

研究分担報告書

自殺総合対策の政策過程に関する研究  
～コミュニティ・エンパワメントによる社会参加型自殺対策の効果に  
関する実証的研究～

研究代表者 本橋 豊 京都府立医科大学 特任教授  
自殺総合対策推進センター センター長  
研究協力者 藤田 幸司 広島大学大学院医歯薬保健学研究院 特任助教  
研究協力者 金子 善博 自殺総合対策推進センター 自殺実態・統計分析室長  
研究協力者 佐々木久長 秋田大学大学院医学系研究科 准教授  
研究協力者 烏帽子田彰 広島大学大学院医歯薬保健学研究院 教授

研究要旨：【目的】本報告の目的は、地域づくり型・社会参加型の自殺対策としての、コミュニティ・エンパワメントの実施効果を実証的に明らかにし、今後の地域における自殺対策の政策形成に資することである。【方法】対象とプログラム：秋田県 H 町の 7 自治会を対象に、2011 年から 2014 年にかけて、コミュニティ・エンパワメントの技法を取り入れた積極的な社会参加を促す地域づくり型のプログラムを実施した。地域の公民館・集会場等を利用し、住民が積極的に集まり地域の問題点と解決策を考える住民主体の集まる場（機会）を複数回設定し実施した。調査および分析方法：プログラム実施前後に、自記式質問紙を用いた悉皆調査（留置法）を行った。第一回調査は 30 歳以上 85 歳未満を対象に 2010 年に実施し、第二回調査は 15 歳以上 85 歳未満を対象に 2015 年に実施した（有効回答率はそれぞれ 74.3%，77.2%）。対象者のメンタルヘルスは、K6 質問票を用いて測定した。プログラム実施地域と対照地域（22 自治会）で K6 スコアの代表値に差があるか、それぞれの調査について 30 歳以上 85 歳未満を対象にマン=ホイットニーの U 検定を行った。なお、プログラム実施前に、懇話会等の開催を実施済の地区（11 自治会）は解析から除外した。【結果】プログラム実施前の第一回調査における K6 スコアの平均値±標準偏差（中央値）は、実施群 4.26±4.5（3.06）、対照群 4.33±4.4（3.17）であり、統計学的有意差は認められなかった（Mann-Whitney U test,  $p=0.477$ ）。一方、プログラム実施後の第二回調査における K6 スコアは、実施群 3.04±4.3（1.33）、対照群 3.33±4.4（1.60）となっており、統計学的有意差が認められた（Mann-Whitney U test,  $p=0.034$ ）。【結論】プログラムを実施しなかった地区の住民のメンタルヘルスにも改善がみられたが、実施した地区ではより顕著な改善が認められたことから、コミュニティ・エンパワメントによる積極的な社会参加を促す地域づくり型のプログラムの実施は、地域の自殺対策においてより効果的であることが実証された。

A. 研究目的

自殺対策は、ハイリスク者を対象とした医学モデル（ハイリスクアプローチ）と、住民を対象としたコミュニティモデル（ポピュレーション

アプローチ）の 2 つがあり、どちらも重要であるが、うつ病などの精神疾患の原因となる精神的苦痛（mental distress）を引き起こす様々な社会的要因に対して、社会として適切な介入

を行うコミュニティモデルは、幅広い世代を対象とした自殺対策においては効果的と考えられている。我々は、これまでの秋田県における疫学調査研究と自殺対策の取り組みから、誰かが困ったり悩みを抱えた時に、必要かつ適切な支援を得られるような良いつながり（信頼と連帯の絆）を、地域住民が再構築していくための社会的支援環境の形成（地域づくり）が地域住民のメンタルヘルスや自殺予防において有効であり、特に、高齢者の地域とのつながりの重要性は他の年代に比べて強く、閉じこもり・孤独・孤立を防ぎ、高齢者の自殺予防を促進するためには、地域の支える力を高める必要があるとの知見を得た。そこで我々は、ヘルスプロモーションの手法を取り入れた積極的な社会参加をうながす地域づくり型の介入が地域のソーシャル・キャピタルを強化し、高齢者の自己効力感の向上や閉じこもり予防を促進し、自殺予防に有効であるとの仮説を立て、安梅ら（2005）によるコミュニティ・エンパワメント（当事者一人ひとりの思いを生かしながら、「共感に基づく自己表現」を育む場所と仲間、すなわちコミュニティを上げる）の技法を用いた地域づくり型の介入研究を実施した。

幅広い年代の住民が主体となって、地域における問題を自由に話し合い、解決していくことができるような環境形成（地域づくり）は、ソーシャル・キャピタル醸成と地域力向上に重要であると考えられる。

本研究の目的は、地域づくり型・社会参加型の自殺対策としての、コミュニティ・エンパワメントの実施効果を実証的に明らかにし、今後の地域における自殺対策の政策形成に資するこ

