

# 北海道医療大学生のプルースト体験

鈴木裕子\*, 山下ちひろ, 千葉公貴  
北海道医療大学心理科学部臨床心理学科

Experience of Proust phenomena of the students  
in Health Sciences University of Hokkaido

Yuko SUZUKI\*, Chihiro YAMASHITA, Kouki CHIBA

## はじめに

においとこの遭遇時にそれに関連した過去の出来事の記憶がありありと想起される現象は、フランスの作家マルセル・プルーストの小説「失われた時を求めて (À la recherche du temps perdu, 1913)」によって極めて印象的に記述されたことから<sup>1)</sup>, 一般的にプルースト現象 (効果) とよばれるようになった。小説は裕福なブルジョア家庭の一人息子である「私」が, ある寒い冬の日帰宅すると, 母親が熱い紅茶とマドレーヌを勧めてくれたことに始まる。「私」は戦争とその後の療養所生活を体験し, 何に対しても無関心になり心が冷えきっていた。今日のもの憂いさに疲れ, 明朝の憂鬱気分を思いながら, 機械的にマドレーヌを紅茶に浸し, スプーンで口に運んだが, そのとき素晴らしい感覚を覚える。突然, 幼少時に暮らしていたコンブレーの町の記憶が鮮やかによみがえったのである。「私」は毎日曜に叔母さんの家に行き, そこではいつも紅茶とマドレーヌがだされたのだった。当時の「私」の家はY字路に面しており, その2つの道は「スワン家のほう」と「ゲルマント家のほう」であり, 景色もイメージも全く違う対照的な道だった。スワン家は金持ちのユダヤ人, 一方ゲルマント家は歴史の中に生きる大貴族であり, 彼らとの関わりの思い出を語ることから始まり, 自らの生きてきた歴史を記憶の中で織り上げていく。小説には第一次世界大戦前後の世相風俗, 特に有閑階級や社交界のスノビズムが描かれている。

解剖学的にも, 嗅覚と記憶・情動は連関する。においては鼻腔の天井にある嗅上皮の嗅細胞で受容<sup>2-4)</sup>される。この嗅細胞は双極性神経細胞であり, その軸索は嗅神経として嗅球へ入り糸球体でニューロンを変えさらに嗅球を出て梨状皮質に達する。その後の経路は多岐にわたる。嗅内皮質へ投射する経路は海馬へ連絡する。扁桃体へ投射する経路, 視床背内側核に直接, あるいは扁桃体を経て投射する経路, 大脳基底核へ投射する経路, 視床下部への経路などがある。眼窩前頭皮質へ到達してはじめてにおいの識別がなされる。においの質が分析される前に, 情動, 好き嫌い, 恐れなどの感情を担当する扁桃体, また記憶の中核である海馬へ嗅覚情報が送られることになる<sup>5)</sup>。つまりにおいを嗅ぐとすぐに脳の記憶や感情に関わる部分が反応するのである。

プルースト現象が小説の一節ではなく, 実際想起しうる現象であるかどうか, 実験的手法<sup>6)</sup>, 日誌法<sup>7)</sup>などさまざまな調査がなされてきた。森田<sup>8)</sup>は日常場面でどのようなプルースト現象がみられるか大学生を対象にした質問紙法により, プルースト現象の一般的パターン, およびプルースト現象時における主観的体験の次元を調べた。本調査は森田<sup>8)</sup>の質問紙を基盤に行った。またプルー  
平成25年7月22日受理

トの描写から紅茶とマドレーヌを口に入れた時、鼻腔から入ったにおい分子が生じさせる前鼻腔性嗅覚と、口腔内から咽頭を経て嗅上皮に到達したにおいが生じさせる後鼻腔性嗅覚が両方働いていると思われる。そこで料理、食品、飲みものにおいから生じる記憶についても調査を行った。

## 研究方法

調査は北海道医療大学の心理科学部と歯学部の味覚・嗅覚の授業内での質問紙の配布により、2011年と2012年にわたって行った。心理科学部248名、歯学部28名の計276名を対象とした。うち男85名、女190名、無記入1名で平均年齢は19.3歳(18-37歳)であった。質問紙は無記名で行い、年齢と性別のみ記入してもらい、以下の各質問項目は森田<sup>8)</sup>を参考に作製した。「マルセル・プルーストの小説『失われた時を求めて』の中で、紅茶に浸したマドレーヌの香りから昔の記憶がよみがえったというエピソードが語られており、このようににおいが記憶を呼び起こす現象は一般的にプルースト現象と呼ばれています」

