

平成30年度厚生労働科学研究費補助金（労働安全衛生総合研究事業）
分担研究報告書

社会経済・人口統計学的変数によるメンタルヘルス・
プロモーション行動の実施格差

研究分担者

島崎 崇史（上智大学文学部・講師）

上地 広昭（山口大学教育学部・准教授）

竹中 晃二（早稲田大学人間科学学術院・教授）

研究要旨

本研究の目的は、(a) 社会経済・人口統計学的変数によるメンタルヘルス・プロモーション行動（mental health promotion behavior: MHPB）実施状況の差異について検討すること、および (b) MHPB 実施状況の予測における社会経済・人口統計学的変数とセルフエフィカシーの相対的な貢献度について検討すること、であった。20-70代の成人3,600名に対して、社会経済・人口統計学的変数（性別、年代、配偶者の有無、育児の有無、介護の有無、労働形態、就労時間、就労に対する満足度、就労している企業規模、収入、職種、および精神疾患の既往症）、MHPBの実施状況、および実施に対するセルフエフィカシーについて調査をおこなった。分析の結果、社会経済（雇用形態、就労満足度、就労する企業規模、年収）、および人口統計学的変数（性別、年代）による差異が認められ、特に若年層および社会経済的弱者のMHPBの実施率が低いことが明らかになった。また、MHPBの実施を予測する変数としては、社会経済・人口統計学的変数よりもセルフエフィカシーの影響が高いことが明らかになった。

A. 研究目的

社会的不利と健康状態との関連性については、多くの研究がなされている。このようないわゆる健康格差の問題についての研究では、所得、学歴、職業階層といった社会経済学的に不利な者の健康状態が不良であると指摘されている(近藤, 2012)。

健康格差は、身体的な健康にとどまらず、精神的な健康においても生じること

が明らかになっている(堤・井上・島津・高橋・川上・栗岡・江口・宮木・遠田・小杉・戸津崎, 2015)。健康格差を生じさせる社会経済変数を探索した研究が充実する一方で、格差を生じるメカニズムについては、更なる研究の拡充が求められている。

研究者らは、日常生活において活力を増強させ、メンタルヘルス問題の予防に貢献する活動である、メンタルヘルス・

プロモーション行動（Mental health promotion behavior：以下 MHPB とする：島崎・李・小沼・飯尾・竹中，2015）を同定し，気分感情に与える影響について明らかにしてきた。しかしながら，社会経済的に不利な状況に置かれている者においては，厳しい生活環境から MHPB を実施することができず，結果として心の健康格差を生じている可能性が懸念される。さらに，これまでの社会疫学領域を中心とする健康行動変容に関する研究においては，健康行動の実施が人の意思よりも社会環境に起因する部分が多いという主張がなされてきた。しかしながら，社会経済・人口統計学的な変数と，行動変容型の介入研究で行動の実施を予測する心理的な変数であるセルフエフィカシー（Self efficacy：以下 SE とする）との行動予測における相対的な貢献度の差異については，研究が少ない。

そこで本研究では，(a) 社会経済・人口統計学的変数による MHPB 実施状況の差異について検討すること，および(b) MHPB 実施状況の予測における社会経済・人口統計学的変数と SE の相対的な貢献度について検討することを目的とした。

B. 研究方法

1) 対象者

対象者は，インターネット調査企業（株式会社クロス・マーケティング）にモニターとして登録している 20～70 代の成人 3,600 名であった。調査では，性別および年代が均等になるようサンプリングされた。調査は，本調査用に作成されたウェブサイト上でおこなわれた。

2) 調査内容

(1) 社会経済・人口統計学的変数

対象者の特徴を把握するために，人口統計学的変数（性別，年代，配偶者の有無，育児の有無，介護の有無，精神疾患の既往症）および社会経済変数（労働形態，就労時間，就労に対する満足度，就労している企業規模，収入，職種）について回答を得た。

