

令和 2 年 6 月 9 日現在

機関番号：37111

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2017～2019

課題番号：17K04478

研究課題名(和文) 高齢者のメンタルヘルスリテラシーに関する心理教育的支援：「心の健康」作りへの展開

研究課題名(英文) Psychoeducational Support for "Mental Health Literacy" among Elderly Persons: Working to improve "Mental Health"

研究代表者

吉岡 久美子(村上久美子)(YOSHIOKA, KUMIKO)

福岡大学・人文学部・教授

研究者番号：60352374

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,000,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では、高齢者の「メンタルヘルスリテラシー」に関する調査を行い、高齢者の「心の健康」作りの保持・増進に向けた取り組みの可能性について検討することを目的とした。全国の高齢者を対象に、インターネットによる調査を実施した。その結果、(1)メンタルヘルスリテラシーの更なる向上が期待されること、(2)高齢者自身も支援の提供者としての意欲が高いこと、などが明らかになった。こうした特徴を踏まえた「心の健康」作りへのアプローチが必要であることが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

高齢化が進展する中、高齢者の「メンタルヘルスリテラシー」を高めることは、「心の健康」の保持・増進は勿論、身近な人々(配偶者、友人等)への心理的問題への気づきや自殺防止の早期発見・早期介入につながると考える。今回得られた結果からは、あらためて高齢者のQOLを大切に心理教育的支援を行うことが確認されたと同時に、高齢者自身に備わっている様々な力も活用して「心の健康」作りに向けたアプローチを行う可能性についても示唆した。

研究成果の概要(英文)：In this study, a survey on mental health literacy was carried out among elderly persons (70s or older) in Japan to investigate the potential for initiatives aimed at improving "mental health." The survey, which targeted elderly persons across Japan, was conducted online using area sampling. The results highlighted a range of things, such as increased expectations for improving appropriate awareness of the issues in the future, a high level of willingness among people to act as providers of support. The study indicated that there is a need for approaches to improve mental health based on these points.

研究分野：臨床心理学

キーワード：メンタルヘルスリテラシー 心理教育的支援 「心の健康」作り 高齢者のQOL

## 様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

### 1. 研究開始当初の背景

急速な高齢化が進展する中、高齢者の「メンタルヘルスリテラシー」を高めようとする取り組みは、高齢者の「心の健康」の保持・増進、心理的課題への支援の一つの方法として有用ではないかと考えた。しかしながらこれまで、高齢者の「メンタルヘルスリテラシー」について一般化できる情報は乏しく、得られた結果を土台とした支援の検討は十分ではなかった。

筆者は、「精神保健の知識と理解に関する日豪比較共同研究(平成15年~18年度厚生労働省科学研究費)」に分担研究者として参画し、また研究事務局の運営を担当し、一般住民や医療・福祉専門職の精神保健に関する認識度や態度について、研究班で検討してきた。具体的には、まず日・豪の専門家集団で開発した調査票を活用して全国の一般住民2,000人を対象に訪問面接調査を実施し、地域調査の方法論の確立についてまとめたり、豪州で同時期に4,000人を対象に実施した調査結果と比較検討したりした。

研究期間終了後もデータ解析を更に進め、日本版メンタルヘルスリテラシーの課題についての検討やメンタルヘルスに関する原因帰属がスティグマや社会的距離にどのような影響を与えているのかについてのモデルの作成などを進めてきた。

こうした研究を土台にし、平成19年度以降は対象をフォーカスしながら研究を展開している。教育現場における若者の自殺予防の一助としては、学校現場におけるメンタルヘルスリテラシーについて検討を進めてきた。具体的には、「学校現場におけるメンタルヘルスリテラシーに関する心理教育的研究(平成19・20年度日本学術振興会)」において、学校関係者(教員)のメンタルヘルスリテラシーに関する調査を実施し、学校関係者への支援のポイントについて明らかにした。「児童・思春期のメンタルヘルスリテラシーに関する国際比較と心理教育的研究」(平成22~24年度日本学術振興会)においては、子どもたちを対象に調査を実施し、特徴と取り組みの要点についてまとめた。「保護者のメンタルヘルスリテラシーに関する心理教育的支援」(平成25年度~27年度日本学術振興会)では、保護者の特徴と支援のポイントについて明らかにしてきた。

### 2. 研究の目的

今回、日本における急速な高齢化の進展状況を鑑み、高齢者のメンタルヘルスの維持・増進へのアプローチの一つとして、本研究に着手した(「高齢者のメンタルヘルスリテラシーに関する心理教育的支援:「心の健康」作りへの展開」(平成29年度~31年度))。具体的には、日本の高齢者(70代以上)を対象に高齢者のメンタルヘルスリテラシー(メンタルヘルスに関する知識、理解、態度の総称)に関する調査を実施し、メンタルヘルスリテラシーの特徴と「心の健康作り」への支援のポイントについて検討することを目的とした。