(1) 日常場面において何らかのにおいを嗅いで昔の記憶が思い出されたり、感情が呼び起こされたりした体験はありますか？

(2) 具体的な体験を、最初に頭に浮かんだものを1つ記入してください。「どのような状況」で、「どのようなにおい」を嗅いで、「どのような記憶」を思い出しましたか、またそれは「何歳頃」の体験ですか？

(3) においから昔の記憶を思い出した時、どのような感じがしたか。懐かしさ・感傷性・心地よい・ポジティブな感じ・ネガティブな感じ(つらい)・複合的な感じなど、その他何でも書いてください。

(4) この体験(においから記憶を思い出す体験)はあなたにとってどのような体験だったか？(一瞬にして昔のその場面に戻る感じ・その記憶と自分との間に透明な壁があり、少し寂しい感じ・ノスタルジックな感じ・記憶との繋がりがダイレクトで印象深い・さらに記憶をたどっていきたくなる・意外性—不意にやってきた感じ・少しこわい感じ・全く意識していなかったことを急に思い出した・とても不思議な感じ・デジャブしたみたいなお妙な感じ)いくつでも当てはまるものを選んでください。またその他何でも書いてください。

(5) 日常場面において、におい以外の手がかりでふと昔の記憶を思い出したことがありますか？それは何歳頃ですか。

設問(1)について「ある」・「ない」の選択をしてもらい、「ない」を選択した人には(2)から(4)の回答はせずに(5)への回答を、「ある」を選択した人には全設問の回答を求めた。(2)から(4)は森田<sup>8)</sup>の調査結果から抽出された分類項目からの複数選択式とそれに加えて自由記述式での回答を求めるものであり、(5)は該当経験がある場合のみ具体的な自由記述を求めるものであった。

## 結果

### 1 プルースト体験の有無

プルースト体験の有無に対し、276名中173名が「ある」と回答し、103名が「ない」と回答した。 $\chi^2$ 検定を行った結果、有意であると回答した人の方が多かった( $\chi^2(1)=14.37, p<.01$ )。また性差を比較するため性別(男・女)×体験の有無のクロス表を作製し、 $\chi^2$ 検定を行った結果、有意な差はみられなかった(表1)。

表1 プルースト体験の有無（人）

	ある	なし
男	46	39
女	126	64
無記入	1	0
計	173	103

表2 プルースト体験の分類（人）

I	自然のにおい・街中のにおい	47	(27%)
II	家族・家庭にまつわるにおい	51	(30%)
III	特定の人にまつわるにおい	26	(15%)
IV	特徴的なにおい・印象的なにおい	47	(27%)
1)	建物のにおい	18	
2)	象徴的なにおい	27	
3)	不快なにおい	2	

(無記入2)

## 2 プルースト体験の分類

(2)の質問項目で得られた結果を「自然のにおい・街中のにおい」、「家族・家庭にまつわるにおい」、「特定の人にまつわるにおい」、「特徴的なにおい・印象的なにおい」<sup>8)</sup>に分類した(表2)。

### I 自然のにおい・街中のにおい

「道を歩いていたときに、風のおいを嗅いで朝すごく早起きしてまで楽しみにしていた運動会の朝を思い出した」、「家にあったラベンダーのにおいを嗅いで幼いころ上富良野に住んでいたことを思い出す」、「冬の雪の降り始めの雪のにおいで雪玉をぶつけられた思い出」のような戸外で感じられる自然のにおいや街中のにおいによって記憶が喚起されたものが含まれ、47名が回答した。

### II 家族・家庭にまつわるにおい

「商店街を歩いているとき、肉屋の近くでコロッケのソースのにおいを嗅いで、保育園から帰るとき母にいつもねだって買ってもらったこと」、「人とすれ違ったさいタバコのにおいで祖父を思い出す」、「線香のにおいで幼稚園から小学校低学年の頃の夏休みに祖母の家で遊んだことを思い出した」、「洗濯洗剤のにおいで晴れた日に母親が洗濯していたことを思い出す、幼いころの記憶」など51名の記述があった。

### III 特定の人にまつわるにおい

「香水のにおいを嗅いで当時の恋人を思い出す」、「甘いお菓子の香りで元カレを思い出した」、「石鹸のにおいを嗅いで、昔の友達を思い出した」などで26名中10名が恋愛感情を伴った対象にまつわる記述であった。