(2) MHPB の実施状況

活力を高め心の健康増進に貢献する行動の実施状況については，島崎他（2015）の構成した MHPB 評価尺度を用いた。MHPB 評価尺度は，MHPB1：身体活動，MHPB2：平日常文化的活動，MHPB3：休日文化的活動，MHPB4：対人コミュニケーション，MHPB5：積極的リラクゼーション行動，MHPB6：ボランティア活動，MHPB7：新規活動への興味と参加，および MHPB8：集団への所属，の 8 つの行動の実施について，「全く行っていないーよく行っている」の 5 件法により回答を得た。

(3) MHPB 実施に対する SE

MHPB の実施に対する SE については，MHPB 尺度を構成する 8 項目について，それぞれ結果予期，および効力予期に関する質問項目 16 項目を設定した。結果予期については，「以下に示す活動を日常生活の中で気晴らしや趣味としておこなうことは，あなた自身のストレスの解消やメンタルヘルスを良い状態に保つために有効だと思いますか」という設問に対して，1 全く有効だと思わない，2 あまり有効だと思わない，3 どちらとも言えない，4 やや有効だと思う，および 5 とても有効だと思う，の 5 件法で回答を得た。信頼性については，Cronbach の α 係数が .907，Spearman-Brown の折半法による検討の結果が $r = .850$ であり，十分な信頼性が認められた。妥当性については，確認的因子分析の結果，GFI

=.967, AGFI = .928, CFI = .973, RMSEA = .088 でありモデル適合度は十分に採択の基準を満たしていた。効力予期については、「以下に示す活動を日常生活の中で気晴らしや趣味として、継続的に行なっていく自信について、最も当てはまるものに丸印をつけてください」という設問に対して、1 行いたいと思わない、2 全く自信がない、3

Table 1 Participants characteristics

	n	%
Gender	1800	50.00
Male	1800	50.00
Female		
Age		
20-29	600	16.67
30-39	600	16.67
40-49	600	16.67
50-59	600	16.67
60-69	600	16.67
70-79	600	16.67
Marital status		
Yes	2114	58.72
No	1486	41.28
Parenting		
Yes	1815	50.42
No	1785	49.58
Home nursing care		
Yes	186	5.17
No	3414	94.83
Employment status		
Non-regular employment	624	17.33
Permanent employment	1271	35.31
Self-employment	288	8.00
Not working or retirement	1155	32.08
Other	262	7.28
Working time		
Within legal working hour (< 8 hour/day)	1758	48.83
Within Acceptable overtime working (< 12 hour/day)	593	16.47
Over the critical line for death by overwork (>12 hour/day)	83	2.31
Not working or non response	1166	32.39
Satisfaction for working environment		
Dissatisfied	486	13.50
Neither dissatisfied nor satisfied	1190	33.06
Satisfied	769	21.36
Not working or non response	1155	32.08
Company size		
Small to medium	1571	43.64
Large	844	23.44
Not working or non response	1185	32.92

あまり自信がない、4 どちらとも言えない、5 やや自信がある、および 6 とても自信がある、の 6 件法により回答を得た。信頼性については、Cronbach の α 係数が.886, Spearman-Brown の折半法による検討の結果が $r = .831$ であり、十分な信頼性が認められた。妥当性については、確認的因子分析の結果、GFI =.958, AGFI = .912, CFI = .957, RMSEA = .100 でありモデル適合度は十分に採択の基準を満たしていた。

3) 分析

社会経済・人口統計学的変数について

は、単純集計をおこなった。

社会経済・人口統計学的変数による MHPB 評価尺度の合計得点の差異については、効果を検討する要因を除く社会経済・人口統計学的変数を共変量とした共分散分析をおこなった。要因の主効果が認められた場合については、Bonferroni の方法による多重比較検定をおこなった。

