様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２９ 年　 ６ 月 ２２ 日現在

機関番号：２７３０１
研究種目：挑戦的萌芽研究
研究期間：2015～2016
課題番号：１５Ｋ１５９２１

研究課題名（和文）自死遺族のレジリエンス促進要因の検討：ストレス対処能力概念SOCの観点から

研究課題名（英文）Factors Promoting Resilience in Families Bereaved by Suicide: Focusing on the Sense of Coherence

研究代表者
濱田　由香里（Hamada, Yukari）

長崎県立大学・看護栄養学部・講師

研究者番号：４０７３６４８５

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　1,400,000円

研究成果の概要（和文）：　面接した遺族30名中5名の分析結果について述べる。対象者は全員女性で、30歳代1名、50歳代4名、故人との関係は配偶者2名、親3名であった。就労中の4名中2名は『現在の仕事に対する満足感』を得ており、『今後やってみたいこと』も仕事に関する内容であった。また、5名中3名が精神科治療歴有り、4名が経済的不安有りと回答した。
　精神健康問題や経済問題と同時に、現在の生活に対する満足感や将来への希望も語られた。また、困った時の相談相手や「生活に欠かせない存在」として自死遺族支援団体や参加遺族をあげていた。レジリエンス促進要因として仕事への満足度や自死遺族支援団体の存在が影響している可能性が示唆された。

研究成果の概要（英文）：Interviews were conducted with 30 members of families bereaved by suicide, 5 of whom were analyzed. All subjects were female: 1 in her thirties and 4 in their fifties. As for the relationship with the deceased, 2 were spouses and 3 were parents. Among the 4 members working, 2 were <satisfied with the current job> and <interested in activities> related to work. Furthermore, 3 out of the 5 members had a history of psychotherapy, and 4 were anxious about their economic conditions.
While mentioning their mental health and economic problems, the 5 members also expressed their satisfaction with their current lives and expectations for the future. They regarded groups supporting families bereaved by suicide and their members as confidants to rely on when facing difficulties and “indispensable resources for daily life”. The results suggest that resilience in such families may be promoted by satisfaction with jobs and groups supporting them.

研究分野：公衆衛生看護学分野

キーワード：自死遺族　レジリエンス　生きていく力　自殺問題　自死遺族支援　SOC

１．研究開始当初の背景

自殺は周囲の５人から１０人へ深刻な影響を及ぼすと言われている。我が国での自殺者数は平成１０年以降急増し、以後年間自殺者数が３万人を超える状態が平成２３年まで１４年間続いた。この間だけでも４５万人が自殺で亡くなっており、その遺族は３００万人を超えると推計されている。

大切な人を自殺で亡くした自死遺族は悲しみや自責の念などさまざまな感情にとらわれるだけではなく、周囲からの偏見や二次被害を受けたり、経済的困窮に陥ったり、社会から孤立する状況におかれることが多く、精神疾患や精神障害を抱えるリスクが高いと言われている。

先行研究では、自死遺族の精神的健康問題に関するさまざまな調査が行われ、その実態が明らかにされている。グリーフケア・サポートプラザという遺族支援団体が行った調査によると、自死遺族は不眠や疲労感などの身体的変化とともに、抑うつ感、孤立感、希死念慮などの精神的健康の悪化を報告している。また別の調査では、自死遺族の精神的健康に影響を及ぼす要因について、抑うつ・不安傾向には意味了解の活動が影響すること、人生の充実感を感じることには、意味了解、ソーシャルサポート、死別からの経過月数が影響することが報告されている。(川島ら．精神保健研究　２０１０）

一方、極めて強烈なストレッサーやトラウマに耐えて心身の健康を保持し対処に成功している一群の人々の中核に共通して存在する健康要因として、ストレス対処能力概念 SOC（Sense of Coherence）が見い出され、さまざまな研究が進められている。薬害 HIV 被害者遺族を対象とした SOC の先行研究では、多くが精神健康上の問題を抱えながらも、比較的高い SOC を有していたこと、また、経済的なゆとりがある人で、SOC が高い傾向にあったこと、更に、SOC の高い人々では精神健康問題や PTSD 様症状が相対的に軽い傾向にあることが報告されている。しかし遺族の SOC に関する実証研究は国内外でも少ないため、実態は明らかにされているとはいえない。

