

# 大豆食物繊維がヒトの腸内細菌叢に及ぼす影響

## (おからパウダー：ヒト試験)

Effect of Soy dietary fiber on Human intestinal microbiota  
—Okara powder : Human study—

伊藤 康代  
Yasuyo Ito

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 健康・栄養科学専修

キーワード：大豆，食物繊維，腸内細菌，おから，短鎖脂肪酸  
Key words : Soybean, Dietary fiber, Intestinal bacteria, Okara, Short-chain fatty acid

### 1. 目的

おからは古くより親しまれてきた日本の伝統的な和食食材の1つであり、おからを乾燥させたおからパウダー（乾燥おから）が近年、市場にも出回っている。おからパウダーはその成分の約半分近くが食物繊維、残りの約半分近くが大豆たんぱく質で、大豆イソフラボンなども含む健康的な食材であるが、おからパウダーに関する研究はまだ少ない。一方、近年、便秘やストレスなどに悩む人が多い現状がある<sup>1)2)</sup>。本研究では、忙しい毎日にも手軽に摂取しやすいおからパウダーの健康効果を検証することで、ストレス社会の中で生活する「働き世代の健康」に寄与できる食の提案をすることを目的とし、便秘傾向のある20代～50代の女性を対象に、おからパウダーの摂取による腸内細菌叢の変化について検証した。また、併せて唾液ストレスマーカー、自覚症状なども調査した。さらに、ヒト大腸モデル糞便培養試験を用いて、おからパウダーの発酵特性を詳細に調べた。

### 2. 方法

#### <試験1：ヒト試験>

- ・研究デザイン：  
無作為化二重盲検プラセボ対照試験
- ・研究対象：20～50代女性
- ・研究方法：おからパウダーまたは大豆たんぱく質（プラセボ）を1日あたり15g摂取
- ・研究期間：4週間
- ・評価項目

腸内細菌検査キットを使用した採便による腸内細菌検査（試験前，試験後の計2回），糞便中の短鎖脂肪酸濃度の測定（試験前，試験後の計2回），唾液ストレス試験とアンケート調査（試験前，試験後の計2回）を実施した。摂取記録と体調日誌（排便回数，便の性状）は毎日記録し，体重は週に1回記録した。

- エントリー基準（自己申告）
  - 1) 同意取得時の年齢が20歳以上59歳以下の日本人女性
  - 2) 週の排便回数が1～5回の者
  - 3) BMIが18.5以上30未満の者
  - 4) 自宅に体重計があり，毎日体重測定を行って日誌に記入可能な者
  - 5) 試験期間中の4週間，被験食を摂取可能な者
- 除外基準（自己申告）
  - 1) 心血管疾患，肝疾患，腎疾患，消化器疾患，呼吸器疾患，糖尿病の現病または既往がある者
  - 2) 悪性疾患の既往がある，または慢性疾患に対する治療を行っている者
  - 3) 現在，薬剤による治療を行っている者
  - 4) 薬剤・食物アレルギーの既往のある者
  - 5) 食物繊維サプリメント（海藻，こんにゃく，サイリウムなどから調整した食物繊維含有製品）や全粒穀物（全粒小麦，玄米，ライ麦，大麦などを含む）を継続して摂取している者
  - 6) 現在妊娠中または授乳中，あるいは妊娠の可能性のある者
  - 7) 喫煙習慣のある者

- 8) 過去1ヶ月以内または現在、他のヒト臨床試験に参加している者  
9) 薬物依存・薬物乱用で治療中の者

### <試験2：ヒト糞便細菌叢を用いた大腸モデル糞便培養試験>

おからパウダーの大腸内での発酵状態を確認するため、ヒト糞便を用いて嫌気培養し、おからの発酵特性ならびに粒度の違いにより発酵状態が変化するかを検証した。4名のヒト糞便を用いて、バイオット社のBME型培養装置を使用し、ヒト腸内を想定して温度37°C、pH5.5~7程度、嫌気状態で48時間の培養を行った。腸内細菌叢の分析は0時間と48時間の計2回、次世代シーケンサーによる16S rRNA解析にて行った。各サンプルの短鎖脂肪酸濃度の測定は培養液上澄よりエーテルで抽出し、誘導体化してGC/MSにて測定を行い、48時間の嫌気性糞便培養試験において腸内細菌叢や短鎖脂肪酸濃度がどのように推移するかを評価した。

### 3. 結果と考察

試験1では、172名の応募者より上記基準に当てはまる者について各項目に差がないようランダムに群分けし、24名にて試験を開始。試験実施中に1名脱落。試験終了後、排便頻度について除外基準の者（排便回数の多い者）が2名いたため、その2名を除外して解析をした。

表1. 被験者ベースライン値

	大豆たんぱく群 (n=11)	おから群 (n=10)
年齢(才)	44.6 ± 11.87	47.1 ± 9.94
身長(cm)	161.5 ± 5.50	160.7 ± 4.75
体重(kg)	56.5 ± 7.32	53.9 ± 5.80
BMI	21.6 ± 1.95	20.9 ± 2.11
排便回数(回/週)	3.7 ± 1.07	3.8 ± 0.78

平均値±標準偏差

おからパウダーの摂取は、腸内細菌叢の多様性の指標において大豆たんぱく質群（プラセボ群）と比べて有意差があり(p<0.05)、腸内細菌叢の多様性を向上させてバランスを改善する可能性が示された。中でも、門レベルでは、Bacteroidetes門とその属のBacteroidesの占有率を増加させる作用が認められた(p<0.05)。一方、大豆たんぱく質群（プラセボ群）では、いくつかの菌属で有意な増加が

みられた(p<0.05)。また、唾液コルチゾール検査の結果、おからパウダー群で、腸内細菌叢の変動に伴いストレスの緩和作用がある可能性が示された(p<0.05)。ブリストルスケールによる便の性状は、大豆たんぱく質群（プラセボ群）で改善傾向がみられた(p<0.05)。体重については両群に差が見られなかった。一方、腸内での発酵性について、本試験では糞便中の短鎖脂肪酸濃度の差がみられなかった。おからパウダー摂取による腸内の発酵性については、試験2で明らかにすることとした。

試験2では、大腸モデル糞便培養試験により、おからの発酵性を検証した。その結果、試験1に参加した被験者の糞便は、おからパウダーを発酵し、短鎖脂肪酸を産生することが示された。さらにおからパウダーの粒度の影響も併せて比較検討した結果、両方とも短鎖脂肪酸の産生が認められ、酪酸が多く産生される傾向がみられた。粒度細かいおからパウダーは粗いタイプと比較して、より発酵性が高いことが示された。

### 4. まとめ

大豆食物繊維が豊富なおからパウダーの摂取は、ヒト腸内細菌叢の多様性を向上させた。腸内細菌叢の変化としては、主に、Bacteroidetes門およびその菌属の占有率が上昇した。また、おからパウダーは腸内で発酵し短鎖脂肪酸を産生することがヒト糞便培養試験で確認でき、特徴としては低発酵性ではあるものの短鎖脂肪酸の中でも重要な働きを持つ酪酸が多く産生することが示された。腸内細菌叢が産生する短鎖脂肪酸の95%以上は大腸細胞に速やかに吸収され、大腸でのエネルギー源として作用し、大腸上皮細胞の増殖、粘液分泌、水分やミネラルの吸収など、重要な役割を果たしていると考えられている<sup>3)</sup>。そのため、試験1で腸管内で吸収された後の短鎖脂肪酸結果を測定した糞便では差が検出できなかった可能性が考えられた。

### 主要参考文献

- [1] 厚生労働省, 令和5年国民生活基礎調査, p33
- [2] 木下芳一ら, 慢性便秘が日本人の健康関連 quality of life および労働生産性に与える影響の検討. 日消誌. 2020, 117:504-513
- [3] Gijs den Besten, et al. J Lipid Res. The role of short-chain fatty acids in the interplay between diet, gut microbiota, and host energy metabolism. 2013, 54(9); 2325-2340. . .

# 単身勤労者における体重管理のための栄養教育介入の検討

A Study of Nutrition Education Intervention for Weight Management among Single Workers

江森 佐弥佳

Sayaka Emori

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 健康・栄養科学専修

キーワード：単身勤労者，男性，単身生活後，食習慣，生活習慣

Key words：Single worker, male, after living alone, eating habits, living habits

## 1. 目的

単身者の食生活の特徴として、欠食や間食・夜食を好む者が多く、外食や中食のような家庭外で調理された食品を利用することでエネルギー摂取量が偏り、食品摂取の多様性に乏しいと報告されている[1][2]。また男性では、食事の準備や調理の際に簡便な方法を選択する傾向があると報告があり、単身で生活している男性は食生活が不規則になりやすいと考えられる[3]。一方、生活習慣病の発症には食事、運動、喫煙、飲酒などの生活習慣が大きく影響する。特に、肥満は糖尿病、心血管疾患、高血圧などの生活習慣病を引き起こす主要なリスクファクターである。令和元年の国民健康・栄養調査によれば、男性の肥満者(BMI $\geq$ 25.0)の割合は33.0%に達し、平成25年から令和元年までの10年間で男性の肥満率は有意に増加している。これらのことから、単身で生活する者は食習慣の乱れが原因で、生活習慣病のリスクが高まる可能性があると考えられる。

生活習慣病の予防においては、体重が重要な客観的指標の1つである。これまでの研究では、体重が5%以上増加した者は、生活習慣病のリスクが高まると報告されている[4]。したがって、体重の増減が単身生活による生活習慣や食習慣の変化に起因するかどうかを検討することが重要である。

そこで本研究では、20-50歳代男性の単身者を対象に、単身で生活を始める前と後の生活習慣や食習慣、身体状況の変化を比較し、単身で生活することによる生活習慣や食習慣の問題点を明らかにする。単身者が健康的な食習慣を維持し、体重管理を行うための方法を提案することを目的とする。

## 2. 方法

本研究は、大妻女子大学の倫理委員会の審査で

承認されている(04-016)。

### 研究1 勤労単身者の生活習慣・食習慣に関する調査

2022年11月-12月に2つの企業に勤務する単身の男性34名と、インターネットサービス「クラウドワークス」でアンケートに回答した単身の男性41名、計75名を対象とした。調査は、Googleフォームを用い、単身で生活を始める前と後の身体状況や生活習慣、食習慣に関する自己式アンケート調査を実施した。身体状況については、健康診断の結果から体重や血液生化学データを得た。食習慣に関しては、28項目の質問に対して「ほとんど毎日」「週4-3日」「週1-2日」「ほとんどない」の4件法を用いて回答を得た。単身で生活を始める前と後の変化を比較し、単身で生活することによる問題点や課題を抽出した。また、単身で生活した期間と生活習慣・食習慣の変化については、カイ二乗検定を用いて解析を行った。

### 研究2 体重の増減に対する生活習慣・食習慣の検討と栄養教育の提案

1. 体重の増減に対する生活習慣・食習慣の検討  
研究1の調査結果より、単身で生活を始める前と後の体重増減と生活習慣・食習慣との変化を検討した。対象者を単身生活後に5%以上体重が増加した者、5%以内の体重増減の者、5%以上体重が減少した者の3つのグループに分類した。それぞれのグループにおける生活習慣と食習慣の変化をMcNemar検定を用いて検討した。解析には統計処理ソフトSPSS Statistics ver.29(IBM)を用い、有意水準は5%(両側検定)とした。

### 2. 栄養教育の提案

栄養教育の対象者は研究1の調査に回答した者

のうち、単身生活後にBMIが標準から肥満に移行した者と単身で生活を始める前も後も肥満の者、2名を対象とし栄養教育を実施した(以下、対象者A,Bと示す)。研究1で抽出された問題点や課題をもとにオンラインで個別に栄養教育を計3回行った(表1)。栄養教育後の評価は食事摂取量,体組成,行動変容ステージモデルで行った。

表1: 栄養教育の実施内容

	1回目	2回目	3回目
実施日	2023年8月	9月	11月
目的	「主食・主菜・副菜をそろえた食事」に関する知識を定着する	改善した食習慣を継続させる	食生活を継続する
内容	食事調査: 新FFQ g 実践可能な改善案を考える	コンビニ食や中食に「主食・主菜・副菜をそろえた食事」取り入れた	今後も改善された食生活を継続する

### 3. 結果と考察

#### 研究1 勤労単身者の生活習慣・食習慣に関する調査

生活習慣について、運動習慣のある者は19名(25.3%)であった。歩行時間は、単身生活後に「減少した」と回答した者が29名(38.7%)であった。

食習慣について、「できるだけ多くの食品を食べる」「主食・主菜・副菜をそろえて食べる」で単身生活後に「ほとんど毎日」と回答した者が有意に減少した( $p<0.001$ )。「主食・主菜・副菜をそろえた食事」は慢性疾患のリスクを低減させると報告があることから、この食習慣を推奨することで生活習慣病の予防に貢献することが考えられる[5]。

単身で生活した期間と生活習慣・食習慣の変化を検討した結果、喫煙習慣において、単身で生活した期間が4年以上の者が単身生活後に有意に増加した( $p=0.020$ )。食習慣については、単身で生活した期間との関連はみられなかった。

#### 研究2 体重の増減に対する生活習慣・食習慣の検討と栄養教育の提案

##### 1. 体重の増減に対する生活習慣・食習慣の検討

単身生活後に体重が5%以上増加した者は21名(28.0%)であった。生活習慣について、歩行時間は単

身生活後に「減少した」と回答した者が13名(61.9%)であった。

「できるだけ多くの食品を食べる」「主食・主菜・副菜をそろえて食べる」において、単身生活後に頻度が有意に減少した( $p=0.016, p=0.039$ )。

##### 2. 栄養教育の提案

対象者Aについて、「主食・主菜・副菜をそろえた食事」は頻度に変化はみらず、行動変容ステージモデルは準備期のままであった。食事摂取量については、ビタミン・ミネラル類の摂取量は増加したものの、脂質エネルギー比率が増加した。対象者Bについて、「主食・主菜・副菜をそろえた食事」は「ほとんどない」から「週3-4日」に頻度が増加し、行動変容ステージモデルも関心期から実行期に移行した。食事摂取量について、野菜を食べることにより、食物繊維やビタミン、ミネラル類の摂取量は増加し、脂質エネルギー比率は減少した。体組成では、栄養教育後に体重が2.8kg(約5%)減少したが、BMIは25.0 kg/m<sup>2</sup>以上で肥満のままであった。

身体活動量や「主食・主菜・副菜をそろえて食べる」食習慣について、個人に対応した改善案を提案することで、体重管理につながる栄養教育ができることが示唆された。

##### 4. まとめと今後の課題

本研究の特徴は、単身で生活を始める前と後を比較した点である。結果として、単身生活後に歩行時間の減少と「主食・主菜・副菜をそろえた食事」の頻度の減少が課題であり、個人に対応した改善案を提案することで体重管理につながることを示唆された。しかし、単身で生活を始める前の健康診断の結果を保管している者は少なく、単身で生活を始める前から現在までの血液生化学検査データを得ることができれば、経時的なデータと生活習慣・食習慣をより詳細に検討できたと考えられる。

##### 主要参考文献

- [1] 由田克士, doi: 10.11381/jjcdp1974.28.37
- [2] Kyung Won Lee, doi:10.3390/healthcare9091116
- [3] Donkin AJ, et al., doi: 10.1006/appe.1997.0110. PMID: 9500802.
- [4] Andrade FC, et al.: One year follow-up changes in weight are associated with changes in blood pressure in young Mexican adults. Public Health. 2012;123:535-540
- [5] EunJung Lee doi: 10.4162/nrp.2023.17.2.316

# 小麦と大麦に含まれる低分子及び高分子

## 水溶性食物繊維の機能性について

Functionality of low molecular weight soluble fiber and high molecular weight soluble fiber in wheat and barley

加山 未奈

Mina Kayama

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 健康・栄養科学専修

キーワード：低分子水溶性食物繊維，高分子水溶性食物繊維，小麦，大麦，短鎖脂肪酸

Key words : low molecular weight soluble fiber, high molecular weight soluble fiber, wheat, barley, short-chain fatty acid

### 1. 目的

日本食品標準成分表における食物繊維の分析法が追加されたことにより，新たに「低分子水溶性食物繊維」が定量されるようになった<sup>1)</sup>。しかし，低分子量の水溶性食物繊維に焦点を当てた研究はまだ少なく，特に栄養素として，その成分や機能性を分析・評価した研究はない。また，分析法の追加に伴い特に食物繊維総量が増加した食品は小麦と大麦である<sup>2)</sup>。そこで，食物繊維の摂取源として必要な小麦と大麦について，低分子画分と高分子画分の水溶性食物繊維標品を調製し，成分分析を行うこと，また動物試験により，腸内細菌及び糖・脂質代謝に及ぼす影響について，高分子画分と低分子画分の水溶性食物繊維を比較検討し，両画分の機能性の特性について明らかにすることを研究目的とした。

### 2. 方法

Exp 1 の大麦試験では，Wood の方法を用いて大麦粉から低分子と高分子画分の水溶性食物繊維を分取した<sup>3)</sup>。各試料について食物繊維量，たんぱく質量，レジスタントスターチ及び可溶性でん粉量， $\beta$ -グルカン量を測定し，また GC/MS による糖分析で低分子画分と高分子画分の水溶性食物繊維の中性糖組成を比較した。動物試験では C57BL/6J 雄マウスを用い，低分子画分の試料を配合した飼料と，高分子画分を配合した飼料を定期的に与え，分子量に違いによる効果を検討した。

Exp 2 の小麦試験では，Prosky 変法で用いる酵素

処理により低分子と高分子画分の水溶性食物繊維を分取した。各試料について食物繊維量，たんぱく質量，レジスタントスターチ及び可溶性でん粉量を測定し，また GC/MS による糖分析で低分子画分と高分子画分の水溶性食物繊維の中性糖組成を比較した。動物試験は，Exp 1 同様に違いによる効果を検討した。

### 3. 結果

#### 【Exp 1 大麦試験】

分取した低分子画分と高分子画分の水溶性食物繊維の中性糖組成比率は，低分子画分試料ではグルコースが 73.1% を占め，アラビノースが 10.2%，ガラクトースが 9.6%，キシロースが 7.2% だった (Figure1)。高分子画分試料ではグルコースが 93.1%，キシロースが 6.9%，ガラクトースとアラビノースは検出されなかった。

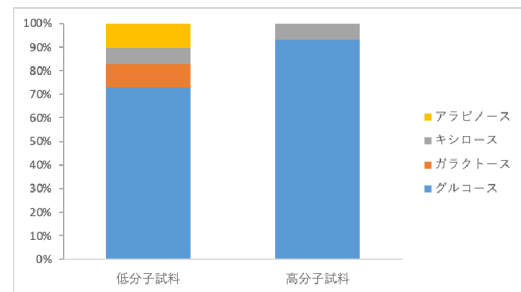


Figure1. 大麦試料の水溶性食物繊維の中性糖組成  
各試験飼料を摂取したマウスの摂餌量に差はなく，同等のエネルギー量を摂取した。腹腔内脂肪重量は CO 群に比べ LW 群と HW 群の両群で有意

に低かった。耐糖能試験では、グルコース投与前から15分後の血糖値変化量で、CO群に比べLW群で有意に低かった。60分後の血糖値変化量ではHW群で有意に低く、LW群で低い傾向が見られた。IAUCは、CO群と比べてLW群で有意に低かった。血清脂質濃度では、TC、HDL-C、TGがCO群と比べHW群で有意に低く、TGはLW群でも有意に低かった。飼育11週の新鮮糞便によるSCFAs解析では、酢酸、吉草酸及び総短鎖脂肪酸の濃度がCO群と比べてLW群とHW群の両群で有意に高かった。プロピオン酸、イソ酪酸、イソ吉草酸の濃度はCO群と比べてLW群で有意に高かった。酪酸と乳酸濃度は、CO群と比べてHW群で有意に高かった。回腸と大腸のL細胞分化・機能とGLP-1分泌に関する遺伝子発現量では有意差は見られなかった。盲腸GLP-1プールサイズはCO群と比べLW群で高い傾向が見られた。

#### 【Exp 2 小麦試験】

分取した低分子画分と高分子画分の水溶性食物繊維の中性糖組成比率は、低分子画分試料ではグルコースが47.9%、キシロースが27.9%、ガラクトース14.0%、アラビノース10.2%だった(Figure 2)。高分子画分試料ではキシロースが86.9%、アラビノースが13.1%でグルコース及びガラクトースは検出されなかった。

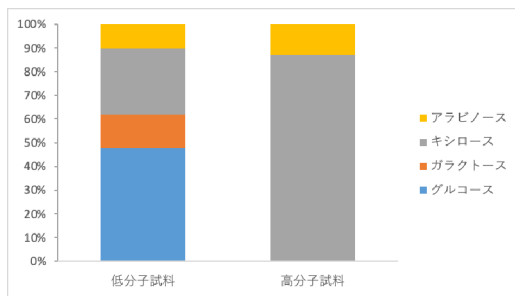


Figure 2. 小麦試料の水溶性食物繊維の中性糖組成

耐糖能試験では、空腹時血糖値、グルコース投与前15分後、120分後の血糖値はCO群と比べHW群で有意に低かった。グルコース投与前から15分後の血糖値変化量では、CO群と比べHW群で低い傾向が見られたが、IAUCで有意差は見られなかった。飼育4週の新鮮糞便によるSCFAs解析では、プロピオン酸濃度はCO群と比べLW群、HW群の両群で有意に高く、酪酸濃度はHW群で有意に高かった。イソ吉草酸と吉草酸濃度はLW群で有意に高かった。酢酸濃度と総短鎖脂肪酸濃度はLW群で高い傾向が見られた。

#### 4. 考察

大麦に含まれる低分子水溶性食物繊維と高分子水溶性食物繊維について、Woodの方法で抽出した高分子画分はほとんどが $\beta$ -グルカンであり、低分子画分は消化性澱粉由来のオリゴ糖である低分子多糖類と大麦由来のアラビノキシランが低分子化したものであることが示唆された。その機能性について高分子画分は、 $\beta$ -グルカンの粘性による糖質・脂質の吸収抑制や食餌性脂質の排泄促進効果とSCFAsによる効果によって、腹腔内脂肪蓄積抑制作用が認められると考えた。低分子画分は、水溶性食物繊維と一部アミノ酸・ジペプチドが腸内細菌に発酵を受けSCFAsが産生され、SCFAsによりGLP-1分泌が促進され耐糖能が改善し、腹腔内脂肪蓄積抑制作用が認められることを示した。しかしL細胞分化・機能とGLP-1分泌に関連する遺伝子マーカーに変動が認められず、メカニズムについては確定できなかった。以上より、大麦に含まれる低分子水溶性食物繊維は高分子画分と異なる成分であり、機能性は高分子画分のように物性による効果がなく、SCFAsによりGLP-1分泌を通して得られる作用である可能性が示唆された。

小麦に含まれる低分子水溶性食物繊維と高分子水溶性食物繊維については、高分子画分はほとんどがアラビノキシランであり、低分子画分についてはアラビノキシランやアラビノガラクトンが一部低分子化したものと消化性澱粉由来のオリゴ糖である低分子多糖類であることが示唆された。機能性について高分子画分は、水溶性アラビノキシランがゲル状マトリックスを形成すること、腸内発酵を受けSCFAsを産生することにより糖代謝を改善し、空腹時血糖値と食後血糖上昇抑制効果が認められる可能性を示した。また高分子画分と低分子画分共に、腸内細菌により発酵を受けSCFAs産生量を増加させ、腸内環境改善作用が認められた。

#### 主要参考文献

- [1] 文部科学省科学技術・学術政策局政策課資源室. 成分表における食物繊維の分析法の変更について. 2018.
- [2] 文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会. 日本食品標準成分表2020年版(八訂). 2020.
- [3] P. J. Wood, D. Paton, and I. R. Siddiqui. Determination of Beta-Glucan in Oats and Barley. *Cereal Chem.* 1976; 54(3): 524 - 533.

