

原著

汗の問題を抱える人々の意識と実態

—性別および年代による違い—

山 極 和 佳¹⁾・藤 後 悦 子²⁾

A Study of the Consciousness and Actual Conditions among People with Sweat Problems: Differences by Gender and Age

Waka Yamagiwa¹⁾ and Etsuko Togo²⁾

要 約

本研究は、汗が気になる人々を対象として、汗の問題に関する意識と実態について検討することを目的とした。その結果、過去のネガティブな経験については、若年層は中高年層よりも汗で困った経験が多いという年代差がみられた一方で、汗への他者の反応で嫌な思いをした経験では、男性は女性よりも嫌な思いをした経験が多いという性差がみられた。不安・回避行動では、女性は他者の前でのパフォーマンス場面で、男性は他者に物を渡す場面で、他方の性よりも不安を強く感じ、回避行動をとる頻度が高かった。また、汗を理由とした将来への不安では、中間年齢層は高齢層よりも不安を多く抱えている傾向がみられた。さらに、過去のネガティブな経験が多い人ほど、現在において不安を強く感じて回避行動をとる頻度が高く、将来への不安も多く抱えているという関連が示された。これらの性別および年代による違い、過去の経験と現在の意識との関連について考察を行った。

キーワード：汗の問題、意識、ネガティブな経験、不安、回避行動

問 題

多汗症は、日常生活に支障をきたすほどの過剰な発汗を主症状とする、汗に関する代表的な疾患の一つである。その有病率は約5%程度であり、他の疾患に合併して生じる続発性と、特に原因のない原発性の多汗症とに分類される(藤本・横関・片山・金田・室田・田村・菅野・吉岡・玉田・四宮・岩瀬・犬飼, 2015)。多汗症の発症そのものは自律神経を主とする生物的要因に起因するが、症状の増悪には精神的

緊張などの心理的要因も関与している。その反対に、症状の苦痛が不安や緊張、抑うつなどの心理的問題を生じさせることもある。特に、患者本人の「恥ずかしい」という思いは対人関係や社会生活における不安や回避行動に影響を及ぼし、社交不安やひきこもりなどの問題にも発展することが指摘されている(藤本他, 2015)。これらの心理的問題が多汗症によって生じるという関係は、治療における症状改善に伴って問題が軽減、解消することでも示されている(田中・佐藤・横関, 2007; Weber, Heger, Sinkgraven,

1) 山極 和佳 東京未来大学モチベーション行動科学部 (Tokyo Future University)

2) 藤後 悦子 東京未来大学こども心理学部 (Tokyo Future University)

Heckmann, Elsner & Rzany, 2005 ; Naumann & Lowe, 2002 ; 濱生・青木・清水・内田, 2000)。

また、多汗症の発症平均年齢は10歳代と早期であるものの、その受診率は約6%程度と疾患としての認識が低く、治療法も未確立である(藤本他, 2015)ため、長期にわたり症状を抱え続ける人も多い。したがって、先に述べた心理的要因は多汗症患者の生活に大きく関与すると推察されるが、それらの心理的要因に関する研究は多くはない。

その中で山極・藤後(2022)は、大学生を対象として、汗の問題に関する意識について調査を行っている。調査では、自分自身の汗の量の認識、汗を気にする程度や汗への対処方法、汗に関する記憶エピソードを取り上げ、同時に、汗のイメージとの関連も検討している。その結果、約9割の大学生が自分自身の汗を気にしていること、その中には汗による困り感や恥ずかしさを抱えている者がいることや、過去に自身の汗についての他者の言動によって、嫌な思いや恥ずかしい思いをしたなどのネガティブな経験を持つ者がいることを明らかにしている。また、自分自身の汗を気にする人ほど、汗に対する尊厳と評価のイメージが低いことも明らかにしている。これらの結果は、汗を気にする大学生が持つネガティブなイメージには、過去の他者の存在や理解が大きく影響することを示唆している。ただし、このような過去のネガティブな経験や他者の影響は、山極・藤後(2022)の対象が大学生であり、想起された記憶エピソードが中学生から大学生における経験であった点は考慮すべきであろう。これらの年代、すなわち思春期・青年期は、心理発達の自己意識が高まり、人目が気になる時期である。したがって山極・藤後(2022)で示された、汗に関する意識や過去のネガティブな経験との関連は、「大学生」という特定の年代の特徴である可能性もある。

先に述べたとおり多汗症や汗の問題は経過が長い疾患や問題であることから、それらを理解するためには広い年代の人々を対象とした検討が必要である。そこで本研究では、若年層から高齢層の広い年

代を対象として、汗の問題を抱える人々の意識と実態について検討することを目的とした。検討にあたっては、多汗症が疾患としての認知度が低いことをふまえ、広く「汗の問題」として扱うこととした。

方 法

対象者

調査は、「汗が気になってたまらない」の質問に対して「そう思う」と回答した200名、それ以外の「少しそう思う」、「あまり思わない」、「そう思わない」に回答した200名の合計400名を対象として実施した。また年代別の特徴を検討するために、20代100名、30代100名、40代100名、50代以上100名(50代61名・60代29名・70代9名・80代1名)と割り付けた。性別は男性232名(58.0%)、女性168名(42.0%)であり、男性の平均年齢は41.2歳($SD = 13.54$)、女性の平均年齢は40.7歳($SD = 12.32$)であった。