### IV 特徴的なにおい・印象的なにおい

#### 1) 建物のにおい

「大学の体育館のにおいを嗅いで6-7歳ころクワガタをとりに行った森のことを思い出した」、「病院へ行ったとき、薬品のにおいで小学校1年生の頃に入院していた時の記憶がよみがえった」など、18名の記述があった。

#### 2) 象徴的なにおい

「アンモニア臭を嗅ぐたびにいろいろなキャンプ場の記憶が出てくる」、「鼻血がでたとき血のにおいでマウスを解剖したことを思い出す」、「タオルで顔を拭いた時、そのにおいで保育園のお昼寝

の時間を思い出した」, 「外食でアジア風料理を食べたとき, 昔の旅の記憶が蘇った」など27名の記述があった。

### 3) 不快なおい

「中学生の頃, 寿司を食べすぎて嘔吐したことがあり, 寿司についてくるしょうゆのにおいを嗅ぐとそのことを思い出す」, 「ブタの喉頭の解剖をして, その日の夕食に食べたパンチェッタに入っていたベーコンの味が解剖のときのにおいと同じだった」の2例が示された。

料理, 食品, 飲み物のにおいにより20名が記憶を喚起した。内訳は夕飯3名, カレー2名, コーヒー2名, その他, しょうゆ, バーベキュー, イチゴジャム, ソース, たまごボーロ, アップルパイ, 甘いお菓子, アジア風料理, 牛乳, 干し魚, じゃがいも, 弁当など多岐にわたった。

## 3 プルースト体験の時期

2で分類したプルースト体験の4パターンが生じる時期を「幼少時—小学校低学年」, 「小学校中学年—高学年」, 「中学校—現在」にわけて調べた(図1)。自然のにおい・街中のにおい(I), 家族・家庭にまつわるにおい(II)により「幼少時—小学校低学年」の記憶がより多く喚起されており, 「小学校中学年—高学年」, 「中学校—現在」の記憶の想起は減少した。一方, 特定の人にまつわるにおい(III)による記憶の想起は「幼少時—小学校低学年」, 「小学校中学年—高学年」では少なく, 「中学校—現在」では増加した。特徴的なにおい・印象的なにおい(IV)による記憶の想起は「幼少時—小学校低学年」と「中学校—現在」がほぼ同数であった。

## 4 プルースト体験の次元

(3)と(4)の回答はともに, プルースト体験をどのように体験したのかという視点で結果を整理することができるので, 合わせて分類を行った(表3)。複数記述可であるので, のべ人数であらわした。

### I 感情・気分

「懐かしさ」は173名中134名(77%)が感じていた。懐かしさに伴う感情として, 「風のにおいで楽しみにしていた運動会の朝を思い出した」では「わくわくした気持ち」や, 「ふとゴムのようなおいを嗅いで部活(陸上競技場のタータンの独特なおい)をやっていたころを思い出す」で

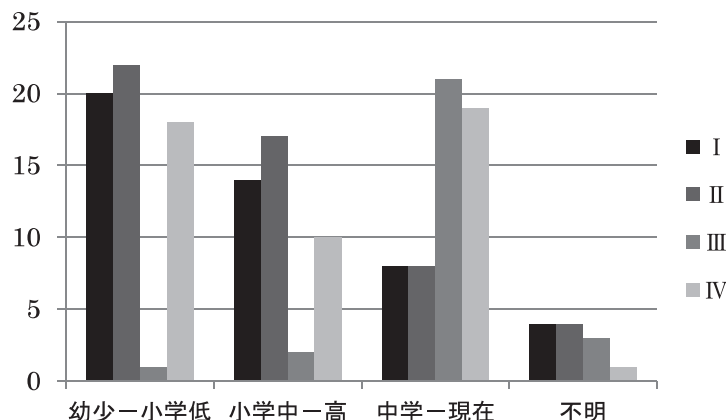


図1 プルースト体験の分類と時期

I 自然のにおい・街中のにおい II 家族・家庭にまつわるにおい III 特定の人にまつわるにおい IV 特徴的なにおい・印象的なにおい (縦軸は人数)

表3 プルースト体験の次元 (のべ人数)