２．研究の目的

本研究では、自殺によって大切な人を亡くした自死遺族が、遺族としての体験とどのように向き合い、人生の再構築を試みようとしてきたのか。自死遺族の「生きていく力」とその促進要因をストレス対処能力概念 SOC(Sence of Coherence)の観点から明らかにすることを目的とする。

３．研究の方法

（１）研究デザイン：横断研究

（２）調査時期：平成２８年４月～１２月

（３）対象：大切な人を自殺で亡くした自死遺族で本調査に協力の同意が得られた３０名（１年以上経過している者）

（４）方法：主に全国の自死遺族支援団体を通じて調査の依頼を行い、支援団体が行う分かち合いの会開催などに併せて個別に面接による聞き取り調査を実施した。

（５）分析方法：内容は同意を得た上で IC レコーダーに録音し、得られたデータは逐語録を作成しカテゴリー化を行った。

（６）調査内容

①性別、年齢、居住地域、大切な方を亡くされた時期や関係性、②健康状態（GHQ12 含む）、③経済・生活状況、④社会参加状況（仕事、自殺対策関連活動状況など）、⑤周囲の方々との関係（ソーシャルサポートネットワーク等）、⑥ご遺族としての体験、今の生活や生き方に大きな変化をもたらすきっかけとなった出来事等（レジリエンス・SOC の質問票への回答や自由な語り）

４．研究成果

（１）対象者の属性（３０名）

男性８名、女性２２名で女性は全体の約７割を占めていた。

年齢は２０歳代２名、３０歳代２名、４０歳代６名、５０歳代が１４名、６０歳代５名、７０歳代１名であった。平均年齢は５１．４歳（中央値５２．０）で５０歳代が全体の４７％を占めていた。居住地は県内８名、九州内５名、九州外１７名であった。

故人からみた対象者との関係は、親が１１名、配偶者９名、子ども４名、兄弟姉妹５名、その他１名であった。故人が亡くなってからの期間は５年未満が８名、５年以上１０年未満が１１名、１０年以上２０年未満が７名、２０年以上が４名であり、一番短い期間で１年７ケ月、一番長い期間で４０年以上であった。

（２）健康状態と生活状況（３０名）

過去に精神科治療歴「有り」と回答した者は１４名であった（表１）が、現在精神科治療中と回答した者は４名のみであった。

表１　精神科治療歴

精神科（心療内科）治療歴	
あり	14
なし	16

表２　現在の暮らし向き

現在の暮らし向き	
十分なゆとりあり	17
十分なゆとりはない	13

表３　今後の経済的不安の有無

今後の経済的不安	
大いにあり	8
少しあり	11
なし	11

現在の暮らし向きについて、「十分なゆとりはない」と回答した者は１３名と全体の半数以下であった（表２）が、今後の経済的不安については「大いにあり」８名、「少しあり」１１名と、全体の３分の２が今後の経済的不安を抱えていた。（表３）

（３）社会参加活動状況（３０名）

表４　現在の社会参加活動

現在の就労状況	
フルタイム正規雇用	13
非正規雇用	7
学生	1
専業主婦	3
その他	6

現在の社会参加活動状況は、フルタイム正規雇用が１３名と全体の約４割を占め、非正規雇用と合わせると６７％が就労していた。（表４）

自死遺族支援団体等が開催する「分かち合いの会」等の集いには、２９名が「参加有り」と回答した。また、自治体等が主催する講演会や研修会などの自殺対策関連イベント等への参加については２８名が「有り」と回答、自殺対策関連以外の活動への参加についても１９名が「有り」と回答した。