Table 1 Participants characteristics (Continue)

	n	%
Income (Yen / year)		
No income or no response	1357	37.69
~ ¥990,000	368	10.22
¥ 1,000,000 ~ 1,990,000	353	9.81
¥ 2,000,000 ~ 2,990,000	361	10.03
¥ 3,000,000 ~ 3,990,000	322	8.94
¥ 4,000,000 ~ 4,990,000	213	5.92
¥ 5,000,000 ~ 5,990,000	183	5.08
¥ 6,000,000 ~ 6,990,000	121	3.36
¥ 7,000,000 ~ 7,990,000	112	3.11
¥ 8,000,000 ~ 8,990,000	77	2.14
¥ 9,000,000 ~ 9,990,000	44	1.22
¥ 10,000,000 ~	89	2.47
Business type		
Agriculture, Forestry and Fisheries	14	0.39
Mining and quarrying	1	0.03
Manufacture	362	10.06
Essential utilities	27	0.75
Disposal of waste	2	0.06
Building industry	135	3.75
Wholesaling	239	6.64
Automobile business	14	0.39
Traffic business	98	2.72
Lodging and restaurant industry	67	1.86
Information communication technology	89	2.47
Finance and insurance	81	2.25
Real estate industries	66	1.83
Science	101	2.81
Management support	28	0.78
Official affairs and national defense	96	2.67
Education	149	4.14
Health and hygiene	51	1.42
Art and entertainment	40	1.11
Other service	377	10.47
Employer	13	0.36
Exterritoriality	16	0.44
Other	349	9.69
No response	1185	32.92
Psychiatric consultation history		
No	3354	93.17
Yes	246	6.83

社会経済・人口統計学的変数による MHPB を構成する各行動の実施状況（非実施・実施）の差異については、ロジスティック回帰分析により検討おこなった。ロジスティック回帰分析の実施に際しては、MHPB 評価尺度への回答をもとに「全くおこなっていない」、あるいは「あまり行っていない」と回答した者を非実施者、および「ときどき行っている」、「しばしば行っている」、「よく行っている」を実施者としてダミー変数へと変換した。共分散分析と同様に、効果を検討する要因

を除くその他の社会経済・人口統計学的変数については、共変量とした。

MHPB 実施状況予測における社会経済・人口統計学的変数とセルフエフィカシーの相対的な貢献度については、MHPB 評

価尺度合計得点を従属変数、社会経済・人口統計学的変数、および SE（結果予期・効力予期）を独立変数とするカテゴリカル回帰分析により、相対的な影響力を推定した。有意確率は、 $\dagger p < .10$, $* p < .05$,

