

地域住民のストレスに関する検討(第2報)



北見由奈^{1), 2)}・森 和代¹⁾・宍戸佳子¹⁾

¹⁾桜美林大学健康心理・福祉研究所, ²⁾帝京短期大学

キーワード: 地域住民, ストレス, 対処方法



1. 問題と目的

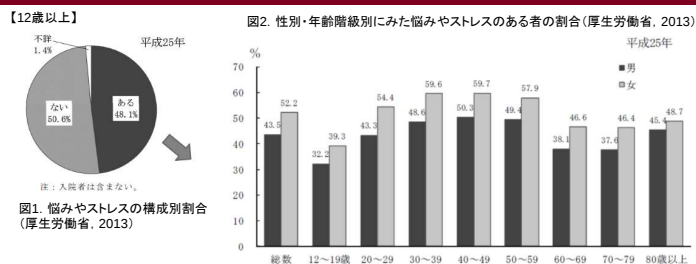


図2. 性別・年齢階級別にみた悩みやストレスのある者の割合(厚生労働省, 2013)

健康教育を検討する際にうつ病対策は優先すべき課題。

桜美林大学健康心理・福祉研究所では、地域連携の一環として、地域行政機関との話し合いをすすめて、2012年度より地域住民のストレスに関する調査を実施。今後の地域支援のための資料とすることで合意した。

本研究は、2013年度に実施された地域住民のストレスおよびその対処方法に関する調査より、地域住民のストレスおよびその対処方法についての現状を把握し、属性による特徴を探索的に捉えることを目的とした。

2. 方法

【調査対象者】

2013年度に相模原市立男女共同参画推進センターおよび男女共同参画さがみはらの主催で行われた地域住民を対象とした各種研修会への参加者のうち、調査協力に同意した482名(男性136名, 女性346名)を分析対象とした。なお、年度内に複数の研修に参加した場合には調査協力は年度内に1回限りであることを明記した。

【調査時期】 2013年4月19日から2014年1月30日。

【調査内容】

1. **ストレスと負担度について**: 国民生活基礎調査等を参照して9項目を設定した。ストレスは、経済的問題、健康問題、親類・近所の問題、友人関係の問題、夫婦の問題、子どもの問題、職場・仕事の問題、介護の問題、その他とした。夫婦、子ども、職場、介護については該当者のみ回答するよう指示した。9項目のストレスの負担度に関して非常にづらい(5)から全く問題ない(1)までの5件法で回答を求めた。
2. **ストレス対処の方法について**: TAC24(神村ら, 1995)のうちカタルシス、放棄・諦め、気晴らし、肯定的解釈の4下位尺度を使用した。
3. **個人属性について**: 性別・年代・就労形態・同居家族・相談相手について回答を求めた。

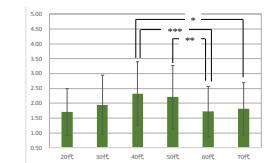
3. 結果

1. ストレスと負担度について:

地域住民の日常生活におけるストレスと負担度について、現状を把握するために、9つのストレス項目を従属変数とし、性別を要因とした対応のない検定、および年代、就労形態を要因とした1要因の分散分析を行った。結果を以下に示す。

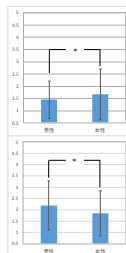
1) 経済的問題について

60歳・70歳代に比べ40歳・50歳代の方が大きな負担を感じていた($F(5,435)=5.552, p<.001$)。



2) 夫婦の問題について

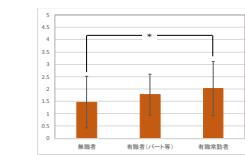
男性に比べ女性の方が大きな負担を感じていた($t(263.028)=2.231, p<.05$)。



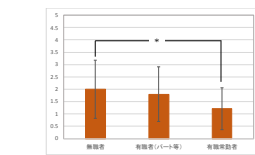
3) 職場・仕事の問題について

女性に比べ男性の方が、大きな負担を感じていた($t(206)=2.299, p<.05$)。

4) 職場・仕事の問題について
無職者に比べ有職勤労者の方が、大きな負担を感じていた($F(2,149)=3.144, p<.05$)。



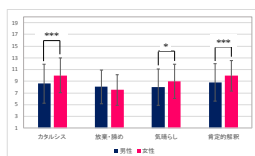
5) 介護の問題について
有職勤労者に比べ無職者の方が、大きな負担を感じていた($F(2,123)=4.223, p<.05$)。



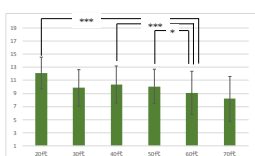
2. ストレス対処方法について:

地域住民がどのようなストレス対処方法を使用しているのかについて現状を把握するために、TAC24の4下位尺度を従属変数とし、性別を要因とした対応のない検定、および年代、就労形態を要因とした1要因の分散分析を行った。結果を以下に示す。

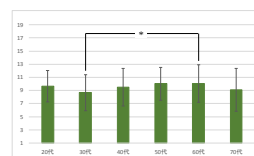
1) 男性に比べ、女性の方が「カタルシス」や「気晴らし」、「肯定的解釈」といった対処方法を多く使用していた($t(184.592)=3.957, p<.001$; $t(402)=1.796, p<.01$; $t(180.048)=3.360, p<.001$)。



2) 60歳代に比べ、20歳・40歳・50歳代の方が「カタルシス」を多く使用していた($F(5,407)=7.094, p<.001$)。



3) 30歳代に比べ、60歳代の方が「肯定的解釈」を多く使用していた($F(5,403)=2.815, p<.05$)。



※就労形態による有意な差は認められなかった。

*** $p<.001$, ** $p<.01$, * $p<.05$

4. 考察

国民生活基礎調査(厚生労働省, 2012)にて報告されているように、本研究においても男性に比べ女性の方が多くのストレスに対して辛いと感じていることが示された。特に、中年層における経済的問題や無職者における介護の問題が顕在化しているといえる。

一方、ストレス対処方法としては、カタルシスや気晴らし、肯定的解釈が多く用いられることが明らかにされた。

地域住民の性別や年齢だけでなく、生活状況に考慮したストレスマネジメントプログラムを構成することにより、さらなる生活の質の向上を目指したい。