# 給食施設において管理栄養士に求められる調理技術・献立作成スキル

Cooking techniques and menu planning skills required of dietitians in food service facilities

木内 苑子

Sonoko Kiuchi

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 健康・栄養科学専修

キーワード：献立作成，調理技術，大量調理，調理実習

Key words : Menu planning, Cooking Skills, Mass cooking, Cooking practice

## 1. 目的

現在，日本の医療費は45兆円を超え「健康寿命の延伸」のために管理栄養士・栄養士が担う役割は非常に大きい。管理栄養士が個人や集団の健康状態や特性をふまえて，安全で質の高い栄養・食事管理を行うために，調理の知識・技術，献立作成能力を有することは必要不可欠であり，実際の給食施設で必要とされるスキルとなっている。しかしながら，これらの基礎となる調理の知識と技術の学びについては，義務教育の家庭科授業内における調理実技時間の減少に加え，外食および中食の発展による食の外部化などの影響から，学生の調理体験は極めて少なくなっている。その結果，大学等の養成施設において，調理学実習や給食管理実習を担当する教員の多くが学生の調理に関する知識および技術，献立作成能力の低下に苦慮している。調理技術・献立作成能力の向上には継続して繰り返し学習する必要があるが，養成施設における限られた授業時間の中で，給食施設で必要とされる知識・技術を習得するためには，養成施設の学習内容と給食施設の実態を精査して，養成施設での授業内容を構築していく必要がある。

本研究では，事業所給食施設における提供頻度の高い料理および食材等について現状を調査分析する。その結果より，管理栄養士・栄養士養成施設における調理学実習および給食管理実習で修得すべきポイントを明確にし，管理栄養士養成施設における調理技術・献立作成能力の向上のための授業内容について検討するデータを得ることを目的とする。

## 2. 方法

【対象】給食受託会社2社が運営する事業所給食6施設を対象とした。対象施設は，常勤の管理栄養士または栄養士がいるHACCAP認証施設であり，1回100食以上または1日250食以上を提供する特定給食施設であること等を条件とした。

対象6施設の管理栄養士に施設の特徴について質問紙調査を実施した。調査項目は，施設の特性（1回の食事の調理作業に入る従業員数，利用者人数，提供食数，給食形態等），利用者の特性（男女比，年齢層），厨房内に設置されている機器とした。

対象施設の献立表（2023年6～10月のうちの4か月分）に記載されている料理12,068品について，主材料，料理様式，調理法について分類した。テキストマイニングソフトKHコーダーを用いて料理名の頻出語を抽出し，共起ネットワークにより主材料，調理法との関係を可視化した。

また，作業指示書（2週間分）のデータから，食材名及び使用量について食品群別に出現回数と総使用量を集計した。頻度の高い切碎方法についても抽出した。

## 3. 結果と考察

### （1）施設の特徴

すべての施設においてカフェテリア形式をとっており，幅広い年齢層の利用者の好みに応じて料理を選択できるようになっていた。また，共通してスチームコンベクションオープン，フライヤー，ゆで麺機，温蔵庫が2台以上設置されていた。メインメニューは1施設を除き3種類以上提供されていた。全ての施設でカレー，麺類が毎日提供さ

れており、主食の量が調整できることが共通していた。

### (2) 献立表による料理分析

献立表に記載がある料理名を主材料別に分類すると、肉類では鶏肉、豚肉を使用した料理が多く、牛肉を使用した料理は最も少なかった。魚ではサバ、白身魚を使用する頻度が高かった。料理様式別では、和風、洋風、中華風の順に多く、韓国風も多くみられた。また、和風、中華風に共通して、鶏肉、卵、茄子の使用が多かった(図1)。調理法別では、揚げる、和える、煮る、焼く調理法が多用されており、特にサラダを含む和え物においては、様々なバリエーションがみられた。

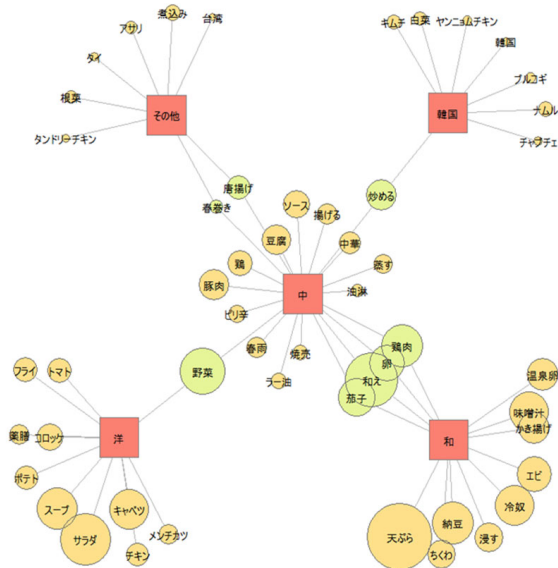


図1. 料理名と料理様式の共起ネットワーク

### (3) 使用食材の特徴

野菜は、カット野菜および冷凍カット野菜を合わせた使用割合は、品目数ベースでA社69%、B社61%、使用量ベースではA社47%、B社82%であった。カット野菜を使用しない食材は、サラダや付け合わせ等に使用するレタス、水菜、キュウリ等がみられた。洗浄・切碎・加熱など手間のかかるハウレン草やブロッコリーは、両社とも全て冷凍カット品が使用されていた。

豆類は、両社とも大豆乾燥肉(大豆ミート)を使用しており、形状はミンチ、スライス、ブロックがあり幅広い料理に使用されていた。

調味料類では、味噌のバリエーションが多く、赤味噌、白味噌の他に、麦味噌、赤だし味噌、西

京味噌等が使用されていた。また、豆板醤や甜面醤以外にもコチュジャン、麻辣醤など様々な「醤」が使用されていた。加えて、ナンプラーや柚子胡椒による味付けも定番化していた。その他、両社とも20種類以上の様々な種類のたれ・ソースを使用していた。また、味付けいなり揚げやチャーシューなどの冷蔵調理済み食品や、ポテトサラダ、マカロニサラダなどのサラダベース、コロケ、フライ類は冷凍品を使用することで、調理作業を簡略化し、献立のバリエーションを増やす工夫をしていた。

### (4) 切碎方法の特徴

長葱、玉葱、トマト、果物は手で切碎されており、切り方は、スライス、小口切り、くし形切りなどの単純なもので、手間がかかる千切りはカット品が多く使用されていた。

## 4. まとめと今後の課題

事業所給食施設においては、限られた人員で様々な種類の料理を大量に提供する必要がある。調理技術においては、高度な包丁技術や細かいテクニックよりも、料理の作業工程全体を理解し、手間のかかる作業を簡略化する方法を考えられることが求められる。また、献立作成においては、食材と調味料、調理法の組合せから様々なバリエーションの料理を考えられるスキルが必要であることが推測された。食の流行を取り入れ、新しいメニューを考案できる発想力も必要である。このような特徴を給食経営管理分野の授業のみならず、食に関連する科目の担当教員で共有することで、学生が就職後のイメージをしやすい教育が可能になる。今回は事業所給食施設のみ調査であったが、病院、高齢者施設、学校等でも同様に調査を行うことで、施設ごとの傾向が明らかになると考えられた。

### 主要参考文献

- [1] 大学調理研究グループ北九州; 大学における調理実習教育の現状と担当教員の把握する学生の実態; 日本調理科学会誌; Vol.45, No.4, p.255-263(2012)
- [2] 石原三妃, 大森恵美, 水野尚子; 管理栄養士養成施設に求められる調理の学習内容: 施設種類ごとの特徴; 日本調理科学会誌; Vol.49, No.1, p.65-73(2016)



# 炎症性腸疾患モデルマウスにおける 食物繊維の摂取による炎症抑制効果の検証

Studies on suppressive effects of inflammation by dietary fiber intake in  
inflammatory bowel disease model mice

菊地 理子  
Riko Kikuchi

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 健康・栄養科学専修

キーワード：炎症性腸疾患, 食物繊維, 腸内発酵

Key words : Inflammatory bowel disease, Dietary fiber, Intestinal fermentation

## 1. 背景・目的

炎症性腸疾患 (IBD) は潰瘍性大腸炎とクローン病を含む急性または慢性の炎症性疾患を指す。近年, 世界的な IBD 患者の増加が問題となっている。食物繊維は腸内細菌による発酵で産生された短鎖脂肪酸を介して炎症抑制作用を持つ免疫細胞を活性化させる。そして, 食物繊維の種類により溶解性や発酵性, 粘性などの物理化学的特性が異なるためその作用は一様ではない。しかしこれらの違いが大腸炎に及ぼす影響に関する研究は少なく, 特定の食事が腸の炎症を改善させるという明確な科学的根拠には乏しい。一方, FODMAP 食に見られるように, 発酵性の成分は消化管の炎症を亢進するため避けるべきとの説もある。そこで本研究では, DSS (デキストラン硫酸ナトリウム) を用いた実験的大腸炎モデルマウスに対し物理化学的特性の異なる食物繊維を摂取させ, 各種食物繊維が大腸炎に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

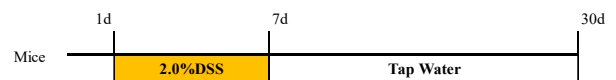
## 2. 方法

### 【実験 1】DSS 誘発性大腸炎モデルマウスの構築

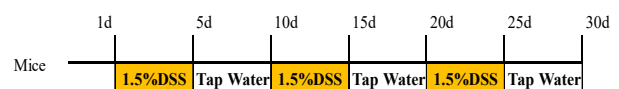
DSS 誘導性の低悪性度の炎症を惹起させるため, 5 週齢の C57BL/6J (WT) マウスを用い, 分子量 36,000-50,000 の DSS を異なる濃度と摂取頻度で与え比較した(①②)。実験飼料は AIN-93G 組成を基本とし, 慢性炎症を継続させるため脂肪エネルギー比が 50%になるよう調整した高脂肪食を用いた。30 日間の飼育後, マウスを 8 時間絶食の後, イソフルラン/CO<sub>2</sub>にて安楽死させ, 心臓より血液

を採取した。大腸の炎症に関わる mRNA 発現量を Real-time PCR で定量した。

- ① DSS を蒸留水に終濃度 2%で溶解し, 実験開始日より DSS 溶液を自由飲水により 7 日間与え, その後 23 日間水道水を与えた。



- ② DSS を蒸留水に終濃度 1.5%で溶解し, 実験開始日より DSS を自由飲水により 5 日間与え, その後 5 日間水道水を与えた。この工程を 3 回繰り返した。



### 【実験 2】各種食物繊維の摂取がマウスの DSS 誘発性慢性大腸炎に及ぼす影響

実験 1 のモデルを用いて対照群 (C) にはセルロースを, 介入群は総食物繊維量が 3%となるよう試料を添加した。介入群の食物繊維として, (実験 2-1) では水溶性食物繊維として発酵性アルギン酸 Na (A) と難発酵性サイリウムシードガム (P) を, (実験 2-2) では不溶性食物繊維として発酵性小麦ふすま (W) と難発酵性大豆外皮 (S) を用いた。(実験 2-3) では水溶性食物繊維として発酵性イヌリン (I) と発酵性グルコマンナン (G) を用いた。最後の (実験 2-4) では食品素材である昆布 (K), ごぼう (G), 全粒大麦 (B), おからパウダー (O)

を用いた。30日間の飼育後、マウスを8時間絶食の後、イソフルラン/CO<sub>2</sub>にて安楽死させ、心臓より血液を採取し、各臓器重量を測定および大腸の長さを測定した。大腸より、炎症、細胞間接着装置であるタイトジャンクション(TJ)、粘液(ムチン)に関わるmRNA発現量をReal-time PCRで定量した。また、盲腸・糞便の短鎖脂肪酸濃度をGC/MSにて測定し、4-kDa FITC-dextranによる蛍光強度測定で腸管組織透過性を評価した。大腸組織サンプルはヘマトキシリン・エオジン(HE)染色しデジタル光学顕微鏡で組織を観察した。得られたデータより統計分析を一元配置分散分析ならびにTukey-Kramer法で行った。

### 3. 結果・考察

#### 実験1 DSS誘発性大腸炎モデルマウスの構築

②の1.5% DSS群で、炎症マーカーのTNF- $\alpha$ 、IL-6、IL-10の有意な増加が見られた。大腸の病理組織評価では炎症細胞浸潤やびらんを認め炎症が惹起したことから1.5% DSS水の反復投与によって慢性炎症が惹起された。そこで、実験2以降ではすべてこのモデルを用いた。

#### 実験2-1: 水溶性食物繊維の発酵性が大腸炎に及ぼす影響

サイリウムシードガムの摂取によってP群はC群と比較し炎症マーカーIL-6 mRNA発現量が有意に低下し、炎症マーカーTNF- $\alpha$ とIL-10においても低下傾向を示した。またOccludinやZO-1などのTJではA群と比較しP群で有意に高値を示した。以上の結果からサイリウムシードガムには大腸保護効果がありその高い粘性が炎症抑制に寄与している可能性が示唆された。一方、アルギン酸Naの摂取でA群はC群と比較しMUC2、各TJのmRNA発現量で低値を示し炎症抑制効果を示さなかった。またA群は盲腸中総短鎖脂肪酸量でC群と比較し有意に高値を示したことから多量に産生された短鎖脂肪酸や酸性糖による消化管への刺激が関与したと考えられる。

#### 実験2-2: 不溶性食物繊維の発酵性が大腸炎に及ぼす影響

S群でC群と比較しIL-6のmRNA発現量が低下傾向を示し炎症を抑制する傾向が見られた。また、TJのOccludinのmRNA発現量においてW群とS群でC群より有意に増加した。しかし炎症とTJに関わるmRNA発現量に大きな変化はなく、特にS群は体重減少が最も大きかった。また、大腸の病理組織学的評価よりびらんや炎症細胞の浸潤が

認められた。糞便中総短鎖脂肪酸量は小麦ふすまが有意に増加した。以上より、不溶性食物繊維である小麦ふすまと大豆外皮は大腸炎を改善させるほどの作用はなく、免疫細胞に影響を与えずに物理的な刺激によって大腸を刺激することが明らかになった。

#### 実験2-3: 水溶性食物繊維の構成糖、粘性が大腸炎に及ぼす影響

実験1の結果を踏まえ、アルギン酸Naの酸性糖の影響を排除するため中性糖で構成される発酵性グルコマンナンと、粘性の影響を排除するため粘性の低い発酵性イヌリンを用いて再度検証した。炎症に関わるF4/80、STAT3、TNF- $\alpha$ のmRNA発現量においてC群と比較しI群は有意に高値を示し、G群でも炎症マーカーで増加傾向を示した。TJであるJAM-AのmRNA発現量ではC群と比較しG群で有意に低値を示し、その他のTJ mRNA発現量でもI群とG群は、低下傾向を示した。糞便中総短鎖脂肪酸量はC群と比較しI群が有意に高値を示し、G群も増加傾向を示した。以上より、グルコマンナンとイヌリンの摂取により大腸炎の悪化が促進され、多量に産生された短鎖脂肪酸が悪化に寄与し、粘性は炎症抑制に寄与する可能性が示唆された。

#### 実験2-4: 食品素材が大腸炎に及ぼす影響

大腸の炎症性サイトカインのmRNA発現量はSTAT4、TNF- $\alpha$ 、IL-10、TGF $\beta$ 1においてC群と比較しO群が有意に増加した。その他の群はC群と有意差は見られなかった。糞便中の総短鎖脂肪酸量もO群が最も多く、大腸の病理組織学的な損傷からも大腸炎が重症化していた。K群とD群は各種mRNA発現量の変化は小さかったが大腸病理組織の損傷は大きく炎症が促進したと判断した。B群は炎症性サイトカインのmRNA発現量に有意差はなかったが腸管透過性が低下し、大腸病理の観察により腸粘膜の損傷が低値だったことから腸管バリア機能を修復する可能性が示唆された。以上より、おからの摂取では大腸炎が重症化したが、その他の群では大腸炎に及ぼす影響が小さかった。

### 4. 結論

食物繊維を精製食物繊維の状態で摂取した場合、発酵性と不溶性が大腸炎を重症化させ、低発酵性と高粘性が改善作用を示した。しかし、食品形態で摂取した場合、その悪化作用は食品の種類によって出現しなかった。

## 地域高齢者のフレイル予防に関する研究

### —過去の健康状況が及ぼす低栄養リスクの関連—

A Study on the Prevention of Frailty in the Elderly in the Community  
—Association of risk of low nutritional status with past health status—

佐藤 ひろ子

Hiroko Sato

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 健康・栄養科学専修

キーワード：フレイル予防，地域高齢者

Key words : Frailty prevention, Elderly, Low Nutrition, BMI

#### 1. 目的

近年、要介護の前段階であるフレイルの大きな原因の一つは慢性的な低栄養であり、低栄養の改善を展開することは重要な課題である。2020年からは介護予防・フレイル対策と生活習慣病等の疾病予防・重症化予防の一体的実施が各自治体で始まっている。フレイル対策として生理的予備能力が低い高齢者が、バランスのとれた食事をとることは重要である。しかし中高年期の肥満予防として「摂り過ぎを抑えよう」、「控えよう」という意識が高齢期のフレイル（低栄養）に影響していることが憂慮される。先行研究の亀山 study では、過去のBMIがやせの範囲および肥満の範囲でもフレイルの有病率と正の関係が示されている<sup>[1]</sup>。フレイルリスクは食品摂取、食パターン、ライフスタイルとの関連を検討した先行研究は多数みられるが、食品の買い物、準備、食意識に注目し、中高年期の健康状態や肥満と高齢期の食意識や食行動との関連を検討した研究はほとんど見られない。フレイル予防の取り組みとして、中高年期から一連の生活習慣病・重症化・フレイル予防を意識する介入方法を検討することは、今後のフレイル予防を進めるうえで大変有用であると考えられる。本研究では、75歳以上の高齢者を対象としたインタビュー調査の結果を踏まえ、60歳当時の健康状態（体重）及び食意識・食行動と現在の食意識・食行動を明らかにし、当時の健康状態等と高齢期のフレイル（低栄養傾向）リスクに関わる食意識、食行動との関連を検討する。

#### 2. 方法

対象は葛飾区のシニア自主グループに通い、要介護認定を受けていない65歳以上の高齢者とした。調査は半構造化インタビュー調査（以下I調査）による予備調査および質問紙調査（以下II調査）として60歳当時の体重から、60歳当時肥満群（ $25 \leq \text{BMI}$ ）、普通群（ $20 < \text{BMI} < 25$ ）、痩せ群（ $\text{BMI} \leq 20$ ）の3群に分け、60歳当時から現在までの食意識・食行動を明らかにし、当時の健康状態と現在（高齢期）のフレイルリスク（低栄養傾向）に関わる食意識、食行動との関連を検討した。

I調査は9人に対してインタビューを実施した。II調査は140人に依頼し、104人から郵送等により回収し、データ有効数は89人（有効回答率63.6%）であった。対象を性別及び60歳のBMIを算出し60歳当時肥満群、ふつう群、やせ群の3群間について比較検討した。過去肥満群は男性5人、女性20人、ふつう群は男性4人、女性40人、やせ群は男性2人、女性18人合計89人を対象集計した。解析については、男性の数が11人と少ないため、女性78人について解析した。