Table 2 Deference of the MHPB score between demographic characteristics

	<i>M</i>	<i>SE</i>	95%CI	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>f</i>	Post-hoc analysis
Gender	18.83	0.15	[18.53, 19.13]	4.43*	1	0.03	a-b*
Male ^a	19.30	0.15	[19.00, 19.60]				
Female ^b							
Age							
20-29 ^a	18.68	0.28	[18.13, 19.22]	23.20**	5	0.18	a-e*, f**
30-39 ^b	17.90	0.26	[17.38, 18.42]				b-f**
40-49 ^c	17.75	0.26	[17.23, 18.26]				c-e**, f**
50-59 ^d	18.46	0.26	[17.94, 18.98]				d-e**, f**
60-69 ^e	20.01	0.27	[19.48, 20.53]				e-f**
70-79 ^f	21.61	0.29	[21.04, 22.17]				
Marital status							
Yes	19.04	0.16	[18.73, 19.34]	0.06	1	0.00	
No	19.11	0.19	[18.73, 19.48]				
Parenting							
Yes	19.00	0.17	[18.66, 19.33]	0.26	1	0.01	
No	19.14	0.17	[18.80, 19.47]				
Home nursing care							
Yes	19.00	0.47	[18.08, 19.93]	0.02	1	0.00	
No	19.07	0.11	[18.86, 19.28]				
Employment status							
Non-regular employment	18.89	0.28	[18.34, 19.43]	1.26	2	0.03	
Permanent employment	18.94	0.19	[18.56, 19.31]				
Self-employment	19.56	0.38	[18.82, 20.31]				
Working time							
Within legal working hour	19.02	0.15	[18.72, 19.31]	2.30	2	0.04	
Within Acceptable overtime working	19.07	0.26	[18.55, 19.59]				
Over the critical line for death by overwork	17.48	0.71	[16.08, 18.88]				
Satisfaction for working environment							
Dissatisfied ^a	17.85	0.29	[17.28, 18.41]	23.74**	2	0.14	a-b*, c**
Neither dissatisfied nor satisfied ^b	18.67	0.18	[18.31, 19.02]				b-c**
Satisfied ^c	20.22	0.23	[19.78, 20.67]				
Company size							
Small to medium	18.69	0.16	[18.38, 19.01]	9.20**	1	0.06	
Large	19.57	0.23	[19.12, 20.01]				
Income (year)							
~ ¥ 990,000 ^a	18.39	0.35	[17.71, 19.07]	2.57**	10	0.11	b-k*
¥ 1,000,000 ~ 1,990,000 ^b	18.02	0.34	[17.35, 18.69]				
¥ 2,000,000 ~ 2,990,000 ^c	18.85	0.33	[18.19, 19.50]				
¥ 3,000,000 ~ 3,990,000 ^d	19.51	0.35	[18.83, 20.20]				
¥ 4,000,000 ~ 4,990,000 ^e	19.58	0.43	[18.74, 20.41]				
¥ 5,000,000 ~ 5,990,000 ^f	19.26	0.47	[18.35, 20.18]				
¥ 6,000,000 ~ 6,990,000 ^g	19.57	0.58	[18.44, 20.70]				
¥ 7,000,000 ~ 7,990,000 ^h	20.20	0.60	[19.01, 21.38]				
¥ 8,000,000 ~ 8,990,000 ⁱ	20.23	0.72	[18.82, 21.65]				
¥ 9,000,000 ~ 9,990,000 ^j	19.99	0.95	[18.12, 21.85]				
¥ 10,000,000 ~ ^k	20.86	0.67	[19.54, 22.18]				

および** $p < .01$ として表記した。

分析には、IBM SPSS 24, および R version 3.4.3 をもちいた。

(4) 倫理的配慮

本研究は、早稲田大学人を対象とする研究に関する倫理審査委員会の承認を得ておこなった（承認番号：2016-278）。

C. 研究結果

1) 回答者の属性

回答者の属性を Table 1 に示す。本研究では、回答が得られた 3,600 名すべてのデータをもちいて分析をおこなった。

2) 回答者の属性による MHPB 評価尺度得点の差異

社会経済・人口統計学的変数による MHPB 評価尺度の合計得点の差異について検討した共分散分析の結果を Table 2 に示す。分析の結果、人口統計学的変数については、性別、および年代、有意な主効果が認められた。多重比較検定の結果、女性、および年齢の高い回答者の実施率が有意に高かった。また、社会経済変数においては、就労満足度、会社規模、収入において有意な主効果が認められた。多重比較検定の結果、就労に満足している回答者、大企業就労者、および高収入者（年収 1000 万円以上）の対象者において得点が高かった。

3) 回答者の属性による MHPB 評価尺度を構成する行動の実施状況の差異

ダミー変数に変換した MHPB 評価尺度を構成する行動の実施状況を Table 3、ロジスティック回帰分析の結果を Table 4 に示す。MHPB1: 身体活動については、男性、高年齢、非育児、法定時間内労働、就労満足、大企業就労、年収 700 万円以上の回答者が多く実施していた。MHPB2: 平日文化的活動については、女性、未婚者の実施率が高かった。MHPB3: 休日文化的活動については、30-50 代の実施率が低く、女性、未婚、就労満足、大企業就労、年収が 200 万円以上の回答者が多く実施していた。さらに、年収 300 万以上になると、100 万円以下の回答者と比較して実施率は 2-3

倍となった。MHPB4: 対人コミュニケーションについては、30-50 代、過労死ライン以上労働者で低く、女性、70 代、就労満足、大企業就労、年収 300 万円以上の回答者の実施率が高かった。MHPB5: 積極的リラクゼーション行動については、過労死ライン以上労働で低く、60-70 代、就労満足、大企業就労者の実施率が高かった。年収については、一貫した結果は得られなかったものの、高所得者が有意に実施していた。MHPB6: ボランティア活動については、30-

