生き方を放棄してしまうことにつながり、心身ともに老化を促進させてしまう要因となる⁴⁾。おしゃれには化粧をしたり、服装や髪型を整えるなど様々な方法があるが、中でも化粧の効果について黒田ら⁵⁾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の心理的効果があると報告している。また、堤⁴⁾は高齢者が化粧をすることは社交性を高め、生活意欲を引き出す手段として有効であると述べている。他にも化粧をきっかけに生活態度が改善した、何事にも積極的になったという報告がある⁶⁾。

このように化粧による心理的効果は多数報告されている。しかし、高齢者が化粧などのおしゃれを行うのと同時に身体活動を行うことによる心身機能への影響を検討したものはほとんどない。

おしゃれと同時にできる身体活動としては、身だしなみを整えて散歩に出かけることや、社交ダンス・フラダンス・日本舞踊などの活動、ファッションショー・写真撮影時のウォーキングやポーズなどが、これらはおしゃれとともに身体活動を行うため、化粧療法以上に肯定的な感情が増え、生活意欲向上につながるのではないかと考える。高齢者だからと地味なものばかり着ては気がめいるが、若々しい格好やおしゃれをすることで気持ちも若返り、気分にも張りが出る⁷⁾ことから、日頃を行わないような、つまり非日常的なおしゃれが心身機能に良い効果があるのではないかと考えた。

そこで今回、「非日常的なおしゃれ」と「身体活動」をテーマに高齢女性にウェディングドレスを着用して頂きポーズをしながら写真撮影を行うイベントを提供し、心身への影響を調査することとした。今回のイベントは、化粧とは異なり写真撮影時のポーズとして立位や座位などとする身体活動を取り入れている。このような写真撮影時のポーズによる身体活動は、身体機能が低下しスポーツやダンスなどが困難な高齢者であっても比較的实施しやすい。

本研究は、非日常的イベント時の装飾であるウェディングドレスを着用してポーズをしながら写真撮影を行うことによる高齢女性の心身機能への影響を調査する。

1. 目的

本研究は、高齢女性がウェディングドレスを着用して写真撮影を行うことにより身体機能および精神機能にどのような影響を及ぼすのか調査することを目的とする。

2. 用語の定義

高齢女性とは、65歳以上の女性とする。また、ポーズとは写真撮影時に立位や座位など体位を変えたり、手足を自由に動かし様々な姿勢をとることとする。

3. 研究方法

3.1 対象

対象は、在宅で生活されている65歳以上の女性で認知症やコミュニケーション障害がなく、ウェディングドレス着用後の立位および座位保持が可能な者15名のうち研究に同意が得られた13名とした。

3.2 方法

対象には研究開始前に本研究の内容および実施の流れについて説明し、研究への同意を得た後に対象の基本属性（年齢、職業、家族構成、既往歴、現病歴、内服中の薬剤、おしゃれへの関心の有無、趣味や生きがい）についての聞き取りを実施した。

基本属性以外のデータ収集方法は、ウェディングドレスを着用する前（ウェディングドレス着用前）とウェディングドレスを着用し写真撮影を施行した後（ウェディングドレス着用後）

に、研究者が対象の血圧・脈拍数・唾液アミラーゼ値を測定し、日本版 POMS (Profile of Mood States) は自己記入式で回答を得た。日本版 POMS は気分を表す65項目の言葉が提示されており、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⁸⁾。また、ウェディングドレス着用前には、着用前の意見や感想の聞き取りを実施した。同様にウェディングドレス着用後には、着用後の意見や感想の聞き取りを実施した。

着用して頂くウェディングドレスは、3着の中から対象の好きなウェディングドレスを選択して頂いた。ネックレス・イヤリング・髪飾り・ブーケ・ベール・手袋などは写真撮影中に対象の好みに装着して頂いた。また、写真撮影は仮設スタジオを作成し、ライト2台を使用した。撮影中のポージングは基本的に対象の自由としたが、対象からポージングについて質問があった場合はこちらから提案した。また、写真撮影時間は約30分とした。

対象の血圧と脈拍数測定は家庭用自動電子血圧計 (オムロンヘルスケア株式会社) を使用し、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。

3.3 研究期間

平成22年8月~12月

3.4 分析方法

血圧・脈拍数・唾液アミラーゼ値はウェディングドレス着用前とウェディングドレス着用後における各値をt検定にて比較し統計学的有意差を求めた。日本版 POMS も同様にウェディングドレス着用前、ウェディングドレス着用後における各得点をt検定にて比較し統計学的有意差を求めた。