とである。

## B. 研究方法

### 1. 対象と介入プログラム

秋田県 H 町の 40 自治会のうち、7 自治会を対象に、2011（平成 23）年から 2014（平成 26）年にかけてコミュニティ・エンパワメントの技法を取り入れた積極的な社会参加を促す地域づくり型のプログラムを実施した。介入プログラムを実施にあたっては、自治会長に行政を通じて事業への参加協力を依頼した。

まず、2011（平成 23）年 12 月から 2012（平成 24）年 2 月の期間、3 自治会において、公民館・集会場を利用し、住民が積極的に集まり地域の問題点と解決策を考える住民主体の集まる場（機会）を各 3 回設定した（月 1 回、土日祝日に開催）。スーパーバイザー的な役割は設けず、コミュニティ・コーディネーター（まとめ役）は基本的に自治会長に依頼し、住民への参加の呼びかけも依頼した。全ての回で最初に自殺対策を専門とする研究者が話題提供を行い、その後はグループに分かれ「自殺を減らすために私たちができること」といった、地域における自殺予防と関連したテーマについて住民主体で話し合った（ワークショップ）。行政保健師（2 名）はファシリテーターとして参加した。初回はコミュニティの問題や課題を明らかにすることを目的に話し合い、2 回目は、初回で提示された問題や課題を解決するためにどうすれば良いか、ビジョンを上げる（目的や価値観の共有など）ことを課題とし、3 回目は地域のビジョンを検討し、今後の具体的な活動方針等を確認した。

次に、2014（平成 26）年 9 月から 11 月の期間に 4 自治会にて介入プログラムを実施した。基本的に前述したプログラム内容と同様であるが、地域高齢者だけではなく、働き盛り世代の男性や、若年層に積極的に参加してもらうための方法を行政担当者（主に保健師）や分担研究者と検討を行い、自治会長に幅広い世代の参加の呼びかけを依頼した（多世代参加コミュニティ・エンパワメント）。テーマについては、「災害が起こった時にどんな問題が考えられるか」とし、参加者は世代間交流活動を行いながら、住民主体で地域の問題点や解決策を考え発表するワークショップに取り組んだ。

## 2. 調査および分析方法

プログラム実施前後に、自記式質問紙を用いた悉皆調査（留置法）を行った。第一回調査は 30 歳以上 85 歳未満を対象に 2010（平成 22）年 7 月に実施し 6,797 人中 5,047 人から回答を得られた（有効回答率 74.3%）。第二回調査は 15 歳以上 85 歳未満を対象に 2015（平成 27）年 8～9 月に実施し、6,408 人中 4,950 人から回答を得られた（有効回答率 77.2%）。対象者のメンタルヘルスは、K6 質問票を用いて測定した。プログラム実施地域（7 自治会）と対照地域（22 自治会）で K6 スコアの代表値に差があるか、それぞれの調査について 30 歳以上 85 歳未満を対象に Mann-Whitney の U 検定を行った。なお、プログラム実施前に、懇話会等の開催を実施していた 11 自治会については解析から除外した。

（倫理面への配慮）

調査への回答は、記名・無記名どちらでも可とし、調査への協力を拒否する場合、白紙での提出とした。また、いかなる場合でも、対象者である住民は不利益を被ることがないことを文書および事前説明会において説明した。回収した調査票は、目的以外に利用しないこと、調査の集計は、記名の有無にかかわらず、個人が特定できない状態で行うこと、個人を特定するような公表や、調査票の第三者への提供はしないことを依頼文に明記した。

調査票にはあらかじめ、対象者の匿名化番号および名前をラベルにて印刷し、無記名での回答を希望する場合は、ラベル部分を切り取り後に提出とした。

本研究は秋田大学研究倫理委員会および広島大学疫学倫理審査委員会の承認を受け実施した。

## C. 研究結果

プログラム実施前の第一回調査における K6 スコアの平均値±標準偏差（中央値）は、実施群  $4.26 \pm 4.5$  (3.06)、対照群  $4.33 \pm 4.4$  (3.17) となっており、統計学的有意差は認められなかった (Mann-Whitney U test,  $p=0.477$ )。一方、プログラム実施後の第二回調査における K6 スコアは、実施群  $3.04 \pm 4.3$  (1.33)、対照群  $3.33 \pm 4.4$  (1.60) となっており、介入プログラムを実施した地域は実施していない地域と比べて、K6 スコアが有意に低かった (Mann-Whitney U test,  $p=0.034$ )。

## D. 考察

本研究の結果から、介入プログラムを実施しなかった地区の住民のメンタルヘルスにも改善

がみられたものの、介入プログラムを実施した地区ではより顕著な改善が認められたことから、コミュニティ・エンパワメントによる積極的な社会参加を促す地域づくり型のプログラムの実施は、地域の自殺対策においてより効果的であることが実証された。

