

視覚以外の感覚（触覚、嗅覚、味覚）を活性化し、食への認識を高める感覚／健康教育方法の開発

○守山正樹（福岡大学医学部）、岩井 梢（NPO 法人ウェルビーイング）

〔目的〕 健康的食選択は食育／健康教育の重要課題だが、多くの試みは知識獲得か実践の次元に留まる。感覚の認識や訓練にまで踏み込んだ試みは少ない。本研究では参加者が触覚・嗅覚・味覚を活用して食材に接し、自他の思考を触覚を通して確認／学習する方法を開発した。

〔方法〕 以下の条件を持つ学習手順を開発した。1) アイマスク着用下で行う； 視覚に依存する場合が多い日常で、他の感覚にも注意が向く状況設定として、アイマスク下のワークを採用した。2) 実際の食品に接して考える；多くの対象者は日頃、感覚の用い方を十分には意識していない。意識化には、感覚を実際に用いて考える場面設定が求められる。感覚の学習に適切な食品を検討した結果、「茶葉」に至った。

「単独の食材として、感覚的な把握が容易である」、「手で触れて触覚からも確認でき、手に食品が付着することがない」、「湯を加えて茶を入れることで、葉だけの場合とは異なる味覚や嗅覚を体験できる」等が茶葉（紅茶）を選んだ理由である。3) 感覚の用い方を記録・表現する；感覚の用い方を記録できると、そこからの感覚の内省や共有が進む。手の触覚を介して、考えた内容を一次元の感覚マップとして表せる触知ピースと座標軸を開発した。4) 自他の感覚マップを共有・公共化する；自他の感覚の用い方を相互に学ぶためには、作成したマップの共有・公共化が大切である。参加者各群4名がマップを作製交換して学ぶ交流過程を設定した。

〔対象〕 2009～10年、北九州4名、東京8名の視覚障害者、福岡の晴眼者16名の協力を得て、方法を試行した。

〔結果と考察〕； 1. アイマスク着用下での手順の実行の観察； 1) 紅茶葉から考える過程；視覚障害の有無に関わらず、全対象者が問題なく茶葉に触れる、匂いを嗅ぐ、味わう、を実行できた。2) 個別の感覚を実体（感覚ピースと呼ぶ）を用いて表す過程；味覚には「形が舌に似ているゴム製の指サック」、嗅覚には「形が鼻に似ている硝子玉」、触覚には「周囲に和紙を貼ってザラザラした触感を出した木製の円筒」、その他の感覚には「周囲に凹凸がある木製の小片」を対応させた。各参加者にこれらの感覚ピースを配布した後、口頭で意味を説明した。全参加者は1～2回の説明で感覚ピースとそれが象徴的に表わす感覚内容を理解し、感覚ピースを座標軸上に配列し、感覚マップを作る作業を行えた。2. 自分らしさを表現し得た段階の観察；対象者がマップ作成を完了する様子は、手の動きから読み取れた。感覚ピースを移動する手の動きが止まり、膝の上に手が戻った時点でマップ完成と判断された。この段階で自発的発言は少なかった。次段階、完成したマップを他の参加者と交換した際は、自他のマップの特徴に関連して多くの発言が得られた。各対象者が自分のマップが個性的であると認識するために、共有・公共化の過程が必須と判断される。発言内容からは、視覚障害者の発言に、生活に根差した言及がより多く認められた。

〔備考〕 本報告の共同研究者は鎌田幹夫氏(株 Acordo)です。枠に囚われない体験的な健康教育に関心をお持ちの皆様のご参加を歓迎します。

(連絡先) 守山正樹 masakim@fukuoka-u.ac.jp
福岡大学医学部衛生公衆衛生学教室