I及びII調査項目は①属性（年齢、家族構成、主な収入、学歴）、②60歳時健康状況（60歳体重、健診時の所見、相談指導内容、食生活指摘事項等）、③現在の健康状況（身長、体重、体重減少、健康状態同年齢に比べて同じか、治療中の疾病）現在の食生活（食品摂取の多様性スコア<sup>[2]</sup>）、食事回数、買い物留意点等、④外食・惣菜の頻度及び内容・よく食べる食品などである。I及びII調査の自

由回答については、テキストマイニングにより、食品の選択や留意事項等及び食べる意識等について検討した。II調査はIBM SPSS Statistics ver.28を使用し、クロス集計、一元配置分散分析を行った。

### 3. 結果と考察

1 調査では、表1に示すとおり、60歳当時9人中2人が肥満者であり、8人が高血圧症または他の疾病を罹っていた。現在までに平均-4.7(標準偏差5.9)kgで体重減少がみられた。肥満者2人、正常者7人の9人と少数であるため、肥満者と正常者の健康状況上および食生活行動について、差は認められなかった。しかしながら、高齢者の体重変化については、疾病併存やライフイベントの個人差が大きく影響を受けていた。

II調査では、60歳当時肥満群・普通群・痩せ群の3群間について比較検討し60歳当時体重は現在までの時間的な経過はそれぞれ違うが、加齢とともに減少傾向にあった。買い物、中食、DVS等頻度など食行動には有意な差は認められなかった。どの群にも「食べ過ぎないよう」、「油・揚げ物を控える」、「コレステロールを控える」、「砂糖・甘いものを控える」など、「食品を控える」食意識は少なからず内在していた。

表1 対象の特徴 (インタビュー調査)

NO.	性別	年齢	60歳当時			現在			治療	高血圧			
			家族構成	収入種類	体重 (kg)	BMI	体格	体重変化量 (kg)			体重	BMI	体格
1	女性	93	家族同居	年金	53.0	27.1	肥満	-7.6	45.4	23.2	正常	有	○
2	男性	88	独居	年金	75.0	26.0	肥満	-10.0	65.0	22.5	正常	有	
3	女性	82	独居	年金	60.0	24.8	正常	-14.5	45.5	18.8	正常	無	
4	女性	76	独居	年金	56.0	23.9	正常	1.0	57.0	24.3	正常	有	○
5	女性	86	家族同居	年金	47.5	22.0	正常	2.5	50.0	23.1	正常	有	
6	女性	80	家族同居	自営業	50.0	21.6	正常	-5.3	44.7	19.3	正常	有	○
7	女性	78	夫婦のみ	年金のみ	47.5	21.4	正常	-8.5	39.0	17.6	正常	有	○
8	男性	84	独居	年金	52.0	19.8	正常	0.0	52.0	19.8	正常	有	○
9	男性	90	夫婦のみ	年金のみ	44.5	18.4	正常	0.0	44.5	18.4	正常	有	○
平均		84.1			53.9	22.8		-4.7	49.2	20.8			
SD		5.7			9.2	2.9		5.9	7.9	2.5			

### 4. まとめと今後の課題

過去に肥満であったことが影響して、食事量を控え、フレイルになる要因とは認められなかった。

表2 DVS 食品摂取の多様性評価

項目	女全体	DVS・食品類摂取 女性		
		肥満群	普通群	痩せ群
DVS	4.6	4.0	4.6	5.3
①魚類	2.5 (3.4)	2.1 (3.3)	2.6 (3.4)	2.7 (3.5)
②肉類	3.2 (3.5)	2.1 (3.3)	3.5 (3.5)	4.7 (3.4)
③卵類	3.1 (3.5)	2.8 (3.5)	3.2 (3.5)	3.5 (3.6)
④牛乳乳製	5.0 (3.2)	4.6 (3.4)	5.3 (3.1)	5.1 (3.2)
⑤大豆類	3.9 (3.5)	4.2 (3.5)	3.5 (3.5)	4.3 (3.5)
⑥緑黄色野	4.8 (3.3)	3.9 (3.6)	5.4 (3.0)	4.7 (4.0)
⑦海藻類	2.2 (3.3)	2.5 (3.4)	1.9 (3.2)	2.3 (3.4)
⑧いも類	0.7 (2.1)	0.4 (1.6)	1.1 (2.5)	0.4 (1.6)
⑨果実類	3.7 (3.5)	2.8 (3.5)	3.7 (3.5)	4.7 (3.4)
⑩油脂類	3.1 (3.5)	2.5 (3.4)	2.5 (3.4)	4.7 (4.0)

毎日とっている食品を1点とした

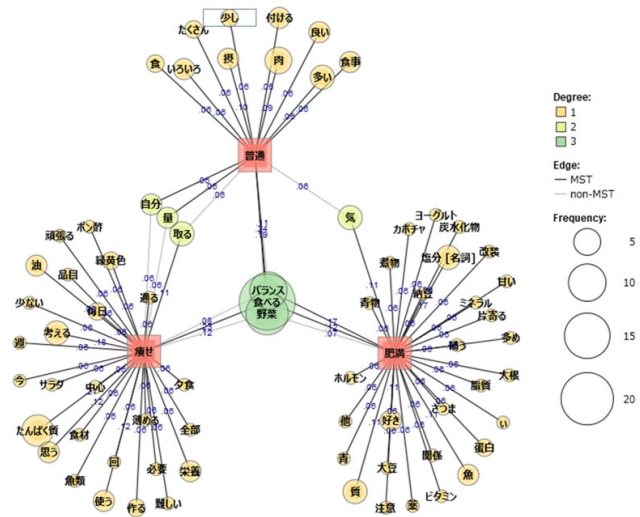


図1. 群別・食生活に気を付けていること 共起ネットワーク分析

一方「控える」食意識が散見された。中年期から高齢期は抱えている疾病も、身体機能の状況も違い個人差が大きい。また、ほとんどの人が体重の減少が進行していく。このような中において、体格指数のみで振り分ける指導ではなく、個人の併存疾病の状況にも対応できる管理栄養士の教育、また高齢者自身が小さな変化気づく健康教育の必要性が示唆された。

### 主要参考文献

[1] 桂敏樹, et al. 日健医誌 13 (4) : 3-13, 2005  
 [2] 熊谷修, et al. 日本公衆衛生雑誌, 2003; 50(12): 1117-1124.

## 裁ち目なしの長着の縫製

## A study on sewing of No cutting kimono

岡 寛子

Hiroko Oka

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 生活環境学専修

キーワード：裁ち目なしの長着，和裁，仕立て直し

Key words : No cutting kimono , Japanese sewing , Rebuilding

## 1. 目的

本研究の主題である「裁ち目なしの長着」は、昭和30年代に考案された反物から掛け衿分の14cmだけを裁断し、残り布を折り紙のように折り畳んで、身ごろ・袖・衿・地衿をつくり出す長着縫製技術である。この技術は、反物の裁断回数を1回に抑えているため、縫製部を解くことで再び長い反物に戻すことが可能である。そのため通常の反物を身ごろ2枚・袖2枚・衿2枚・地衿1枚・掛け衿1枚の計8枚の布片に裁断する長着縫製技術に比べて、仕立て直しの幅が広い。このことから、SDGsへの貢献や“衣服の廃棄問題”解決の糸口となることが大いに期待できる。そこで、本研究では、現代の衣生活の中でこの「裁ち目なしの長着」の製作技術を用いる際に、どのような課題点が生じるのか考察し、その対処法を模索することを目的とした。

## 2. 方法

- (1) 12m80cmの反物を用いて身丈165cm、袖丈55cmの「裁ち目なしの長着」を製作し、外見や各部位の寸法を8枚の布片から構成される「通常の長着」と比較し、その特徴を捉えた。
- (2) 人台に「裁ち目なしの長着」と「通常の長着」を着装後、1時間安置し、図1に示したA～E点の着崩れ量を計測した。
- (3) (1)および(2)の結果から「裁ち目なしの長着」の利点と課題点を考察した。
- (4) (3)で明らかとなった利点を活かした上で、課題点を克服する新たな「裁ち目なしの長

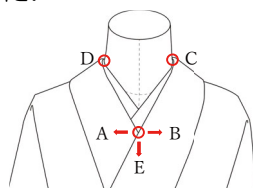


図1. 計測点A～E

着」を再構築するために、4通りの対処法を考案した。

- (5) (4)で考案した対処法を製作し、検証を行った。
- (6) O大学家政学部被服学科の学生と卒業生計122名にアンケートを実施し、SD法による印象評価を行った。

## 3. 試料

表地は濱縮緬と結城紬を、胴裏は羽二重を、裏衿は丹後縮緬を、別布には丹後縮緬を使用した。以上の試料布の諸元は、表1のとおりである。なお、縫い糸には絹手縫い糸9号を使用した。

表1. 試料布の諸元

	縮緬		紬		胴裏		裏衿		別布	
	経糸	緯糸	経糸	緯糸	経糸	緯糸	経糸	緯糸	経糸	緯糸
密度 (本/cm)	62.8	26.0	31.8	23.3	36.3	32.8	71.8	25.1	57.1	43.7
目付 (g/m <sup>2</sup> )	148.70		115.51		61.25		131.01		123.49	
布厚 (mm)	0.433		0.395		0.136		0.386		0.340	

## 4. 結果と考察

製作の結果、「裁ち目なしの長着」の最大の利点は「裁断回数が少ない」ことであると判明した。課題点としては、外見が通常の長着とは異なること(表2)、身八つ口下部～衿つけの身幅(抱き幅)が狭いため衿元が着崩れ易く、着用者の体型が限定されること等、全部で8点の課題点が判明し、その半数が衿に起因するものであった。

そこで、本研究では衿の形状に着目し「外見に違和感を生じない」「身幅を広げる」という点に重きを置き、改良案を4種類(①～④)考案し、製作・検証した(表2)。O大学家政学部被服学科の在学学生・卒業生計122名を対象に、製作した対処法①～④、および上田氏考案の「裁ち目なしの長着」の外見が、「通常の長着」とどの程度類似している

のかSD法にて調査した。調査対象は表2の①～⑨の画像とし、調査項目は「非常に似ている(4点)」「やや似ている(3点)」「どちらでもない(2点)」「やや似ていない(1点)」「まったく似ていない(0点)」の5段階評価とした。その結果、表3のような数値が得られた。長着の製作経験の差により数値が異なり、長着の製作経験の浅い人を母集団とした集計結果(b)では上田氏考案の「裁ち目なしの長着」を含めてほとんどの評価対象は「通常の長着」と外見が似ている。つまり、違和感を覚えないう結果となった。また一方で、ある程度の長着製作経験がある人を母集団とした集計結果(c)では、上田氏考案の「裁ち目なしの長着」と対処法①に対し違和感を覚えるという回答が多く、②、③および④は「通常の長着」と外見が似ている、つまり違和感を覚えないう回答が得られた。

この②、③および④は最初に反物から14cmではなく90cm或いは45cm裁断することで、裁断した布片から掛け衿だけでなく地衿も製作できる製法である。そのため、身八つ口下部～衿つけの身幅を広く確保できると共に、上田氏考案の「裁ち目なしの長着」と対処法①には存在しない“剣先”を作り出すことができた。②、③および④には「掛け衿の端が胸下にある」「剣先がある」という共通点があり、長着に慣れ親しんでいる人が長着の外見として違和感がないと認識する必須要点は「掛け衿の端が胸下にある」「剣先がある」の2点であることがわかった。また、②、③および④に対して(2)の着実実験を行った結果、いずれも衿元の着崩れ量が減少したことから、上田氏考案の「裁ち目なしの長着」の衿元の着崩れは、身幅の狭さが原因であったと判明した。しかし、②は3回、④は4回裁断するため、上田氏考案の「裁ち目なしの長着」の最大の利点となる「裁断回数が少ない」

表2. 上田氏考案「裁ち目なしの長着」および対処法①～④



表3. 集計結果

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
a	3.00	2.91	3.57	2.48	3.32	3.73	2.95	3.25	3.44
b	3.19	3.05	3.56	2.58	3.40	3.74	3.05	3.25	3.49
c	2.10	2.24	3.57	2.00	2.95	3.67	2.48	3.29	3.24

- a: 全体平均
- b: 日本服飾文化史履修者平均
- c: 袷長着製作経験者平均

ということを少々損ねてしまう。そのため、今回提案した対処法①～④の中では裁断回数を2回に抑え、さらには外見も「通常の長着」に非常に似ている③が「裁ち目なしの長着」の技術を着装規範が厳しい現代において扱う際には最も適していると結論付けた。ただし反物の総丈が13mに満たないものにおいては、②・③は製作することが困難であるので、この限りにおいては④の方法をとることが現実的であると結論付けた。

以上の結果から、上田氏考案の「裁ち目なしの長着」の最大の利点は「裁断回数が少ない」ことが判明した。また、衿元が着崩れ易いことや、掛け衿が短い故に外見に違和感を覚えることがわかった。加えて、対処法③では、地衿を前身ごろから製作しなかったことで、身八つ口下部～衿つけの寸法と剣先を確保でき、着崩れにくく、外見も違和感のない対処法を提案できた。着実実験とアンケート調査の結果から、裁断回数を抑え、外見も「通常の長着」に非常に似ている③が、着装規範が厳しい現代の中で「裁ち目なしの長着」の技術を扱う際には最も適するが、反物が13m未満である場合に限り、④を用いると結論付けた。

### 5. 付記

本研究は大妻女子大学人間文化研究所大学院生研究助成(DB2307)の助成を受けたものである。

### 6. 主要参考文献

- [1] 阿部栄子；和服製作技術の解明－裁ち目なしの長着－，一般社団法人日本家政学会 第71回大会研究発表要旨集，p.65(2019)
- [2] 阿部栄子；和服製作技術の解明－裁ち目なしの長着(その2)－，一般社団法人日本家政学会 第72回大会 研究発表要旨集，p.71(2020)
- [3] 上田美枝；新しい仕立方のきもの：はじめての特許を公開する。主婦と生活社，pp.135-143 (1963)
- [4] 岡寛子；裁ち目なしきもの課題と対処，一般社団法人日本繊維製品消費科学会 2023 年年次大会 要旨集，p.53(2023)

# 里海を活用した小学生対象の海洋教育プログラムの開発と評価法の検討

Development of a marine education program for elementary school students  
using satoumi and consideration of evaluation methods

齋藤 雅代  
Masayo Saito

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 生活環境学専修

キーワード：海洋教育，里海，海洋リテラシー，教育プログラム，評価法

Key words : marine education, satoumi, ocean literacy, educational programs, assessment methods

## 1. 研究の背景と目的

海洋では、地球温暖化に伴う海水温や海面水位の上昇、海洋酸性化、海洋ゴミなど喫緊に解決すべき課題が山積している。こうした状況を打開するためには、人々の海洋への関わりと環境保全意識の向上が必須であり、特に次世代の子どもたちに向けた「海洋教育」の重要性が高まっている。実際、日本政府は、2025年までに全ての市町村で海洋教育が実践されることを目標に掲げ、2017年の小・中学校学習指導要領の改訂では、海洋に関する教育内容の充実が図られた<sup>[1]</sup>。

一方、海洋教育の実践において身につけるべき指針として、国際的に「海洋リテラシー」が議論されている。日本では、角皆ら<sup>[2]</sup>が、海洋リテラシーを「海洋に関する知識、教養を得て、それを活用する能力」としてとらえ、「海が人類に与える影響と人類が海に与える影響を理解すること」と定義した。しかし、海洋は広大であり、学びの場が多様であるため、獲得すべき海洋リテラシーや、獲得のための効果的な教育手法が確立されているとは言い難い。さらに、教育においてはその効果を検証することも重要であるが、日本における海洋教育の効果の研究は、マリンスポーツや船舶操縦などの体験によるスキルの向上などが多く<sup>[3]</sup>、子どもたち（小学生）を対象とした教育内容とその評価を関連づけた研究は少ない。

本研究では、小学生を対象とし、海洋教育に関する効果的な教育手法の確立を目指すことを目的とした。具体的には、人と海とが密接に関わりあう沿岸域である里海に着目し、海への態度を養うことを目標とした教育実践例を示し、さらに実践

を評価するための評価法を検討した。本研究により、様々な地域で実践されている教育プログラムの客観的な評価を可能とし、海洋教育の発展に寄与することを目指す。

## 2. 研究方法

研究は、以下の三段階で分析と検討を行った。

第一に、海洋教育の特性を明らかにするために、現状の「海洋リテラシー」の概念の整理を行った。第二に、教育目標とその効果を測定するために、定量と質的調査の手法を用いて海洋教育の構成要素を検討した。具体的には、全国の小学生を対象に実施された「全国海洋リテラシー調査」の結果を用いた重回帰分析による2次分析(調査1)と、海辺の地域に暮らす高校生を対象とした海への意識調査(調査2)、海と環境をテーマに学んでいる都心の大学生を対象とした海的环境に対する意識調査(調査3)である。第三に、これまで海洋教育で使われてきた先行研究の評価法を踏まえ、里海の教育活動に活用した場合の課題を検討し、小学校で予備調査を行った(調査4)。評価法の対象は、自然に対する感性を磨くために重要な段階であることから、初等教育とし、小学生3年生以上とした。調査地域は、環境省の里海創生支援海域の一つである石川県の能登半島に位置する穴水町とした。

## 3. 結果と考察

### 3-1. 「海洋リテラシー」の概念整理

「海洋リテラシー」においては、未だ全容が解明されていない海洋に対して探求心を持ち続け、海への環境に対する態度の育成が重要であり、い

わば人格教育に近い姿があった。また、地域の中で受け継がれる知恵や経験を、子どもが体験を通して経験に変えていく、実社会とのつながりを意識した学びの重要性も明らかとなった。

### 3-2. 海洋教育の構成要素に関する検討

[調査1]:「全国海洋リテラシー調査」の2次分析結果から、学校教育における「海洋リテラシー」は、海への親しみや態度を把握する試みは見られるものの、実際には学習指導要領の範囲内に含まれている知識の量を測定するものであった。一方で、海洋教育で求められる能力には、学校教育の外で育まれる能力があることも明らかになった。

[調査2]:海辺の地域に暮らす高校生29名に対して、アンケート調査を行った。設問は、幼少期の海での体験の有無と、「海への態度」を測定する7分類20項目(20問)とした。設問の作成にあたり、環境教育の目標として用いられている「関心・知識・態度・技能・評価能力・参加」を基にして、KJ法により海洋教育に適合した質問に置き換えた。その結果、幼少期の海での体験が、その後の海に対する感情に大きく影響することが明らかになった。一方で、海的环境に対する意識や配慮、行動意欲は、海での体験の有無に関わらず高かった。このことにより、これらの項目は教育により向上が見込める可能性があることが示唆された。

[調査3]:海と環境をテーマに学んでいる都心の大学生2名を対象として、海的环境に対するインタビュー調査を行った。その結果、親しみのある身近な海的环境変化を目の当たりにすることが、責任感や行動意欲に結び付くことがわかった。また、「海的环境を守る」「海に対して思いやりを持つ」といった海への意識は、体験的な学習や日常で接する情報などからも育めることがわかった。

### 3-3. 新たな評価法の検討

[調査4]:先行研究の検討結果から新たに評価票を作成し、その検証のために3~6年生を対象に、実際の授業の前後でアンケート調査を行った。授業は、3年次にカキの養殖場の見学(カキ学習)を体験した児童に対し、カキを育む生態系やカキの体のつくりなどを学習する内容である。設問には、授業に合わせた地域の海に関わる知識を問う視点を加えた。この調査では、「地域の海への関心や知識を高めることが、行動意欲につながる」という仮説を立てて検証を行った。その結果、行動

意欲にあたる「海の魅力について、知らない人にも伝えていきたい」という問いに対して、事後にすべての学年で上昇した。一方で、5・6年生の事前調査では、3年次に学習したカキの知識の定着が低く、継続的・反復的な学習の必要性も明らかとなった。

3-2, 3-3の調査結果を踏まえ、最終的に「逆引き設計」論<sup>[4]</sup>(Wiggins, McTighe 2012)を用いて、里海における海洋教育の新たな評価指標とプログラムの設計を試みた。この理論では、「教育目標」、「教育評価」、「学習経験と指導の計画」を三位一体のものとして単元を設計する。教育目標を「海への関心・気づき」「地域の海への関心」「海への配慮意識」「行動意欲」の4分類とし、評価尺度に細分化した。評価手法は児童向けのもの、指導者向けの2種類の評価票を作成した。また、プログラム構成を3段階とし、授業内容に絵や文章などで表現するパフォーマンス評価も組み込んだ。

## 4. まとめと今後の課題

今回の研究結果から、地域の特性を活かした教育プログラムに評価を組み込むことで、里海での海洋教育活動の効果を測ることが可能であることが明らかになった。

日本における海洋教育の特性は、生活に密着した里海において、地域固有の営みや文化が体験できることである。こうした様々な知見や経験をもとに、持続可能な社会と自然環境のバランスを考え行動できる人材の育成が望まれる。その実現のために、地域文化が色濃く残る里海を活用することが有効であると考えられる。一方で、海洋教育を通して得られる非認知的な能力や、地域文化の中に存在する言語化されていない知識や知恵をどう評価項目に組み込むかという検討課題が残った。今後は、評価法の妥当性や信頼性、実用性などをさらに検証し、広く活用していきたい。