この調査対象者のうち、汗の問題を抱える人々の意識と実態を調べることを目的とした本研究では、先述の「汗が気になってたまらない」の質問に対して「そう思う」と回答した200名を分析対象とした。分析対象者の性別は男性115名(57.5%)、女性85名(42.5%)であった。年代は、20代・30代・40代・50代以上(50代36名・60代12名・70代2名)のいずれも50名であり、男性の平均年齢は40.6歳($SD = 12.84$)、女性の平均年齢は40.8歳($SD = 11.19$)であった。

調査期間

2022年2月に実施した。

調査内容

(1) フェイスシート

性別・年齢について回答を求めた。

(2) 汗のイメージ

山極・藤後(2022)で抽出された17の形容詞について、SD法による7件法(非常に・かなり・やや・どちらともいえない・やや・かなり・非常に)で評定を求めた。

(3) 汗に関するネガティブな経験

山極・藤後(2022)および予備調査をもとに、汗に関するネガティブな経験の場面から5場面を抽出し、場面ごとに「自分自身が困った経験」と「他者の反応で嫌な思いをした経験」との2つの経験内容を設定した。5場面×2経験内容の合計10項目の経験頻度について、「ない(1点)」、「あまりない(2点)」、「少しある(3点)」、「ある(4点)」の4件法で回答を求めた。

(4) 不安・回避行動

汗の問題による影響として、ひきこもりや社交不安といった心理的問題に発展することも指摘されている(藤本他, 2015)、不安および回避行動について検討した。調査では、不安・回避行動が生じやすい場面として、予備調査および、朝倉(2015)による社交状況場面、行為場面における不安と回避行動を参考に、9場面を設定した。各場面における不安を感じる程度/回避行動をとる頻度について、「不安でない/回避行動をとらない(1点)」、「あまり不安でない/回避行動をあまりとらない(2点)」、「どちらともいえない(3点)」、「少し不安である/回避行動を少しとる(4点)」、「不安である/回避行動をとる(5点)」の5件法で回答を求めた。

(5) 汗を理由とした将来への不安

予備調査をもとに抽出した、汗を理由とした将来への不安の10項目について、不安を感じている項目をすべて選択するよう回答を求めた。設定した項目以外に不安がある場合には、自由記述での回答を求めた。

調査手続き

楽天インサイト株式会社に委託して実施した。

分析方法

HAD(清水, 2016)を用いて分析を行った。

倫理的配慮

本研究は東京未来大学の研究倫理委員会の承認を得た(21-032)。オンライン調査の説明文には、自由意思であること、匿名性が確保されていること、学術的な利用を行うことが記されており、同意した者のみ回答した。

結果

汗のイメージ

汗のイメージの17項目について因子分析(最尤法、プロマックス回転)を行った結果、2因子が抽出された。回転前の固有値は、第1因子が8.50、第2因子が2.86であった。表1に抽出された2因子および

表1 汗のイメージの因子分析結果

No.	項目	因子1	因子2	共通性
7	安定な - 不安定な	0.87	-0.07	0.77
2	名誉な - 恥辱的な	0.87	-0.14	0.79
9	良い - 悪い	0.86	-0.02	0.75
10	楽観的な - 楽観的な	0.86	0.10	0.73
11	完全な - 不完全な	0.86	0.15	0.73
13	成功した - 失敗した	0.85	-0.08	0.75
6	上品な - 下品な	0.84	0.00	0.71
13	ありがたい - うらめしい	0.83	0.06	0.69
12	タイミングの良い - タイミングの悪い	0.83	-0.01	0.69
4	美しい - 醜い	0.83	-0.10	0.71
1	賢い - 愚かな	0.82	0.05	0.67
8	健全な - 不健全な	0.82	0.09	0.66
17	湿った - 乾いた	-0.19	0.83	0.76
15	敏感な - 鈍感な	0.06	0.81	0.64
14	興奮した - 落ち着いた	0.17	0.77	0.60
16	熱い - 冷たい	0.06	0.72	0.52
5	窮屈な - 自由な	-0.07	0.68	0.47
因子間相関		因子2	-0.10	

回転後の因子負荷量、共通性を示す。

第1因子は、安定な（不安定な）、名誉な（恥辱的な）、良い（悪い）のように、汗の価値に対する評価を表す因子であると解釈され、「評価因子」と名付けられた。第2因子は、湿った（乾いた）、敏感な（鈍感な）、興奮した（落ち着いた）のように、汗の活動性や動的側面を表す因子であると解釈され、「活動因子」と名付けられた。

汗に関するネガティブな経験

汗に関するネガティブな経験について、「自分自身が困った経験」（困った経験合計）と「他者の反応で嫌な思いをした経験」（他者の反応合計）との経験内容ごとに、5場面の合計得点をそれぞれ算出した。これらの合計得点および各質問項目の得点について、性別（男性・女性）×年代（20代・30代・40代・50代以上）の2要因分散分析を行った。各条件の平均値および分散分析結果を表2に示す。