秋田県は長年にわたり我が国において自殺死亡率が最も高く、本研究の対象地域である H 町においても、2010（平成 22）年の第一回調査以前は高い状態であった。したがって、住民の K6 スコアも全体的に高い傾向であった。しかしながら、2006（平成 18）年の町村合併以降、首長をはじめ行政保健師を中心に積極的な自殺対策事業を実施してきたことから、2015（平成 27）年の第二回調査における住民の K6 スコアについて全体的に大きな改善がみられたものと考えられる。しかしながら、第二回調査における K6 スコアには、介入プログラムを実施した地区は実施していない地区と比べて統計学的有意に低かったことから、介入プログラムの実施効果が認められる。

近年、我が国においても近隣の信頼関係や地域の絆といったソーシャル・キャピタルがクオリティ・オブ・ライフ（quality of life, 以下 QOL）及ぼす影響が重要視されている。QOL とは、地域住民の人生の質、生活の質、つまりどれだけ人間らしく生き活きとした豊かな人生や生活を送れているかであり、全ての人の QOL の向上は健康日本 21 をはじめ、ヘルス・プロモーションの目標である。一方、ソーシャル・キャピタルは「地域に対する人々の信頼感」とも言うべきものであり、地域において近所づきあいなどのネットワークや、相互信頼・相互扶

助が強まること、また、社会活動への住民の積極的な参加が促進されることによって地域のソーシャル・キャピタルは豊かになると考えられる。

農村・過疎地域においては、雇用需要の縮小による若年世代の人口流出と少子高齢化が著しく、都市部との経済格差の拡大、一次産業の担い手、後継者不足や多世代同居形態の減少による家族関係の変化、医療・介護ニーズの増大など様々な問題が山積しており、今後のコミュニティをどのように良好に維持、発展させていくのかは大きな課題である。そこでコミュニティ・エンパワメント（個人や組織、地域などコミュニティの持っている力を引き出し、発揮できる条件や環境を作っていくことによってコミュニティの「自己決定力」を高めていく技術）による積極的な社会参加をうながす地域づくり事業が、地域のソーシャル・キャピタルを強化し地域住民の QOL を向上に資すると考えられる。また、多世代の住民が主体となって、地域における問題を自由に話し合い、解決していくことができるような環境形成（地域づくり）は、ソーシャル・キャピタル醸成と地域力の向上に重要であると考えられる。

コミュニティ・エンパワメントの技法を取り入れた積極的な社会参加と住民同士の信頼を高める地域づくり型の介入プログラムの実施は、地域のソーシャル・キャピタルを向上や、住民の自己効力感を高め、安心して自殺という深刻な課題に向き合えるようになることで、自殺予防対策において非常に有効であると考えられる。

文 献

安梅勅江編（2005） コミュニティ・エンパワメントの技法. 医歯薬出版株式会社, 東京.

F. 健康危険情報なし

G. 研究発表

1. 論文発表 なし

2. 学会発表

1) Koji Fujita, Roseline Yong, Hisanaga Sasaki, Yoshihiro Kaneko, Akira Eboshida, Yutaka Motohashi. The Relationship Between Social Participation and Psychological Distress Among Community-Dwelling Elderly Adults. The 7th Asia Pacific Conference of the International Association for Suicide Prevention (IASP) , May, Tokyo, Japan, 2016.

2) 藤田幸司, 金子善博, 佐々木久長, 播摩優子, 烏帽子田彰, 本橋 豊. 地域高齢者のメンタルヘルスに認知機能の低下が及ぼす影響 認知症と自殺対策に関する研究結果から. 日本老年社会科学会第 58 回大会, 6 月, 松山市, 2016.

3) Yoshihiro Kaneko, Koji Fujita, Roseline Yong, Hisanaga Sasaki, Akira Eboshida, Yutaka Motohashi. Study on the Importance of Individual Level Cognitive Social Capital in suicide prevention among the Community-Dwelling People. 5th European Conference on Mental Health, September, Prague, Czech Republic, 2016.

4) 藤田幸司, Yong Roseline, 金子善博, 佐々木久長, 播摩 優子, 烏帽子田彰, 本橋 豊. コミュニティ・エンパワメントによる社会参加型自殺

対策の効果に関する研究. 第 75 回日本公衆衛生学会総会, 10 月, 大阪, 2016.

5) Koji Fujita, Roseline Yong, Hisanaga Sasaki, Yoshihiro Kaneko, Akira Eboshida, Yutaka Motohashi. Psychological Distress as a Predictor of Suicide Ideation Among the Community-Dwelling Elderly. The Gerontological Society of America 69th Annual Scientific Meeting, November, New Orleans, USA, 2016.

H. 知的財産権の出願・登録状況 なし