

### 【巻頭言】

#### “いかに使うか”を考える

岡田 明 (大阪公立大学)

生理人類学を学び、アメニティプランナーやアメニティスペシャリスト、あるいはアメニティコーディネーターとして歩み出した皆さん。ヒトの生理に基づく真に健康で快適な生活環境を構築していくことを目指して、製品・空間・システム・サービス等の様々なモノづくりに関わっておられる方は少なくないと思います。そしてその目的は、優れたモノづくりにあるのではないのでしょうか。

しかし優れたモノをつくるだけで、優れたモノになる訳ではありません。その使い方も適切でなければその効果を十分に発揮できないどころか、場合によっては悪いモノになることさえあります。これまでのモノづくりの多くは、優れたモノづくりが懸命に追求されてきました。そのこと自体は正しいと言えるものの、そうした優れたモノをいかに使っていけば、その効果を発揮して本当の意味での健康や快適性を得られるのかという点がどちらかと言えばなおざりにされてきた傾向もあります。

スマホの使い過ぎによるスマートフォン症候群や、空調の依存し過ぎによる暑さ・寒さへの抵抗力低下が問題になることもその例と言えます。

では、いかに使えばよいかを考えていくためには何が必要でしょうか。それはヒトをより深く理解することを前提として、環境がヒトの心身に与える影響を長期的に、かつ複合的に捉えていく視点が重要になってくるということです。実はこれこそが生理人類学的視点の一つと言えます。これは決して簡単なことではないものの、従来のモノづくりには欠けていた切り口です。それゆえ、まさに皆さん方の出番となる訳です。そうした皆さんの強みを活かしながら、これから活躍されることを期待しております。

### 【指定校責任者より】

#### 広く深い学び

水野一枝 (和洋女子大学)

2022年度の生理人類士認定試験は、前年度に引き続き10月～11月に渡る9回の遠隔講座で実施されました。指定校責任者の先生方、認定試験にご協力いただきました先生方に深く感謝申し上げます。

受講生は毎回3つの分野、合計27もの広い分野について学びました。各分野を専門とされる先生方からの資料や動画は、内容をより正確に、深く理解するために不可欠でした。受講生の皆さんは、期日までに課題を毎週提出し、多大な努力を重ねたことと思います。今年度の生理人類士認定試験は、広い分野をしっかりと学んだ先に合格がありました。広い学びで思い出すことがあります。高校生の頃、ドラマに出てきた津田梅子先生が“Something about everything” (すべてについて何かを知りなさい!) と生徒に語る場面を見て、なんと楽しそうでわくわくする言葉だろうと思いました。後に、この言葉はThomas Huxleyという方の言葉で、続きがあることがわかりました。Try to learn something about everything and everything about something (すべてについて何かを学び、何かについてすべてを学ぶ)。受講生の皆さんの中には、興味を持ち、すべてを学んでみたいと思う分野が見つかった方もおられたかもしれません。今回の認定試験に通じる言葉だと思いました。

本学の受験生は、主に服飾造形学科の学生です。服飾の歴史には、内臓まで圧迫するコルセット (田村、2004)、左右同じで負傷者が続出する靴 (稲川、2011) など、知識があれば防げた、健康や命すら脅かす多くの失敗があります。資格の取得は、失敗を防ぐだけでなく、生活環境と健康、安全、快適性を考え、生活に生かす礎になると考えています。来年度から、本学の受験生が増えることを期待したいと思います。

## 【生理人類士の声 1級】

### 生理人類学とビッグデータの活用

夏 亜麗（千葉大学 デザイン・リサーチ・インスティテュート）

私は、学外企業との共同研究に携わっています。日々、多くの企業が世界に通用する信頼性のある評価ともの考え方に対する関心が高まり、商品開発に生理人類学の観点に基づいた解釈や説明を求められることも増えています。個人差は、生理人類学の重要なキーワードでもあり、人間の個人差をいかに再現し、いかに利用するかに興味を持って研究を進めています。個人の状態を知り、要因を解明し、それを商品開発・評価に活用する研究が必要だと感じています。今までは、主なアプローチ法は、実験室レベルの研究を行ってきました。超スマート社会では、日々進歩する科学技術の中から、ビッグデータの活用が進んでいることから、それらの力を借り、膨大な数の人における日常生活で生成されるさまざまなデータを大量に縦断的に収集することが出来れば、個人差のメカニズム研究が大きく推進されるだろうと期待しています。

## 【生理人類士の声 2級】

### 人生を豊かにできる学問

齊藤菜瑠美（武蔵野大学通信教育部）

私が生理人類士認定試験を受験した理由は、正直に申し上げれば、「時間に余裕があったため」という非常に軽いものでした。受験する前に持っていた知識は、「人の快適さを追求する学問」という程度でかなり漠然としていましたが、いざ勉強を始めると、全ての内容が私たち自身に関わりの深いテーマで、すぐに面白さを見出すことができました。様々な角度から人について学び、人間本来の生理機能や心理を理解し、それを現代の生活環境に落とし込むことで、日常での疑問や改善すべき点が見えてくるのが大変興味深かったです。