I	感情・気分	(233)	%
1)	懐かしさ	134	(77)
2)	感傷性	19	(11)
3)	心地よい感じ・ポジティブな感じ	39	(23)
4)	複合的な感じ	21	(12)
5)	辛いなどネガティブな感じ	15	(9)
6)	その他(怒りなど)	5	(3)
II	現在と過去の心的距離感	(126)	
1)	時間を飛び越える感じ	64	(37)
2)	過去を対象化する感じ	62	(35)
III	においと記憶の結びつき	(37)	
1)	においと記憶の繋がり感	12	(7)
2)	記憶への誘われ感	25	(14)
IV	意外性	(36)	
1)	体験自体の意外性	6	(4)
2)	想起内容の意外性	30	(18)
V	不思議さ	35	(21)

は「悔しかった思いとやりきった達成感」が記述された。「感傷性」は切なさや郷愁感に関する感情も含まれた。「友達の家のにおいて、6歳ころ祖父母の家から1週間ぶりに家に帰ったことを思い出す」では「なぜか泣きたくなった」という記述があった。「心地よい感じ・ポジティブな感じ」は「保育園にボランティアで行ったときに子供たちのにおいて、昔楽しかった幼稚園での記憶を思い出した」などが記述された。「複合的な感じ」は「香水の香りから元カレを思い出す」などの恋愛感情から「ポジティブな感じとネガティブな感じ」が想起されたもの、「辛いなどネガティブな感じ」は「病院で消毒薬のにおいを嗅いで、小さい頃入院していたときのことを思い出す」など、「その他」には「雪のにおいて雪玉をぶつけられた」ことから怒りの感情の想起、何の感情もないなどの記述が含まれた。

また「懐かしさ」とそれ以外の感情・気分の関係をみると、「懐かしさ」を感じたと回答した134人中、「懐かしさ」のみの記述は、73名であり、「懐かしさ」のみならず他の感情・気分も伴っていた人は61名であった。「懐かしい」と「心地よい感じ・ポジティブな感じ」の両方の記述が多かった。一方、「懐かしくてせつない、くやしい、つらい」などネガティブな感情を伴うものもあった。

## II 現在と過去の心的距離感

「時間を飛び越える感じ」は64名が回答し、「一瞬にして昔のその場面に戻る感じ」であり、現在と過去が重なるような体験で、「肥料のにおいを嗅ぐと、小学校の遠足で畑のわきを歩いたことを思い出し、そのシーンが浮かび上がってくる」などの記述があった。「過去を対象化する感じ」は62名が回答し、「第三者としてその頃の自分を映像でみている感じ」、「その記憶と自分との間に透明な壁があり少し寂しい」、「ノスタルジックな感じ」を含み、「おじさんの整髪料のにおいを嗅いだ時、おじいちゃんを思い出した」などの記述があった。

## III においと記憶の結びつき

「昔のカレと同じようなにおいの人とすれ違った」ことから「においと記憶とのつながり感」をダイレクトに感じたり、「建設現場で木材のにおいを嗅いで部活のことを思い出した」ことからは

さらにたどっていきたくなる「記憶への誘われ感」が記述された。それぞれ12名、25名の回答があった。

#### IV 意外性

「体験自体の意外性」は、「不意にやってきたような感じ、見えない力にひっぱられるような感じ」で、「グリーンの芳香剤のにおいで3-5歳ころ父の車でドライブしたこと」を思い出したり、「街ですれ違った人の服から柔軟剤の香りがして昔仲良かった（今は不仲）友達を思い出したこと」が記述されたが、6名と少数であった。「想起内容の意外性」は、「最近、友達にだきついたらとても良いにおいで、イギリスに行った時のことを思い出した」ように全く意識していなかったことを急に思いだしたという内容自体の意外性である。30名が回答した。

#### V 不思議さ

「畑の土のにおいを嗅いで、5歳ころに家族で果物狩りに行ったことを思い出した」ことから「デジャブしたみたい妙な感じ」を感じたり、「体育館の倉庫の埃っぽいにおいから自宅の物置を思い出す」ことに「不思議な感じ」をもつことなどが含まれた。35名が回答した。