3.5 倫理的配慮

対象には、本研究の目的と内容を説明し、書面にて同意を得た。倫理的配慮として、本研究への参加は自由意志によって決定し、不参加の場合であっても不利益を被ることは一切ないこと、本研究への参加に同意した後であっても、いつでも取り辞めることが可能であること、個人情報の取り扱いに留意しプライバシーや匿名性の保護には十分配慮する旨を書面にて説明した。

4. 結果

4.1 対象の属性

対象の平均年齢は74.5±7.6歳、職業は有職者3名 (23.1%) であった。対象全員がおしゃれに関心があると答え、趣味や生きがいが無いと答えた者は1名 (7.7%) であった (表1)。また、ウェディングドレス着用当日は、化粧の有無や髪型などは自由としたところ、対象全員が化粧をしていた。そのうち、日頃は化粧をしていないと回答した者は1名 (7.7%) のみであった。

4.2 身体機能について

身体機能の情報として血圧・脈拍数・唾液アミラーゼ値をウェディングドレス着用前後に測定した。血圧はウェディングドレス着用前 $154.6 \pm 14.8/91.4 \pm 11.2$ mmHg, ウェディングドレス着用後 $157.2 \pm 17.2/90.8 \pm 10.7$ mmHgであった(図1)。脈拍数はウェディングドレス着用前 73.0 ± 13.3 /min, ウェディングドレス着用後 70.8 ± 10.1 /minであった(図2)。唾液アミラーゼ値はウェディングドレス着用前 107.8 ± 88.3 ktU/L, ウェディングドレス着用後 106.2 ± 76.0 ktU/Lであった(図3)。血圧・脈拍数・唾液アミラーゼ値ともにウェディングドレス着用前後で有意な差を認めなかった。

4.3 精神機能について

4.3.1 日本版 POMS

日本版 POMS の各感情尺度の得点をウェディングドレス着用前後に測定した。T-Aはウェディングドレス着用前 3.9 ± 5.4 , ウェディングドレス着用後 1.7 ± 2.4 , Dはウェディングドレス着用前 1.2 ± 2.4 , ウェディングドレス着用後 0 , A-Hはウェディングドレス着用前 0.9 ± 1.6 , ウェディングドレス着用後 0 , Vはウェディングドレス着用前 21.1 ± 5.9 , ウェディングドレス着用後 25.2 ± 8.6 , Fはウェディングドレス着用前 1.5 ± 2.4 , ウェディングドレス着用後 0.3 ± 1.1 , Cはウェディングドレス着用前 4.2 ± 2.0 , ウェディングドレス着用後 2.5 ± 2.0 であった。ウェディングドレス着用前後の日本版 POMS の比較では, Cのみがウェディングドレス着用前に比べウェディングドレス着用後に有意な低下を認めた(図4)。

表1. 対象の背景

年齢(平均値±標準偏差 歳)	74.5±7.6	
職業	有職者	3 (23.1)
	無職者	10 (76.9)
家族構成	独居	3 (23.1)
	2名	7 (53.8)
	3名以上	3 (23.1)
趣味・生きがい	有	12 (92.3)
	無	1 (7.7)
おしゃれへの関心	有	13 (100.0)
	無	0 (0.0)

n=13, 人数(%)