（４）周囲の人々との関係

「自死遺族に対する周囲の目を意識するようなことがあったか」という質問に対し、「あった」と回答した者は１１名で、そのうち約半数の５名が転居を経験していた。

何か困った時の相談相手や相談先については２８名が「有り」と回答し、約半数の１６名が自死遺族支援団体や参加遺族をあげていた。

（５）レジリエンスと SOC スコア

レジリエンス（CD-RISC２５項目日本語版）のスコアは最小値２６点、最大値９６点、平均値６３．６７点、中央値６０．５点であった。

SOC（１３項目日本語版）のスコアは最小値２８点、最大値８５点、平均値５６．１７点、中央値５６．０点であった。レジリエンスと SOC スコアの相関係数は０．７１６で有意な相関がみられた。（図１参照）

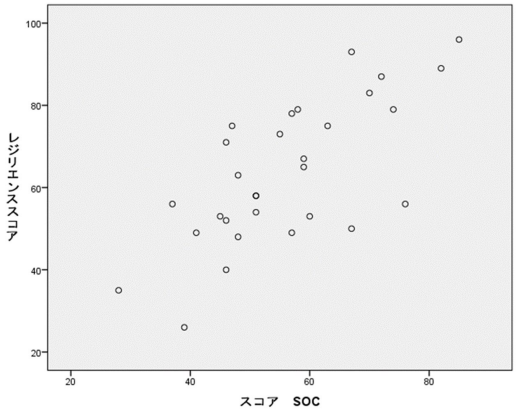

図１　ﾚｼﾞﾘｴﾝｽｽｺｱと SOC ｽｺｱ間の散布図

レジリエンスに関する先行研究、例えばアメリカの電話番号無作為調査４５８人の平均値は８０．４、香港の一般住民１０９９７人の平均値は６０．０、オーストラリアの大学生４０１名の平均値は６９．１、イランの大学生１００名の平均値は５８．１、と同じような集団においてもスコアには１０点以上の差がみられ、レジリエンスは年齢に弱い相関があるという調査報告もある。以上のような先行研究と今回のスコアを比較してみると、アメリカの一般集団よりは低く、香港の住民よりは若干高い、或いは同等の平均値であるといえる。

また、SOC に関する先行研究では、東京都の一般住民１６７人を対象に調査した平均値は５６．５、都内３大学の３．４年生男女２８２人を対象に調査した平均値は５０．６とスコアに開きがみられる。また、子どもとの死別を経験した父親９２人を対象とした調査の平均値は５９．６９、母親１１９人を対象とした平均値は５７．７３、薬害 HIV 感染患者２４５人を対象とした調査での平均値は５３．５と報告されている。（山崎喜比古ら．２００２）

先行研究との比較から今回の SOC スコアをみると、東京都の一般住民とは同等の値であり、子どもとの死別を経験した遺族よりは若干低い値であるといえる。

しかし、レジリエンス、SOC 共に同じ属性の集団においても特性や国籍、地域によってスコアに差がみられるため、今後更に様々な視点、角度から分析を進めていく必要があると考える。

（６）自由な語りからの分析（５名）

以下、５名分に関する自由な語りの内容について分析した結果の概要について述べる。

９１のデータコードから、４７のサブカテ

ゴリーと２８のカテゴリーが抽出された。
＜　＞　内にはサブカテゴリー，類似する内容を更にカテゴリーとしてまとめた。
レジリエンスと関連がある主な内容を「自由な語りの内容」に示した。（表５）
対象者は全員女性で、３０歳代１名、５０歳代４名であった。故人からみた対象者との関係は配偶者２名、親３名であった。故人が亡くなってからの期間は、親である場合は２～３年であるのに対し、配偶者は６～８年と長い傾向がみられた。
現在就労中である４名中２名は『現在の仕事に対する満足感』を得ており、『今後やってみたいこと』も仕事に関する内容であった。また、５名中３名に精神科治療歴があり、『睡眠が上手くとれない悩み』や『抗うつ薬の副作用による仕事への影響』に関する悩みを抱えていた。今後の経済的不安は４名が「あり」と回答した。
以上のことから、就労し、『現在の仕事に対する満足感』を得ることは、気持ちの安定や生活に対する満足感、『将来への希望』にもつながっており、レジリエンスの促進要因となり得るのではないかと考えた。一方で、５名中２名は『現在の生活に関する満足感』や『将来への希望』を感じながらも『いつ死んでも良い』という思いも抱えていた。また、５名中２名が困った時の相談相手や「生活に欠かせない存在」として自死遺族支援団体や参加遺族をあげていた。