### 5 におい以外の感覚と記憶の想起

(5)の質問項目の記述を「視覚」,「聴覚」,「体性感覚」,「味覚」,これらのうち2種以上の感覚が複合したものを「複合感覚」,その他に分類した。またそれぞれをプルス体験の有無によって分類した(図2)。プルス体験の有無にかかわらず,におい以外で記憶を想起させる感覚で多かったのは視覚(276人中80人)と聴覚(276人中57人)であった。「学校行事の写真を見て高校のことを思い出す」,「吹奏楽コンクールの課題曲を聞くと,部活に打ち込んでいた中・高校の記憶がよみがえる」などの記述があった。体性感覚の例として「お年寄りの手を握った時に,亡くなった祖父のことを思い出した」等が記述された。味覚ではプルス体験のない人の方がより記憶が想起されており,「大きな飴玉をなめたとき,幼稚園で飴をなめながらブランコに乗っていて転げ落ちて歯が欠けたことを思い出した」などが記述された。「複合感覚」は「人の姿と声」から視覚と聴覚の複合などが含まれた。その他には「夢」により記憶が想起されたことが含まれた。

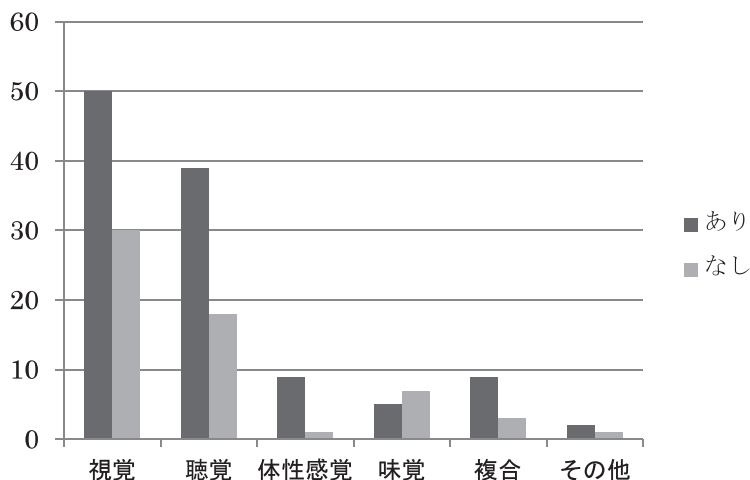


図2 におい以外の感覚による記憶の想起  
プルス体験「あり」と「なし」の比較。(縦軸は人数)



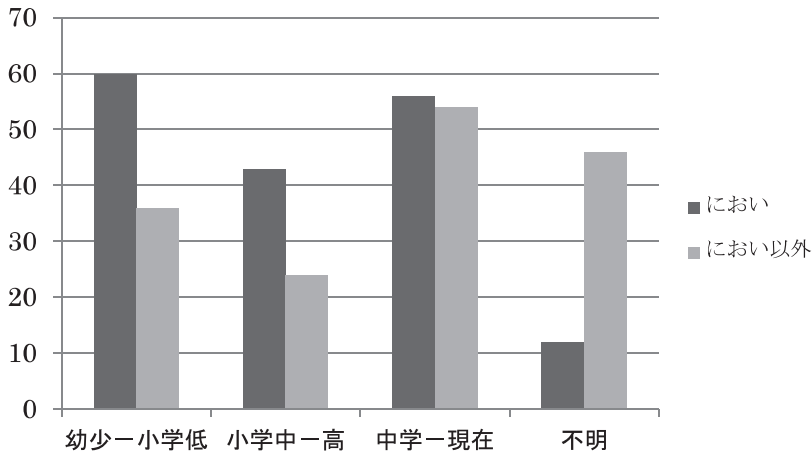


図3 においとにおい以外の感覚による記憶の想起時期  
(縦軸は人数)

## 6 記憶の生起時期

においによる記憶と他の感覚による記憶の生起時期に違いがあるかどうかを調べた。においによる時期は図1（プースト体験の時期）をまとめたものである。におい以外の他の感覚によるものはプースト体験の有無にかかわらず（5）の質問項目の記述をまとめたものである（図3）。においによって想起された記憶の生起時期は「幼少時—小学校低学年」と「中学校—現在」の出来事が多かった。図1によると幼少時では「自然・街中のにおい」と「家族・家庭にまつわるにおい」が手がかりになった例が多く、「中学校—現在」では「特定の人にまつわるにおい」による記憶の想起が増加した。一方、におい以外の感覚では「幼少時—小学校低学年」，「小学校—中学年—高学年」より「中学校—現在」の出来事がより多く想起された（図3）。

