

## 観察することで自身の動きを変化させる

令和3年度に修了した角川広輝です。みなさんは子供のころ、スポーツ選手や芸能人、歌手のモノマネをしたことがありますか？そのモノマネをするときにどうしますか？そうです。必ずモノマネをする人の仕草を見る（観察）と思います。そして、その仕草に視線を向けて、集中（注意）しますよね？このように、ヒトは興味を持つと視線を向けて、隈なく観察する習慣があります。しかも、観察するだけで自分の身体が同じように動くことを経験します。つまり、観察することで自身の動きを変化させてしまうのです。このように、他者がおこなう行動・行為を観察し、その行為を構成する要素である方向や距離、速さ、スタイル、また意味合いまで認識する一連の過程を運動観察といい、リハビリテーションの治療法の一つとして用いられています。

そこで私は、観察する運動をより効率よく自身の運動機能に反映するための方法を検討する為にヒトの「視線」に着目し研究しました。視線は注意を向けている部位と類似していることが報告されています。実験では筋肉を動かすために働く神経（脊髄前角細胞）の活動をF波という指標を用いました。またEye-Tracking（視線追跡装置）を用いて「視線の動向」を計測しました。その結果、運動が生じている部位に視線を向けると、脊髄前角細胞の活動が高くなることが分かりました。このことから、運動を観察する際には運動機能の改善を求める部位に向けることが重要であることが示唆されました。今後は、実際に運動が障害された患者さんに運動観察を応用して、リハビリテーションの治療法の一つとして確立されていくことを目標にしています。そのため、更なる検討を進めていきたいと思っています。