### 主要参考文献

- [1]文部科学省, 2017, 『小学校学習指導要領』
- [2]角皆静男, 2009, 「我が国における海洋リテラシーの普及を図るための調査研究:研究報告書」, 財団法人新技術振興渡辺記念会。
- [3]蓬郷尚代ほか, 2019, 「短縮版海洋リテラシー評価尺度の開発」, 野外教育研究, 22(2):31-39.
- [4] Grant Wiggins, Jay McTighe, 2012, 『理解をもたらすカリキュラム設計—「逆引き設計」の理論と方法』, 日本標準。



## 海外での子育てを経験した母親の発達過程

### —ドイツ長期滞在日本人家族の母親へのインタビュー調査に基づいて—

Developmental processes of mothers having experienced parenting abroad

—Based on interviews with mothers of Japanese families living in Germany for a long period of time—

嶋 祐子

Yuko Shima

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 保育・教育学専修

キーワード：文化移動，親子間文化交差

Key words : cultural migration, parent-child cultural interchange

#### 1. 問題と目的

海外に生活の拠点を移す日本人家族は、これまでは企業派遣型の駐在員家族が大多数を占めていた。海外での居住期間が長期化する日本人家族の中で、近年、自らの意思で滞在国に留まることを選択する家族は増加の傾向にある。しかし、こうした家族の生活の実態については、ほとんどわかっていない。

海外に長期滞在する家族に関する先行研究として、「文化移動をした家族」、「養育行動や親子関係」、「ドイツの家族や青年」の3つの領域を設定し、検討した。これまでに明らかになっている主なこととして、1) 米国で長期にわたり子育てをした母親は、自分の価値観を滞在国の文化に合わせることに難しさを抱えながら、日米のふたつの文化を融合させつつ、視野の広がりを獲得している(皆川, 2019)、2) 日本人と米国人、中国人の母親の間には「しつけ感」に違いがみられる(金崎, 1997)、3) 児童(8歳児)の自己概念については、日本人児童は協調性を重視する傾向があるのに対して、ドイツ人児童は独立性重視の傾向を示す(小林, 1998)などである。総合すると、海外での居住が長期化する日本人家族の母親は、日本の文化を基盤にして、現地の文化の中で成長する子どもを育てる難しさを抱えることが考えられる。また、母親の子育ての「困難さ」は、親の文化(日本文化寄り)と、子どもの文化(現地文化寄り)とが交差することにより生じていることになる。

そこで本研究では、母親が文化交差を乗り越え

る過程を、異文化下で子育てをする母親が子どもを通して現地の文化を学びながら発達する過程であると捉え(柴山, 2010)、母親の解釈の変化を明らかにすることを目的とする。

研究のフィールドにドイツを選んだのは、以下の理由による。ドイツの学校制度は4-9/8制(分岐型)であり、日本は6-3-3制(単線型)である。また、子どもの思春期の年齢での社会的な規範にも違いがある。例えばドイツでは、飲酒が合法になる年齢も、ピアスや男女交際に関わる習慣も日本とは異なる。子どもを取り巻く社会的な環境が大きく異なる国を取り上げることで、母親の文化交差の経験があらわれやすくなるのではないかと考えた。

#### 2. 方法

(1) 研究対象者：2023年時点で、ドイツでの滞在年数が20年を超え、子どもを現地校に通わせた日本人家族の母親3名とした。

(2) データ収集法：Zoomを用いて半構造化インタビューを行った。1回2・3時間であった。研究実施者(筆者)が許可を得て語り(ディスコース)をICレコーダーで録音し、中間的トランスクリプト形式を採用して文字化(逐語録)した。

(3) 分析：「解釈的アプローチ」に依拠した質的研究を採用し(柴山, 2023)、「モデル(仮説)生成型」研究を目指した。また、データ分析手法としてディスコース分析(能智ほか, 2013)を行った。具体的には、ディスコースを読み込む中から鍵となる20の概念を拾い出し、概念を束ねて6つのカテゴ

リーを生成した。カテゴリーは「現地のコミュニティへの参加」、「日本のコミュニティへの参加」、「学校のコミュニティへの参加」、「社会のコミュニティへの参加」、「異なる社会的規範への参加」、「多様な価値観への参加」であった。データの分析枠組みには、「導かれた参加」(ロゴフ, 2010)を援用し、母親と他者の間で意見が交わされ「意味の橋渡し」が行われている場面に注目して分析した。

### 3. 結果と考察

(1) 母親の現地のコミュニティへの参加の仕方を、導き手と文化的道具(言語)に着目して分析した結果、母親の渡航直後から意味の橋渡しの過程にかかわった主な人物は3人であった。1人目は日本語を話す、現地で知り合った日本人母親であり、2人目はドイツ語を話す、現地の人であった。3人目は、ドイツ語も日本語も話せる自分の子どもであった。

(2) 家庭において、親文化と子ども文化の交差が明瞭にあらわれた話題は、習慣が異なる規範についてであった。法の定めが異なる規範として、飲酒や喫煙が、習慣が異なる規範として、ハグやピアス、男女交際などが挙げられた(図1)。

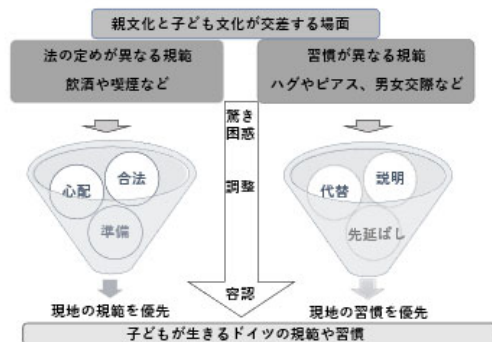


図1. 母親が文化交差を乗り越える過程

飲酒については、ドイツでは16歳で「合法」になるのに対して、日本では20歳である。母親の文化交差の調整は、現地の法律を遵守しつつ健康面からの「心配」を伝えたり、醜態をさらさないように練習させて「準備」したりすることであった。

習慣が異なる規範については、母親は、日本の規範を子どもに「説明」したり、すぐに対応できない時には「代替」のやり方を示したりした。判断を保留して時間を稼ぎ、子どもとの対話を続ける「先延ばし」も見られた。「先延ばし」は、子ど

もの成長を待つ意味があり、合意が形成されるまでに数年かかることもあった。規範全般についての母親の解釈の変化は、子どもがこれからも生きるドイツの規範を優先させる方向性を示していた。「先延ばし」は、母親が、自身の規範や価値観を変化させる際に生じる心情的な困難さのあらわれである可能性も示唆された。

### 4. まとめと今後の課題

本研究により、親子間に生じる、思春期の頃の文化交差の実態の一端が明らかになった。規範や習慣を巡る話題に対する母親の調整の過程は、これまで未解明であったが、母親の「困難さ」や解釈の変化が具体的に示された点に本研究の意義がある。

異文化下での子育てを通して母親が発達する過程は、「自分が成長した日本の習慣や規範を土台に残しながら、話題に合わせて意味の橋渡しをしてくれる他者を選択しながらコミュニティに参加し、徐々にドイツの習慣や規範を理解していく」という、解釈の変化の過程であると結論づけられた。在米長期滞在日本人家族の母親にも同様の発達過程が見られることから、ふたつの国に跨る子育てをする母親に共通する経験と言えるのではないかと。また、海外で子育てを行う母親たちは日本文化寄りのしつけを行っている点は、本研究の知見と重なる点であった。現地で成長することにより現地文化寄りになる子どもとの間に、結果として文化交差が生じることが本研究で示された。

今後の課題のひとつとして、子どもへのインタビューも行い、母親の文化交差の経験を共有する子どもの経験を明らかにすることが挙げられる。

### 主要引用・参考文献

- [1] 能智正博ほか, 2013, 『ディスコースの心理学』ミネルヴァ書房.
- [2] ロゴフ, B/當間千賀子(訳), 2010, 『文化的営みとしての発達 個人, 世代, コミュニティ』新曜社.
- [3] 柴山真琴, 2010, 「文化と発達」日本児童研究所, 平木紀子ほか(編)『児童心理学の進歩』Vol. 49, 金子書房, pp. 1-26.
- [4] 柴山真琴, 2023, 「異文化間教育研究における方法論的確かさに向けて」異文化間教育, 57号, pp. 74-88.

# 自閉的傾向のある子どもと保育士の相互交流の変容

## —自由遊びの場面の分析—

Changes in interactions between children with autistic tendencies and nursery teacher

—Analysis of free play scenes—

鷲尾 昌子

Masako Washio

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 人間生活科学専攻 保育・教育学専修

キーワード：自閉症スペクトラム障害，保育士，相互交流

Key words : Autism Spectrum Disorder, Nursery teacher, interaction

### 1. 目的

自閉症スペクトラム障害（以下、ASD）の特徴に、社会性の発達の遅れと同一性保持の強迫的欲求（こだわり）があげられる。この2つの特徴の関係について、滝川（2017）は、社会性の発達とは周りの人たちと対人的・社会的にかかわっていくことであり、ASDのこだわりは、周りの人と二人三脚によって判断を分かち合う経験の少なさから二次的に派生すると述べている。

このように、ASDの行動特徴を、個の能力としてではなく、社会性の発達の遅れからくる二次的障害として捉えると、ASDの子どもの発達を、周りの大人との関係性から捉え直し、少しでも多くの相互交流を取る必要がある。

保育所などの集団生活においては、ASDの子どもは、上記の特徴により、他児とのかかわりの難しさや急な予定変更によるパターンの崩れなどが弱点となって表れやすく、その対応に保育士は追われる場合が多い。

また、保育所におけるASDの子どもとのかかわる保育士の援助や躰きについて、櫻井（2015）は、「支援・援助の方法は考えられるものの、その効果が測りにくいため自信がもてない」など、躰きの要因を明らかにしている。それだけでなく、ASDの子どもは人との関係が乏しい分、新しいことへの不安・警戒心が強い（滝川2017）。このため、ASDとのかかわる保育士の戸惑いや不安、さらに、ASDの子どもの不安・警戒心は、鯨岡（2005）のいう互いに負の様相を孕みやすく、それが蓄積・

累積されると、負の関係を増幅しかねない。

そこで、本研究においては、保育所において自閉的傾向のある子どもの社会性の発達を、保育士がどのように支えていくか検討するために、以下の2つを目的とした。①自閉的傾向のある子どもと保育士の相互交流の変容過程を明らかにすること②自閉的傾向のある子どもとのかかわる保育士の戸惑いや不安がどのように変容するか、その特徴を明らかにすることである。

### 2. 方法

**研究協力者：**A君（2歳10カ月～3歳9ヶ月）と担当保育士B（以下、保育士B）である。A君は、1歳児半健診で言葉の遅れを指摘され、診断名はつかないが、半年から1年の遅れと自閉的傾向があるといわれる。入所当初は、思い通りにならないと癇癪を起こし、自分の頭を叩く等の自傷行為が見られた。

一方、保育士Bは20年以上の保育士歴を持つが、特別な配慮を要する子どもの担当経験は少ない。

**分析の対象：**①保育士BとA君が自由遊びの時間に絵本を介してやり取りした映像3回分。（Ⅰ期：やり取りが続かなかった時期、Ⅱ期：やり取りが続くようになった時期、Ⅲ期：やり取りに変化が見られるようになった時期）②映像視聴後に行った半構造化インタビューの保育士Bの振り返りや気づきである。

**分析方法：**①保育士BとA君のやり取りした映像3回分は、行動コーディングシステム（DKH社）による行動分析を行い、高橋（2022）の視線・非

言語・感情・言語の行動カテゴリーを用いて分類する。さらに、保育士 B の各時期の映像についての振り返りから、変容の特徴を捉える。②インタビューの逐語録から、先の 3 つの時期に該当する内容を抽出し、保育士の意識の変容の特徴を捉える。

**倫理的配慮：**本研究は、大妻女子大学生命科学研究倫理委員会より承認（受付番号 03-022）を受け、研究を実施した。

### 3. 結果と考察

#### ①保育士 B と A 君の相互交流の変容

保育士 B と A 君の行動を分析した結果、Ⅲ期におけるやり取りで、Ⅱ期には見られなかった絵本を介した三項関係が成立したことが明らかになった。また、両者の行動のつながり（事象連鎖）の増加も見られ、これは、やり取りが絶えず続くようになったことを示しており、二者のやり取りが深まったといえる。

そして、映像について、Ⅰ期からⅢ期の振り返りの内容を比較したところ、Ⅰ期、Ⅱ期では、A 君の反応を予測し、試行錯誤しながら慎重にはたらきかけていたが、Ⅲ期になると積極的なはたらきかけに変化したといえる。さらに、Ⅲ期になると、A 君からはたらきかけが出現し、保育士 B は A 君の思いを推測し、自身に生じた思いを A 君に返そうとしたことから、情緒的応答が増えたことが推測された。

#### ②保育士 B の戸惑いと不安の変容の特徴

Ⅰ期からⅢ期までの保育士 B の振り返りから、戸惑いや不安は各時期に様々な要因が考えられた。例えば、Ⅰ期は、A 君とのかかわりにくさや意思疎通の難しさなど、ASD の特徴が戸惑いや不安の要因になっていた。しかし、Ⅱ期になると、保育士 B の A 君の行動の捉え方に変化が見られ、Ⅲ期になると A 君からの言葉かけや要求などはたらきかけが出現したことで、A 君との意思疎通の難しさが解消され、戸惑いや不安の軽減に影響したことが推測された。

### 4. まとめと今後の課題

本研究では、ASD の子どもの社会性の発達を、保育士がどのように支えていくか検討するために、自閉的傾向のある子どもと保育士の相互交流の変容過程と、自閉的傾向のある子どもとかわる保育士の戸惑いと不安の変容の特徴を明らかにした。

その結果、保育士 B の A 君に対する理解の変容

が、はたらきかけに変化をもたらし、そのことが A 君とのやり取りにも影響した。さらに、A 君から保育士 B へのはたらきかけも含めた行動の変化に影響し、結果的に相互交流が変容したことが明らかになった。そして、A 君からはたらきかけが、A 君との意思疎通につながり、保育士 B の安定をもたらし、戸惑いや不安の軽減につながったことが推測された。

以上から、保育所において ASD の子どもの社会性の発達を支えるには、保育士の子どもの行動の捉え方や理解の仕方が重要であることが明らかになった。また、ASD の子どもと保育士が、互いの感覚や行為を共有し、影響を受け合う相互交流のプロセスも重要であると考えられた。

しかし、ASD の子どもの社会性の発達や保育士との関係を捉えることは容易くなく、効果も見えにくい。それゆえ、保育士の意識の変容をどのように促していくか、保育所における保育士と ASD の子どもの関係をどのように支えていくかは今後の検討課題としたい。

さらに、今回保育士と子どものやり取りの映像撮影、保育士の映像視聴による振り返りを行ったが、それにより保育士 B に自閉的傾向のある A 君との関係に対する意識を促したことが推測された。他にも、A 君の新たな理解の発見、職員間による A 君についての共有など、やり取りの映像を活用した効果は大きかったと考える。しかし、詳細を示すことができなかつたため、映像活用による効果の検証をする必要があるといえる。

#### 主要参考文献

- [1] 滝川一廣 (2017). 子どものための精神医学. 医学書院.
- [2] 鯨岡峻 (2005). 「関係発達」について. 小林隆児・鯨岡峻編. 自閉症の関係発達臨床. 日本評論社.
- [3] 櫻井貴大 (2015). 統合保育における自閉症へのコミュニケーション支援の実態—保育者の援助や躰きに注目して—. 愛知教育大学幼児教育研究, 第 18 号, 27-34.
- [4] 高橋ゆう子 (2022). 自閉症スペクトラム障害の子どもと母親の関係性の変容—RDI を適用した一事例の検討—. 人間生活文化研究, No3, 62-72.

#### 付記

本研究は、大妻女子大学人間生活文化研究所の研究助成 (DB2237) を受けたものである。

## 『夜の寝覚』論

### ― 姉妹をめぐる語り ―

小川 あかり

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 言語文化学専攻 日本文学専修

キーワード…平安後期物語、『夜の寝覚』、姉妹

#### 一 目的

本研究は、『夜の寝覚』（以下『寝覚』）の巻一・二における大君・中の君姉妹について、姉妹がどのように語られているか、また姉妹を中心として見た時にどのように人間関係が描かれているのか明らかにすることを目的としている。

先行研究は女主人公中の君の人物造型に関して論じるものが多数を占めており、『源氏物語』に登場する宇治の大君・中の君姉妹の物語の影響をはじめ、先行する他の物語との関連についても指摘が多い。その反面、中の君以外や語りの方法に重点を置いた研究はいまだ少なく、研究の余地が残されているのが現状である。そこで、本研究においてはこれまで『寝覚』研究であまり触れられていなかった人物についても取り上げつつ、主人公中の君の描かれ方を再検討した。

『寝覚』の前半部では、中の君と男君の関係を端を発して物語が展開していく、男君や対の君の奔走に分量が割かれているが、本論文では姉妹を軸において論を進めた。これは、この物語のはじめに提示されている主題、中の君という一人の女性の苦悩に満ちた人生というものを念頭に置くのであれば、前半部における中の君の苦しみというものは大君との関係に帰結するからである。姉妹の関係を軸におき、この物語の展開と語りの方を考察した。

#### 二 方法

本研究では、『源氏物語』をはじめとする先行する物語の引用や影響は念頭に置きつつも、『寝覚』が独自に作り上げた物語の様相と方法に焦点を当てて検討を行った。

中の君賛美の傾向がある語りや、場面主義的な物語の描かれ方も『寝覚』の特徴である。そのことも踏まえつつ、『寝覚』がいかにして姉妹の対立的構図を作り上げたのか考察し、登場人物達による人間関係の構築や情報共有の方法について明らかにした。また、大君に関しては形容表現にも注目し、姉妹の対比構造や大君という人物が持つ役割について考察を行った。

#### 三 結果と考察

本論文の第一章では、『寝覚』前半部において行われる秘密の共有行為が、精神的に追い詰められた登場人物達の自己防衛的な行動によって成立していることについて論じた。問題解決を第一目的としない情報共有が、問題解決能力を持つ人物を共有者の枠から弾き出し、この物語を悲劇的なまま「閉じた物語」として展開させていることについて考察した。

第二章では、姉妹の対立関係増長の原因が彼女達を取り巻く周囲の振る舞いにあることを述べた。父による姉妹比較の視線、中の君への鼻唄、それぞれの陣営の女房達の振る舞い、対の君を敵視する弁の乳母、中の君を悪しざまに罵る左衛門督等々、姉妹の対立的な構図は外的要因によって盛り立てられている。『寝覚』が中の君を物語の軸としながら、大君を単なる対立者にはしていないことを明らかにした。第三章では、姉妹に対する形容表現の用いられ方から、中の君が大君と対比されることで相対的に評価されていくことを検証した。物語は中の君を至高の女性として描くために、「限りなき人」である大君を踏み台にすることで、相対的に中の君に理想性を高めていく。『寝覚』は対立する「姉妹の物語」ではなく、中の君の物語であり、大君はその女主人公たる中の君を賛美し輝かせる土台となっている女性である。しかし、大君なくして中の君は「最優」の女性にはならず、大君がいるからこそ中の君の理想性が際立っていた。

『寝覚』は、中の君という一人の女性の苦悩に満ちた人生を描き出

そうとする際、その苦悩の原因を中の君自身に負わせるのではなく、周囲に負わせている。前半部において追い詰められた中の君の心が向かう先は、姉である大君であった。中の君自身が抱える苦しみ、最たる要因は、姉への裏切り行為に対する罪悪感である。そして、大君側もまた妹と夫の裏切り行為に心を痛めつつ、それでも自らの口から中の君を貶す言葉は発さない。背を向け合ってしまった互いの陣営の中で、姉妹は幼少期に作り上げた絆を完全には断ち切らずにいる。だからこそ、両者の苦しみは大きく、親密な関係性からの落差で傷ついていくことになる。

この落差を作り上げるため、大君の人物像はただ中の君をいじめる姉という機械的なものではなく、むしろかなり人間的なものとなっている。たしかに大君の物語展開における役割としては、中の君の優美と苦悩を惹き立てる舞台装置と言える。しかし、大君は少ない描写の中からでも、一人の女性としての苦悩がしっかりと読み取れる人物である。中の君と比較され姉として劣等感を持つ大君、「母代」という自認を持っている大君、夫を寝取られた妻として苦しむ大君。大君自身もまた苦悩に満ちた人生を送っており、人間としての多面性を持ち合わせていた。

#### 四 まとめと今後の課題

物語前半部で描かれる中の君と大君の苦しみは、契機としては中納言の行動を要因としつつも、深刻化の過程においては互いの存在が増幅を加速させていた。『寢覚』の物語基盤となる巻一・巻二で大君が果たした役割は大きい。そのため、巻二以降の中間部散逸によりその後の姉妹関係について、改作本や『無名草子』等で間接的に確認することしかできない現状は非常に惜しい。

『無名草子』によれば、大君と中の君は中間欠巻部において一応の和解を果たすようだが、それが具体的にどのような過程・方法で行われたのかは不明となっている。中の君の成長に大君の存在がどれほどの影響を与えているのかは定かではない。少なくとも、後半部の中の君はもう大君と過ごした過去の思い出に縋り付いて嘆くような女性ではなくなっている。現存している後半部において、中の君が大君について語る場面は確認できない。彼女の中で、大君の存在はかつて乗

り越えたものとなっているのだろう。大君は、悪役ではなく中の君に試練と成長を与えた人物である。

今後の課題としては、『寢覚』の語りの方法についてさらに考察を深めるとともに、物語文学史における本作の位置付けや姉妹に関する網羅的な研究を進めていく必要がある。『寢覚』研究には、作品の欠巻という物理的な障壁が存在するが、欠巻部が今後発見されることを期待しつつ、現存する部分の捉え直しを行っていきたい。