合計得点について、困った経験合計得点では年代の主効果が有意であり ($F_{(3,192)}=3.91, p<.01$, 偏 $\eta^2=.06$)、多重比較を行ったところ、20代・30代の得点が50代以上に比べて高かった ($t_{(192)}=2.89$; $t_{(192)}=3.02$, ともに $p<.05$)。一方で、他者の反応合計得点では性別の主効果が有意であり ($F_{(1,192)}=7.97, p<.01$, 偏 $\eta^2=.04$)、多重比較を行ったところ、男性の得点が女性に比べて高かった ($t_{(192)}=2.82, p<.01$)。

各質問項目については、性別の主効果は「衣服の汚れ」と「におい」場面で「自分自身が困った経験」および、「人に物を渡す」場面で「他者の反応で嫌な思いをした経験」において有意であった ($F_{(1,192)}=9.45, p<.01$, 偏 $\eta^2=.05$; $F_{(1,192)}=10.47, p<.01$, 偏 $\eta^2=.05$; $F_{(1,192)}=11.50, p<.01$, 偏 $\eta^2=.06$)。多重比較を行ったところ、「衣服の汚れ」と「におい」場面で「自分自身が困った経験」では、女性の得点が男性に比べて高く ($t_{(192)}=3.07$; $t_{(192)}$

表2 汗に関するネガティブな経験の各条件の平均値と分散分析結果

	男性				女性				分散分析結果 (p値)			
	20代 N=33	30代 N=29	40代 N=23	50代 以上 N=30	20代 N=17	30代 N=21	40代 N=27	50代 以上 N=20	主効果 性別	交互 作用 年代		
困った経験合計	14.18 (3.58)	13.41 (2.73)	13.87 (3.24)	11.83 (3.56)	14.06 (2.59)	14.90 (2.36)	13.30 (2.51)	12.85 (2.08)	.29	.01*	.28	
他者の反応合計	13.15 (3.91)	12.86 (3.28)	11.87 (3.72)	10.57 (3.84)	11.06 (3.60)	10.67 (3.18)	10.41 (3.95)	10.45 (2.68)	.01*	.15	.47	
自分自身が困った経験	他者接触	2.82 (0.98)	2.72 (0.80)	2.65 (1.07)	2.33 (0.92)	2.94 (0.83)	3.24 (0.62)	2.26 (0.76)	2.30 (0.73)	.67	.00**	.08+
	衣服の汚れ	3.12 (0.86)	3.00 (0.76)	3.26 (0.69)	2.97 (1.00)	3.29 (0.85)	3.71 (0.46)	3.63 (0.63)	3.15 (1.04)	.00**	.10	.32
	におい	3.00 (1.03)	3.03 (0.73)	3.13 (0.87)	2.93 (0.91)	3.47 (0.62)	3.48 (0.81)	3.56 (0.64)	3.15 (0.81)	.00**	.33	.87
	人に物を渡す	2.58 (1.06)	2.48 (0.99)	2.65 (0.88)	1.90 (0.88)	2.35 (1.06)	2.43 (1.16)	2.11 (0.97)	1.70 (0.66)	.07+	.00**	.65
	液晶画面操作	2.67 (1.16)	2.17 (1.10)	2.17 (0.98)	1.70 (1.02)	2.00 (0.79)	2.05 (1.07)	1.74 (0.94)	2.55 (1.05)	.53	.38	.00**
他者の反応で嫌な思いをした経験	他者接触	2.64 (0.93)	2.69 (0.71)	2.48 (0.85)	2.13 (0.97)	2.35 (0.93)	2.19 (0.87)	2.15 (0.99)	2.25 (0.97)	.06+	.37	.39
	衣服の汚れ	2.85 (0.94)	2.83 (0.80)	2.65 (0.78)	2.43 (1.04)	2.35 (0.93)	2.57 (1.08)	2.44 (1.01)	2.35 (0.88)	.06+	.44	.76
	におい	2.82 (1.01)	2.79 (0.86)	2.61 (0.94)	2.40 (0.93)	2.47 (1.01)	2.38 (1.02)	2.41 (1.12)	2.40 (1.05)	.10	.66	.75
	人に物を渡す	2.42 (1.03)	2.45 (1.02)	2.26 (0.92)	2.00 (0.95)	2.00 (1.00)	1.86 (0.79)	1.78 (0.85)	1.70 (0.57)	.00**	.23	.89
	液晶画面操作	2.42 (1.09)	2.10 (1.08)	1.87 (0.87)	1.60 (0.93)	1.88 (1.05)	1.67 (0.80)	1.63 (0.88)	1.75 (0.64)	.05+	.08+	.30

+ $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$

=3.24, ともに $p<.01$)、「人に物を渡す」場面で「他者の反応で嫌な思いをした経験」では、男性の得点が女性に比べて高かった ($t_{(192)} = 3.39, p<.01$)。

