好きな色が及ぼす注意力選択への影響

――TMT-A を用いて――

作業療法士学科昼間部

【背景】

臨床実習を振り返った時，対象者がリハビリへの注意を向けられない方が多いと感じた．その為，限られた時間の中で，リハビリへ注意を向けてもらい効率よくリハビリを行うためには，作業療法士が環境設定を行う必要があると感じた．村田ら[1)]の TMT と MMSE との関連の研究によると TMT-A 試行中に両側の前頭連合野の活動が得られたことを報告している．川崎ら[2)]の研究によると脳波データを周波数解析した結果，好きな色を見ているときは前頭連合野のベータ波が増加することも示された．水野谷ら[3)]は，机の色彩環境を変化させると作業能率に影響があると報告している．

これらのことにより，我々は机の色を好きな色に変えることにより注意力の選択に影響が及ぼされ，作業能率が上がると考えた．本研究の目的は，我々が行う作業に好きな色を取り入れ環境設定することで，注意力選択に影響を与えることである．

【対象および方法】

大阪医療福祉専門学校作業療法士学科昼間部 1，2，3 年の学生(38 名)に実施した．机を赤・黄・青・緑・ピンクの 5 色の中から好きな色を被検者に選んでもらい，TMT-A を実施した．その後 2 週間空けて白い机で TMT-A とアンケートを実施し回収した．また，結果の公平性を保つため，同様の手順で白い机で実施した後，好きな色で行うグループに分けて実施した．実験に際して，十分な倫理的配慮を行った．

【結果】

図 1 に示す通り，T 検定の結果，白い机と好きな色の机の TMT-A の時間に有意差は認められなかった(p=0.578)．しかし，赤色を選んだ人の結果では有意差が認められた(p=0.004)．また，アンケート結果では 42%が好きな色の方が集中できた．29%が好きな色の方が数字を見つけやすい結果であった．13%が特に影響はない，11%が白色の方が集中できた，5%が好きな色で行うと気分が上がるという結果であった（図 2）．

【考察】

松田ら[4)]は若者の気分は好きな色より明度の方が影響を受ける．しかし高齢者は好きな色の方が気分に影響を受けると報告している．このことから高齢者に対し気分向上に繋がるためリハビリへ意欲低下が見られる患者様に対して作業活動に好きな色を取り入れることで，気分向上の観点から臨床でも有効的に使えるのではないかと考える．

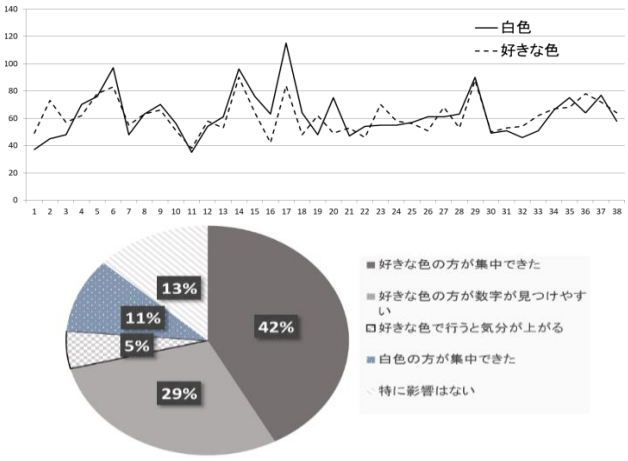

図 2　アンケート結果

【まとめ】

患者様にはよくなってもらいたい，それは作業療法士としては誰もが思い願うことである．そのためには毎日のリハビリがとても重要となる．そのリハビリへ少しでも集中してもらうことや意欲を出して行うための方法としてこの研究結果を参考にしてもらいたいと願う．

【文献】

1）岩瀬弘明, 村田伸・他:Trail Making Test と Mini-Mental State Examination との関連－簡便な認知機能低下の識別方法の検討－．ヘルスプロモーション理学療法士研究 1(3)，2013，1-4.

2）川崎真弘，山口陽子：色の主観的な好みに関する脳波リズム．電子情報通信学会技術研究報告．HIP，ヒューマン情報処理．110(228)，2010，21-24.

3）水野谷悌子，久保俊平・他：色彩環境が作業能率に及ぼす影響に関する検討．電子情報通信学会技術研究報告．SIS，スマートインフォメディアシステム．110(322)，2010，13-16.

4）松田博子，名取和幸・他：作業時の心理評価に及ぼす色彩環境の影響－高齢者と若者との比較－．日本色彩学会. 42，2018，220.