#### 主要参考文献

- (一) 加藤史子『『寢覚物語』における「大君」考』『日本文学研究』(二五号、一九八九年二月)
- (二) 永井和子『幻想の平安文学』笠間書院 二〇一八年
- (三) 乾澄子『源氏物語の表現と展開―寢覚・狭衣の世界』翰林書房 二〇一九年
- (四) 渡辺純子『夜の寢覚―「なつかし」にみる恋―』(『大妻女子大学大学院文学研究科論集』十三号、二〇〇三年三月)
- (五) 伊勢光『夜の寢覚』から読む物語文学史』新典社 二〇二〇年
- (六) 神田龍身『夜の寢覚』論―自閉者のモノローグ―(『神田龍身初期論文集』学習院大学研究叢書四三 二〇二一年 初出『文芸と批評』五巻七号一九八二年七月)

#### The "Yorunonezame" theory

—How to tell a story about sisters

Akari Ogawa

Key words: Late Heian period tale, "Yorunonezame", Sisters

## 『落窪物語』の人物造型

## ―道頼と姫君を中心に―

笠松 紗希

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 言語文化学専攻 日本文学専修

キーワード：物語、人物造型、特質

## 一 目的

本論文では、人物造型から『落窪物語』の特質について研究する。『落窪物語』は『住吉物語』、『源氏物語』、『鉢かづき』などといった継子の登場する作品に大きな影響を与えてきた。しかし、今日までそれほど活発に論じられてきたわけでもなく、研究の成果はほとんどない。そのため、道頼と姫君を中心に地の文、会話文、和歌などから人物造型について考える。本論文の最終的な目的は人物造型から『落窪物語』の特質を見出すこととする。

物語文学において、人物造型を読み解くことは非常に重要なことである。人物造型からは物語の性格、特質、時代性といったことをより細かく理解し読み取ることが出来る。これらを読み解くことは物語文学のさらなる発展につながると考える。

## 二 方法

方法としては、先行研究を整理し、従来論じられてきた、人物造型について理解した上で、本文を読み込むこととした。その上で『落窪物語』の人物造型について詳しく言及していく形をとった。

## 三 先行研究からの疑問点

前述した通り、先行研究の整理をはじめに行ったが、いくつかの疑

問点が生じた。

一つは、道頼の人物造型についてである。従来、彼は「権力行使」のために暴力的な性格として描かれた。」とあるが、暴力的な行動を起している際の相手が中納言一家の継母や典薬の助などといった姫君に辛い生活や苦しみ、恐怖といった感情を与えた人間だけであること、特に継母への暴力が多かったことから、本当に「権力行使」が理由なのか、という疑問が残った。そのため、この点において本文から暴力行為としてどのようなものがあったのかなどを一つ一つ見ていくことで本当に「権力行使」が理由なのか、別の理由があるのかを考えた。

もう一つは、姫君の人物造型において、先行研究で活発に論じられていないことである。しかし、彼女の縫製行為については活発に論じられてきている。そのため裁縫行為について注意しながら、彼女の性格について本文を綿密に読み込み彼女の人物造型に縫製行為がどれほど関わっているのかに重点を、おきつつ本文を読み込み考えた。

## 四 結果

道頼の人物造型は彼の復讐内容はほとんどが、姫君がされたいじめと同じ内容であることや、周りから嘲笑され、辱めを受けるものであることが分かった。以上のことから、道頼の暴力的な性格は姫君を愛しているが故の行動であること、姫君の存在によって色好みの男性から一途に姫君だけを愛するようになったことの二点が読み取れた。

姫君については女主人公らしいどんな状況でも優しさを忘れないこと、いじめられてきたことを全て忘れ、仕返しをしようとしないうと、またいじめられていく環境の中、道頼に愛されることによって少しずつ強くなっていく女性として描かれていることが分かった。また先行研究の中で注目していた縫製行為については道頼の母北の方に認められるための行動として描かれている場面もあり、彼女が道頼の正妻としての社会的地位を得るための行為として描かれていることから彼女の人物造型として重要な役割を持っていると考えられる。

最後に『落窪物語』の特質については以下の点があげられる。まず、物語の特質として登場人物の人物造型が非常に綿密であり、個性が際立っていることが挙げられる。この点はほかのどの作品より

も秀でている点であり、『落窪物語』最大の特徴と言えるだろう。これによっていくつかの『落窪物語』としての特質が見受けられる。

一つは『落窪物語』の登場人物の関係性だ。『落窪物語』は道頼の周辺人物や姫君の周辺人物は特に造型がしっかりしている。そして造型がしっかりしている人物である場合、主人公の二人は直接的、または間接的に関わりがあり、お互いに知らない存在がほとんどいないと言える。互いの交友関係が深ければ深いほど相手もその存在を知っている、それは人物造型が綿密であるからこそできることである、と考えられる。さらに、『落窪物語』は、綿密な人物造型によって構成されている物語であり、どの登場人物とどのようにつなげるか、どのように話を進めるか、構成はどうするかといった点で重点をおいている作品であると考えた。そのため、『落窪物語』は人物同士の関係性が分かりやすく、簡潔で分かりやすい作品としてみることが出来る。この二点が『落窪物語』の特質であるとした。

## 五 今後の課題

今回は、道頼と姫君を中心とした人物造型を研究してきたうえで、『落窪物語』の特性を論じた。しかし、『落窪物語』には人物造型以外にも「継母のいじめ」、「物語の結婚」、「面白みの駒」、「車争い」など多くの特徴的な場面があり、研究の余地は多くある。今後は人物造型の観点からではなく、前述したような観点から『落窪物語』を研究、分析することでさらなる『落窪物語』の特質を見出す必要性がある。

## 主要参考文献

- (一) 室城秀之訳・注『落窪物語 上』(二〇一四年 角川ソフィア文庫)
- (二) 室城秀之訳・注『落窪物語 下』(二〇一四年 角川ソフィア文庫)
- (三) 高田瑞穂「落窪物語の性格」(『古典研究』第五卷第七号 一九四〇年六月)
- (四) 日暮佐緒里「『落窪物語』研究―道頼の人物像を中心に―」(『東洋大学短期大学論集』第二二二号 一九八九年三月)
- (五) 吉田真紀「落窪物語における道頼の役割」(『広島学院大学国

語国文学誌』第二二二号 一九九二年二月)

- (六) 畑恵里子「継子による家の獲得」(『王朝継子物語と力―落窪物語からの視座―』二〇一〇年 新典社)
- (七) 畑恵里子「縫いこめられた〈力〉」(『王朝継子物語と力―落窪物語からの視座―』二〇一〇年 新典社)
- (八) 井上真梨子「落窪の君と阿漕の成長・出世譚としての『落窪物語』」(『藤女子大学国文学雑誌』第八六号 二〇一二年三月)
- (九) 大原智美「『落窪物語』論―少将道頼の人物造型を通して―」(『国文目白』第五二二号 二〇一三年一月)
- (一〇) 多恵馬里穂「『落窪物語』における縫製行為について」(『岡山大学国語研究』第三三三号 二〇一九年三月)
- (一一) 星山健「男君が継子を幸福にする物語」(『王朝物語の表現機構 解釈の自動化への抵抗』文学通信 二〇二一年)

Figure modeling in Ochikubo-nonn

ogatari

— Focusing on Michiyori and Himegimi —

Saki Kasamatsu

Key words : Story, Molding, Characteristics



# 脇狂言の祝言性

The celebratory nature of Wakikyogen

楠瀬 由夏

Yuka Kusunose

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 言語文化学専攻 日本文学専修

キーワード：狂言，祝言性，台本

Key words : Kyogen, Celebratory, Script

## 1. 目的

人間はめでたいときに自然と顔が綻ぶ。祝言的なめでたさは嬉しいことであり，めでたく嬉しい嬉しい笑いは人間にとって自然な笑いである。滑稽劇として定着する狂言において，祝言を本旨とし，めでたさを曲趣とする脇狂言は江戸時代とその名がつけられた。カテゴライズされる以前から脇狂言同様の性質を持つ曲目が存在し，曲成立および曲の固定化と祝言性の発生との間に関連があるとされている。

祝言性を高める素材としては中世芸能らしく唄・囃子や語りがあり，これらに重点を置いた曲や曲の核と定めていると考えられる曲が多く存在する。本研究では脇狂言各曲の祝言性が具体的に何処に起因しているか，また祝言的な素材のほかに台詞をはじめとした演劇的な演出の効果が祝言性を増幅させている可能性を考える。

## 2. 方法

現存最古の狂言台本である『天正狂言本』（以下，天正本）に既に脇狂言的な曲が見え，中世社会の色が残る台本であるためこれを用いる。

天正本は，本文と別筆ではあるが巻末に天正六年（一五七八）の日付が記されていることから天正本の名で通っている。目録には一五〇番の曲名，本文には重複を含む一〇三番が筆録される。中世末期，地方の狂言師の覚え書と想定され，各曲とも簡単な筋書きであり今日のような所謂脚本の形態では無い。式楽として整備される前の狂言の形態を覗うことができると目されている。

また，天正本は長文の曲と短文の曲が混在している。これは即興的で流動的であったとみられる中世期狂言のなかで歌謡や語りは固定であった，又はその傾向が強かったからだと考えられている。反対に，現行曲で作中に歌謡・語りを含み，天正本ではその記載が無いという曲の場合は，後年に歌謡，語りが採用された可能性がある。

天正本の性質を鑑み，明らかな筆録箇所を重視して天正本「竹生嶋まふて」「大こく」「三人わらひ百しやう」「三人百しやう」「鴈かりかね」「二人おさめもの」「八はたむこ」「庭鳥むこ」「今参」各曲の祝言性を高める要素を分析する。また適宜現行曲，後継曲との比較を行う。

## 3. 結果と考察

「竹生嶋まふて」「大こく」では，連歌とそれによる神の影光があり，神から福を与えられること（与えた物）・参詣・通夜に祝言性が現われていると考える。また明記された台詞より，神と言葉を交わすこと又言葉を交わさずとも得られる恩恵（「竹生嶋まふて」のみ）というめでたさ，ありがたさを暗示する効果と，参詣人それぞれへ役の変化を付ける演劇的な作用を考察した。

「三人わらひ百しやう」「三人百しやう」「鴈かりかね」「二人おさめもの」では，特に現行曲との差異を注視し，原初形態に近い天正本百姓物のもつ意味，つまり正月に年貢を納める祝言と下位上奏の精神について分析した。

「八はたむこ」「庭鳥むこ」の結末和解型聳入り物という，後継曲には存在しない曲であることを確認し，滑稽さは持ちながらも聳入り物が正しく「祝言的」な狂言として成立していたことを調査

した。

「今参」について、先行研究とした金井清光『天正狂言本の祝言の狂言』（一九八三年、筑摩書房）に詳しく、展開後半語り部分が全て「あくたいの祝言」で構成されており、これを以て祝言的な脇狂言として存在する無二の曲である。

#### (1) 歌謡・語り

歌謡・語りを使用されている曲は、その部分が一番の見せどころであり、祝言の由来であり、曲の核であると結論付ける。「三人わらひ百しやう」「三人百しやう」等は祝言の和歌が先行して存在又は作成し、これに合致する形で作中舞台や人物が設定されていったと考えられる。

また、天正本には連歌や和歌を伴った曲が多くあるが、「竹生嶋まふて」「大こく」をはじめ神を扱った神物の曲は連歌、そうでないもの一とりわけ百姓物は和歌を使用する傾向にあることが明確になった。一般的に、連歌に神事場で詠むものという制約や慣習は無いことから、連歌そのものではなく連歌をする「行為」に何らかの祝言的な意味があるのではないかと考える。

#### (2) 百姓物の下位上奏精神

年貢納めを祝う百姓物であるが、「鴈かりかね」では貢納品のめでたい謂れと百姓による上頭の栄達祈願も祝言の要素として明確に含まれている。百姓は年貢を納めて守護を得るという中世封建社会での祝言的な意味合いが発生している。

#### (3) 「おそきとてしからるゝ」

「おそきとてしからるゝ」は、特に百姓物展開前半部分で頻出し、天正本に特徴的な文言である。遅参して叱られること自体は祝言とは正反対の行為であるのだが、この描写によって、展開後半部分の祝言の和歌や語りといった、言わば「挽回」を引き立たせる効果が得られているのではないかと考える。

### 4. まとめと今後の課題

本研究では、脇狂言各曲の祝言性が何処に起因しているかを分析し、祝言の意図、意味合いや効果を考察した。歌舞や語り、舞台設定など明示された祝言性のほかに、展開一特に起承転結の「転」部分一もまた流動的な中世狂言のなかで曲の核と

なる祝言性を支えている場合があると考察する。

今後の課題として、引き続き天正本脇狂言の具体的な祝言性を笑いの観点を含めて調査すると共に、前述した3. 結果と考察 (1) (2) (3) の考察内容等について、天正本以降各流台本と比較してその傾向や経年による変化、文言・歌舞・語りの削除又は追加、近世期に起こる狂言自体の変質に伴う改変等、時代を下って対象を調査していく。

### 主要参考文献

- [1] 内山弘 (1998) 『天正狂言本本文・総索引・研究』笠間書店
- [2] 金井清光 (1983) 『天正狂言本の祝言の狂言』筑摩書房
- [3] 金井清光 (1989) 『天正狂言本全釈』風間書房
- [4] 橋本朝生 (1982) 「百姓狂言の形成」『中世文学』中世文学会、二十七巻〇号
- [5] 池田廣司 (1992) 『狂言歌謡研究集成』風間書房

## 『和泉式部集』 勅字歌群論

矢吹 郁

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 言語文化学専攻 日本文学専修

キーワード…和泉式部集、勅字歌群、平安中期和歌

## 一 目的

平安時代中期の女性歌人として著名な和泉式部は、『小倉百人一首』にも撰ばれた「あらざらん」歌をはじめ、心情を率直に詠む「正述心緒」の歌で広く知られているが、その一方、景物などの題材に託して心情を詠む「寄物陳思」型の歌も数多く残している。その巧みで斬新な歌風は『後拾遺集』において高く評価されているほか、相模ら後統の歌人たちにも多大な影響を与えており、和歌史上における和泉式部の功績はきわめて大きいものがある。

勅字歌群では、和歌の一番上の文字(冠音)を固定(音韻規制)し、歌を詠じてゆく、といった手法が用いられている。加えて、歌々の内容は、冠音の基になった規制の句に即したものになっている。この規制の句は、歌群ごとに和歌・経文・漢詩となっているが、これらは和泉式部が自身で選択したものと考えられている。

修士論文においては、和泉式部の勅字歌群である「いはほ」歌群、「不愛」歌群、「観身」歌群に詠まれた歌々を、主に表現に着目して論じ、各歌群の特徴を捉えること、また、平安中期の和歌表現における『和泉式部集』『和泉式部続集』の勅字歌群の意義を明らかにすることを目的とした。

## 二 方法

まず、和泉式部の勅字歌群の先行例として挙げられる曾禰好忠の群作歌について論じることで、音韻規制を用いた歌の創作活動の変遷を辿った。

「いはほ」歌群・「不愛」歌群においては、それぞれ一首一首の歌の読解から始め、表現方法に着目して論を進めた。

また、和泉式部詠に同じ表現が見られた場合は、歌を列挙した上で、歌々の共通点、相違点を探った。異なる歌人、または中古以前、以降に同じ表現が見られた場合も、同じように歌の列挙を行った。

「観身」歌群においては、歌の数が「いはほ」歌群、「不愛」歌群と比較して膨大だったため、歌群全体の特徴を捉えることに重点を置いた。

それぞれの歌群についてまとめ、全体を通して和泉式部の勅字歌群の特徴についてどのようなことを指摘することが可能であるか、考察を行った。

## 三 結果と考察

修士論文では、和泉式部の勅字歌群である「いはほ」歌群、「不愛」歌群・「観身」歌群について、それぞれ表現に着目し、各歌群の特徴を捉えること、また、平安中期の和歌表現における勅字歌群の意義を明らかにすることを目標とした。

和泉式部は、各歌群において「規制の句に即した」歌を制作し、また、工夫を凝らしつつ、「作品」として鑑賞されることを想定したかのような詠みぶりを見せていた。ただ個人の思いを吐露するのではなく、あえて冠音を規制し、歌人としての技量も示しつつ、勅字歌群を「鑑賞される作品」として世に送り出したのではないだろうか、と考察した。

ただ漫然と歌を詠むのではなく、「音韻規制」と「規制の句に即した」歌を詠む、という制限を設け、三つの群作歌を残した和泉式部の功績は、中世の慈円の「勅句」からも分かるように、大きなものだったと言えるであろうと結論付けた。

## 四 ままとめと今後の課題

中古から時代が下ると、中世の歌人である慈円の「賦百字百首」「勸句百首」という歌群が見られた。

これは、和泉式部の勸字歌群と比較してゆくと、冠音規制ではなく、句を固定して歌を詠んでゆくものであり、また、「速詠」であること、句は初句から第五句までと固定する句の位置も様々であったこと、四季折々の景物が詠まれたことなど、いくつもの相違点が見られた。

このように、中世での句を固定する「勸句」では、和泉式部の勸字歌群では見られなかった「速詠」であることが重視されたほか、「景物」を勸句に織り込み、詠んでいたことが傾向として見られた。また、和泉式部の勸字歌群の特徴の一つであった「規制の句に即した詠みぶり」も、自身の歌の技量を誇る「規制」の一つとして用いられたようであった。

曾禰好忠から始まった一連の群作は、和泉式部へと引き継がれ、三つの勸字歌群として世に出された。時代が下り、中世になると、慈円らが句を固定する「勸句」を新たに生み出してゆく。一連の音韻規制は、制約の形を変えつつも、新たな和歌の詠み方として受け入れられていたようである、ということが結論として得られた。

課題としては、歌の用例の内容や解釈について深く考察することができなかった点や、当初予定していた「観身」歌群の一首一首の読解を行うことができなかった点が挙げられる。これらの問題を解決することで、新たな共通点の発見や、曾禰好忠の群作歌から和泉式部の勸字歌群、慈円の「賦百字百首」「勸句百首」への変遷だけではなく、和歌そのものの表現史を視野に入れた論を展開することができたのではないかと考える。

また、先行研究が少ないことも原因の一つであるが、一連の論が先行研究に大きく依存する形で論じられていることも問題点の一つである。

和泉式部の勸字歌群だけではなく、何らかの規制を設けて歌を詠んでゆく行為そのものに目を向け、様々な先行研究を読むべきであったと考える。

## 主要参考文献

- (一) 久保木寿子「和泉式部の群作歌」(『和泉式部の方法試論』(新典社、二〇二〇年。書き下ろし。)
- (二) 佐伯梅友・村上治・小松登美『和泉式部全釈 正集編』(笠間書院、二〇二二年。)
- (三) 石川一『慈円和歌論考』(笠間叢書308)(笠間書院、一九九八年。)
- (四) 久保田淳・馬場あき子 編『歌ことば歌枕大辞典』(角川書店、一九九九年。)
- (五) 中村幸彦 編『角川古語大辞典』(角川書店、一九八七年)

※『和泉式部集』『和泉式部続集』の引用は、清水文雄 校注『和泉式部集・和泉式部続集』(岩波文庫)(岩波書店、一九八三年)による。ただし、歌番号は新編国歌大観による。

A Study of the Rokuji Songs in the Izumi Shikibu-shū

Fumi Yabuki

Key words : Izumi Shikibu-shū, Rokuji Songs, Mid-Heian Waka

# 大韓民国からブラジル連邦共和国・アルゼンチン共和国への移民政策：

## 1950年代から1980年代を中心に

Migration policy from the Republic of Korea to the Federative Republic of Brazil and the Argentine Republic:  
mainly from the 1950s to the 1980s.