豊かな社会生活を送るには、どのような立場であっても、衣服・住居・飲食・仕事・生活等のあらゆる分野で、心地よい環境づくりに努める必要があります。

ます。そのため、今回得た学びを知識のままで終わらせぬよう、日常の行動に繋げることを意識し、今後さらに発展していくであろうこの学問に関心を持ち続けたいと思います。

最後に、私が心身をリフレッシュさせたいときによく訪れる、地元でお気に入りの場所を撮影しましたので、添えさせていただきます。



夏の大阿蘇を外輪山最高峰から眺望

### 多視点から人を捉える能力

天井 昴（武蔵野大学人間科学部）

私が生理人類士2級の資格を受けて良かったと感じたことは、様々な観点から人と環境の関わりについて学べたことです。例えば、ある週の講義では、「睡眠」、「人類の進化」、「心理の測定方法」といったように、複数の内容を学びました。これらは一見関連のない孤立した内容のように見えますが、全て人と環境の関わりを捉える上で大切な要素であり、それぞれが切り離すことのできない関係にあります。先の例でいうと、夜間の照明やスマホの使用が睡眠の質を下げるという事象には、人類は元来、夜間には明かりのない環境で暮らしていたという進化的観点が関わっており、また、睡眠の質が心理に与える影響を調べるために心理測定を用いることで、睡眠に対する新たな見解も生まれます。このように、複数の視点を持つことで問題に対するアプローチの仕方が増え、それぞれの内容を統合して物事を捉えることができるようになりました。

このような、多くの視点を基に人を捉える能力は、一つの問題に対して柔軟に対応する応用力につながり将来的に役立つスキルであると感じたため、資格を取得してよかったと大いに感じています。

## 変化に適応できる未来にするために

松田みさと(実践女子大学生生活科学部)

私にはインテリアを通して暮らしに彩りを与え、できるだけ快適な空間を創造したいという思いがあります。私は生活科学部生活環境学科に所属し、特に住環境学を学んでおります。快適な日々の実現を考える中で、街や建物といったハードウェアに関する方向より、人々の暮らしの設計に興味があり、安全で安心できること、そしてインテリアを通じて生活に彩りを与える仕事に関わりたいと思っています。近年、環境問題が重要視されています。生理人類学は住空間においても人類においても、あらゆる環境の変化に対応できるよう理解を深められる重要な分野であります。

生理人類士資格については入学当初から気になっておりました。本学科は三年次からゼミが始まります。私は幸いにも生理人類学研究室に所属することができ、そこで自然な流れでこの資格を受験することになったのです。九週に渡る講座は、多くの先生方の講義を受け、環境と人類という二つの関連分野から、今後及ぼす進化・変化過程について深く考えることができました。私が希望している住関係の業務に従事する際、人類の本質に基づく考え方、つまり生理人類学的視点が重要であることに改めて気づきました。

2023年に私は最終学年を迎えることとなります。卒業論文では「環境の変化による感覚の感じ方」をテーマとし、ラバーハンドイリュージョンに関する研究を開始したところです。



ぷによぷによしています

## 建築×医療福祉

岸 拓未(東北文化学園大学 工学部)

この度は、生理人類士認定試験を無事受験できたこと、及びアメニティの機関紙に合格者の声を書かせて頂けることに感謝申し上げます。この試験を受験したきっかけは、様々な環境要素や作業空間を考える上で建築と医療福祉の深い知識を習得することでより健康的で快適な建物を創ることができると思ったからです。

実際に9回の講座を受講して、建物を設計するには環境工学や建築計画などの建築学的な要素に生理人類学的な知識の融合が重要であることを学ばせて頂きました。

例えば「視覚」の講座では、色覚特性がある方や高齢者に配慮した取り組みとして、サインデザイン等に色のユニバーサルデザインを取り入れるとともにセパレーションカラーを用いて可読性を高めるなどの手法が必要であると感じました。

生理人類学を学ぶことは、建築と医療福祉が連携した、いわゆる医工連携の考えのもとに、人々が健康で快適な日常生活を過ごすことのできる居住空間や地域社会を学べる学問であることから、今後の学修に大いに役立つと思います。

※写真は湿気やウイルスを吸収する医療施設に設けられていたエコカラットという呼吸する壁です。



呼吸する壁

## いろいろと関係している

小澤舞依(共立女子大学家政学部)

環境学概論の授業を通じてアナウンスがあり、どのような資格も今後の就職活動の糧になるだろうと考え挑戦しました。また、講座を通じて「環境適応

能」という言葉があることや、テキストには「生活環境」の章もあり、生理人類学と環境学の接点を感じながら、最後まで受講することができました。

ヒトは衣服を身体保護や体温調節、自己表現などの理由により着用してきました。住環境が豊かになり、空調によって暑すぎず寒すぎず、丁度いい環境を作り出すことができるようになりました。しかし、どのように快適な環境に調節したとしても、人の集団 100%を満足させることはできません。こうした温熱環境下における快不快感の違いをカバーする一つの手段として衣服があります。このような視点は生理人類学を学んで、初めて知ることでした。