また、年代の主効果は「他者接触」と「人に物を渡す」場面で「自分自身が困った経験」において有意であった ($F(3,192) = 6.69, p<.01, \text{偏}\eta^2 = .10$; $F(3,192) = 5.16, p<.01, \text{偏}\eta^2 = .08$)。多重比較を行ったところ、「他者接触」場面で「自分自身が困った経験」では、30代の得点が40代・50代以上に比べて高く ($t_{(192)} = 3.02, p<.05$; $t_{(192)} = 3.79, p<.01$)、20代の得点は50代以上に比べて高かった ($t_{(192)} = 3.15, p<.01$)。また、「人に物を渡す」場面で「自分自身が困った経験」では、20代・30代・40代の得点が50代以上に比べて高かった ($t_{(192)} = 3.29, p<.01$; $t_{(192)} = 3.32, p<.01$; $t_{(192)} = 2.96, p<.05$)。

また、「液晶画面操作」で「自分自身が困った経験」においては交互作用が有意であった ($F_{(3,192)} = 4.91, p<.01, \text{偏}\eta^2 = .07$; 図1)。Holm法による単純主効果の検定を行ったところ、男性において年代の効果があり ($F_{(3,192)} = 4.57, p<.01, \text{偏}\eta^2 = .11$)、20

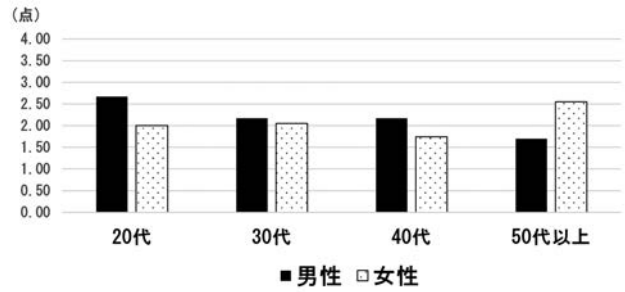


図1 液晶画面操作場面で自己自身が困った経験の各条件の平均値

代の得点が50代以上よりも高かった ($t_{(192)} = 3.70, p<.01$)。また、20代と50代以上において性別の効果が有意であり ($F_{(1,192)} = 4.64, p<.05, \text{偏}\eta^2 = .09$; $F_{(1,192)} = 8.07, p<.01, \text{偏}\eta^2 = .14$)、20代では男性の得点が女性に比べて高く ($t_{(192)} = 2.16, p<.05$)、50代以上では女性の得点が男性に比べて高かった ($t_{(192)} = 2.84, p<.01$)。

不安・回避行動

不安・回避行動の9項目の合計得点および各質問項目の得点について、性別(男性・女性)×年代(20代・30代・40代・50代以上)の2要因分散分析を

表3 不安・回避行動の各条件の平均値

	男性				女性				分散分析結果 (p値)			
	20代 N=33	30代 N=29	40代 N=23	50代 以上 N=30	20代 N=17	30代 N=21	40代 N=27	50代 以上 N=20	主効果 性別	年代	交互作用	
不安・回避行動 合計得点	30.55 (6.87)	28.69 (8.36)	26.96 (9.98)	26.40 (9.68)	30.76 (9.34)	28.76 (5.84)	29.52 (7.00)	27.25 (6.47)	.43	.15	.87	
不安・ 回避行動の 各質問項目	発表会	3.67 (1.02)	3.34 (1.14)	2.91 (1.44)	3.20 (1.30)	3.65 (1.27)	3.76 (1.22)	3.89 (1.12)	3.45 (1.32)	.02*	.55	.24
	選抜	3.61 (1.00)	3.28 (1.16)	3.22 (1.44)	3.27 (1.44)	3.82 (1.38)	3.81 (1.17)	3.96 (1.02)	3.40 (1.23)	.02*	.50	.59
	試験	3.36 (1.22)	3.07 (1.19)	2.74 (1.29)	3.03 (1.45)	3.24 (1.15)	3.19 (1.21)	3.30 (1.20)	2.80 (1.15)	.66	.49	.41
	人に物を渡す	2.97 (1.21)	2.83 (1.10)	2.48 (1.27)	2.57 (1.28)	2.94 (1.39)	1.90 (1.00)	2.37 (1.21)	2.10 (1.02)	.03*	.04*	.24
	人前での操作	2.91 (1.40)	2.62 (1.29)	2.43 (1.31)	2.37 (1.19)	2.88 (1.41)	2.00 (1.18)	2.48 (1.37)	2.05 (1.15)	.22	.06+	.57
	身体接触	3.42 (1.17)	3.24 (1.30)	3.26 (1.42)	2.67 (1.32)	3.41 (1.54)	3.29 (1.31)	2.89 (1.25)	3.15 (0.93)	.85	.24	.44
	人前での行動	3.21 (1.36)	3.14 (1.25)	2.78 (1.35)	2.83 (1.26)	3.41 (1.54)	3.00 (1.38)	3.00 (1.30)	3.10 (0.91)	.47	.43	.86
	初めての交流	3.58 (1.23)	3.38 (1.29)	3.35 (1.40)	3.17 (1.34)	3.53 (1.37)	3.57 (1.12)	3.59 (1.25)	3.00 (1.34)	.76	.28	.84
	暑い場所作業	3.82 (1.16)	3.79 (1.32)	3.78 (1.38)	3.30 (1.47)	3.88 (1.22)	4.24 (0.94)	4.04 (1.02)	4.20 (1.11)	.02*	.75	.39