坂本 陽

Hikaru Sakamoto

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 言語文化学専攻 国際文化専修

キーワード：移民，政策，外交

Key words : Migration, Policy, Diplomacy

### 1. 目的

本論文の目的は、1950年代から1980年代に大韓民国（以下、韓国と記載）からブラジル連邦共和国（以下、ブラジルと記載）、アルゼンチン共和国（以下、アルゼンチンと記載）へ移民を送り出した要因を明らかにすることである。近年、グローバル化の進展に伴い、人やモノの移動が盛んになった。2022年5月に誕生した尹錫悦（ユン・ソンニョル）政権は、海外にいる「在外同胞」へ関心を向けている。「在外同胞庁」を仁川（インチョン）広域市に発足させ、海外にいる同胞への支援を手厚くする考えを示した。本論文で主に取り上げた、中南米にも「在外同胞」が生活しており、在外同胞庁は2017年に106,794人、2019年に103,617人、2021年に90,289人、2023年に102,751人いる<sup>1</sup>と発表した。

人口問題や経済状況だけでなく外交問題や国内外の状況を含めて考察した。そのため韓国・ブラジル・アルゼンチン三国の移民送り出し・受け入れ政策に加え、朝鮮民主主義人民共和国（以下、北朝鮮と記載）と韓国の「競争」関係を視野に入れた。

### 2. 方法

本研究では韓国の外務部（のちに外交通商部、外交部に改称）や国家編纂委員会の資料などを用いて中南米への移民政策を実証した。先行研究には

中南米に渡った韓国移民の通史やコミュニティを扱った研究がある(Bialogorski (2009)など)。しかし1960年代に農業移民として送り出された韓国人が定住しなかったため、移民の人数が少なく注目されにくい状態にある。現在、韓国、中南米では一次資料を用いた研究はほとんどない。まずは第1章では韓国からブラジル、アルゼンチンへの移民の通史や受け入れ国の背景を述べる。

韓国政府が日系移民を成功例に挙げていたことから韓国は日本の政策を参考にしたと筆者は考えた。第2章では日本や韓国の新聞、日本の外務省、韓国の外務部（のちに外交通商部、外交部に改称）などの一次資料に基づき、移民政策の実行過程を分析した。長期期間、中南米に農業移民を送り出した日本はどのように韓国の移民政策に影響を与えたのか検討した。

第3章では韓国が国際的地位を高める目的の1つとして、移民を送ったと仮説をたてて、韓国の内情や日本、北朝鮮との関係も含めて調査した。この時、アメリカ合衆国（以下、米国と記載）は中南米や東アジアに大きな影響を与えていた。そのため、米国、朝鮮半島、中南米の情勢を分析することで韓国が中南米へ移民を送り出した要因を内政・外交面から考察した。

### 3. 結果と考察

韓国は朝鮮戦争後、世界最貧国の1つであったことに加え、ベビーブームを迎えていた。1960年代から1980年代まで韓国政府が過剰人口の減少と経済発展が重要課題となっていた。また黒人奴隷制度が廃止された中南米諸国は広大な土地を開拓する労働力が必要だった。そのため農業移民とし

<sup>1</sup> 外務部 내 동포, ‘재외동포 현황’, <http://www.oka.go.kr/oka/information/know/status/>.(在外同胞庁, 「在外同胞の現状」, 2024/1/18 アクセス)

て韓国人は未開拓の土地へ移住することとなった。さらに朴正熙（パク・チョンヒ）政権（1963-1979）が外貨獲得に着目したことで、海外へ移民の送り出しをおこなった。1962年に海外移住法を制定し移民の送り出しを実施した。この際、韓国政府は日系移民が中南米へ集団移住したことを成功例として挙げ、「チャンスの国」「仕事と食べ物が溢れる」と捉えていた。しかし韓国人にとって、慣れない気候で荒廃した土地を開拓するのは難しく移民の定着は難しかった。そして生活費も捻出できないため大都市で衣類業や繊維業に従事するようになった。またブラジルは1968年から工業化し、アルゼンチンは1970年代に内政が不安定になったことで農業移民は減少した。韓国が工業発展したことも農業移民の減少に繋がった。移住先の土地が荒廃していたこと、受け入れ国の内政が不安定だったこと、韓国の工業化などにより農業移民は失敗に終わった。

農業移民として成功した日系移民の場合、戦前から1973年まで中南米へ渡った。彼らは経営農業や日本人集団移住地の創設を行った。しかし日本の高度経済成長により中南米への移民は減少した。日本の移民政策としては、移民事業を日本海外移住振興株式会社（JICAの前身）が行っていたことで定着を図っていた。さらに日本政府の交渉により、現地社会で融資を受けられるようになった。これが韓国政府との大きな差だった。韓国人移民は農業として収入を得られる前に帰国するか、別の仕事に従事した。韓国人移民が農業移民として生活するにはかなり難しい状況だった。

最後に朝鮮半島と中南米、周辺国の情勢から移民を考察すると、南北朝鮮のイデオロギー論争が深く関係していた。朝鮮戦争（1950-53年）で南北分断が固定化したことにより、北朝鮮と韓国は、国際社会での立場を確立しようと奔走した。中南米は韓国と北朝鮮のどちらと外交を樹立するのか選択する必要があった。中南米はキューバ革命

（1953-59）の影響で左翼傾倒していたため米国は最重要課題として危機感を持っていた。韓国は中南米と国交を持つことで国際社会での地位を向上させようと考えていた。移民の送り出しは外交関係の継続としても有効だった。

#### 4. まとめと今後の課題

本研究の意義は、1960年代より韓国から中南米に移民を送り出した要因を明らかにすることで、韓国における「在外同胞」の役割をも指摘することである。韓国の人口を分散させるためだけに中

南米へ移民を送り出していたのではなく、外交関係を改善し、韓国の国際的地位を高める役割を担っていたことがわかった。

今後は、中南米の韓国移民のアイデンティティに着目した研究を行いたい。朝鮮半島から中南米へ移住した通史を調査したことで、移民にはディアスポラとして中南米へ渡ったケースと自発的に移住したケースがあることがわかった。移住の動機が多様化していることで彼らのアイデンティティやエスニシティにも大きく影響していると考えられる。アルゼンチンにおける韓国・朝鮮人社会に関して研究したピアログルスキー（2009）<sup>2</sup>によるとアルゼンチンは世代ごとに現地社会との関係を築いていると述べる。アルゼンチンに移住した韓国人では「適応」「同化」「拒絶」「統合」という4種類の特徴が見られると言及する。

時間的制約上、現地社会が実施できないため本研究の対象からは外した。しかし、韓国は尹錫悦政権になってから「在外同胞」に関心が向けられている。海外で生活する韓国人への支援に関してもこれから議論する必要がある。

#### 主要参考文献

- [1] 大韓民国 外務部 編輯. (1979). 『韓国外交 30年:1948-1978』. 信興印刷株式会社. pp.499.
- [2] 曹基成. (1961.10), ‘韓國의移民 日本의移民政策과 現況’ . “사상계” .99号.
- [3] 임 수진. (2018). ‘중남미 이민과 한국의 재외동포정책’ . ”민족연구” .72, pp. 66-89.
- [4] Mera, C. (2009), ‘La Diáspora Coreana En América Latina. Transiciones coreanas: Permanencia y cambio en Corea del Sur en el inicio del siglo XXI’ , “El Colegio de México” ,303, <https://www.jstor.org/stable/j.ctv3dnpz5.16?seq=1>.

<sup>2</sup> Bialogorski, M. (2009). LA EXPERIENCIA COREANA EN LA ARGENTINA: ¿HACIA UNA CONSTRUCCIÓN DE LA INTEGRACIÓN? In J. J. R. Bonilla (Ed.), Transiciones coreanas: permanencia y cambio en Corea del Sur en el inicio del siglo XXI (1st ed.1), El Colegio de Mexico. pp. 335-347. <https://doi.org/10.2307/j.ctv3dnpz5.17>.

## 呉昌碩早期における文人的思考の考察

A study of Wu Changshuo's literary thought in his early period.

利根川 千枝子

Chieko Tonegawa

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 言語文化学専攻 国際文化専修

キーワード：呉昌碩，中国文人，詩書画篆刻

Key words : Wu Changshuo, Chinese literati, Poetry, Calligraphy, Painting and Seal carving

### はじめに

呉昌碩(1844-1927)は、中国清朝末期から中華民国初期にかけて活躍し、詩・書・画・印、四絶をもって「中国最後の文人」と称せられている。呉昌碩は早期において多くの師友を訪ね見識を深めており、文人として大成するための礎を築いた重要な時期である。呉昌碩は刻印の側款や自ら作成した印譜及び書画の跋文に、制作時の状況、心情などを記している。これらの資料を書法の一分野として芸術的に捉えることはあるが、文人的思考に着目したものは少ない。本稿では、呉昌碩が遺した資料により、呉昌碩の文人交流を考察し、呉昌碩の文人的思考の本質を明らかにしたい。

### 第一章 呉昌碩の文人的思考の形成

呉昌碩は、浙江省安吉県彰呉村の一読書人の家に生まれた[1]。当時の読書人は、科挙に応じて官職に就くことが宿命づけられていた。呉昌碩も県の学官(潘喜陶)の勧めで試験を受けて秀才となったが、官職とは性が合わず、篆刻、書法、芸術を極めるため、師友を訪ね学識を深めた[2]。この学問研鑽により呉昌碩の文人的思考が形成された。

### 第二章 呉昌碩早期の文人交流

呉昌碩早期の文人交流による学問研鑽を呉昌碩が遺した印文と側款、跋文から考察する。呉昌碩が自ら師友について記述した短文を集めた沙匡世校注『呉昌碩石交集校補』(1992.3 上海書画出版社、以下『石交集』と略称)を主資料とし、師友十八人との交流を六節に分けて取り上げる。

#### 第一節 啓蒙の師との交流

潘喜陶、呉山との交流がある。潘喜陶(1823-1900)について『石交集』の記載を挙げる。

「俊補博士弟子員、出海寧潘先生之門。先生名

喜陶、(略)爲吾邑校官。(略)俊乙亥赴試武林、見先生于邸舍。」

〔俊(私)は博士弟子員(秀才)に補せられたが、海寧の潘先生の門に出ている。先生の名は喜陶、(略)吾が邑の校官であった。(略)俊(私)は乙亥の年(1875)に武林(杭州)に赴いて試験を受け、先生と邸舍でお会いした。〕

潘喜陶は呉昌碩の啓蒙の師であることがわかる。杭州で試験を受けて潘喜陶と会ったとあるが、これに関し、松村茂樹は「秀才の資格を持つものが、省都である杭州に受けに行く試験は郷試に他ならない。呉昌碩は郷試を受験し、そして受からなかった。」[3]としている。呉昌碩は、この受験と結果によって潔く芸術の道に専念できたのである。

#### 第二節 文物鑑賞による交流

金傑、呉雲との交流がある。呉雲(1811-1883)について『石交集』の記載を挙げる。

「家藏三代彝器及秦漢印甚夥。(略)因得縱觀法物幾瞿、於摹印作篆稍有進境。封翁之惠居焉。」

〔家に蔵されている三代(夏・商・周)の彝器及び秦漢印は非常に多く、(略)文物を自由に見ることができたので、刻印と篆書においてしだいに進歩したのである。封翁が住まわして下さったことは、本当にありがたかったのである。〕

呉昌碩は呉雲のもとで食客となり、貴重な古物を自由に鑑賞できたことに感謝している。ここでの貴重な体験が呉昌碩を文人として開花させる礎になったことが窺える。

#### 第三節 文字学・金石学による交流

金樹本、方濬益、凌霞、陳殿英との交流がある。金樹本は古玉の鑑別に優れ、収蔵は甚だ多かった。方濬益は訓詁小学に精通し、古器、拓本を多く収

蔵した。凌霞は小学・金石学に打ち込み、関連する著書もあった。陳殿英は古文学派経学に精通した学友であった。彼らとの交流から、呉昌碩は文字学・金石学への造詣を深めていったのである。

#### 第四節 刻印による交流

章綬銜、沈秉成との交流がある。章綬銜は呉昌碩に刻印を依頼し、その刻印について近人を宗とせず「古」に学び、その本質を具えていると称えている。沈秉成は進士出身の大官である。呉昌碩は沈秉成に印を刻し褒められており、その感謝と同時に沈秉成の文人交流の姿勢を称えている。

#### 第五節 書法および詩法による交流

杜文瀾、楊峴、周作鎔、畢兆洪、錢國珍、徐士駢との交流がある。楊峴(1819-1896)について『石交集』の記載を挙げる。

「不行行輩爲嫌。喜余篆刻，謂爲近古，爲作詩序及印存蕪園圖諸詩，余輒刊印報之。」

〔同年輩として付き合うことを嫌がらなかった。私の篆刻を好んで、近古と称し、私の為に詩序及び印存、蕪園図の諸詩を作り、私は印を刻してこれに報いた。〕

楊峴は呉昌碩の学問を尊び、呉昌碩と同等の文人として交流していたのである。

#### 第六節 画家との交流

楊晋藩、費以羣との交流がある。楊晋藩は詩を能くし、草書山水を工みにした。呉昌碩は、楊晋藩の画を高く評価し大切に蔵した。呉昌碩は、費以羣が父である費小樓の画法を最もよく伝えていることを天性のものであったとしている。

### 第三章 呉昌碩の文人的思考の本質

呉昌碩の文人交流の特徴を次の5つに分類して考察し、その文人的思考の本質を明らかにした。

#### 1. 地縁によるつながり

潘喜陶、呉山、章綬銜、楊峴、周作鎔、畢兆洪、錢國珍、徐士駢、楊晋藩、費以羣との交流に見られる。呉昌碩は、貫籍の安吉、妻の実家がある帰安、それらを包含する湖州を地縁として文人交流をし、文人的思考を育んだ。換言すれば湖州が文人呉昌碩を形成したともいえる。

#### 2. 上下関係における相互尊重

呉雲、方濬益、章綬銜、沈秉成、杜文瀾、楊峴、錢國珍との交流に見られる。呉昌碩は、収蔵家、大官、師という自らよりも上位にある人々とも交流している。そのような人々も、呉昌碩とほぼ対等の関係で接している。これは文人である彼らが、

呉昌碩を「詩書篆刻」に長じた文人として尊重しているからである。文人は立場に関係なく相互尊重により対等の交流をしていたことがわかる。

#### 3. 「古」の尊重

呉山、金傑、呉雲、方濬益、凌霞、陳殿英、章綬銜、楊峴との交流に見られる。「詩書篆刻」三絶（後に「詩書画篆刻」四絶となる）に長じた文人になるためには、まずはその根幹たる学問が確立されなければならない。呉昌碩はその学問に、古文学派経学を選び、「古」を尊んだのである。

#### 4. 孤高の尊重

呉山、金樹本、凌霞、楊峴、徐士駢との交流に見られる。出世の道を歩む人の中には、不遇であれば、対極にある隠棲の道に転化する人も多い。だが、呉昌碩は隠棲に逃げず、出世の道を歩んだ。これは孤高の人生といえる。そのような呉昌碩は、さまざまな理由で、同じく孤高の人生を送っている人々を尊重し、称えるのである。

#### 5. 異分野への尊重

杜文瀾、周作鎔、畢兆洪、徐士駢、楊晋藩、費以羣との交流に見られる。呉昌碩は、志向が異なる分野であっても良さを認めて尊重し、それらを好む人にも敬意を払い交流していた。当時の呉昌碩は画家の側面を具えておらず、師承となる画家を求めていた。このことが画という異分野への尊重につながり「詩書画篆刻」四絶の文人としての基盤を確立できたといえる。

#### おわりに

第一章では呉昌碩の文人的思考の形成を確認した。第二章では呉昌碩早期における文人交流を究明した。第三章では呉昌碩の文人的思考の本質を明らかにすることができた。呉昌碩の早期における文人交流は、呉昌碩の文人的思考を育み、文人として大成するための礎となったのである。

[1] 松村茂樹「呉昌碩の生誕地と「蕪園」をめぐる」『大妻女子大学紀要-文系-』第50号 2018.3.16 大妻女子大学は「安吉県東街読書楼故宇」が呉昌碩の従祖・呉応奎の故居で、呉昌碩の生誕地であり、「蕪園」もここであるとしている。

[2] 呉東邁『呉昌碩』1963.12 上海人民美術出版社の邦訳である足立豊訳『呉昌碩 [人と芸術]』1974.7.20 二玄社 による。

[3] 松村茂樹「呉昌碩の官途」『中国近現代文化研究』第20号 2019.3.31 中国近現代文化研究会



## 桜の樹の下に眠る感情

What's buried under the cherry tree?

廣田 友紀

Yuki Hirota

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 言語文化学専攻 国際文化専修

キーワード：文学，文化，アニメ，漫画，映画

Key words : Literature, Culture, Animation, Comic, Movie

### 1. 目的

『呪術廻戦 0』では、乙骨憂太と折本里香，そして五条悟と夏油傑の2組の別れが描かれている。本研究では『呪術廻戦』に登場する五条と夏油の学生時代の話にあたる「懐玉・玉折編」及び夏目漱石『こころ』を参照にし，五条と夏油の関係性を明らかにしていくと共に，『呪術廻戦 0』という作品のもつ美しさを読み解く。

### 2. 考察

物語は，主人公である乙骨憂太が東京都立呪術高等専門学校に転校してくるところから始まる。6年前，友人であり恋心を寄せていた折本里香は，交通事故で亡くなる。そしてその事故の現場に居合わせた乙骨憂太は，特級過呪怨霊となった折本里香に呪われ，今回里香が乙骨をいじめていた同級生4人をロッカーに詰めたことで事が公になり，得体の知れない大きな力を恐れた呪術界上層部は，乙骨憂太の秘匿死刑を決定する。乙骨自身も処遇を了承するが，そこに待ったをかけたのが東京都立呪術高等専門学校1年担任の五条悟だった。五条は乙骨が未成年の子供であること，実際里香に返り討ちにされた術師がいることから，呪術高専預かりとし，彼に呪術を，呪いと戦う術を身につけさせることを提案する。

里香の呪いを解くべく同級生らと毎日鍛錬に励む乙骨の前に，呪詛師・夏油が現れ，乙骨から里

香を奪おうとする。夏油は非術師を皆殺しにして呪術師だけの世界を作るという理想を掲げている。一見残酷な思想を持つ者による思想のように思われるが，これは夏油の優しさから生まれたものなのだ。夏油はかつて，学生時代に五条と共に少女の護衛任務にあたっていた。その少女は国内の主要結界を担う天元という人物と同化する星漿体で，いつてしまえば人身御供という存在だ。少女の護衛は，結果として失敗に終わる。彼女は呪詛師によって殺されてしまった。このとき夏油は，その少女の殺害を依頼した非術師らが笑顔で彼女の死を喜ぶ様を目の当たりにした。そして，その事件をきっかけにそれまで対等であった五条はひとりで“最強”となってしまう，また，自分に懐いていた後輩の灰原を亡くす。「弱者生存」を説いていた夏油は，それまで呪術は非術師を守るためにあり，術師は非術師を守るために戦うのだと思っていた。しかし，守るべきはずの非術師は星漿体，ひとりの少女の死を喜び，そんな非術師を守るために後輩は命を落とした。弱者は非術師の方であると思っていたが，実のところは，社会においての弱者は，マイノリティである呪術師の方だったのだ。呪術高専に来るまで非術師らと共に一般社会で暮らしていた夏油には，その残酷な現実が堪えてしまった。真面目で優しい彼は，その現実を見て見ぬふりは出来なかった。だから，呪術師を守るために非術師は嫌いだと自分に言い聞かせ，呪術師が非術師に消費されない世界を，呪術師が傷つかずに済む世界を作ろうとした。

その「大儀」を掲げる夏油に，乙骨は「純愛」で応える。夏油にとって呪いは非術師が生み出した呪術師を傷つける忌々しいものだが，乙骨にと

ってのそれは、ひとりだった自分に真希や狗巻、パンダら友達と出会うきっかけをくれたもので、6年前に死別するはずだった里香と自分とを繋いでくれているものだった。また、五条は乙骨に「愛」ほど、歪んだ呪いはない」と語る。乙骨は、呪いも愛した。「愛」は呪いに、呪いは「愛」に。

乙骨との勝負に敗れた夏油の前に、五条が現れる。五条は、夏油と決別してから、「強く聡い仲間を育てる」夢を叶えるべく、高専で教鞭をとる道を選んだ。悪しき風習に染まった上層部をリセットするために。若人の青春を何人からも奪わせないために。2人で最強だった頃の夏油が守ろうとしたものを、守るために。夏油のようにひとり苦しむ者をださないために。

五条に何か言い残すことはあるかと問われた夏油は、非術師は嫌いだが、高専の連中まで憎かったわけではない、ただ、この世界では心の底から笑えなかったのだという。そんな夏油に、五条はある言葉をかける。その言葉は原作でも映画でも非公開となっているが、その後の乙骨との会話、また夏油が最期に「最期くらい呪いの言葉を吐けよ」と学生の頃のように笑ってということから、おそらく「親友」という言葉を贈ったものだと考えられる。Kと「先生」、そして「先生」と「私」は遺書によって自分と遺書を贈った相手との間に親密な関係を築いた。このとき、五条と夏油が最期に交わした言葉もこの遺書の役割を果たし、学生時代の頃のような「親友」の関係を築いたものと考えられる。

梶井基次郎による『桜の樹の下には』の主人公の「俺」には、生や美のようなものと共に、“惨劇”となる何かが存在しなければならず、美しい桜の下には“屍体”が埋まっていると考える。つまり、『呪術廻戦0』の美しさは、乙骨と里香の“愛”という歪んだ呪い、そして五条と夏油の過去ののような“屍体”があるからこそ際立っているのだ。

『呪術廻戦0』は、乙骨と五条が失ったものの大切さを知り、それとけじめをつける物語だ。その“屍体”があるから、彼らは強くあることが出来る。未来に進むことが出来る。

今日も彼らは呪いを祓う。これは、愛と呪いの物語なのだから。

### 主要参考文献

- [1] 朴性厚, 『劇場版呪術廻戦0』, 東宝, 2022, Blu-ray.
- [2] 芥見下々 『呪術廻戦0 東京都立呪術高等専門学校』 集英社, 2018.
- [3] 芥見下々 『呪術廻戦』 1-25 巻, 集英社, 2018-2024.
- [4] 『劇場版呪術廻戦0 公式パンフレット』, 東宝, 2021 年.
- [5] くまあたらう, 『劇場版呪術廻戦0 ノベライズ 未来文庫版』, 集英社, 2021.
- [6] 北國ばらっど 『劇場版 呪術廻戦0 ノベライズ』 集英社, 2021 年.
- [7] 芥見下々, 『呪術廻戦公式ファンブック』, 集英社, 2021 年.
- [8] 御所園翔太, 『呪術廻戦 懐玉・玉折編 1』, 東宝, 2023, Blu-ray.
- [9] 御所園翔太, 『呪術廻戦 懐玉・玉折編 2』, 東宝, 2023, Blu-ray.
- [10] 夏目漱石 『こころ』 岩波書店, 1927 年
- [11] 小森陽一, 中村三春, 宮川健郎, 『総力討論 漱石の『こころ』』 翰林書房, 1994 年.
- [12] 小森陽一, 『『こころ』を生成する心臓<sup>ハート</sup>』 (『成城国文学』 1, 1985・3)
- [13] 小森陽一, 石原千秋, 『漱石を語る 2』, 翰林書房, 1998.