## 考察・結論

### プースト体験について

最終章である「見出された時」においても嗅覚と記憶が強く結び付く描写がある。「私」はゲルマント大公邸で開かれる午餐会に招待される。そこでは戦争前と変わらない優雅な時間が流れていた。演奏中の曲が終わるまで邸の図書室で待っていると紅茶とお菓子がだされる。それらを口にした瞬間、また鮮明な記憶と印象が強烈な幸福感とともに次々と喚起され、さらに書棚から本を一冊取り出すと、古い本のおいから同様の感情が起こるのである。記憶の中にきざまれたにおいを再び嗅ぐことでタイムトラベルし、若い時の自分の感動をまた体験し、「私」は現在と過去が織り交じった「時を超えた存在」となり、将来や死の不安から免れることができていたのである。こうした認識により、「私」は自分の人生において経験した瞬間、瞬間の印象を文学作品のうえに表現する決意を固めていく。プーストの描写からわかるように、この現象で想起される記憶は過去の個人的な出来事の記憶である「自伝的記憶」である。自伝的記憶はエピソード記憶の一部であり、時間や場所そのときの感情が含まれるものである。プースト現象により想起した記憶に関しては、鮮明であること、情動的であること、古い時期に経験した出来事に関するものであること、想起時に追体験感覚を伴うこと、日常場面での無意図的想起（不随意想起）であることが特徴として知られている<sup>6-12, 18)</sup>。医療大生においてもプースト体験のある学生が有意に多く、性差もみられなかったことからこの現象の広汎性が示された。

## ブルースト体験の分類

ブルースト体験において自伝的記憶が想起される手がかりとなったにおいては、本調査においても森田<sup>8)</sup>によって示された4つのパターンが確認された。森田<sup>8)</sup>では「自然のにおい・街中のにおい」が多かったが、本研究では「家族・家庭にまつわるにおい」が最多で、幼少時—小学校低学年の記憶が喚起されることが多かった。その時期は両親や家族と過ごす時間が長く、日常のエピソードも家族・家庭に関したものが多いのだろう。幼少時に嗅いだにおいはブルースト体験の引き金となりやすく、想起された記憶は古い時期に経験したものである<sup>6)</sup>ので、合致する結果となった。また「自然のにおい・街中のにおい」と「特徴的なにおい・印象的なにおい」が同数を示した。「自然のにおい・街中のにおい」は「雪」、「ラベンダー」など四季を感じさせる記述が多く、四季がはっきりしている北海道ならではの季節感にあふれていた。「特徴的なにおい・印象的なにおい」は日常生活でそれほど遭遇しないにおいと考えられ、このにおいにより想起した記憶は「病院」や「キャンプ場」などで起きた非日常的なエピソードであった。「特定の人にまつわるにおい」は一番少なく、想起された記憶はより年齢が上のもので、半数ほどが恋愛対象の異性のにおいに関する記憶であることは森田<sup>8)</sup>の結果と同様である。異性愛における嗅覚の役割の重要性については、沖縄を舞台にした映画、「ナビィの恋」にも描かれている。主人公である老人二人は、かつて思春期に恋をした仲であるが、老人になって再開する場面がある。二人は思い出の場所で抱擁し、老女は、あなたの匂いは昔と変わっていないと言う。60年近く前の二人の感情がにおいで蘇るという印象的なシーンである。また本調査では本来のブルースト体験である食品や料理のにおいによる記憶の想起は比較的少なかった。山本は日誌法<sup>7,12)</sup>からコーヒーやレモンなどなじみのある食品のにおいがブルースト現象を生じやすいと述べており、その特徴として、快でかつ感情喚起度が高いと述べている。本調査の結果は質問紙法のためと考えられ、「家族で食事に行った」、「夕食のにおい」、「母親のカレー」などはむしろ「家庭・家族にまつわるにおい」なのだろう。要約すると医療大生が想起した自伝的記憶は、当時の個人にとって何ら変哲のない日常の場面に関する内容（自然のにおい・街中のにおい、家族・家庭にまつわるにおい）の方が、特殊な場面（非日常的エピソード：特定の人にまつわるにおい、特徴的なにおい・印象的なにおい）に関する内容より多かったといえる。これは山本と野村<sup>11)</sup>の「においによって想起された自伝的記憶は日常・習慣に関する出来事が多くなる」ことを支持するものである。