### 3. 研究の方法

研究計画1年目は、調査を実施した。全国の高齢者を対象に、エリアサンプリングによるインターネット調査により実施した。調査実施後は予備的解析を進め、資料収集や情報交換を行った。

研究計画2年目は、調査結果の整理を進めながら学会で成果公表を行ったり、豪州の研究所から招聘を受け、これまでの一連の研究知見を含めプレゼンテーションを行った。情報交換や意見交換も継続して行った。

研究計画3年目は、国際学会で学会発表を行った。またこれまでの研究知見をもとに、「心の健康作り」に向けた方向性(ポイント)について検討した。

### 4. 研究成果

研究を通じて、次のような成果がえられた。

#### (1) 高齢者のメンタルヘルスリテラシーの特徴について

1) 事例の適切な認識度の更なる向上について知見が得られた。これまで行ってきた研究(一般住民や若者あるいは学校関係者)においても同様の知見が得られており、事例の認識度の更なる向上は「心の健康」への気づきを促すものと思われる。

2) 最良と考えられる援助については、事例の別を問わず、「精神科医に診てもらう」「カウンセリングを受ける」といった専門家への援助をあげた人が相当数みられた。関連して、家族や身近な人からの支援への期待も大きく、専門家と身近な人それぞれへの期待が高いことが明らかになった。専門家と身近な人々の支援の双方が高齢者にとって重要であることが、あらためて確認された。

3) 治療法(支援法)の有用性については、「体を積極的に動かすこと」「書籍等から情報を収集すること」「外出する」といった幅広い選択肢を選んだ人が多く見られた。精神療法への期待も5割程度みられた。援助資源の有用性については「ウェブを活用する」「インターネットで専門家の意見を参考にする」「本で調べたりする」を有用だと回答した人の割合が多く見られた。「心の健康」作りに向けて、幅広い方法に関心をもち、それを積極的に取り入れながら「心の健康」作りに取り組む姿勢がうかがえた。

4) 治療を受けなかった場合の「転帰」については、「回復しない」「悪化する」が7割程度と最も多くみられた。

5) 社会資源に関する認識については、事例ビネットの支援に関連するあるいは有用な社会資源について回答を求めた。ビネットの別を問わず、提示された社会資源については「知らない」

「聞いたことがない」の回答が最も多かった。このことから、高齢者のもとに届く情報支援の工夫を更に進めていく必要があると思われる。

## (2) 「心の健康」作りに向けて

### 1) 高齢者自身が支援の提供者としての意欲をもっていること

調査では、具体的な支援方法について、自由記述により回答を求めた。その結果、記載された回答の分量は相当数にのぼった。また「何か手助けできることがあればお手伝いしたい」「話を聴く」「医者と一緒に同行する」といった、具体的な記述も数多く見られた。こうした結果から、「自身の心の健康」作りに向けての関心はもとより、「自分に出来ることがあれば是非何か手伝いたい」という意欲をもっておられる可能性が示された。これらのことから、「心の健康」作りに向けては、高齢者自身が支援を提供する担い手となる可能性についても視点を広げ、心理教育的支援を展開していく可能性について示唆した。

### 2) QOL を大事にした心理教育的支援

国際学会での発表や豪州研究所でのプレゼンテーションおよびディスカッションにおいて、日本の高齢者のメンタルヘルスリテラシ の現況に関する関心が高いことが確認された。またそれに向けた今後の支援の展開についても議論が進んだ。日本の高齢化率は世界でも極めて高くまた今後も更に高くなることが推計されている。QOL を大事にした「心の健康」作りに向けた取り組みは、諸外国の高齢者支援との連携やモデルにもつながっていく可能性について言及した。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 0件/うち国際共著 0件/うちオープンアクセス 0件）

1. 著者名 吉岡 久美子	4. 巻 768
2. 論文標題 精神疾患に関するイメージとスティグマ - メンタルヘルスリテラシーとQOL	5. 発行年 2017年
3. 雑誌名 教育と医学	6. 最初と最後の頁 28-33
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計2件（うち招待講演 0件/うち国際学会 1件）

1. 発表者名 吉岡久美子
2. 発表標題 高齢者のメンタルヘルスリテラシーに関する研究
3. 学会等名 日本カウンセリング学会
4. 発表年 2018年

1. 発表者名 YOSHIOKA KUMIKO
2. 発表標題 Research on Mental Health Literacy targeting Elderly People in Japan
3. 学会等名 The 19th WPA Congress of Psychiatry (国際学会)
4. 発表年 2019年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
---------------------------	-----------------------	----