Table 3 Practice of the MHPBs

	<i>n</i>	%
MHPB1: Physical activity		
No	1739	48
Yes	1861	52
MHPB2: Weekday cultural activities		
No	1392	39
Yes	2208	61
MHPB3: Enriching activities during holidays		
No	2039	57
Yes	1561	43
MHPB4: Interpersonal communication		
No	1716	48
Yes	1884	52
MHPB5: Relaxation activities		
No	1383	38
Yes	2217	62
MHPB6: Volunteer activities		
No	2553	71
Yes	1047	29
MHPB7: Interest and participation in new activities		
No	2654	74
Yes	946	26
MHPB8: Group affiliation		
No	2660	74
Yes	940	26

50 代の実施率が低く、70 代、自営業、過労死ライン以下残業、就労満足、年収 1000 万円以上の回答者の実施率が高かった。MHPB7: 新規活動への興味と参加については、40-70 代の実施率が低く、

Table 4 Difference of the engagement of the MHPBs between demographic characteristics

	MHPB1	MHPB2	MHPB3	MHPB4	MHPB5	MHPB6	MHPB7	MHPB8
	β	β	β	β	β	β	β	β
	95%CI	95%CI	95%CI	95%CI	95%CI	95%CI	95%CI	95%CI
Gender								
Male	1	1	1	1	1	1	1	1
Female	0.74** [0.64, 0.85]	1.13 [†] [0.98, 1.30]	1.14 [†] [0.99, 1.31]	1.86** [1.62, 2.14]	1.06 [0.92, 1.22]	0.91 [0.78, 1.07]	0.86 [†] [0.73, 1.00]	0.93 [0.79, 1.09]
Age								
20-29	1	1	1	1	1	1	1	1
30-39	1.10 [0.87, 1.39]	0.99 [0.77, 1.25]	0.78* [0.61, 0.98]	0.74** [0.59, 0.94]	0.91 [0.72, 1.15]	0.63** [0.48, 0.82]	0.79 [0.61, 1.02]	0.68** [0.51, 0.89]
40-49	1.03 [0.81, 1.30]	0.89 [0.70, 1.13]	0.71** [0.56, 0.90]	0.63** [0.50, 0.81]	1.03 [0.81, 1.31]	0.67** [0.51, 0.88]	0.56** [0.43, 0.74]	0.63** [0.47, 0.84]
50-59	1.20 [0.94, 1.54]	1.07 [0.83, 1.38]	0.79 [†] [0.62, 1.02]	0.66** [0.51, 0.84]	1.08 [0.85, 1.39]	0.72 [0.55, 0.94]	0.55** [0.41, 0.73]	0.70 [0.52, 0.94]
60-69	1.99** [1.54, 2.58]	1.09 [0.84, 1.42]	1.13 [0.88, 1.46]	1.04 [0.81, 1.35]	1.51** [1.16, 1.96]	1.00 [0.76, 1.32]	0.78** [0.59, 1.03]	1.12 [0.85, 1.50]
70-79	3.82** [2.88, 5.05]	1.29 [0.98, 1.69]	1.15 [0.88, 1.50]	1.84** [1.40, 2.42]	1.60** [1.21, 2.10]	1.54** [1.15, 2.04]	0.85 [†] [0.63, 1.14]	2.05** [1.53, 2.74]
Marital status								
Yes	1	1	1	1	1	1	1	1
No	0.87 [0.73, 1.04]	1.32** [1.11, 1.58]	1.27** [1.07, 1.51]	1.00 [0.84, 1.19]	0.90 [0.75, 1.07]	0.91 [0.75, 1.10]	0.93 [0.76, 1.13]	1.04 [0.86, 1.27]
Parenting								
Yes	1	1	1	1	1	1	1	1
No	1.30** [1.09, 1.55]	1.07 [0.90, 1.28]	1.13 [0.96, 1.34]	0.93 [0.78, 1.10]	0.95 [0.80, 1.13]	0.89 [0.74, 1.06]	1.01 [0.84, 1.23]	0.91 [0.75, 1.09]
Home nursing care								
Yes	1	1	1	1	1	1	1	1
No	1.14 [0.84, 1.55]	1.07 [0.79, 1.46]	0.97 [0.72, 1.32]	1.05 [0.77, 1.42]	1.09 [0.80, 1.49]	1.00 [0.72, 1.39]	0.97 [0.69, 1.35]	0.8 [0.58, 1.11]
Employment status								
Non-regular employment	1	1	1	1	1	1	1	1
Permanent employment	1.00 [0.79, 1.26]	0.88 [0.69, 1.12]	1.18 [0.93, 1.50]	1.00 [0.79, 1.27]	1.06 [0.83, 1.35]	1.06 [0.81, 1.38]	0.95 [0.73, 1.23]	1.11 [0.84, 1.47]
Self-employment	1.23 [0.91, 1.65]	1.15 [0.84, 1.57]	1.12 [0.83, 1.51]	1.01 [0.75, 1.36]	1.03 [0.76, 1.40]	1.47 [1.08, 2.01]	1.25 [0.91, 1.73]	1.26 [0.90, 1.77]