+ $p<.10$, * $p<.05$

行った。各条件の平均値を表3に示す。

合計得点については、性別および年代の主効果、交互作用のいずれも有意ではなかった。

各質問項目については、「発表会、試合やコンクールなどに出場する」(表3:「発表会」)、「選抜やオーディションを受ける」(表3:「選抜」)、「人に物を渡す」、「暑い場所で作業をする」(表3:「暑い場所作業」)において性別の主効果が有意であった ($F_{(1,192)} = 5.28, p < .05$, 偏 $\eta^2 = .03$; $F_{(1,192)} = 5.27, p < .05$, 偏 $\eta^2 = .03$; $F_{(1,192)} = 4.89, p < .05$, 偏 $\eta^2 = .03$; $F_{(1,192)} = 5.51, p < .05$, 偏 $\eta^2 = .03$)。多重比較を行ったところ、「発表会、試合やコンクールなどに出場する」、「選抜やオーディションを受ける」、「暑い場所で作業をする」では、女性の得点が男性に比べて高く ($t_{(192)} = 2.30$; $t_{(192)} = 2.30$; $t_{(192)} = 2.35$, いずれも $p < .05$)、「人に物を渡す」では男性の得点が女性に比べて高かった ($t_{(192)} = 2.21, p < .05$)。

将来への不安

汗を理由とした将来への不安について、「ある」と回答した項目の合計数を算出し、性別(男性・女性)×年代(20代・30代・40代・50代以上)の2要因分散分析を行った。その結果、年代の主効果

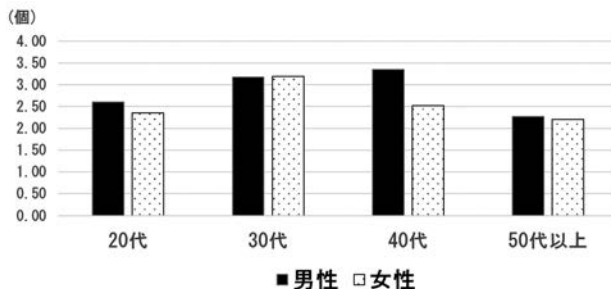


図2 汗を理由とした将来の不安合計数の各条件の平均値

のみ有意な傾向がみられた ($F_{(3,192)} = 2.40, p < .10$, 偏 $\eta^2 = .04$; 図2)。性別の主効果および交互作用は有意ではなかった。

次に、各質問項目において「ある」と回答した人の条件ごとの人数比率を算出した(図3)。図3のとおり、「猛暑や酷暑等の気候変化」への不安については、いずれの性別、年代においても50%を超える人数比率であった。

汗に関する過去の経験と現在の意識との関連

汗に関する過去の経験と現在の意識との関連を検討するために、過去の汗に関するネガティブな経験と、現在の不安・回避行動、汗を理由とした将来への不安、汗のイメージとの相関分析を行った(表4)。

