

# ギャンブル依存症患者と木材

## 木と人のサイエンス 8

日本においても、カジノ誘致の是非が争点となる時代となった。やめたくてもやめられないのはギャンブルに限ったことではなく、アルコール、買い物、ゲーム、さらにはスマートフォン、コントロールできない状態に陥る危険性は、ただの日常に潜んでいる。これまでの連載では、木材には生理的リラクゼーション効果があり、うまく取り入れることで、病気になりにくい体づくりが期待できるのではないかと紹介してきた。さらに、前回は高ストレス者であるうつ患者に対しても、木材が心理的にも生理的にもリラクゼーション効果があることが分かった。今回はギャンブル依存症患者への木材の生理的影響を紹介する。

連載の第3回(「木を手で触る」)で紹介した効果が得られることが分かり、木に手で触ると、単純でいる。だがこれは健康者の場合で、強いストレス状態にある場合でも、木を手で触れるだけでリラクゼーション効果が得られるのだろうか？



質問紙記入



試料への接触 (60秒間)



閉眼安静 (60秒間)

(撮影：池井晴美・宮崎良文)

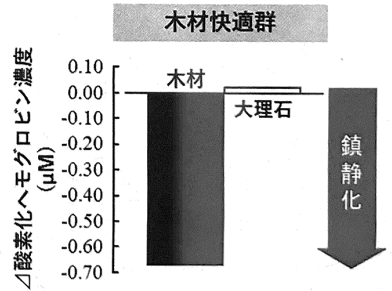
実験は25歳から60歳までのギャンブル依存症患者22人を対象に、目を閉じて60秒間の安静

1年3月19日、日本木材学会東京大会発表(表)。

今回の実験では、健康者(ギャンブル依存症患者)が手で木に触れた時の生理的影響を見てみよう(2021年3月19日)。

野活動(右前頭野活動)の変化をとった後、試料に60秒間手で触れた時の左右前頭野活動を調べた。このうち4人はデータが取得できず、ここでは18人の結果を示す。

【図1】無垢材快適群における右前頭野活動の変化

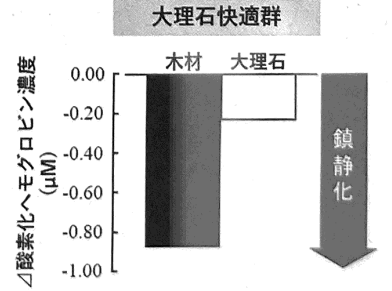


池井晴美、宮崎良文ら、第71回日本木材学会大会要旨集、1 P94、2021を改変

手では触れられ、試料のうち、木材(杉ムク材)の対照には大理石を用いた。素材が分からないように被験者が目を閉じて試料に触れるようにした。

結果からは、大理石を快適と感じているにもかかわらず、脳活動には統計的有意差はなく、鎮静化していないことが分かった。つまり、主観評価と生理的応答が一致していなかった。

【図2】大理石快適群における右前頭野活動の変化



池井晴美、宮崎良文ら、第71回日本木材学会大会要旨集、1P94、2021を改変

触らないより触った方が良い。実験の結果、ギャンブル依存症患者の左右前頭野活動は、木材に触る前に比べ鎮静化した。連載の第3回では、健康者が木材に触れた場合、「大理石等の他の素材に比べて」脳、体ともにリラクゼーション効果を紹介した。今回の実験では木材に触れた場合、「触る前に比べて」鎮静化している点に注目したい。木材に触る前に比べ、左右前頭野活動が鎮静化していることを考えれば、木材に触ることは木材に触らないより良い、といえるだろう。

今回の実験では、木材と大理石に触れた時にそれぞれで「快適」と評価した被験者を抽出したところ、ともに11人だった。この11人のデータを再解析した結果、被験者が快適だと感じているにもかかわらず、木材、大理石において、生理的応答が異なることが明らかになった。

木材との付き合い方。これまでの連載から、木材にはリラクゼーション効果があることがエビデンスで裏付けられている。では、木材と快適に付き合うというところとどのようなことだろうか？ 木材と快適に付き合うにはどうしたらよいのだろうか？

次回、木材との付き合い方を考えていく。(つづく)

1次回は9月11日付。「木と自然との付き合い方」

※この実験は、東京原木協同組合との共同研究。