表５　自由な語りの内容

コード	〈サブカテゴリー〉	〈カテゴリー〉
・睡眠が一番の問題である ・毎日が睡眠との闘い	〈睡眠の悩みを抱えている〉	睡眠の悩み
・故人が亡くなる前は死にたい気持ちは全くなかった ・いつでも死ねる(死んでも良い)という思い ・あの世に故人がいるから全然死んでも良いという思い ・故人が亡くなってから死ぬことは全然怖くない	〈故人が亡くなってから生じた死にたい気持ち〉 〈いつ死んでも良いという気持ち〉 〈死ぬことが全然怖くない〉	いつ死んでも良いという気持ち
・問題に上手く対処できる人間になりたいという思い ・心を強く持ってちゃんとした生活を送りたいという思い ・どうやったらしっかりした自分になれるのかという思い	〈問題に対処できる人間になりたい〉 〈ちゃんとした生活を送れるようになりたい〉 〈しっかりした自分になりたい〉	今の自分を変えたいという思い
・現在は楽しいことも増え、職場も交友関係も良好である	〈現在の生活に対する満足感〉	現在の生活に対する満足感
・仕事をするようになって気持ちが安定した ・休みが確保され、時間に余裕がある	〈就労による気持ちの安定〉 〈休みがとれることでの時間と気持ちの余裕〉	現在の仕事に対する満足感
・気持ちは強いのでやれるという思い ・自分なりの残っている力で頑張れるし、助けてもらえると感じる	〈やりたいことをやり遂げられる自信〉	自分の自信
・自分の為に時間を使ってみようという思い ・時間の過ごし方を変える時期が来たという思い ・故人の死から落ち着いた事を契機に、少し別のことをしてみようという思い ・仕事を3つ4つやってみたいという思い ・将来的には自死遺族支援団体などのスタッフとして活動したい	〈自分の為に時間を使ってみようという思い〉 〈時間の過ごし方を変えたいという気持ち〉 〈新たな事への意欲〉	新たな行動に対する意欲 (今後やってみたいこと)
・分かち合いの会が1ケ月の区切りや気持ちのリフレッシュとなり、生活の中に欠かせないものとなっている	〈分かち合いの会が今の生活に欠かせないものになっている〉	分かち合いの会の意義

精神健康問題や経済問題と同時に、現在の生活に対する満足感や将来への希望も語られた。レジリエンス促進要因として仕事への満足度や自死遺族支援団体の存在が影響している可能性が示唆された。今後、２５名に関する自由な語りについても更に分析を進めていく予定である。

５．主な発表論文等
〔学会発表〕（計　１件）
発表者名：濵田　由香里、大西　真由美
発表標題：自死遺族のレジリエンス促進要因の検討　-面接調査の自由な語りの分析より-
学会名：第７５回日本公衆衛生学会総会
発表年月日：平成２８年１０月２８日
発表場所：大阪府大阪市グランフロント大阪

○出願状況（計　　件）
名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

○取得状況（計　　件）
名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕
ホームページ等

６．研究組織
(1)研究代表者
濵田　由香里（Hamada，Yukari）
長崎県立大学・看護栄養学部・講師
研究者番号：４０７３６４８５

(2)研究分担者
（　　）
研究者番号：

(3)連携研究者
（　　）
研究者番号：

(4)研究協力者
浦田　実（Urata，Minoru）
大塚　俊弘（Otsuka，Toshihiro）
山口　和浩（Yamaguchi，Kazuhiro）