Working time								
Within legal working hour	1	1	1	1	1	1	1	1
Within Acceptable overtime working	0.83 [†] [0.68, 1.02]	0.98 [0.80, 1.21]	1.11 [0.91, 1.36]	0.92 [0.75, 1.12]	0.90 [0.74, 1.10]	1.23 [†] [0.99, 1.52]	1.10 [0.88, 1.37]	1.10 [0.87, 1.37]
Critical line for death by overwork	0.63 [†] [0.39, 1.01]	0.70 [0.44, 1.12]	0.68 [0.42, 1.11]	0.66 [†] [0.42, 1.06]	0.67 [0.42, 1.07]	0.71 [0.41, 1.21]	0.76 [0.43, 1.34]	0.58 [0.32, 1.07]
Satisfaction for working environment								
Dissatisfied	1	1	1	1	1	1	1	1
Neither dissatisfied nor satisfied	1.14 [0.92, 1.42]	1.17 [0.94, 1.46]	1.21 [†] [0.98, 1.51]	1.16 [0.93, 1.44]	1.28* [1.03, 1.58]	1.51** [1.17, 1.94]	1.18 [0.92, 1.52]	1.37* [1.05, 1.78]
Satisfied	1.56** [1.23, 1.97]	1.36* [1.07, 1.74]	1.83** [1.45, 2.32]	1.80** [1.42, 2.28]	1.94** [1.53, 2.47]	1.78** [1.36, 2.33]	1.72** [1.32, 2.24]	1.64** [1.24, 2.18]
Company size								
Small to medium	1	1	1	1	1	1	1	1
Large	1.23** [1.03, 1.48]	1.17 [0.97, 1.41]	1.26 [†] [1.05, 1.52]	1.33** [1.11, 1.60]	1.21* [1.00, 1.46]	1.08 [0.89, 1.32]	1.19 [†] [0.97, 1.45]	1.18 [0.95, 1.45]
Income (year)								
< ¥1,000,000	1	1	1	1	1	1	1	1
< ¥2,000,000	0.99 [0.73, 1.35]	0.83 [0.61, 1.14]	1.33 [0.98, 1.82]	1.07 [0.79, 1.45]	1.08 [0.79, 1.47]	1.10 [0.78, 1.54]	0.93 [0.66, 1.31]	0.92 [0.64, 1.33]
< ¥3,000,000	0.87 [0.64, 1.19]	0.99 [0.72, 1.36]	1.62** [1.19, 2.21]	1.11 [0.81, 1.51]	1.31 [†] [0.95, 1.79]	1.10 [0.78, 1.54]	0.95 [0.68, 1.35]	0.92 [0.64, 1.34]
< ¥4,000,000	1.22 [0.88, 1.67]	1.26 [0.90, 1.77]	2.09** [1.51, 2.89]	1.52* [1.10, 2.11]	1.26 [0.91, 1.74]	1.14 [0.80, 1.62]	0.92 [0.65, 1.32]	1.32 [0.91, 1.89]
< ¥5,000,000	1.03 [0.72, 1.47]	1.08 [0.75, 1.57]	1.89* [1.32, 2.72]	1.45* [1.01, 2.09]	1.51 [†] [1.04, 2.19]	1.51 [1.03, 2.22]	1.35 [0.92, 1.98]	1.59 [1.07, 2.37]
< ¥6,000,000	1.06 [0.73, 1.56]	0.92 [0.62, 1.36]	1.93** [1.31, 2.84]	1.50* [1.02, 2.20]	1.19 [0.82, 1.76]	1.22 [0.81, 1.85]	1.11 [0.73, 1.68]	1.33 [0.86, 2.04]
< ¥7,000,000	0.99 [0.64, 1.55]	1.13 [0.71, 1.79]	1.91 [1.22, 2.99]	1.40 [0.89, 2.19]	1.31 [0.82, 2.07]	0.82 [0.50, 1.36]	1.16 [0.72, 1.87]	1.26 [0.77, 2.07]
< ¥8,000,000	1.56 [†] [0.98, 2.49]	1.02 [0.64, 1.63]	2.77** [1.74, 4.43]	1.36 [0.86, 2.16]	1.08 [0.68, 1.73]	1.17 [0.71, 1.92]	0.95 [0.57, 1.58]	0.99 [0.58, 1.69]
< ¥9,000,000	1.34 [0.79, 2.27]	1.37 [0.78, 2.38]	1.58* [0.93, 2.69]	1.47 [0.87, 2.48]	1.91 [†] [1.07, 3.39]	1.17 [0.67, 2.06]	0.93 [0.52, 1.66]	1.05 [0.58, 1.91]
< ¥10,000,000	1.31 [0.68, 2.55]	0.83 [0.43, 1.63]	1.83 [†] [0.94, 3.55]	1.34 [0.69, 2.61]	1.29 [0.65, 2.52]	0.87 [0.42, 1.82]	0.68 [0.31, 1.47]	1.10 [0.52, 2.30]
> ¥10,000,000	1.64 [†] [0.99, 2.73]	1.06 [0.64, 1.77]	2.79** [1.69, 4.62]	1.84* [1.11, 3.05]	1.72* [1.01, 2.95]	1.60 [0.96, 2.68]	1.39 [0.82, 2.35]	1.43 [0.83, 2.45]