# マゾヒズムの言説と行為における女性の主体性の社会学的分析

A Sociological Analysis of Female Subjectivity in the Discourse and Practice of Masochism.

岩佐 夏海

Natsumi Iwasa

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 現代社会研究専攻 臨床社会学専修

キーワード：マゾヒズム，逸脱，フェミニズム

Key words : Masochism, deviance, Feminism

## 1. 目的

従来、女性主体のマゾヒズムは性的領域における質的逸脱として病理化され、従属と紐づけられ属性と考えられてきた。現在もマゾヒズムという語や概念は、主に若年層で現在も性的行為の質的逸脱や性格の特性としてしばしば語られる。本研究では、女性のマゾヒズムに関する言説の変化について、暴力による学習性無力感をマゾヒズムによって正当化する言説とその批判や、マゾヒズムは男性の幻想でありサディズム-マゾヒズムの関係性では男性が権力を行使しているという議論、欧米圏と日本によって異なるマゾヒズムの脱病理化の動きとその言説に特に着目する。これに依拠して、対人関係においてコミュニケーション状況を意図した方向に導くための実践としてのマゾヒズムは、行為する主体の意図的な振る舞いでありパフォーマンスであるという視点から、マゾヒストであると自認する女性の語りを通して言説がどのように認知および内面化が行われ、実践に結びつけられるかを明らかにする。

## 2. 方法

性的実践や精神病理学的、性科学的象徴としてのマゾヒズムの定義づけとパフォーマンスは、ジェンダー関係や権力行使やステレオタイプに関する議論に通ずる社会現象ともいえる。このことから「世界価値観調査（日本調査）Wave7,2019」の個票データを用いて二次分析を行い、社会的に構築された価値観である性別役割分業観と性別によって私的領域で行われる暴力に対する態度をみる。

またマゾヒズムを、従来の本質的な性格や病理

であるという見方ではなく、対人関係においてコミュニケーション状況を意図した方向に導くための実践であり行為する主体の意図的なパフォーマンスと捉えて、当事者の女性の価値観や経験、自己評価、恋愛観、家庭環境や社会経験といったライフストーリーを比較して検討した。社会的属性の異なる20代女性を研究の枠組みから社会的属性や所属集団の差異を条件化し、条件に合ったインフォーマントを知人ネットワークから探し出して紹介を依頼した。マゾヒズムの言説と実践を紐づける過程を見るために所属コミュニティの期間や形態が異なる人を対象としている。半構造化面接調査を行い、マゾヒズムの言説や社会経験の認知、それらを実践に落とし込む手順をみる。また、暴力に対する価値観と性別役割分業観やその延長線上にある男尊女卑傾向の因果関係に着目する。

## 3. 結果と考察

重回帰分析を行った結果、男性ダミーと性別役割分業観が1%水準で有意であり、性別役割分業観がより関連が強かった。また、その他は関連がみられなかった。社会的に構築された価値観である性別役割分業観及び性別が規定要因となる傾向が強く、女性より男性の方が、理由があれば私的領域での暴力を肯定する傾向にあることがわかった。この要因としてまず、女性は暴力において被害者側に当事者意識が強いことから顕著な結果が出たと考えられる。フェミニズム運動の活発化によって、日常生活や戦時下での女性への強姦、夫婦間での半強制的な性行為、虐待といった女性に対する暴力は強く批判された。またDV被害につ

いても、女性の方が被害件数は圧倒的に多いとされている。そのため、実数でも言説でも女性は被害者として語られることが多く当事者意識が強いことから、暴力を許容しないとする傾向が強くと考えられる。また、「男らしさ」という役割の延長線上に男性の暴力行為やそれを通した優位性や支配性の誇示が存在する可能性から、暴力行為は男性性の実践として用いられるという点で、上記のような結果が出たとも考えられる。

次にインタビュー調査では、マゾヒズムに関する語りから、従来の本質的な性格や病理であるという見方と、対人関係の中でコミュニケーション状況を意図した方向に導くための実践であり行為する主体の意図的なパフォーマンスとしての見方が混在している様子がみられた。前者は、女性は基本的にマゾヒスト傾向にあるという語りや、自らの性的行為を普通ではないものとしてカテゴライズしている点、女性マゾヒストに一定の性格傾向があるとして批判している様子からみられた。後者は、性的領域以外での普段の関係性に上下関係があることを拒む姿勢や、ストレス発散と自我の忘却という目標のためにサディズムーマゾヒズム実践に至ると語りからみられた。

また二次分析と関連して、性別役割分業観や男尊女卑傾向があると自称しておりマゾヒズムの行為実践とも紐づけている様子からみられた。このことから、精神医学や愛好家の関連団体によって否定された男性＝能動＝サディスト、女性＝受動＝マゾヒストという図式の言説は根強く、特に病理としての意味合いを持たない日本ではその傾向がまだ残っているため、依然としてこの価値観は社会的に暗に要求され続けていると考えられる。当事者の語りから、このような図式が社会的にも個人間でも要求される状態でサディズムーマゾヒズム実践を行うことは、同意の正当性の担保が難しく支配関係と加害行為を隠蔽する可能性が懸念される。しかし一方で、当事者は自身にとってのマゾヒズム概念の構築と実践について過去の経験をもとに非常に細かく分析し、自身の性格や行動と紐づけている。一般化して語る際には性格傾向としてマゾヒズムを説明しているが、現在はあくまでも、主観性を文化的ステレオタイプとして生み出す運動をコントロールする相互関係的なパフォーマンスとして認識し、性的行為に取り入れているとみられる。

#### 4. まとめと今後の課題

現実のサディズムーマゾヒズム実践は暴力を隠蔽し法的に免罪する危険性が高いことは、理論においても当事者の語りからも明らかである。しかし当事者の女性がサディズムーマゾヒズム概念を認識し自身の性的行為とその時点でのパートナーとの関係性を客観的に振り返ることで、規範を再確認しながら逸脱を意図的に行い規律訓練によって維持される主体のあり方を認識し、脱構築する様子が調査で見られた。女性のマゾヒズムは、過去に議論された通り家父長制による男尊女卑や性別役割分業観の温存を隠蔽するだけでなく、権力関係のエロス化によって加害者に悪用されることも多々ある。しかし女性マゾヒストを単なるマゾヒストではなくマゾヒズム概念の行為体と捉えることで、相互関係の中で支配－被支配を意図的に再演し、マゾヒズム概念を単純に権力関係や法制度をコピーしたものではなく、権力関係の二項対立的な構造を脱構築するきっかけを生じさせるものであると捉えることが可能となる。マゾヒズムは自身の性的領域のあり方をきっかけに自身が内面化している文化的なコードや価値観を浮かび上がらせる機能があるのである。

倫理的に問題ない性行為における制約は同意のみであるとする場合、性的な嗜好は社会関係のなかで構築されたものではなく自然な「個人の好み」とされ、政治性は根本的な事実とされてしまう。しかしマゾヒズム概念は、この同意による隠蔽の問題を逸脱という点で避けることができる可能性がある。女性のマゾヒズム概念は支配関係を隠す厄介な概念だが、当事者や社会が過程と結果とそのあり方を問い続けることで、女性を取り巻く権力関係を解消する一助となることのできる概念といえる。

#### 主要参考文献

- [1] John K.Noyes 1997 The mastery of submission : inventions of masochism (岸田秀・加藤健司訳 2002 『マゾヒズムの発明』 青土社)
- [2] 小西真理子 2021 「支配する技術・欲望される支配 : SM をめぐるトラウマ研究に向けての試論」『臨床哲学ニューズレター』(3) : 118-147
- [3] 平野嘉彦 2004 『マゾッホという思想』 青土社

# 認知症患者の点滴を通して考える終末期医療の課題

## —臨床看護師の視点から—

Issues of end-of-life medical care through intravenous drip for dementia patients

—From the perspective of a clinical nurse—

岡部 淳子

Junko Okabe

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 現代社会研究専攻 臨床社会学専修

キーワード：認知症患者， 終末期医療， 臨床看護師， 事前指示書

Key words : Dementia patients, End-of-life medical care, Clinical nurse, Advance instructions

### 1. 目的

1976年、日本は病院死が自宅死を上回った。今では、約8割の人々が病院で亡くなっている。

2040年の高齢化率(推計)は35.3%になり、死亡数は約168万人になるとされている。

認知症高齢者数は、増加傾向にあり、2040年には、3人に1人程度が認知症になるとされている。

認知症患者は認知機能の低下に伴い意思表示が困難になる。また、摂食嚥下障害に伴い、誤嚥性肺炎を繰り返し、永続的に経口摂取が困難になると、末梢静脈点滴から水分を補給し生命維持を図ることになる。

本稿では、認知症患者が積極的医療行為によって生じている現状と課題、患者の尊厳、意思表示の意味、倫理的問題について考えていく。

### 2. 方法

先行研究では、がんから認知症へ疾病構造の変化に伴い、意思表示できない認知症患者の終末期医療のあり方の問題を考察する。

終末期に関する意識調査結果(2000年～2018年)の5つの報告書では、時系列的变化をまとめ、人々の意識の変化と終末期医療の課題について考察する。

先行研究や意識調査の結果を踏まえ、臨床での観察に基づいた点滴を取り扱う4つのエピソード記述では、患者の抱える問題、患者との関わりや家族との関わり、医師と看護師のやり取り、終末期医療を提供する病棟の状況を明らかにする。

### 3. 結果と考察

2000年報告書の「末期医療」の特徴として、一般集団・医療者における中止する末期医療では、一般集団の傾向としては、延命医療に対して消極的であることがわかる。看護職員・医師の場合は、延命医療に対して積極的であることがわかる。

看護職員の勤務先における治療方針では、病院勤務の医師に比べれば治療優先思考は低下するが、病院勤務の看護職員は病院の治療方針に従い、治療を優先に考えていることがわかる。

リビング・ウィルの扱いでは、医師の50%はリビング・ウィルを尊重すると示したが、一般集団と看護職員は、医師がリビング・ウィルを尊重してくれると思うと回答した割合は、10%程度で認識の違いが生じている。

2005年報告書の、患者(家族)が持続的植物状態の場合の延命医療では、一般集団・医師・看護職員・介護職員の全ての属性において、自分自身には望まない治療を家族や患者には継続を選択する傾向が示された。これは、2000年報告書の結果と同様である。自分自身に対する判断基準と家族や患者に対する終末期医療の判断基準は異なるということを示している。

継続する点滴の割合では、2000年報告書と比較した場合、2005年報告書では医師と看護職員共に微弱ながら点滴の支持割合が減少した。

リビング・ウィルという考え方が定着していることから、肯定的に人々が捉えて意識に変化をもたらしたと考えられる。

2000年では『21世紀の末期医療』として書籍にまとめられているが、2005年は『今後の終末期の在り方』というように本のタイトルが変化している。

2005年に調査対象者に介護職員が加わったことがわかる。

2010年報告書では初めて、認知症が登場する。自分が認知症になった場合の延命医療に対しては望まない傾向にあるが、自分の家族が認知症になった場合と担当している患者(入居者)が認知症になった場合の延命治療に対しては、自分の時より積極的に延命治療を行う傾向が示された。点滴(維持輸液)でみた場合も同様の傾向が示された。この傾向は、患者本人の意思を無視することであり患者の尊厳を守ることから反しているのではないかと考える。

リビング・ウィルが定着してきた背景には患者の意思を尊重するためであるが、家族や代理人が患者の意思を推定して終末期医療を選択する際に、患者が希望していない治療が提供され、過剰な治療によって患者が苦しめられることも可能性としてありうることから、それを回避する意味でもありと考える。

2010年報告書のタイトルは、「終末期医療のあり方に関する懇談会<終末期医療に関する調査>結果について」となった。

患者の高齢化に伴い意思表示が困難な場合が生じているために代理人による意思表示という考え方がより必要になったと捉えることができる。報告書が事前に本人と家族で自分の終末期医療のあり方について話し合っておくことの重要性を提言していることが特徴である。

2014年報告書では、リビング・ウィルという言葉は消え事前指示書が使用されるようになった。

認知症の場合の点滴では、医師と看護職員では点滴を望まない割合が増えた。

人びとの事前指示書という考え方に賛成の割合が増えていることから、事前指示書の作成が必要になってきていることがわかる。

2014年の報告書の質問内容は、本人に対するものだけになり、本人の希望が明確に示されている。また、認知症という疾患を理解できるように具体的な状況説明文が加えられていたことで、質問文に対して答えやすい印象を受けた。

意思表示の書面の作成状況では、作成に賛成の意向を示していても、90%以上の人々は書面を作成

していないことがわかった。

認知症患者の点滴では、A患者は、点滴を自己抜去してしまう可能性が高いことから、医師に状況を伝え、医師の指示のもと通常の2倍の速度で、患者が寝ている間に点滴を行った。看護師は安全を優先するばかりに患者の尊厳を軽視してしまったと考える。

認知症患者の終末期医療の現状では、B患者は、皮下輸液によって体内に維持輸液を入れていた。体内に吸収されない維持輸液は浮腫を形成し浮腫になった部分から浸出液が漏れていた。生命維持のために行われた延命治療は、患者の尊厳を傷つけるものであった。

認知症患者が口から水を飲めなくなった場合の点滴では、C患者は、患者のペースに合わせむせないように飲水介助を行うことで、経口から飲食が摂れるようになった。終末期だから経口から飲食は摂れないと勝手に決めつけてはいけないことに気づいた。

認知症患者が意思表示できなくなった場合の事前指示書のあり方では、D患者は、表情・仕草で自分の気持ちを表していた。しかし、言葉によるコミュニケーションが取れないために、配偶者の意見が優先され、患者の意見は無視されたのである。

#### 4. まとめと今後の課題

延命治療について考える時に、自分自身には望まない点滴を、家族や患者に対しては施行する傾向が意識調査で明らかになった。よって、誰もが自分自身の延命治療について事前指示書に残して置く必要があると考える。

終末期の認知症患者が口から水を飲めなくなった場合の点滴の考え方として、生命維持という視点ではなく、緩和ケアとして捉える必要があると考える。

#### 主要参考文献

- [1] Barney G.Glaser,Anselm L.Strauss 訳 木下 康仁,1965=1988,『死のアウェアネス理論と看護——死の認識と終末期ケア』医学書院。
- [2] 田代志門,2016,『死にゆく過程を生きる—終末期がん患者の経験の社会学』世界思想社。
- [3] David Sudnow 訳 岩田啓靖 他,1968=1992,『病院でつくられる死—「死」と「死につつまること」の社会学』せりか書房。

# 大学生における援助要請の傾向を測定する尺度の作成

## — 相談したくてもできない援助要請者への介入に向けて —

Development of a scale for university students to measure of help-seeking tendency  
— For intervention to people who want to help-seeking but cannot —

大篠 明莉

Akari Oshino

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：援助要請，大学生，尺度作成

Key words : Help-seeking, University students, Development of a scale

### 1. 問題と目的

個人が問題を抱え、それを自身の力では解決できない場合に、必要に応じて他者に援助を求めることは重要な対処方略の一つであり、このような現象は援助要請と呼ばれる(永井,2013)。援助要請の研究は社会心理学やカウンセリング心理学など様々な心理学領域で研究されてきたが、中でも臨床心理学領域では、主に悩みや精神的な問題を抱えた際に身近な他者や専門家へ相談する行動などが扱われてきた(永井,2020)。臨床心理学において援助要請が注目される背景として永井(2020)は、一人で対応しきれないような困難を抱えても誰にも相談しない現象が一般的に見られることを挙げており、また、そういった者の存在は永井・新井(2005)、茨木・松井(2014)などから明らかであるが、永井・新井(2005)は、悩みを相談しない者の中には「そもそも相談意図のない者」と「相談したくてもしない者」が存在すると指摘している。

ところで、これまで個人の援助要請の傾向を測定する尺度として主に永井(2013)の援助要請スタイル尺度が用いられてきた。この尺度では、個人の援助要請を「援助要請自立型」、「援助要請過剰型」、「援助要請回避型」の3つに分類しており、困難を抱えても誰にも相談しない者は援助要請回避型に該当すると考えられるが、その中には「そもそも相談意図のない者」と「相談したくてもしない者」の両者が混在していると推測される。しかし、茨木・松井(2014)は「相談したくてもで

きない」場合と「必要がなく相談しない」場合を区別した上で、より積極的な介入が必要と思われる「相談したくてもできない」場合の適切な支援について明らかにする必要があると述べていることから、両者を援助要請回避型として一括りにすることは望ましくないと考えられる。

そこで本研究では、「そもそも相談意図のない者」と「相談したくてもしない者」の区別された援助要請の傾向を測定する尺度を作成することを目的として、大学生を対象に、尺度項目を選定するためのアンケート調査(研究1)と作成した尺度の信頼性と妥当性を検討するための質問紙調査(研究2)を実施した。

### 2. 研究1(尺度の項目作成のための調査)

**方法：**「そもそも相談意図のない者」と「相談したくてもしない者」とを分類するための質問項目を選定することを目的として、首都圏の女子大学に通う大学生を対象に、Google Formを用いた自己記入式のWebアンケートを実施した。アンケートには、悩みや不安を経験したときに誰かに相談したくてもできなかった経験、誰かに相談しようと思わなかった経験の有無や、その理由について回答するよう求める内容などが含まれていた。

**結果：**大学生102名を対象として調査を実施したところ、47名(男性0名、女性47名)から回答を得た。得られた回答をKJ法に準じた方法を用いて分析し、「相談したくてもしない者」と「そもそも相談意図のない者」とを分類するための質問項

目について検討した。その結果、14項目を考案し、永井（2013）の援助要請スタイル尺度の中で援助回避型を測定する4項目の代わりに組み入れた。したがって、永井（2013）による援助要請過剰型を測定する4項目、援助要請自立型を測定する4項目と合わせた計22項目の尺度を、暫定的な大学生の援助要請の傾向を測定する尺度とした。

### 3. 研究2（尺度の作成と信頼性・妥当性の検討）

**方法：**研究1で作成した尺度の信頼性と妥当性を検証することを目的として、大学生を対象とした質問紙調査を行った。構成概念妥当性を検討するにあたっては、新しい心理的ストレス反応尺度（鈴木他, 1997）、相談行動の利益・コスト尺度改訂版（永井・新井, 2008）、K6日本語版（Furukawa *et al.*, 2008）、ここ1か月の援助要請の経験に関する質問を用いた。

**結果：**調査対象者は首都圏にある4つの大学に通う大学生212名であり、131名から回答を得た。対象者の平均年齢は19.48歳（SD=1.32）であり、性別は、男性70名（53.44%）、女性59名（45.04%）、その他2名（1.53%）であった。

作成した尺度について因子分析を行った結果4因子が抽出され（表1）、大学生の援助要請の傾向は、援助要請逡巡型（相談したい思いはあるが色々な障壁があるので相談しない傾向であり、「相談したくてもしない者」に相当する）・援助要請無用型（援助要請を行うつもりがない傾向であり、「そもそも相談意図のない者」に相当する）・援助要請過剰型・援助要請自立型の4つに分類されることが示唆された。

表1 作成した援助要請の傾向を測定する尺度の因子分析結果（最尤法・プロマックス回転、N=115）

項目	項目内容	I	II	III	IV
<b>第I因子：援助要請逡巡型（<math>\alpha = .931</math>）</b>					
q3×12	どんな悩みでも、悩んでいること自体を言いたくないため、相談しない	<b>.919</b>	-.128	-.082	-.028
q3×11	相談したいと思っても、相談することが恥ずかしいので、相談しない	<b>.904</b>	.019	.063	-.118
q3×16	相談したいと思っても、自分の印象が悪くなると思うため、相談しない	<b>.863</b>	-.102	.009	.008
q3×10	どんな悩みでも、自分が悩んでいると知られたくないため、相談しない	<b>.780</b>	.060	-.102	.004
q3×20	相談したいと思っても、否定的な答えが返ってくると思うため、相談しない	<b>.727</b>	.089	.202	-.125
q3×14	相談したいと思っても、悩んでいることの内容を知られたくないので、相談しない	<b>.678</b>	.116	-.091	.158
q3×9	相談したいと思っても、なんと言えよいか分からないため、相談しない	<b>.647</b>	.074	-.021	.052
q3×19	これまで、どんな悩みであっても自分一人で解決してきたため、相談しない	<b>.611</b>	.145	-.055	-.060
q3×15	相談したいと思っても、相談すると状況がさらに悪くなると思うため、相談しない	<b>.578</b>	-.087	-.009	.026
q3×18	どんな悩みでも、自分の考えを重複するため、相談しない	<b>.575</b>	.152	.114	.047
q3×7	相談したいと思っても、相手に気を遣わせてしまうと思うため、相談しない	<b>.441</b>	.237	-.177	.217
<b>第II因子：援助要請無用型（<math>\alpha = .878</math>）</b>					
q3×3	どんな悩みでも、相談しても変わらないと思うため、相談しない	.069	<b>.822</b>	.084	-.057
q3×2	どんな悩みでも、自分一人で解決しなければと考えているため、相談しない	-.053	<b>.769</b>	-.104	.099
q3×5	相談したいと思っても、理解してもらえないと思うため、相談しない	-.242	<b>.751</b>	.071	-.084
<b>第III因子：援助要請過剰型（<math>\alpha = .907</math>）</b>					
q3×17	よく考えれば大したことと思えるようなものでも、わりと相談する	.098	.020	<b>.881</b>	-.030
q3×21	比較的ささいな悩みでも、相談する	-.147	.134	<b>.860</b>	.024
q3×16	悩みを抱えたら、それがあまり深刻なものでもなく、相談する	.136	-.101	<b>.846</b>	-.004
q3×13	困ったことがあったら、割とすぐに相談する	-.106	.054	<b>.835</b>	.035
<b>第IV因子：援助要請自立型（<math>\alpha = .766</math>）</b>					
q3×4	相談より先に自分で試行錯誤し、いきづまったら相談する	.155	-.204	-.140	<b>.752</b>
q3×22	先に自分で、いろいろやってみてから相談する	-.257	.276	-.156	<b>.746</b>
q3×8	悩みが自分一人の方でどうしようもなかった時は、相談する	-.003	.059	.306	<b>.661</b>
q3×1	少しくらぐても、自分で悩みに向き合い、それでも無理だったら相談する	.123	-.245	.343	<b>.575</b>
因子間相関		I	.586	-.389	.210
		II	-	-.546	.109
		III		-	.091