## ブルースト体験の次元

ブルースト体験の次元を森田<sup>8)</sup>の5次元に分類すると、複数の次元にまたがる回答が多かった。これはブルースト体験の5次元が相互排他的なものではないという結果<sup>8)</sup>と合致している。このうち「感情・気分」では懐かしさは77%の人が感じていた。懐かしさは過去のものや行為に対する好意的な感情であって、懐かしさを強く感じる時には気分がポジティブであり、内容に対してポジティブな評価をすることが明らかにされている<sup>13)</sup>。瀧川と仲<sup>14)</sup>は懐かしさについて先行研究から「物や場面、におい、音楽の旋律によって促される切ない気分」、「快感情や自伝的記憶を反映する複数の感情要素からなる複合的な感情」ということを紹介しており、「喜びや悲しみのような基本感情でなく、昔の写真を見返したり、過去に聴いていた音楽を改めて聴いたりする時、その頃の記憶とともに喚起される特異な感情である」と述べている。本調査では半数の人が懐かしさに加えて他の感情も伴っていた。それは「快」でポジティブな感情が多かったが、「懐かしくつらい、悔しい」の記述もあり、「懐かしさ」とは当時もった好悪感を超えてほぼ必然的に伴う感情である<sup>15)</sup>と言える。Jellinek<sup>10)</sup>はブルーストの小説における叙述を詳細に検討し、想起された記憶の古さ以上に



その記憶がそれまですっかり忘れられていたという事実に着目した。長期間忘れていた記憶を想起した際に喚起されると考えられる「懐かしさ」記憶や情動を喚起させるにおい刺激は、高齢者や軽度の認知症に対して精神療法的効果をもたらすことが期待されており、谷川原ら<sup>16)</sup>は高齢者における懐かしさの換気力が強いにおいを調査した。小さい頃では母乳のにおい、小学生の頃では墨汁・すすりのにおいが懐かしいにおいとして回答されており、その頃の時代的背景がうかがえる。なお思春期である中学—高校の頃のおいでは男性が香水・若い女性のにおいを、女性は汗のにおいをあげており性差がみられた<sup>16)</sup>。

次にプルースト体験時には「現在と過去の心的距離感」を感じる事がわかった。「時間を飛び越える感じ」はこれまでも当時に連れ戻されるような感覚として報告されたものである<sup>17)</sup>。ただ出来事を思い出すだけでなく、その時代の自分に一瞬戻ったような感覚に陥るような時間的距離を近くに感じるものであるが、逆に「過去を対象化する感じ」もほぼ同数の記述があり、遠くにも感じられることが示された。

また「においと記憶の結びつき」、「意外性」、「不思議さ」についての回答は比較的少なかった。「においと記憶の結びつき」は単に記憶を想起するばかりでなく、そのときの体験そのものにも関心を抱くということであり、さらに記憶を遡ってたどっていきたくなる感情が示された。これは追体験であり、回想にとどまらずその後に行方を伴うものである。またJellinek<sup>10)</sup>の指摘した「不意さ」はプルースト体験における重要な特徴の一つであり<sup>18)</sup>、「意外性」に該当する体験である。日常場面でのプルースト体験はふと訪れるものであり、プルーストは「不意」な体験について詳細な叙情的表現をしている<sup>1)</sup>。「不思議さ」ではデジャブした妙な感じという回答があった。デジャブ（既視感）は一度も体験したことがないのにすでにどこかで体験したことがあるように感じることであり、雰囲気や気配の再生に関連しているとされる<sup>18)</sup>。「昔あった、似たような」という回答からにもおいは雰囲気や気配を含むものであるといえよう。

嗅覚以外の感覚で、過去の出来事が想起されるのは視覚が一番多く、次が聴覚で体性感覚、味覚は少なかった。一般にヒトの感覚では視覚情報が7割以上を占めるとされ、日常の遭遇率の高さから、日々経験する出来事の記憶が多くなっていくのだろう。においと遭遇率は少ないかもしれないが、それゆえ干渉を受けにくく、記憶がよく保持され、その結果詳細に喚起されやすいということも考えられる<sup>19)</sup>。またにおいによって想起された記憶は幼少時—小学校低学年のものが多く、他の感覚によるものは中学校—現在が多かった。においによる記憶の生起時期は他の感覚のものより古いという先行研究<sup>6)</sup>を支持するものである。嗅覚以外の感覚情報は間脳視床を中継してから大脳新皮質に入るので<sup>5)</sup>、扁桃体や海馬とのダイレクトなつながりはない。情動と連合した嗅覚記憶が発達・成長過程で定着しやすいのだろう。