就労満足，大企業就労者の実施率が高かった。MHPB8：集団への所属については，30-50代，過労死ライン以上労働者の実施率が低く，70代，および就労満足者の実施率が高かった。年収については，一貫した結果が得られなかったものの，400-500万円の回答者の実施率が高かつ

た。

4) MHPB 実施状況の予測における社会経済・人口統計学的変数と SE の相対的な貢献度

カテゴリカル回帰分析の結果を Table 5 に示す。分析の結果，性別，年代，就労状況，企業規模，収入，職種，結果予

Table 5 The relative contribution to predict engage MHPB by bio-psycho-social variables

	β	SE	df	F	R ²
Gender	0.07**	0.02	1	14.17	0.443**
Age	0.07**	0.02	5	15.15	
Marital status	0.01	0.01	1	1.07	
Parenting	0.00	0.01	1	0.04	
Home nursing care	0.01	0.01	1	0.47	
Employment status	0.04**	0.02	4	4.49	
Working time	0.02	0.05	3	0.15	
Satisfaction for working environment	0.04	0.04	3	0.98	
Company size	0.19**	0.02	2	148.29	
Income (year)	0.09**	0.03	4	9.25	
Type of job	0.17**	0.04	23	20.90	
Psychiatric consultation history	0.01	0.01	1	0.61	
SE: Outcome expectation	0.23**	0.03	12	61.63	
SE: Efficacy expectation	0.53**	0.04	16	227.24	

