

## 【桜美林大学との共同研究】 『こころと肌』に関する研究 2 - 日常的なスキンケア動作とこころ・肌状態の関係 -

化粧品、医薬部外品、健康食品などの研究・開発・製造および販売を手がける株式会社セプテム総研(本社:大阪府大阪市、代表取締役社長:石神政道)は、日常的なスキンケア動作がこころと肌状態に与える影響について桜美林大学の山口創教授と共同研究をおこない、2023年12月2日(土)~12月3日(日)に開催された日本健康心理学会第36回大会で「こころと肌に関する研究2」というテーマで発表しました。

### 【研究背景・目的】

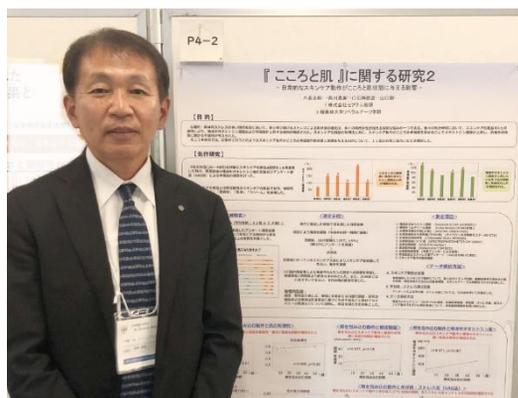
私たち現代人は、心理的にも肉体的にもストレスの多い環境のもと生活をしており、日々受け続けるストレスによる肌状態の悪化は、多くの現代女性を実感する深刻な悩みのひとつとなっています。一方で、恋をするとキレイになるといわれるなど、幸福感が肌状態を良くする可能性も示唆されており、こころの状態が肌状態に与える影響は非常に興味深いテーマです。

同学会で発表した我々の先行研究において、スキンケア化粧品の1ヶ月間連用により唾液中オキシトシン濃度が上昇し幸福度も上昇する傾向が確認され、スキンケア動作がこころの幸福度を高めることでオキシトシン濃度が上昇し、肌状態を改善する可能性が考えられました。(詳細はコチラ:<https://septem-so.com/wp-content/uploads/2021/06/pressrelease210607.pdf>)

そこで本研究では、日常的に行うどのようなスキンケア動作がこころの幸福度や肌状態に影響を与えるのかについて、11名の女性に協力いただき検討しました。

### 【研究結果】

- ・頬を包み込むスキンケア動作回数が多い人ほど肌の弾力および皮脂量が高かった。
- ・頬を包み込むスキンケア動作回数が多い人ほど唾液中オキシトシン濃度が高い傾向にあった。



### <お問い合わせ先>

株式会社セプテム総研 (〒530-0003 大阪府大阪市北区堂島2-4-27 JRE堂島タワー13F)

TEL: 06-6347-1010(平日9:30-17:30)

FAX: 06-6344-0020

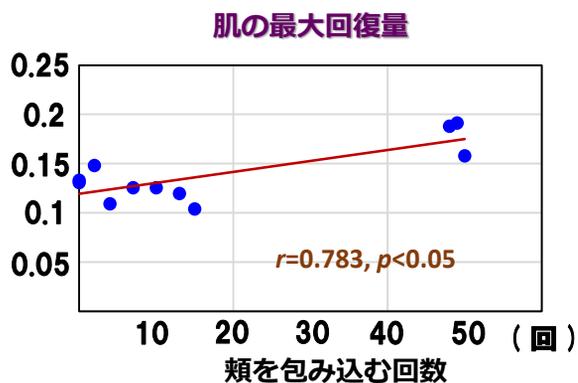
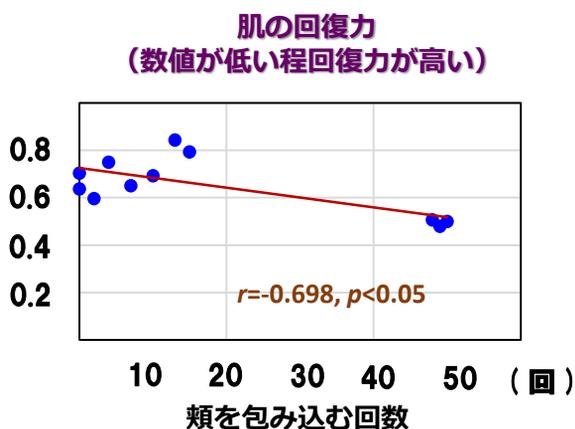
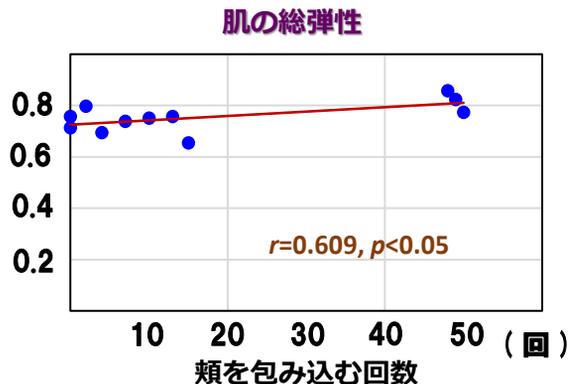
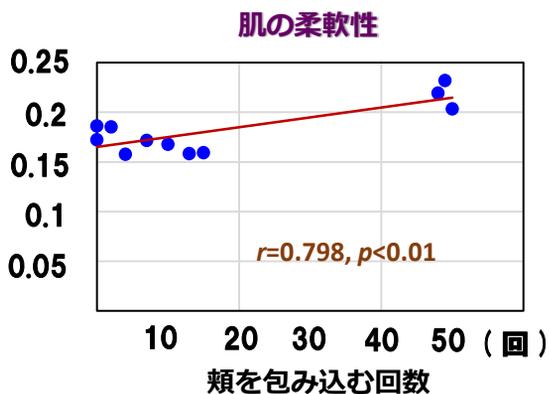
Mail: [customer-so@septem-so.com](mailto:customer-so@septem-so.com)