動物ではにおいは自分のまわりの環境を知るうえで大きな情報源であり、生存にもかかわってくる。食べ物と食べられないものを選別するのもにおいであるし、魚のサケが生まれ故郷の川に帰ってくるのもその川に溶け込んでいるにおいに対する記憶である。生殖行動や捕食者など危険からの回避にも嗅覚は重要である。また扁桃体や海馬を含む大脳辺縁系は古皮質とよばれ、系統発生で古い原始的な領域である。この部分の広さはヒトも他の動物と大差なく、人間に進化する前の性質、動物として生きていくため必要と考えられている。おそらくヒトのような嗅覚が退化した視覚動物でも、生体は状況内にある対象が自身にとって有害なものかどうかにおいを介して判断することがあり、その判断基準の1つは過去の記憶であると考えられている<sup>12)</sup>。プルースト現象が適応的な意味をもつことが示唆される。

## 謝辞

本研究に協力して下さった被験者の方々, データ処理に協力いただいた心理学部学生の方々 (松野志穂, 村上晶, 佐藤主理, 山内つづみ, 島村聡, 中野公美子, 堤沙織) に謝意を表します。

## 参考文献

- 1) Proust M : (吉川一義訳) 失われた時を求めて 岩波書店 東京 2010.
- 2) Suzuki Y : Fine structural aspects of apoptosis in the olfactory epithelium. *J. Neurocytol.* 33 : 693–702, 2004.
- 3) Suzuki Y. Apoptosis and the insulin-like growth factor family in the developing olfactory epithelium. *Anat. Sci. Int.* 82 : 200–206, 2007.
- 4) 鈴木裕子 : 嗅覚器の発生 匂いと香りの科学 渋谷達明・市川真澄編著 朝倉書店 p.29–32, 2007.
- 5) 渋谷達明 : 匂いの謎—嗅覚の世界を探る— 八坂書房 1999.
- 6) Chu S and Downes JJ : Proust nose best : Odors are better cues of autobiographical memory. *Memory Cogn.* 30 : 511–518, 2002.
- 7) 山本晃輔 : においによる自伝的記憶の無意図的想起の特性 : プルースト現象の日誌法的検討 認知心理学研究 6 : 65–73, 2008.
- 8) 森田健一 : 主観的体験から捉えたプルースト現象 日本味と匂学会誌 15 : 53–60, 2008.
- 9) Herz RS, Cupchik GC : The emotional distinctiveness of odor-evoked memories. *Chem. Senses* 20 : 517–528, 1995.
- 10) Jellinek JS : Proust remembered : has Proust's account of odor-cued autobiographical memory recall really been investigated? *Chem. Senses* 29 : 455–458, 2004.
- 11) 山本晃輔, 野村幸正 : におい手がかりの命名, 感情喚起度, 快—不快が自伝的記憶の想起に及ぼす影響 認知心理学研究 7 : 127–135, 2010.
- 12) 山本晃輔 : 自伝的記憶の観点から捉えたプルースト現象に関する研究の展望 *Aroma Research* 43 : 6–9, 2010.
- 13) 小林麻美, 岩永誠, 生和秀敏 : 音楽の「懐かしさ」と感情反応・自伝的記憶の想起と関連 広島大学総合科学部紀要 IV理系編 28 : 21–28, 2002.
- 14) 瀧川真也, 仲真紀子 : 懐かしさ感情が自伝的記憶の想起に及ぼす影響 : 時間反応を指標として 認知心理学研究 9 : 65–73, 2011.
- 15) 岡本定男 : 「匂いの記憶」の独自性を探る—「科学的教育学」創造試論—奈良教育大学紀要 52 : 171–185, 2003.
- 16) 谷川原千恵美, 渡辺久美子, 佐藤親次, 斎藤幸子, 綾部早穂, 松崎一葉, 小田晋 : ニオイによる高齢者のなつかしみの喚起 : なつかしさを喚起させるニオイの選定 人間工学 30 : 51–56, 1994.
- 17) Herz RS : A naturalistic analysis of autobiographical memories triggered by olfactory visual and audio stimuli. *Chem. Senses* 29 : 217–224, 2004.
- 18) 河本英夫 : 遂行的記憶 哲学雑誌 118 : 120–136, 有斐閣 東京 2003.
- 19) 綾部早穂 : ニオイの記憶の心理学的研究 *Aroma Research* 43 : 2–5, 2010.