

## 尾崎豊音楽の自律神経への影響について

児玉由美子 kodama yumiko

岡山県立大学デザイン学部デザイン工学科(E-mail:ikodama1020@hotmail.co.jp)

### 要旨

夭折のロックミュージシャン尾崎豊は死後 21 年を経た現在も多くの人々に影響を与えている。家庭内暴力、自殺 更年期障害などからの立ち直りなど多くは精神的な問題を解決したとされる。尾崎豊の音楽が心拍数と自律神経に与える影響について、このほど実証実験を実施した。本学会ではその結果を分析報告する。

### 目的

尾崎豊の音楽にはストレスを抑える効果があることは周知のことだが科学的な証拠はなく研究されていない。筆者は 尾崎豊の音楽が 心拍数と自律神経にどのような影響を与えているか。MemCalc 心拍変動リアルタイム解析プログラムを使用し実証実験を実施した。その結果から尾崎音楽の心身への影響を分析する。

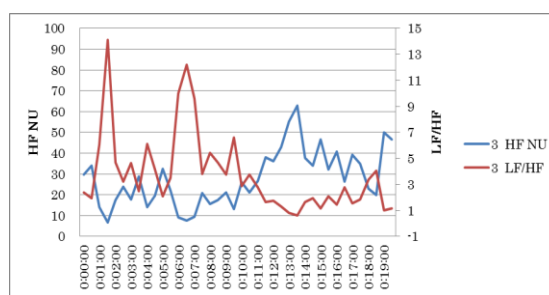
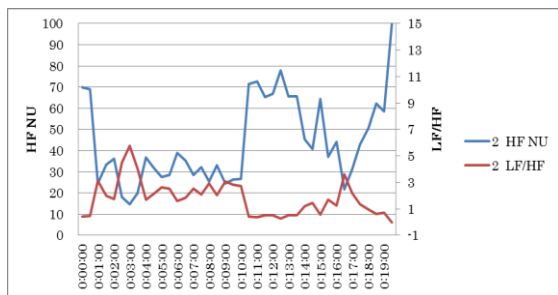
### 方法

MemCalc Bonaly Light 心拍変動リアルタイム解析プログラムを使用して以下の方法で実験をした。

- ① 景観原論の受講生男女 18 歳 2 名  
尾崎豊の歌う LIVE 版 「ラストティーンエイジ・アピアランス」の映像の ロック「街の風景」を見ながら心拍数と交感神経と副交感神経の変動を計測。約 60 名の学生が画面の計測結果をリアルタイムで見守った。また同学生 2 名が CD で 声なし楽器演奏だけの「アイラブユー」「オーマイリトルガール」を聞き計測した。
- ② 研究室のオーディオ装置を使用して、8 名の 18 歳 女子 1 名の男子 がヘッドホーンで 上記同じ「街の風景」を聞いた。
- ③

### 結果

- ① ライブ盤映像を聞き始めてすぐに 2 名の心拍数が一定になり 自律神経は 副交感神経に変化した。声なしの楽器演奏の「アイラブユー」 および 「オーマイリトルガール」は 心拍数・自律神経に変化は起こらなかった。
- ② 9 名中 9 名が 音楽が流れた瞬間から 副交感神経に変化した。



### 考察

激しい音楽である尾崎のロックが 心拍数が一定になり、副交感神経に変化するということは精神を安定させる効果があるということである。また 声がない楽器演奏の曲では癒し系のように思えたが変化はなかった。つまり 精神の安定には関係がないということだ。意外にも尾崎豊の声でロックを聴くと リスナーの精神が安定するという結果になった。今後の課題として 尾崎豊の声がなぜ 心を安定させるのか 声の分析を実験するつもりである。