期，および効力予期に有意な影響力が確認された。最も高い影響力を有していたのは，効力予期であり，ついで結果予期，企業規模，および職種からの影響が高かった。

D. 考察

本研究では，(a) 社会経済・人口統計学的変数による MHPB 実施状況の差異について検討すること，および (b) MHPB 実施状況の予測における社会経済・人口統計学的変数と SE の相対的な貢献度について検討することを目的とした。分析の結果，社会経済・人口統計学的変数による MHPB 評価尺度の総合得点，および行動の実施状況に差異が確認された。

人口統計学的な変数による差異については，MHPB 評価尺度の得点，および行動の実施状況ともに，高年齢者の実施可能性が高く，近年メンタルヘルス問題においてハイリスク層とされている若年層や中年者は，MHPB 評価尺度に示されているような行動を満足に実施できていない可能性が示唆された。したがって，このような若年層における心の健康増進の実施の困難さが，我が国の抱える深刻な健康問題である自殺や過労死の一要因である可能性が高いと言える。

社会経済変数については，身体活動，休日文化的活動，対人コミュニケーション，積極的リラクゼーション行動において多くの関連性が認められ，MHPB の実施が，

就労環境が整い、収入の良い大手企業に勤めている社会経済的に優位な者中心になってしまっている可能性が高いと考えられる。本研究の結果から、社会経済状況は、心の健康増進に貢献する活動の実施において大きな決定因子となっており、社会経済的弱者に向けた支援の充実は、社会的な課題であるといえる。

一方、読書や音楽鑑賞のような平日文化的活動については、社会経済・人口統計学的な変数による差異がほとんど確認されず、広く普及可能な心の健康増進の方略であると推察される。

社会経済・人口統計学的変数とセルフエフィカシーの MHPB 実施状況予測における相対的な貢献度について検討をおこなった結果、最も影響力が高かったのは、SE の 2 項目であった。本研究は横断的な研究であるため、因果関係については十分に言及することができないものの、MHPB の実施に対する SE を高めることは、変容が困難な社会経済・人口統計学的変数を操作するよりも行動変容に対して影響を有する可能性が確認された。一方で、性別、年代、就労状況、企業規模、収入、職種については、MHPB 実施の決定因子の一つである可能性が高いことから、セグメント化 (Kreuter & Wray, 2003) の手法を用いて、各水準に合わせて実行可能性の高い行動や伝達の方法を考慮した上で、MHPB の普及を図る必要がある。

E. 結論

本研究の結果、心の健康格差が生じる前段階においては、活力を高め、心の健康増進に貢献する行動である MHPB の実施に格差が生じている可能性が明らか

になった。さらに、MHPB の実施において、結果予期、および効力予期という SE の影響力が高いことが明らかになった。今後は、特に社会経済的弱者においても、実行可能性が高く、有益だと認知され、心の健康増進をおこなう意思決定を支援するために、対象者の属性にセグメント化した心の健康増進に関する情報提供が必要である。

F. 文献

近藤克則 (2012). 健康格差問題と社会政策 (<特集>健康のための社会政策) 社会政策, 4 (2), 41-52.

堤 明純・井上彰臣・島津明人・高橋正也・川上憲人・栗岡住子・江口 尚・宮木幸一・遠田和彦・小杉由岐・戸津崎 貴文 (2015). 労働者の収入とメンタルヘルス : 職の不安定性による媒介効果に注目して 厚生学の指標, 62 (11), 1-8.

島崎崇史・李 氤華・小沼佳代・飯尾美沙・竹中晃二 (2015). 一次予防を目的としたメンタルヘルスプロモーション行動に関する研究 : 行動の抽出および評価尺度の構成 ストレスマネジメント研究, 11 (2), 27-41.

Kreuter, M. W. & Wray, R. J. (2003). Tailored and targeted health communication: Strategies for enhancing information relevance. *American Journal of Health Behavior*, 27, (3), S227-S232.

G. 研究発表

1. 論文発表

なし (現在関連論文 1 編を国際学術雑誌に投稿中)

2. 学会発表

なし（2019年度学会発表予定）

H. 知的財産権の出願・登録状況

なし