早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書（Web 公開用）

申請者（ふりがな）	髙木綾乃　（たかきあやの）
所属・資格（※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載）	人間科学研究科　修士1年
発表年月 または事業開催年月	2025 年　10 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	第 84 回日本公衆衛生学会
発表者（※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること）	髙木綾乃、川村顕
発表題目（※学会発表の場合のみ記載）	ストレスの相談行動とメンタルヘルスの状態の関連性

発表・活動・開催の概要と成果（学会発表の場合、抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。）

〈発表の概要〉

【目的】精神疾患の一因と考えられるストレスを解決・軽減するには、専門機関への相談が重視されるが、メンタルヘルスが不調であっても専門機関へ相談しない人たちが存在する。他方、専門機関でなくても、抱える問題を家族や知人友人に相談することで、解決への道筋につながるケースがあることが既存研究から示されている。このことから、専門性の有無にかかわらず、相談行動自体がメンタルヘルスの問題に取り組む上で重要であろう。そこで本研究では、日本の全世代における、メンタルヘルスの状態とストレスの相談有無の関連について、その実態を明らかにする。

【方法】2010、2013、2016 年国民生活基礎調査匿名データ個票のうち、世帯票と健康票を用いた。サンプルサイズは 3 年分合計で 276,310 件である。相談行動の有無を被説明変数、3 分類したメンタルヘルスの状態を主たる説明変数とし、重回帰分析による定量分析を行った。メンタルヘルスの状態分類には K6 スコアを用い、先行文献に基づいて、0～4 点を「問題なし」、5～12 点を「中度の問題あり」、13 点～を「重度の問題あり」とした。統制変数として、性別、年齢階級、世帯人員数、婚姻状況、調整済み支出額、学歴、仕事の状況、通院の有無、最も気になる悩みやストレスの原因、調査年、を用いた。本研究における仮説は、H1: 「メンタルヘルスの状態問題なし群は、中度の問題あり群と比較して、相談確率が有意に低い」、H2: 「メンタルヘルスの状態重度の問題あり群は、中度の問題あり群と比較して、相談確率が有意に低い」、である。

【結果】入手サンプルのうち 81,253 件を対象として分析を行った。中度の問題あり群ダミーをベースラインとした分析の結果、問題なし群では 0.9%（p<.01）、重度の問題あり群では 6.7%（p<.01）だけ相談確率が低く、仮説 H1、H2 ともに成立した。性別、および、40 歳を閾値とした 2 区分の年齢で 4 つのサブサンプルを作成し、同様の分析を行った場合でも、すべてのサブサンプルで重度の問題あり群における相談確率が中度に比べ有意に低くなっていた。

【結論】本研究ではメンタルヘルスの状態によって相談有無の傾向が異なり、特に重度の問題あり群で相談確率が低いことが明らかにした。重度の問題を抱える人たちに対する能動的なアプローチの重要性が示唆された。

※無断転載禁止