和服の実習で浴衣を制作し、完成後に着装しました。普段、ゆったりとしたパンツスタイルが多いため、帯の締め付けや歩行のしにくさに、最初はぎこちなさを感じましたが、写真を撮っているうちに、高揚感とともにシャキッと背筋が伸びるような心地良さを感じました。体性感覚における快不快といった評価軸の他に、精神が関わる「遊び」という評価軸があることに気づきました。

講座内容は広汎に渡っており、人類にとって本当の快適性とは一体何なのか、考えるきっかけとなりました。衣服による快適性を追い求めることができるのは、生命が保護されている上で、成り立っていることです。大学で被服について学んでいる身として、衣服を着用する意味は何なのか、おしゃれを楽しみながら未来の衣服について考えていきたいです。



和服を着る楽しさ

### 【2022年度 生理人類学優秀賞 受賞者】

齊藤菜瑠美（武蔵野大学）、天井昂（武蔵野大学）、松田みさと（実践女子大学）、岸拓未（東北文化学園大学）、小澤舞依（共立女子大学）

### 【2022年度 資格認定者】

#### 1級

夏亜麗（千葉大学）

#### 2級

木村和美、塩谷明絵、齊藤菜瑠美、三内友子、趙澤鳴、VU HO NHU KHOA、田山涼介、小林城、新井康介、篠原くるみ、孫豊拳、中馬明日香、小松蓮、佐藤さくら、肖盈、柳川悠、田辺裕佳、天井昂、三枝優李（武蔵野大学）、影山結菜、水越彩乃、松田みさと、鈴木美応、阿部瑞菜、佐藤千浩、北村優紀香、黒澤春那、芹沢凧沙、鈴木花歩、浮田采希、市川優香（実践女子大学）、大友蓮、川田莉音、岸拓未、佐久間百香、佐藤和輝、佐藤蓮、鈴木健多郎、高橋優太、布田勇太、星遥香、渡部優梨（東北文化学園大学）、田中千愛、加藤由実、古川萌美、小川真白、滝本佳子、寺田瑛里奈、岩村泰恵、栖原安美名、小澤舞依、河野佑香、木嶋莉子（共立女子大学）

以上、1級1名、2級53名

### 【資格担当理事より】

#### 御礼および講座内容の紹介

前田亜紀子（共立女子大学）

新編テキストの原稿、そして動画教材を賜りました先生方に心から御礼申し上げます。受験者の皆様は、従来にも増して生理人類学について広く深く学習されたことでしょう。

本年度の講座の構成は次の通りです。

- 第1週 第1章 生理人類学の沿革
  - 第6章1節 感覚概論
  - 第8章5節 都市環境
- 第2週 第2章2節 環境適応能
  - 第7章3節 音
  - 第9章6節 パフォーマンスと疲労の評価

- 第3週 第3章1節 人類の起源と進化  
第6章2節 視覚  
第9章3節 生体電気の応用
- 第4週 第3章4節 文化  
第4章4節 姿勢と動作  
第6章4節 味覚
- 第5週 第4章1節 発育  
第8章2節 ヒトと衣  
第9章1節 温熱環境の評価
- 第6週 第2章1節 多様な適応能の考え方  
第4章12節 睡眠  
第7章5節 水環境
- 第7週 第4章13節 老化  
第6章6節 触覚・振動覚  
第8章3節 ヒトと食
- 第8週 第4章3節 筋骨格系  
第5章5節 快適性  
第7章6節 空気質
- 第9週 第3章5節 言語  
第4章11節 生体リズム  
第9章8節 心理の評価

以上をレポート課題の対象としました。この他、さらに深く学習を進めたい受験者に向け、次の動画教材を提供しました。

- 第2章3節 進化と適応
- 第4章10節 内分泌
- 第5章1節 自律神経系
- 第5章4節 意識
- 第9章2節 生体電気の基礎
- 第9章7節 自律神経系の測定法

2023年度の資格認定試験も今年度と同様に進める予定です。テキストを御執筆下さった先生方には、御担当の節の動画教材（15分前後）を御提供下さるよう、引き続きお願い申し上げます。

## 【2023年度資格認定試験】

### 1級

受験申込：随時受付

試験日程：相談の上決定

### 準1級・2級

受験申込：2023年9月20日(水)～10月3日(火)

実施方法：オンライン（オンデマンド配信）の講義をおこなう。毎週届く教材について学習し、レポートを提出する。

講座日程：2023年10月8日(日)～12月9日(土)  
実施予定

詳細は日本生理人類学会ホームページの「学術活動」→「資格認定」をご覧ください。

### 【編集後記】

お忙しい中御寄稿いただきました岡田先生、水野先生に、この場を借りて御礼申し上げます。どうもありがとうございました。また、「生理人類士の声」では、講座での学びを種々の研究領域で掘り下げておられる様子が伺えて大変心強く感じています。記事をお寄せ下さった皆様に御礼申し上げますとともに、これからの一層のご活躍を祈念いたしております（立川）。

### 【日本生理人類学会資格事務局】

所在地：〒162-0801 東京都新宿区山吹町 358-5

アカデミーセンター

電話：03-6824-9369

FAX：03-5227-8631

メール：jspa-post@bunken.co.jp