

# 人はなぜ「手にメモをする」のか

○齋川 由佳理<sup>[1]</sup> 仁平 義明  
(白鷗大学教育学部)

key words : 日常的記憶行動, 外部記憶手段, パーソナリティ要因

## 問題・目的

記憶を補助する外部手段として「手に直にメモを書く行動」は、「日常的な記憶行動」の中でも、とくに人目を引く行動である。この行動は、記憶内容の想起が確実になるという利点はあるものの、「他人にみられる、汚れ、消えにくい、美観上の問題等々」コストも小さくない。また、女性に目立つ行動だという印象はあるが、実態も明らかではない。

本研究は、なぜある人はこの手段を用いて、ある人は用いないか、その要因をパーソナリティ要因も含めて総合的な視点から明らかにしようとするものである。

## 方法

手にメモをする行動の実態、及びその行動と関連する可能性がある要因について質問紙調査を行った。

【対象者】大学生 72 名 (男性 24 名、女性 48 名)、平均年齢 19.96 歳 (SD1.409)。

### 【手にメモをする行動】の実態についての項目

・手へのメモ書き経験の有無 ・1 か月以内の経験の有無 ・メモ内容 ・理由 ・開始年齢/最頻利用時期/やめた年齢 ・筆記用具 ・手の部位 ・手以外の部位 ・メモ保持期間 ・メモの結果困った経験 (コスト)

### 【手にメモをする行動】に関連する可能性がある要因についての項目

・異性の友人の有無 ・アルバイトの経験 ・重要な「し忘れ経験」の有無 ・他の外部記憶手段の利用習慣 (携帯, 手帳利, アラーム付き時計, カレンダーや日程表, 他者に忘れそうなことの注意を依頼する行動, ものを忘れにくい場所に置く等)。

【パーソナリティ要因】 Gosling ら (2003) の Ten-Item Big-Five Personality Inventory の日本版(TIPI-J ; 小塩ら, 2012) を使用して測定。

## 結果および考察

### 1) 「手にメモをする行動」の実態 : 消えにくい部位・筆記具

【メモ部位】 メモをする部位は、図1のように手甲側と手掌側のさまざまな部位にわたっている。一部は前腕部等も使用されている。とくに目立ちやすく発汗の少ない手甲の比率が高い。

【消えにくい筆記具】筆記具はボールペンが52%、マジックペンが37%と、消えにくいものの使用がほとんどだった。

部位も筆記具も、利点であると同時にコストでもある。

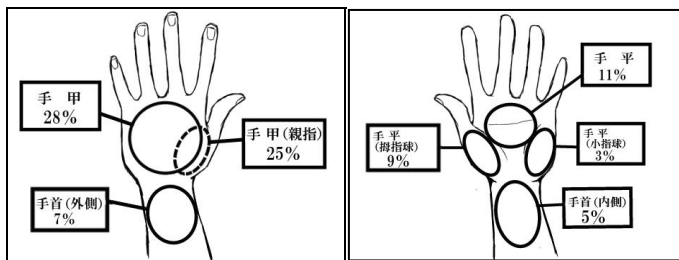


図1 メモをする頻度が高い手の部位 (手甲側と手掌側)

【経験の性差・時期】 女性に多い行動・最頻期は中学生期 手にメモをする行動の経験率は、女性 (73.2%) が男性 (26.8%) よりも有意に割合が高い ( $\chi^2=4.86, p<.05$ )。確実に忘れない手段として「手に直にメモをする行動」の性差は、一般にルール・キープ行動が女性で高い傾向と一致する結果である。

開始平均年齢は小学生期の 11.4 歳 (SD2.4, 6 歳 ~ 18 歳)、やめた平均年齢は高校生期の 16.68 歳 (SD3.483 ; 10 歳 ~ 22 歳) であった。一番していた時期は「小学校」が 17%、「中学校」が 44%、「高校」が 35%、「大学」が 4%。ここ一か月間に限れば行動経験率は 25.7% で、大学生の時期には、一部の人間を除いて消失していく行動だといえる。

### 2) 「手にメモをする行動」をとる群の人ほど、他の「し忘れ防止手段」も併用している。

性差のほかにも、有意なあるいは有意に近い連関がみられたのは次のような要因だった。

①忘れそうなことで人に注意を頼む「他者をリマインダーとして利用する行動」をする割合 (よくある+たまにある) は、メモ経験群が経験無群よりも多い (81.8% vs. 56.3%,  $p<.05$ )。

②携帯を持っていても「手帳を利用する」のは、メモ経験群で割合が高い (85.7% vs 62.5%,  $p<.05$ )。

この結果は、「手にメモをする行動」をとるような人は、いくつもの忘れ防止の手段を併用しながら、「手にメモをする行動」を最も確実な手段として用いていることを示唆している。

### 3) パーソナリティ要因: 経験への「開放性」が高い傾向

メモ経験群は、ものごとに現実的に対応する傾向である、「経験への開放性」のスコアが有意に高い傾向があった ( $p<.10$ )。

すべての結果を総合すると、手にメモするのは、その人が失敗回避傾向がある気の弱い人だからというよりは、「確実に予定を果たそうとする現実的な行動をとる人」だからというべきだろう。

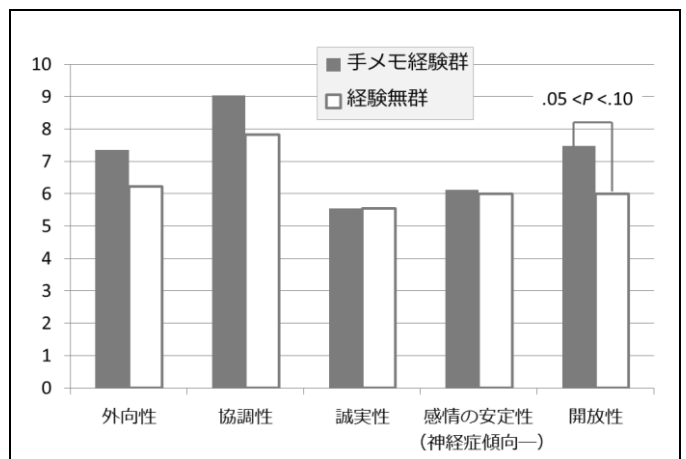


図2 手メモ利用経験者の Big-Five スコアの特徴

[1] 現在, 五月女総合プロダクト