

## 新刊紹介

### 「木材セラピー」

創元社

「木材セラピー」木のやさしさを科学する」（宮崎良文氏、池井晴美氏編著）へ写真が創元社から刊行された。

同書では、木は人をどうリラックスさせるのかをテーマに、五感を介してもたらされる木材のリラックス効果やリラククス法を科学的に解説・紹介している。

全7章の構成で、木材セラピーや自然セラピーの世界的な関心の高さに反し研究が進ま

ない理由（第2章）、生理実験の基礎となる「人の測り方」について（第3章）、森林セラピー、公園セラピー、花セラピーにおける科学的エビデンス（第5章）などを掲載。

このほか、「生理実験デザインの基本ルール」や「実験こぼれ話」「研究費問題」「個人差研究」など多彩なテーマを紹介している。

また、編著者の一人である宮崎氏の43年間の研究生生活を振り返り、「研究に向いている人」や「研究の極意」、「学界の了見の狭さ」など大胆なテーマについて

も取り組んだ。

A5判、

176ページ、

定価198

0円（税込

み）。

# 木材セラピー

宮崎良文 編著  
池井晴美

木の  
やさしさを  
科学する

木は人をどうリラックスさせるのか

香りを嗅ぐ、触れる、見るなど、  
五感を介してもたらされる木材のリラックス効果、  
リラククス法を科学的に解説・紹介。



創元社