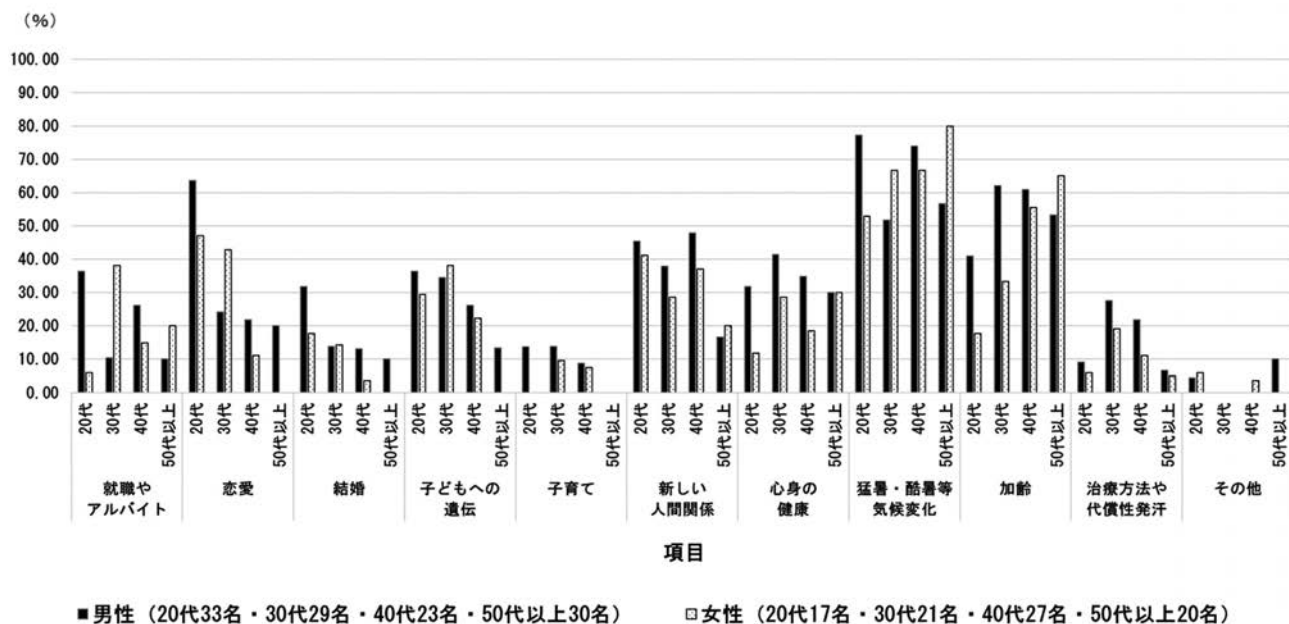


図3 汗を理由とした将来への不安の各項目における条件ごとの人数比率

表4 過去の経験と現在の意識との関連

	過去のネガティブな経験	
	自分自身が困った経験	他者の反応で嫌な思いをした経験
不安・回避行動	.56**	.48**
将来への不安	.29**	.25**
汗の評価因子	.02	.14+
汗のイメージ活動因子	.18*	.01

+ $p<.10$, * $p<.05$, ** $p<.01$

その結果、過去の汗に関する「自分自身が困った経験」と「他者の反応で嫌な思いをした経験」のいずれのネガティブな経験とも、現在の不安・回避行動 ($r=0.56$; $r=0.48$, ともに $p<.01$) と将来への不安 ($r=0.29$; $r=0.25$, ともに $p<.01$) との間に有意な正の相関がみられた。汗のイメージとの関連では、「自分自身が困った経験」は汗の活動因子との間に有意な正の相関がみられ ($r=0.18$, $p<.05$)、困った経験が多い人ほど汗の活動的イメージが高かった。一方で、「他者の反応で嫌な思いをした経験」は汗の評価因子との間に弱い正の相関がみられ ($r=0.14$, $p<.10$)、嫌な思いをした経験が多い人ほど汗の評価イメージが高い傾向であった。

考 察

本研究では、汗の問題を抱える広い年代の人々を対象として、汗および汗の問題に関する意識と実態について検討することを目的とした。汗の問題については性別および年代による違い、過去の経験と現在の不安や行動との関連を検討した。

汗のイメージ

汗のイメージについては評価、活動の2因子が抽出された。この因子構成は、尊厳、評価、活動の3因子が抽出された山極・藤後 (2022) とは異なるものであった。各因子を構成する質問項目をみると、本研究で抽出された評価因子のうち、山極・藤後 (2022) では「賢い-愚かな」、「名誉な-屈辱的な」、「成功した-失敗した」などの8項目が尊厳因子として独立していることがわかった。このような因子構成の違いは、本研究の研究対象が20代から70代の

広い年代の人々であった一方で、山極・藤後 (2022) では大学生のみであったという、研究対象者の違いによるものではないかと考えられる。そして、山極・藤後 (2022) で示されている汗のイメージにおける尊厳因子の存在は、大学生という年代の特徴を表すものとして理解できるのではないだろうか。大学生、すなわち青年期は自己への意識が高まる時期であり、相対的に自尊感情が揺れやすく、不安定になりやすい時期でもある (原田, 2008)。そのような時期に、自己の身体 (活動) の一部である「汗 (をかく)」という現象は、自尊感情にも大きく影響するのではないかと考えられる。

汗の問題に関する意識と実態

汗に関するネガティブな経験 汗に関するネガティブな経験について、5つの場面と2つの経験内容とを組み合わせで検討した。その結果、経験内容ごとの合計の「自分自身が困った経験」においては、20代、30代の若年層は50代以上の中老年層よりも困った経験、つまり多汗そのものによる日常生活上の困難さを多く抱えているという年代による違いが明らかとなった。この理由の一つには、年代による発汗量の違いが考えられる。発汗量は加齢により減少するため (Shibasaki, Okazaki & Inoue, 2013)、発汗量の多い若年層は日常生活上の困難さも多いという理由である。ただしこの理由には、本研究の対象が汗の問題を抱える人々である点から、汗の問題や多汗症における「症状としての発汗量」の加齢変化について疑問が生じる。しかしながら、それに関する研究は見あたらないため、汗の問題を抱える人々においても若年層の発汗量が中老年層より多いとは言いきれないだろう。このような、対象が汗の問題を抱える人々である点に、多汗症の平均発症年齢が10歳代と早い点とを併せて考えると、多汗の問題を抱える経過が長い中老年層は、汗への対処方法を多く習得してきているため、日常生活上の困難さが軽減されている可能性も考えられる。そのほか、本研究で設定した経験は、大学生を対象とした山極・藤後 (2022) を参考にしたものであったため、若年層

が経験することの多い場面に偏っていたという理由も考えられる。今後は、中高年層が経験することの多い場面、あるいは中高年層特有の経験についても検討する必要があるだろう。