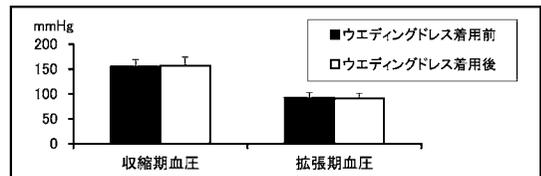


図1. ウェディングドレス着用前後の血圧の比較 n=13, $P < 0.05$

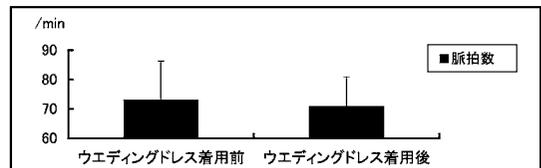


図2. ウェディングドレス着用前後の脈拍数の比較 n=13, $P < 0.05$

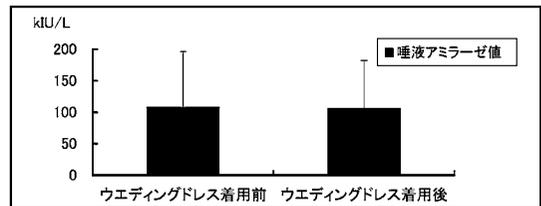


図3. ウェディングドレス着用前後の唾液アミラーゼ値の比較 n=13, $P < 0.05$

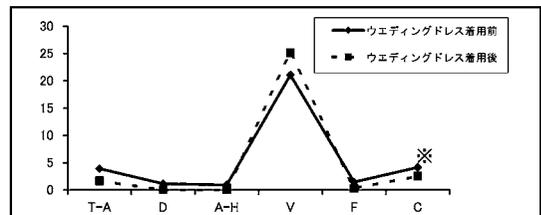


図4. 日本版 POMS における各項目の得点の比較 POMS: Profile of Mood States, T-A: 緊張不安, D: 抑うつ—落込み, A-H: 怒り—敵意, V: 活気, F: 疲労, C: 混乱 n=13, * $P < 0.05$

4.3.2 ウェディングドレス着用前後の意見・感想

ウェディングドレス着用前は、「はじめてだからワクワクする（8名）」、「緊張している（6名）」、「この年齢でドレスを着ていいのですか（2名）」、「若くなりたい気分（1名）」などの意見があった。ウェディングドレス着用後は、「写真の出来上がりが楽しみ（11名）」、「一生の記念になった（10名）」、「もっと若ければよかった（7名）」、「嬉しかった（5名）」、「又、いろいろなドレスが着てみたい（3名）」、「素敵な時間だった（3名）」などの意見があった（表2）。

表2. ウェディングドレス着用前後の意見・感想

回答人数(複数回答あり) (n=13)	
ウェディングドレス着用前	
はじめてだからワクワクする	8
緊張している	6
この年齢でドレスを着ていいのですか	2
若くなりたい気分	1
嬉しい	1
久しぶりに着るのでドキドキする	1
ウェディングドレス着用後	
写真の出来上がりが楽しみ	11
一生の記念になった	10
もっと若ければよかった	7
嬉しかった	5
又、いろいろなドレスが着てみたい	3
素敵な時間だった	3
楽しかった	3
緊張が和らいだ	2
最高だった	2
気持ちが若返った	2
写真が出来たら娘や夫に見せたい	2
髪の毛のセットや化粧もしてほしかった	1
幸せだった	1
恋をしたくなった	1
気分が変わった	1
人生をやり直せるような新たな気持ちになった	1
気分爽快	1
恥ずかしいけど良かった	1

5. 考察

5.1 身体機能

今回、身体機能の情報として血圧・脈拍数・唾液アミラーゼ値をウェディングドレス着用前後に測定した。

ウェディングドレス着用前後において、全ての項目で有意な差を認めなかった。血圧はウェディングドレス着用前後ともに高値を示しているが、これは高血圧症の診断を受けている対象が7名いたことが影響していると考えられる。高血圧症の診断を受けている対象と受けていない対象では血圧の変動に差がでることを考慮し、全対象を高血圧症の有無により2群に分類し、ウェディン

グドレス着用前後の血圧をそれぞれ比較したが、ともに有意差を認めなかった。脈拍数と唾液アミラーゼ値の測定においてもウェディングドレスの着用前後で有意な差を認めず、高血圧症の診断による影響もなかった。

ただし、今回のイベント時の写真撮影時間は約30分であり、ポージングによる身体活動自体は低負荷であるが、長時間持続して身体を動かしているため、今回測定した数値には変動は無かったが、他の身体的側面においては変化が生じている可能性があり、今後の検討課題としたい。

5.2 精神機能

日本版 POMS の各感情尺度の得点をウェディングドレス着用前後に測定した。また、ウェディングドレス着用前後に、その時の意見や感想について聞き取りを実施した。

日本版 POMS においてウェディングドレス着用前後に有意差を認めた感情尺度は C のみであった。C は混乱を意味し、「頭が混乱する」などの項目から構成され、当惑、思考力低下をあらわしており、この得点の増加は、自覚的な認識・思考障害を示すといえる⁸⁾。今回ウェディングドレス着用後に C の得点が著明に低下した理由は、全対象にはウェディングドレス着用前に研究の主旨や流れを説明しているが、実際にウェディングドレスを着用し、どのように研究が進んでいくのかへの混乱があったのではないかと考えられる。また、ウェディングドレス着用前に「この年齢でドレスを着ているのですか」という意見もあり、ウェディングドレスを着用すること自体にも混乱があったのではないだろうか。つまり、ウェディングドレス着用後の日本版 POMS の C の得点の著明な低下は、イベント終了により混乱していた気持ちが整理されたことを示唆している。

