

鏡でおいしさアップ!?

主に身だしなみを整えるのに使う鏡に、意外な効果があると分かったそうです。名古屋市枇杷島小五年、榊原佳子さんの作品を紹介します。

■掲載 6月13日朝刊1面

食事は一人より誰かと一緒の方がおいしく感じるものだが、鏡に映った自分を眺めながらでもおいしく感じ、食べる量も増えるという研究結果を、名古屋大学院情報学研究所の中田龍三郎研究員(認知科学)らの研究チームがまとめた。少子高齢化で、一人で食事をするお年寄りが増えており、研究成果は高齢者の



読者が作った 新聞わーくシート

食事の質を高めるヒントになりそうだった。

研究チームは二十一〜二十三歳の大学生男女と、六十五〜七十四歳の高齢者男女十六人ずつを対象に実験。小部屋の中で、上半身が映る鏡を前にしたときと、壁の画像が映ったモニターを前にしたときで、ポップコーンの味をどう感じるか比べた。塩とキャラメル味の二種類の味でおいしく感じた度合いを五点満点で答えてもらったところ、大学生、高齢者ともに、どちらの味でも鏡を前にしたときが平均値で〇・三七〜〇・六九点、高かった。食べた量も鏡

の方が、壁の画像より一〜四割多かった。

研究チームの川合伸幸准教授は「狩猟採集時代が長かった人類にとつて、食事は仲間と分け合うもので、孤食は最近までなかった」と指摘し、人間は本能的に誰かと一緒に食事を好むと推測。「実際に他人と一緒になくても、鏡に映った自分を見て、人の存在の気配を感じるだけでおいしく感じるのではないか」と話した。研究成果はアメリカ科学誌電子版に掲載された。(坪井千隼)

名古屋市枇杷島小5年

榊原 佳子さん



鏡の実験は面白そうなので、私もやってみようと思います。

なぜこの実験を思い付いたのか、研究チームに聞いてみたいです。

