

# 畳パワー!!

# の不思議

畳教室で  
集中力  
UP!



北九州市立大学准教授  
森田 洋 農学博士

いぐさの青々とした黄緑は人に安心感をもたらす色といわれています。また、いぐさの香りには紅茶やバニラと同じリラックス成分が含まれています。靴を脱いで畳に足をおくのもリラックス効果の要因と言えましょう。このようないぐさ・畳もっている様々な良さが、畳部屋における集中力の持続効果を生み出したものと考えています。

いぐさは平安時代から利尿薬や消炎剤などの薬草として用いられてきた歴史もあり、最近では食品や和紙、石鹸、入浴剤などにも利用され始めています。皆さんもいぐさの良さをもう一度見直し、熊本県の「いぐさ」をもっともっと身近なものとして愛してほしいと考えています。

北九州市立大学森田博士の研究で、このほど「畳部屋における学習効果」について発表され、「畳教室には集中力持続効果がある」ことが明らかになった!

畳教室と一般教室において、簡単な算数の問題をそれぞれ30分ずつ解かせて、結果を比較したところ、畳教室で解答するほうが、解答数が約14.4%増加。(正解率は畳教室、一般教室に差は認められなかった。)正解率に差がなく、解答数が伸びたことで、畳部屋における集中力持続効果が認められた。



▲畳の教室(英進館、福岡市)

畳教室と一般教室における計算問題の結果  
中学1年生・小学5年生260名(男157名・女103名)

	解答数	正解率
畳教室	145.7問	90.4%
一般教室	129.0問	88.5%
伸び率 (一般教室の結果を100として)	114.4%	102.7%

## 畳に触れて水虫予防!

この研究も森田研究室の福田翼さんらの研究によるもので、「いぐさに水虫の原因となる白癬菌に対して予防効果がある」ことが明らかになった。

いぐさを加えていないものは白い水虫菌(トリコフィトン菌)がびっしり生えているが、いぐさを加えたものには全く水虫菌が生えない。いぐさは水虫菌に対して抗菌効果が認められた。このほかにもいぐさは大腸菌O157やサルモネラ菌、黄色ブドウ球菌、レジオネラ菌などに対する抗菌効果も認められている。

## いぐさの水虫菌に対する抗菌作用



▲左:いぐさを加えないもの 右:いぐさを5%加えたもの



北九州市立大学大学院  
福田 翼 氏

水虫持ちの方  
に朗報!!

### 畳の機能と効用…6つの効果

- ◆温度調節…夏涼しく、冬は暖かい。
- ◆湿度調整…畳は水分を自然に吸湿したり、空気が乾燥すると反対に放湿する機能を持っています。
- ◆空気清浄…シックハウスの原因となるホルムアルデヒドや二酸化窒素を吸着し、空気を清浄する効果があります。
- ◆香り…畳のやさしい香りが心癒してくれます。自然のアロマテラピー
- ◆弾力性…適度な弾力性があり、転んでも怪我をしにくい。
- ◆防音吸音…畳は、ショックを柔らげる力の他に、音や振動を吸収します。

お問い合わせ先  
**熊本県いぐさ・畳表活性化連絡協議会**  
(八代市役所農林水産部農業振興課内)  
熊本県八代市松江城町1-25  
TEL0965-33-4117 FAX0965-33-4235