その他の項目では有意な差は認めなかったが、T-A, D, A-H, F はウェディングドレス着用後に得点が低下した。T-A は、「気がはりつめる」、「不安だ」などの項目からなり、緊張感および不安感をあらわしている⁸⁾。ウェディングドレス着用前には「緊張している」という発言があったことから、初めての体験であることや、着慣れないウェディングドレス着用における緊張感や不安があったが、ウェディングドレス着用後はイベント終了により気分がリラックスしたため T-A の得点が低下したと考えられる。ウェディングドレス着用後の意見・感想で、「素敵な時間だった」、「嬉しかった」など肯定的感情の出現が多かったことから、ウェディングドレス着用による緊張は石塚ら³⁾の結果と同様に、おしゃれによる心地よい緊張感であったと考える。D は、ゆううつだなどの項目から成り、自信喪失感を伴った抑うつ感をあらわしており、A-H は、「怒る」、「すぐ喧嘩したくなる」などの項目を含んでおり、この尺度が高い場合、不機嫌であることを示す⁸⁾が、ウェディングドレス着用後はこれらの得点が 0 であった。本研究対象は、ウェディングドレス着用前から D や A-H の得点が低値であったが、ウェディングドレス着用後には抑うつ気分や怒りの気分が全く無い状態になったということは、イベントの効果であったと考える。身体活動や運動の実施は不安感の減少や抗抑うつの効果、自信回復などの効果がある⁹⁾と報告されているが、今回の研究からもウェディングドレス着用によるポージングという身体活動が不安軽減に有効であったと考える。

Vはウェディングドレス着用後に得点が増加した。Vは元気さ、躍動感、活力をあらわし、「生き生きする」などの項目で構成されており、この得点低下は活気が失われていることを示唆する⁸⁾。ウェディングドレス着用後に「人生をやり直せるような新たな気持ちになった」、「恋をしたくなった」と活気にあふれる前向きな意見が聞かれた。箱井ら¹⁰⁾は、高齢者がファッションショーに参加したことによって、高齢者の被服意識、行動にどのような変化が生じるかについて調査した結果、高齢者のファッションショーは、高齢者にとって刺激となり、行動意欲を高め、日常生活に積極性をもたらす可能性があるとして述べている。ウェディングドレス着用も高齢者のファッションショーと同様に、「非日常的なおしゃれ」と「身体活動」の要素を取り入れており、これらの要素が高齢女性にとって刺激となり生活意欲向上につながったと考える。

高齢者がおしゃれに関心を持つことで、おしゃれに自信をつけ、他者からの評価を得ることにより、他者とのコミュニケーションを可能にし、生きることの積極的になる²⁾という報告があるように、今回ウェディングドレス着用により、おしゃれに関心を向けることで活力が溢れ、生きる意欲を高めることにつながったと考える。また、ウェディングドレスは3着の中から対象自身の好きな物を選択して頂いており、自分に似合うドレスはどれだろうかと考えることでおしゃれに関心を向けることになる。写真撮影時にも、髪飾りやブーケなど好きな装飾品を対象自身で選択し使用して頂いたが、その際にも自分の好きな装飾品を選択することで、おしゃれ関心を高めることにつながったと考える。

ウェディングドレス着用は、非日常的なイベントであり、個々で取り組むことは難しいが、このようなおしゃれに関するイベントの提供により、日々の服装や髪型へのおしゃれ関心を高めるきっかけになるのではないだろうか。また、化粧の効果として化粧後は気分が覚醒状態になり、不安が低減し、満足度が上昇したり、化粧をすることで高齢者は対人関係に積極的になる¹¹⁾といわれているが、今回のイベント後には、この化粧の効果に類似した効果が出現することが明らかとなった。そして、ウェディングドレス着用後には、対象からは「写真の出来上がりが楽しみ」という発言が多く聞かれたことから、ウェディングドレスを着用するだけでなく、ポーズングを行いながらの写真撮影を行うという行為がさらに活力の向上につながったのではないかと考える。

