

# タッチケアを親子で体験してみませんか？

## —親子のタッチケアプログラムへの参加依頼—

タッチケアとはスキンシップのことです。親密な関係にある者とのスキンシップはオキシトシンの分泌を促進し、人を落ち着かせたり、ストレスを軽減する効果があると言われています。そこで、本プログラムは、スウェーデン発祥のハプティックセラピーの一部である背中へのマッサージをお母様がお子様へ継続的にすることにより、その効果が期待できるのではないかと考え、計画しました。対象は4歳から8歳くらいのお子様とそのお母様です。参加は無料で、全行程に参加した方には3000円（または3500円）を謝礼として差し上げます。

タッチケアプログラムは以下のような流れになっています。

1. 大学のセンターに親子で1回来ていただき、タッチケアの方法を学んでいただきます。1回にかかる時間は40～50分くらいです。その時に簡単なアンケートに回答していただきます。また、タッチケアの前後に、親子でアミラーゼ検査を実施していただきます。アミラーゼ検査とは、チップで唾液をとって検査するもので、全く無害なのでご安心してください。アミラーゼ検査はリラックス度の測定のために行います。
2. その後、自宅でタッチケアを可能な限りで良いので、1日1回（10分程度）、1ヶ月間行っていただきます。実施状況を10日毎にメールでお尋ねしますので、それに回答していただきます。質問は実施状況確認の簡単なものです。
3. 1ヶ月後にセンターに1回（40分程度）来ていただき、タッチケアを1回実施いただき、アンケートへの回答と、アミラーゼ検査をしていただきます。この時に、謝礼をお渡しします。

このプログラム参加で収集された情報は、研究以外の目的で使用されることは決してありません。また、研究成果は学会の研究誌や大学の紀要に発表する予定ですが、その際、皆様の個人名は一切公表されませんのでご安心ください。

連絡先： 研究代表者 関西学院大学 教授 桂田恵美子

[katsurada@kwansei.ac.jp](mailto:katsurada@kwansei.ac.jp)

0798-54-6489

共同研究者 福山大学 教授 赤澤淳子

[jakazawa@fukuyama-u.ac.jp](mailto:jakazawa@fukuyama-u.ac.jp)

084-936-2112(内線 3426)