もう一方の経験内容である「他者の反応で嫌な思いをした経験」においては、男性は女性よりも嫌な思いを多く経験しているという性別による違いが明らかとなった。この違いについては、汗が身体的な現象であるため、女性に対しては、他者による言及が抑制されやすいという理由が考えられる。

次いで、場面と経験内容との組み合わせごとに検討したところ、性別による違いは、「衣服の汚れ」と「におい」の場面での「自分自身が困った経験」および、「人に物を渡す」場面での「他者の反応で嫌な思いをした経験」において明らかとなった。違いとして、前者の場面では女性が男性よりも困った経験が多く、後者では男性が女性よりも嫌な思いをした経験の多いことが示された。前者の「衣服の汚れ」と「におい」場面における違いについて、その理由の一つには、いわゆる「身だしなみ」への意識の違いが考えられる。つまり、女性は汗で衣服が汚れる、においが付着する機会が多いというよりも、付着した汚れやにおいを「何とかしなければならぬ」と思い、困った経験が多いのではないだろうか。また後者から、先の「他者の反応で嫌な思いをした経験」の合計での性差は、「人に物を渡す」場面において顕著であることが明らかとなった。

一方で年代による違いは、「他者接触」と「人に物を渡す」の場面での「自分自身が困った経験」においてみられ、いずれも20代、30代の若年層が50代以上の中高年層よりも困った経験が多かった。これらから、先の「自分自身が困った経験」の合計での年代差は、「他者接触」と「人に物を渡す」場面において顕著であることが明らかとなった。汗の問題や多汗症における「過剰な汗」は、衣服や触った物にも付着するほどの量であることから、これらの場面には、自分の汗に他者が触れる可能性が高いという共通点があげられる。

さらに、「液晶画面操作」場面で「自分自身が困った経験」における相互作用から、液晶画面操作で困った経験は、20代の男性と50代以上の女性という特定の年代と性別の人々に多いことが明らかとなった。この理由の一つとして、これらの人々の液晶画面操作の機会が多い可能性が考えられる。近年、液晶画面を操作する機会は増えており、例えば、スマートフォンやパーソナルコンピューター、ゲーム機、また、駅の券売機や金融機関の現金自動預払機（ATM）、スーパーマーケットやコンビニエンスストアの自動会計機でのタッチパネルなど様々なものがある。この中のスマートフォンやパーソナルコンピューターを使用したインターネット利用時間について、年代、性別ごとに調べた総務省の調査（2021）では、20代の利用時間は他の年代より長いものの、性差は大きくないことが示されている。この結果から、20代男性が同世代の女性よりもインターネット利用における液晶画面操作の機会が多いとはいえないことがわかる。本研究では液晶画面に関する詳細を調べていないため、20代の男性と50代以上の女性がどの液晶画面の操作で困った経験が多いのかは明らかではない。今後、汗の問題を抱える人々の理解や支援を行うにあたっては、さらに詳細な場面を理解する必要があるだろう。

不安・回避行動 不安・回避行動の項目別の検討においては性別による違いがみられ、「発表会、試合やコンクールなどに出場する」、「選抜やオーディションを受ける」、「暑い場所で作業をする」では女性が、「人に物を渡す」では男性が、それぞれ他方の性よりも不安を強く感じ、回避行動をとる頻度が高かった。これらから、汗の問題を抱える人々がどのような場面で不安を感じ、回避行動をとるかは性別によって異なることが明らかとなった。前者の「発表会、試合やコンクール」、「選抜やオーディション」といった場面には、多くの他者の前でパフォーマンスを行うという共通点があげられる。このことから、女性は他者の目を気にする傾向があること、さらには、多汗症によって生じることがあるとされる社交

不安など(藤本他, 2015) のリスクが高い可能性が示唆される。一方で、後者の「人に物を渡す」場面での違いは、先にあげた過去のネガティブな経験の影響として理解できるのではないだろうか。つまり、男性は過去の人に物を渡す場面において、他者の反応で嫌な思いを多く経験しているため、現在の同様の場面で不安を強く感じ、回避行動をとる頻度が高くなるという影響である。

汗を理由とした将来への不安 汗を理由とした将来への不安の合計数においては年代による違いがみられ、30代、40代は50代以上よりも不安が多い傾向であった。この理由のうち、50代以上の不安が少ない点については、本研究で設定した不安の項目に、就職やアルバイト、結婚、子育てといった、50代以上の多くがすでに経験しており、将来経験する可能性の低い項目が含まれていたことがあげられる。しかし、これらを経験していない人も多い20代と、50代以上との間には違いがみられないため、30代、40代の不安が多い理由としては不十分である。これら中間の年齢層が抱える将来への不安については、今後のより詳細な検討が必要である。

また、項目ごとの不安がある人の比率において、将来の「猛暑・酷暑等の気候変化」に対しては、いずれの年代、性別とも半数以上の人不安を抱えていることが明らかとなった。近年の社会的問題の一つである気候変化は、汗の問題を抱える人々にとって、その汗の問題や日常生活上の困難さにおいて、より深刻で大きいことが理解できる。