今回の研究対象は、もともと生きがいや趣味などの活動を活発にされている方が多かったこと、全対象がおしゃれに関心があると答えており、おしゃれへの関心度が高いという対象の背景も、日本版POMSの得点に影響したと考える。

今後の課題として、今回はウェディングドレスを着用し写真撮影を実施した直後の心身機能の状態について検討したが、今後はウェディングドレス着用の持続的な効果についても検討していく必要がある。そのためにも、ウェディングドレス着用前後におけるおしゃれ関心度の変化やおしゃれに関する行動変化などについても調査していきたい。また、今回は、対象1名と看護職者2名のみでイベントを実施したが、黒田ら⁵⁾は高齢女性を対象とした化粧教室の開催による心理・社会的効果を検討した結果、教室参加者が化粧教室の開催により他者との交流が得られたことが

良かったと評価しており、Mishra¹²⁾も友人との交流により生まれる相互作用が生活満足度の向上に影響すると報告していることから、今後は対象1名ずつのイベント実施ではなく、同一時間に数名の対象が集まり交流し合いながらイベントを進めていく方法も検討したい。

6. 結論

- 1) 高齢女性におけるウェディングドレス着用前後の血圧・脈拍数・唾液アミラーゼ値に著明な変化はなかった。
- 2) 日本版 POMS はウェディングドレス着用後に、C の得点が有意に低下した。
- 3) ウェディングドレス着用後に、日本版 POMS の V の得点が増加したことから、ウェディングドレスを着用し写真撮影を施行することは、高齢女性のおしゃれ関心度を高め生活意欲向上につながる可能性があると考ええる。

謝辞

本研究に快くご協力頂きました対象の皆様およびそのご家族に深く感謝致します。

引用・参考文献

- 1) 一番ヶ瀬康子, 下仲順子, 中里克治: 高齢者心理学, 建帛社, 2007, 56-59
- 2) 高岡朋子, 大信田静子, 富田玲子: 高齢者のおしゃれ性の効果～年代での比較から～, 北方圏学術情報センター年報1, 2008, 21-32
- 3) 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悸, 順天堂大学医療看護学部医療看護研究2・1, 2006, 11-16
- 4) 堤雅恵: 老人保健施設入所者に対する化粧の効果, 山口県立大学看護学部紀要5, 2001, 75-80
- 5) 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
- 6) 手塚圭子: キレイはこころを元気にする, 順天堂医学48・3, 2002, 343-347
- 7) 上里一郎, 田中秀樹: 高齢期の心を活かす - 衣・食・住・遊・眠・美と認知症・介護予防 -, ゆまに書房, 2006, 220
- 8) 横山和仁, 荒記俊一: 日本版 POMS 手引, 金子書房, 2007, 7-10
- 9) 井上勝也, 大川一郎, 荒木乳根子, 大山博史, 岡本多喜子, 小池真規子, 佐藤眞一, 高橋正雄, 谷口幸一, 横山博子: 高齢者の「こころ」辞典, 中央法規, 2001, 296-297, 324-327
- 10) 箱井英寿, 上野裕子, 小林恵子: 高齢者の感情・行動意欲の活性化に関する基礎 (第2報) —高齢者ファッションショーが高齢者の被服意識・行動に及ぼす効果—, 繊維製品消費科学43・11, 2002, 749-757
- 11) 一番ヶ瀬康子, 矢野実千代: 高齢者のコスメティックセラピー, 一橋出版, 2000, 20-22

- 12) Mishra S. : Leisure activities and life satisfaction in old age; a case study of retired government employees living in urban areas, *Activities, Adaptation and Aging*16・4, 1992, 7-26
- 13) 長谷部ゆかり, 齋藤文子: ウェ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, 聖泉論叢17, 2009, 167-179
- 14) 野澤桂子, 沢崎達夫: 化粧による臨床心理学的効果に関する研究の動向, 目白大学心理学研究2, 2006, 49-63
- 15) 島田智織, 秋元陽子, 小林幸子, 梶原祥子, 加納尚美, 黒木淳子, 服部満生子, 落合幸子, 小松美穂子: リハビリテーション期にある患者への化粧療法への取り組み—ユニフィケーションの視点から—, 茨城県立医療大学紀要11, 2006, 163-171
- 16) 小林茂雄: 老人ホームにおける衣生活とおしゃれ行動, 繊維機械学会誌53・6, 2000, 229-236