担当者: 西岡

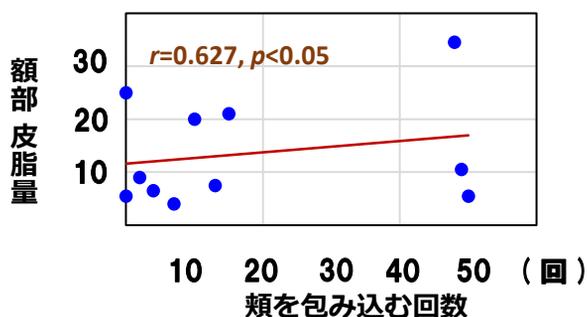
## ■頬を包み込むスキンケア動作回数の多い人ほど肌の弾力および皮脂量が高かった。

37～48歳の女性11名の方にご協力いただき、洗顔後、恒温・恒湿下にて10分間馴化し、種々肌測定を実施しました。また肌測定終了後、夜に実施している日常的なスキンケア方法にてスキンケアを実施してもらい、その動作を動画撮影しました。これら測定値について統計解析をおこなった結果、肌左頬部の肌の弾力を示す数値(柔軟性、総弾性、回復力、最大回復量)と頬を包み込むスキンケア動作の回数との間に、有意な正の相関が確認されました。また額部分の皮脂量と頬を包み込むスキンケア動作回数との間にも、有意な正の相関が確認されました。

### <頬を包み込む動作と肌の粘弾性との相関関係>



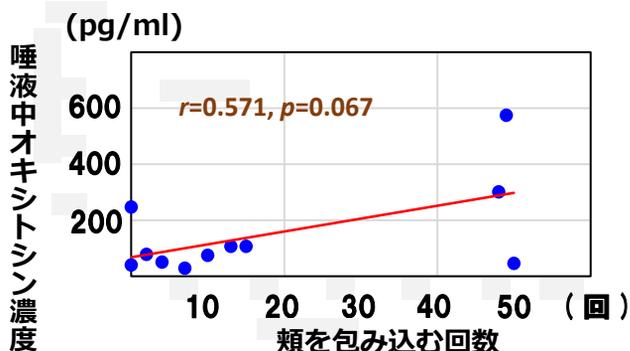
### <頬を包み込む動作と額皮脂量>



## ■頬を包み込むスキンケア動作回数の多い人ほど唾液中オキシトシン濃度が高い傾向にあった。

肌測定を実施する前に、目を閉じて5分間安静にもらった後、流涎により唾液を採取しました（午前中の同一時間に採取）。採取した唾液中のオキシトシン濃度を定量し、スキンケア動作との関連について統計解析をおこなった結果、唾液中オキシトシン濃度と頬を包み込むスキンケア動作の回数との間に、正の相関傾向が確認されました。加齢による肌のハリや弾力の低下、肌の乾燥が気になりだす年代において、頬を包み込むというスキンケア動作がこころに作用し唾液中のオキシトシン濃度を上昇させ、肌のハリ、弾力、および皮脂量の低下に対し抑制効果を示す可能性が考えられました。

### <頬を包み込む動作と唾液中オキシトシン量>



#### <発表者からのコメント>

「肌はこころの鏡」ともいわれるなど、こころの状態と肌は密接に関係していると考えられています。ストレスの多い現代社会において多くの現代女性の深刻な悩みである肌状態の悪化に対し、化粧品は保湿や肌あれ予防など配合成分による肌への有用性だけでなく、スキンケア行為そのものがこころに作用し、肌状態の改善へと導く可能性のあることが示唆されました。忙しく時間に追われる現代ですが、お風呂上りのほんの少しの時間でも自分自身の肌と向き合い、頬を両手でやさしく包み込んで労わってあげることが、こころと肌を健康に保つひとつの方策と考えられました。化粧品の持つこころに作用するチカラの解明を更に進めることで、ストレス社会に対抗する新たな方策が見つかるかもしれません。



開発研究所所長  
石神 政道

#### <今後の展開>

今後は、スキンケア動作や化粧品のテクスチャーがこころと肌状態へどのように影響するのか詳細を検討し、美と健康に導く化粧品および美容法を確立していきたいと考えています。

**【株式会社セプテム総研について】**

本 社:〒530-0003 大阪府大阪市北区堂島2-4-27 JRE堂島タワー13F

代表者:代表取締役社長 石神政道

電話番号:06-6347-1010(代表)

FAX:06-6344-0020

会社HP:<https://septem-so.com/>

事業内容:

- 化粧品、医薬部外品、ヘアケア、ボディケア商品の研究・開発・製造および販売
- 栄養補助食品の研究・製造および販売
- 美容機器の研究・企画および販売
- OEMおよびODM

**【研究概要】**

■研究目的:日常的に行うスキンケア動作が、こころと肌状態に与える影響を検討しました。

■研究方法:37~48歳の被験者11名に対し、日常夜に行うスキンケア動作と唾液中オキシトシン濃度、および肌状態との関係について解析を行いました。

**【データに関するお問い合わせ】**

公式サイトに掲載されている個人情報保護方針を確認・同意のうえ、下記メールアドレスへお願いします  
(データの無断転用はお断りしています)。

▼メールアドレス:customer-so@septem-so.com