汗に関する過去の経験と現在の意識との関連

汗に関する過去の経験と現在の意識との関連においては、過去の「自分自身が困った経験」と「他者の反応で嫌な思いをした経験」のいずれのネガティブな経験とも、それらの経験が多い人ほど、現在において不安を強く感じて回避行動をとる頻度が高く、将来への不安も多く抱えていることが明らかとなった。これにより、山極・藤後(2022)で示唆された、過去の汗に関するネガティブな経験と現在の意識との関連は、大学生特有のものではなく、広い年代

の人々にみられることが実証されたといえる。

また、汗に関する過去のネガティブな経験と汗のイメージとの関連については、自分自身が困った経験が多い人ほど汗の活動的イメージが高いこと、他者の反応で嫌な思いをした経験が多い人ほど汗の評価イメージが高い傾向であることが明らかとなった。前者の汗の活動的イメージとは、「湿った」、「敏感な」、「興奮した」、「熱い」、「窮屈な」といった形容詞で構成されるイメージである。このことから、汗で困った経験が多い人は、汗が発生する興奮して身体が熱くなった状態や汗で湿った感覚に対して敏感になりやすく、汗により様々な制限が生じることでの窮屈さを感じやすいと理解できるのではないだろうか。後者の汗の評価的イメージとは、「安定な」、「名誉な」、「良い」、「楽観的な」、「完全な」など汗の価値を表す形容詞で構成されるイメージである。弱い関連ではあるが、汗によって嫌な思いを多く経験している人は、汗そのものの価値に対しては高い評価をしていることが明らかとなった。

まとめおよび本研究の限界と今後の課題

本研究の結果、汗の問題の意識と実態には年代や性別による違いがみられること、換言すれば、年代や性別によって抱える不安や、それに基づく行動は異なることが明らかとなった。最初に述べたとおり、多汗症の経過には心理的要因が影響するとされており、この心理的要因には、本研究で取り上げたネガティブな経験や、日常生活および将来に対する不安、回避行動も含まれると推察される。汗の問題を抱える人々への心理的支援においては、これらの問題を理解し、軽減するための介入が必要となるだろう。

なお、本研究の問題点として対象者の選定方法があげられる。本研究では、「汗が気になってたまらない」の質問に対して「そう思う」と回答した者を調査対象者とした。この質問では、汗が自他のいずれのものであるかを限定していなかったため、回答者の中には、「他者の汗が気になってたまらない」者が含まれていた可能性があげられる。つまり、本研究で意図した、「自分自身の汗に関する問題を抱える

人々」とは異なる対象者が混在していたという問題である。したがって、本研究で示した汗の問題を抱える人々の意識と実態については、この問題を考慮して解釈すべき点が、本研究の限界である。

本研究では、量的調査や、性別および年代による違い、過去の経験と現在の意識との関連についての検討を行うことにより、汗の問題を抱える人々の意識と実態に関する一定の傾向を明らかにした。しかしながら、その傾向の背景や問題の詳細など残された課題も多い。今後、汗の問題に関わる心理的要因の理解や、汗の問題を抱える人々への支援方法を探るためには、インタビュー調査等の質的な方法を用いた、さらなる検討が必要であると考えられる。

付記：本研究は、メンタルヘルス岡本財団助成金を受けて実施した。

引用文献

朝倉聡 (2015). 社交不安障害の診断と治療 精神神経学雑誌, 117 (6), 413-430.
藤本智子・横関博雄・片山一朗・金田眞理・室田浩之・田村直俊・菅野範英・吉岡洋・玉田康彦・四宮滋子・岩瀬敏・犬飼洋子 (2015). 原発性局所多汗症診療ガイドライン2015年改訂版 日本皮膚科学会雑誌, 125 (7), 1379-1400.

濱生和加子・青木克・清水唯男・内田貴久 (2000). 特発性顔面手掌多汗症患者の心理特性 日本ペインクリニック学会誌, 7 (4), 403-410.

原田宗忠 (2008). 青年期における自尊感情の揺れと自己概念との関係 教育心理学研究, 56, 330-340.

Shibasaki M. Okazaki K. and Inoue Y (2013). Aging and thermoregulation. The Journal of Physical Fitness and Sports Medicine, 2 (1), 37-47.

清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフトHAD ——機能の紹介と統計学習・教育、研究実践における利用方法の提案——メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.

総務省情報通信政策研究所 (2021). 令和2年度情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書

田中智子・佐藤貴浩・横関博雄 (2007). 掌蹠多汗症の重症度と段階的治療指針, 治療前後の精神的改善度 発汗学, 14, 46-48.

Weber, A., Heger, S., Sinkgraven, R., Heckmann, M., Elsner, P., & Rzany, B. (2005). Psychosocial aspects of patients with focal hyperhidrosis. Marked reduction of social phobia, anxiety and depression and increased quality of life after treatment with botulinum toxin A. British Journal of Dermatology, 15 (2), 342-345.

山極和佳・藤後悦子 (2022). 大学生における汗の問題に関する意識——汗のイメージおよび記憶との関連——東京未来大学保育教育センター紀要, 9, 126-135.

(やまぎわ わか・とうご えつこ)

【受理日 2022年12月7日】