次に、上記4つの援助要請の傾向が、心理的ストレスや精神的健康度、また相談行動の利益とコストに対して与える影響を検討するため、重回帰分析を行ったところ、援助要請逡巡型は、心理的ストレス、自己評価の低下・秘密漏洩（相談行動のコスト）、自助努力による充実感（相談回避の利益）、精神的健康度に正の影響を与えており、援助要請無用型は、ポジティブな結果（相談行動の利益）に負の影響を与えていた。援助要請過剰型は、ポジティブな結果に負の影響、問題の維持（相談回避のコスト）に正の影響を与えており、援助要請自立型は、ポジティブな結果、問題の維持、自助努力による充実感、精神的健康度に正の影響を与えていた。

### 4. まとめと今後の課題

本研究より、大学生の援助要請の傾向は、援助要請逡巡型・援助要請無用型・援助要請過剰型・援助要請自立型の4つの傾向に分類されることが示され、さらに、各援助要請の傾向は異なった特徴を有しており、相談したくてもしない者（逡巡型）と、そもそも相談意図のない者（無用型）を回避型として一括りにまとめるのではなく、区別することには意味があることが示唆された。また、本研究の結果からは、相談したくてもしない者（逡巡型）は相談行動のコストを懸念していることから、相談行動のコストが低減するよう働きかけることで、援助要請行動が喚起されるのではないかと考えられる。具体的には、秘密が守られながら援助要請が行える場を整えることや、そういった場の存在を周知することが、有用な支援となり得ると言えるだろう。

今後の課題としては、それぞれの援助要請の傾向をもたらす要因を検討することが挙げられる。

### 主要参考文献

- 茨木 詩織・松井 豊（2014）. 悩みを相談したくてもできない時に身近な人に求める接し方の検討 筑波大学心理学研究, 48, 19-28.
- 永井 智・新井 邦二郎（2005）. 中学生における悩みの相談に関する調査 筑波大学発達臨床心理学研究, 17, 29-37.
- 永井 智（2013）. 援助要請スタイル尺度の作成—縦断調査による実際の援助要請行動との関連から— 教育心理学研究, 61(1), 44-55.



## カップル間におけるコミュニケーションに関する臨床心理学的研究

## —さりげない声かけと恋愛関係における満足感との関連—

Clinical psychological research on communication between couples  
—Relationship between casual calls and satisfaction in romantic relationships—

大塚 彩華

Ayaka Otsuka

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：恋愛，声かけ，文化差，介入

Key words : romantic love, casual calls, cultural difference, intervention

## 1. 目的

恋愛は精神的な健康や心理的な影響があるとされており（高坂，2016），青年にとって恋人の存在は精神的な支えとなり，青年の成長につながる事が明らかになっている．一方で，恋愛関係が上手くいかないことは精神的な不健康に結びつくため（清水・大坊，2005），恋愛関係における良好な状態を保つことは重要である．青年期の恋愛関係の形成・維持は重要な意味を持ち，その中で恋愛関係の形成・維持における「信頼感」の重要性が指摘されている（Holmes, & Zanna, 1985）．中井（2020）は日本と海外とでは恋愛に文化差があるものの，信頼感は恋愛関係の形成・維持に重要な要素であることを明らかにした．信頼感の低い人の特徴として，恋人からの拒絶を予想する傾向（Rempel *et al.*, 1985），自己開示の頻度の低さ，自己評価の不安をもたらす等が挙げられている．Cortes & Wood(2019)は，信頼感の低い人が自身の自己観を損ねずに好意的な反応として受け入れることのできる方法として，さりげなく，脅迫的ではなく，実行しやすい方法で気遣いを伝えることが有効だと考え「信頼感の低い恋人にその日のことを尋ねる」という方法を検討した．その結果，その日1日について尋ねることは信頼感の低い人にとっても気遣いの合図として認識されており，恋人との関係満足度が高まったことが示された．先行研究では米国人を対象としているが，山田他（2015）は恋愛関係において文化差があると示していることから，日本人を対象とした場合は異なる結果が導き出される可能性がある．よって本研

究の目的は，日本人を対象として信頼感が低いことで恋愛関係に問題を抱えている青年期の方の関係の満足度が高まるような介入方法を検討することである．研究1ではCortes & Wood(2019)の研究を参考に，日本人においてもさりげない声かけに関して同様の効果が得られるのかを検討した．研究2では，カップルを対象に実際に声かけをしてもらいその有効性について検討した．

## 2. 研究1

研究1では「信頼感が低い場合，1日について尋ねる声かけの頻度が高い条件では気になけられていないと感じるのではないか」という仮説を立て検証した．大学生73名を対象とした（男性27名，女性46名，平均年齢19.96歳（ $SD=1.35$ ））．その結果，声かけの頻度の主効果は1%水準で有意であった（ $F(1,67)=101.76, p<.01$ ）．次に信頼感の主効果は見られなかった（ $F(1,67)=2.62, n.s.$ ）．また声かけの頻度と信頼感の交互作用は見られなかった（ $F(1,67)=0.88, n.s.$ ）．仮説は支持されなかったが，1日について尋ねられる声かけの頻度の主効果は有意であった．よって信頼感の高低に関わらず声かけの頻度が高いと気遣いを感じる事が明らかとなった．

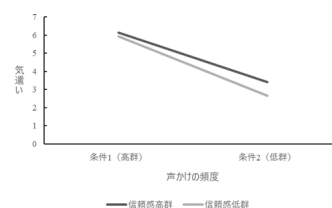


図1.声かけの頻度・信頼感に見た気遣いの平均値

### 3. 研究2

研究2では研究1での結果を踏まえて実際に1週間声かけをさせた。そこで“さりげない声かけ”の効果を検討するために、声かけを実施したカップル(3組)の方がしなかったカップル(2組)よりも関係満足度が高まるかどうか検討した。その結果、2群のカップルにおいて関係満足度の有意な差は見られなかったため、仮説は支持されなかった。日本と海外のコミュニケーションの文化差や「今日」が指すものが分からず、声かけされた人は「何を答えればいいのか」と不安になったと考えられる。これにより「今日どうだった？」等のその日の事を尋ねる“さりげない声かけ”の効果があまり見られなかった可能性がある。

声かけを実施したカップルについて、1組目は信頼感の高いカップルであった。対面で2人にとって共通の話題を話すことが満足度を高めた。また声かけされた側は最初戸惑っていたものの、段々と慣れていくことで自己開示していった。

2組目は、声かけする側は信頼感が高く、される側は低かった。後者は最初声かけに戸惑っていたが、前者が先に自己開示したり対面で話したことで、後者が楽しそうに話していると感じた。しかし後者は「(恋人が)メンヘラ化した」等、ネガティブな感想を抱いていた。先行研究では、信頼感の低い人の特徴である自己評価の不安を抱きやすい傾向(Swann Jr., 2012)を考慮し「その日のこと」という大きな枠の質問をしている。しかし、日本では「今日どうだった？」と何を聞かれているのか明確でない質問をされると「何かしてしまったのではないか」「浮気を疑われているかも」等の「考えすぎ」(Swann Jr., 2012)を誘発した可能性がある。

3組目は声かけする側は信頼感が低く、される側は高かった。前者は後者に声かけすることでどのような反応をされるか不安に感じており、実際の反応を「嘲笑」されたや「めんどくさそう」等ネガティブに感じていた。後者は負担も感じていたが、「自分の話を聞いてくれるようになった」等ポジティブな変化も感じていた。和田(1995)は男性は自己開示を行いたいけれども行わない(行えない)と述べている。本研究の声かけにより自己開示が促されたと考えられる。

### 4. まとめ

本研究において、研究1より信頼感の高低に関わらず声かけの頻度が高いと気遣いを感じるこ

が明らかとなったが、研究2より声かけはカップルによっては関係満足度を上昇させることもあれば、低下させたり負担を感じさせたりすることが明らかとなった。先行研究とは異なり信頼感が高い場合でも気遣いを感じたり関係満足度が高くなったことについて、“さりげない声かけ”の特徴が信頼感の高い人にとって有効であったと考えられる。しかしこの声かけには回答の自由度の高さから「何を言えばよいか迷い答えにくくなる」という特徴があるため(玉瀬・田中, 1988; 吉井, 2015), まず声かけをする側が自己開示し、ロールモデルを示すことが有効だと考えられる。また声かけされる側の信頼感が低い場合は、“さりげない声かけ”によって「何を聞かれているのか」という不安を喚起しやすいと考えられる。よって声かけする側が先に自己開示することが有効な可能性がある。声かけする側の信頼感が低い場合「恋人がどう答えるか不安」を感じ、それが相手に伝わることでお互いが積極的なコミュニケーションを避けるようになると考えられる(藤原・大坊, 2012)。よって声かけする側の不安を少しでも解消できるよう、支援者の十分な説明や、やり方の丁寧な説明、問題が起きた際に援助を求めやすい環境づくり等が重要である。また信頼感の低い恋人がいるカップルにおいて「メンヘラ」という単語が見られた。これは“さりげない声かけ”が行き過ぎた行動と感じさせた可能性がある。また「今日」という言葉で回答の自由を確保しようとしたが、「今日のこと全て教えて」と感じさせた可能性もある。一方で、“さりげない声かけ”はネガティブな変化だけでなく自己開示の促進等のポジティブな変化も見られた。このことから、「今日」以外のセリフを用いて自己開示を促進させることが、信頼感の低い恋人がいるカップルの満足度を高めると考えられる。

### 主要参考文献

- [1] Cortes, K., & Wood, J. V. (2019). How was your day? Conveying care, but under the radar, for people lower in trust. *Journal of Experimental Social Psychology*, **83**, 11-22.
- [2] Rempel, J. K., Holmes, J. G., & Zanna, M. P. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, **49**, 95- 112

## 大学生における社交不安の規定因に関する検討

### ～不安のコントロール感，安全確保行動，評価懸念に着目して～

An examination of the determinants of social anxiety in college students  
—Focusing on the perceived anxiety control, safety behavior, and valuation concerns—

越智 くるみ

Kurumi Ochi

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：社交不安症，不安のコントロール感，安全確保行動，評価懸念

Key words : Social anxiety disorder, Perceived anxiety control, Safety behavior, Valuation concerns

#### 1. 問題・目的

社交不安症 (Social Anxiety Disorder : 以下 SAD) は、社交場面や対人場面において苦痛を伴う強い恐怖や不安を感じ、それを回避しようとすることで日常生活に支障をきたす疾患である。生涯有病率が高く、多くの人が罹患する可能性があり、将来にわたって影響を及ぼしうる疾患であるため、SAD に関して多くの研究が行われている。近年では特に Beck (1976) の認知理論の観点から不安や抑うつといった臨床像を把握する試みが注目されており、Clark & Wells の認知モデル (1995) や Rapee & Heimberg の認知行動モデル (1997) はその代表的な例である。国内でも認知的な観点から SAD を捉えた研究は多く行われており、不安感受性や認知統制スキルの関連など、SAD や社交不安に関する要因が数多く指摘されている。中でも特に注目されているのが評価懸念と不安のコントロール感、安全確保行動である。このように、SAD の発生機序に関する研究が進められる一方、実際には治療を受けないままのケースも多く、他の不安症や精神疾患の併発に繋がることも少なくない。

SAD の平均発症年齢は 18.6 歳であるが、この年代にあたる大学生は思春期青年期の課題に加え、大学進学などの大きなライフイベントや日常生活の変化のなかに身を置いており、不適応や様々な精神障害が好発しやすい。学生生活中のメンタルヘルス不調は、その後の生活にも影響を及ぼすため、早期の治療的介入の実施が望まれるが、不安に気づいていても語らないケースや単身生活等に

より気づかれないケースなど、問題が表面化しないまま深刻化することも多い。そのため、大学生を対象とした SAD の前段階での早期発見、早期治療へ繋げるための効果的なアプローチ方法やメンタルヘルス指導の検討が強く望まれる。

上述した通り、FNE や FPE などの評価懸念をはじめ、社交不安へ影響を及ぼす要因は複数存在する。また、荒井他 (2017) が不安のコントロール感と安全確保行動の媒介効果について指摘した例のように、SAD 症状は単純に一つの要因によって発生・維持・強化されるものではなく、複数の要因が互いに関連しながら SAD 症状や社交不安へ影響を及ぼしている。こうした状況下において、社交不安に関連すると考えられる複数の要因の強弱のパターンがどのような状態にある場合に社交不安が喚起されやすくなるのか明らかにすることは、SAD の発生機序の理解や早期発見の実現に繋がると考える。

そこで本研究では、SAD の好発時期に該当する大学生を対象に社交不安を規定する要因について複合的な検討を行い、社交不安が喚起されやすいパターンを明らかにすることを目的として、質問紙調査を実施した。

#### 2. 方法

[調査対象]

研究参加に同意した大学生 83 名 (男性 18 名、女性 65 名) を対象とした。

[調査方法]

講義前後の大学生を対象に調査の説明並びに Web アンケート調査を実施するホームページの QR コードを印刷した用紙を配布し、回答を募った。

調査対象者には、年齢、性別、社交不安、不安のコントロール感、評価懸念 (FNE・FPE)、安全確保行動 (過活動・制限行動・身体症状を隠す行動) について回答を求めた。社交不安の測定には LSAS, 不安のコントロール感の測定には ACQ, FNE の測定には SFNE, FPE の測定には FPES, 安全確保行動の測定には SAFE を使用した。

### 3. 結果と考察

得られたデータをもとに、結果の分析を行った。まず、各尺度の記述統計量を算出し、項目検定で  $\alpha$  係数、 $t$  検定で性差を検討した。 $t$  検定の結果、LSAS の不安のみ女性が有意に高い得点を示したが、それ以外の尺度では有意差がみられなかったため、以降の分析では性別を問わず分析を行った。次に、ACQ, SFNE, FPES の得点と SAFE の3つの下位尺度ごとの合計得点をもとにクラスター分析を行ったところ、5つのクラスターが抽出された。得られたクラスターを独立変数、使用尺度を従属変数として一要因分散分析を行い、得られた結果から各クラスターを順に身体症状を隠す行動活用群、全低群、FPE 高群、FNE 高群、全高群と命名した。その後、クラスターを独立変数、LSAS の不安/回避を従属変数として一要因分散分析を行い、クラスターごとの社交不安の傾向を検討した。その結果、不安、回避ともに全高群において社交不安が最も喚起されやすいという結果を示した。次いで社交不安を喚起しやすいのは不安では FNE 高群、回避では FPE 高群という結果であった。反対に、不安/回避ともに全低群、身体症状を隠す行動活用群の順で社交不安が喚起されにくい結果を示した。

図1. クラスター分析のデンドログラム

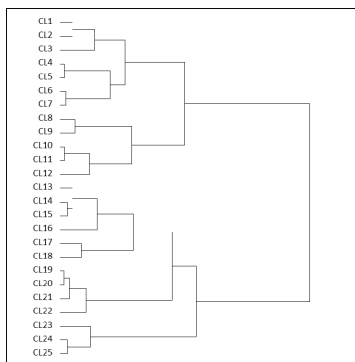


表1. 各クラスターの人数と LSAS の得点の平均および標準偏差

クラスター	人数	LSAS	
		不安	回避
身体症状を隠す行動活用群	29	M	27.69
		SD	2.44
全低群	10	M	10.70
		SD	4.16
FPE高群	21	M	32.95
		SD	2.87
FNE高群	14	M	44.50
		SD	3.52
全高群	9	M	49.56
		SD	4.39
分散分析		F値	14.89

### 4. まとめと今後の課題

本研究により、社交不安の喚起パターンとしては身体症状を隠す行動活用群、全低群、FPE 高群、FNE 高群、全高群の5つのクラスターが存在することが示され、さらに、その中でも FPE 高群、FNE 高群、全高群において社交不安が喚起されやすい傾向にあることが明らかとなった。

社交不安が喚起されやすい群への支援策としては、ACQ を上げ、FNE を低減させるための認知的な働きかけ、FPE を低減させるための認知的な働きかけ、社交不安や評価懸念の維持・強化に繋がる安全確保行動の抑制のための CBT といったアプローチを、各群における社交不安の喚起プロセスに合わせて行っていくことが望ましいと考える。

今後の課題・展望としては、対象年齢及び人数を拡大しての調査・検討の実施、重回帰モデルを仮定しての喚起パターンの検討、支援策の効果の実験的検証などが挙げられる。

### 主要参考文献

- 荒井 穂菜美・青木 俊太郎・石川 信一・坂野 雄二 (2017). 不安のコントロール感が社交不安症状におよぼす影響—三つのタイプの安全確保行動を媒介変数として— 行動療法研究, 43 (2), 127-135.
- Beck, A.T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive behavioral model of anxiety in social phobia. Behaviour Research and Therapy, 35, 741-756.

## ネガティブな被養育体験のある青年期に対するCFTとCBTの効果比較研究

A comparative study of the effects of CFT and CBT on adolescents with negative nurturing experiences

酒谷 瞳

Hitomi Sakatani

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：コンパッション，コンパッション・フォーカスト・セラピー，認知行動療法

Key words : Compassion, CFT, CBT

## 1. 目的

コンパッションとは、「自他の苦しみに対する感受性と、それを和らげ防ごうとする関わり」と定義されている心理的機能であり、被虐待経験者に対する心理的援助においてコンパッションを高めることの重要性が示唆されている。実際の臨床現場においては、コンパッション・フォーカスト・セラピー（以下、CFT）という、恥や自己批判を和らげるための心理療法（Gilbert, 2010）が注目を集めているものの、本邦において児童や青年を対象とした研究報告例は少ない（石川, 2019）。そこで本研究では、ネガティブな被養育体験のある青年に対して、CFTの介入技法を用いたカウンセリングを行い、一般的な心理療法でありCFTのベースとなっている認知行動療法（以下、CBT）の介入技法を用いたカウンセリングを行う対照群と比較することによって、介入効果を明らかにすることを目的とした。

## 2. 方法

研究期間 2023年7月～11月

対象者 女子大学生6名（平均年齢19.3歳， $SD = 1.37$ ）。

研究方法 研究に同意した学生に対して質問紙の回答を求め、参加への負担がかからないと判断された学生を協力者として決定した。質問紙は、日本版BDI-II（小嶋・古川, 2003）と、自由記述形式でネガティブな被養育体験について尋ねる項目で構成されていた。質問紙の結果から、抑うつ状態の程度が群間で均質になるように分け、介入群（3名：平均年齢20.0歳， $SD = 1.73$ ）にはCFTによる介入技法を、対照群（3名：平均年齢18.7歳， $SD = 0.58$ ）にはCBTによる介入技法を用い

たカウンセリングを全3回（週1回50分）行った。効果の測定のために、プレテスト・ポストテストに加えて、プログラム終了から2週間後に研究に関するインタビュー調査を半構造化面接で実施した。プログラム内容は表1に示す。

使用尺度 プレテスト・ポストテストで用いた尺度は、The Compassionate Engagement and Action Scales 日本語版；コンパッション尺度（Asano et al., 2020），コンパッションへの恐れ尺度日本語版（Asano et al., 2017），日本語版自動思考質問紙改訂版短縮版；ATQ-R 短縮版（大植・森山・中谷, 2012），日本版BDI-IIである。また、毎回のカウンセリング後に作業同盟目録クライアント版；WAI-S（Tracey & Kokotovic, 1989）を用いた。

表1. 各群のプログラム内容

介入技法	テーマ	プログラム内容	ホームワーク
CFT	第1回	CFTの理解 CFTの心理教育、やっかいな脳、人は経験によって作られる エクササイズ：心地よいリズムの呼吸	心地よいリズムの呼吸
	第2回	コンパッションの流れについて コンパッションの3つの流れ エクササイズ：コンパッションネットカラー	コンパッションの3つの流れ
	第3回	コンパッションに満ちた存在のイメージ コンパッションの自己と他者のイメージ エクササイズ：コンパッションネットカラー	
CBT	第1回	CBTと自動思考の理解 CBTの心理教育、アセスメントシートの作成	セルフ・モニタリング（記録簿の記入）
	第2回	自動思考の検証、 認知的技法の習得 前回の振り返りとホームワークの確認、アジェンダ設定、コラム法	セルフ・モニタリング（3つのコラム）
	第3回	認知的技法の習得 前回の振り返りとホームワークの確認、アジェンダ設定、コラム法	

## 3. 結果と考察

量的検討 介入前後（Pre期・Post期）と測定段階（1回目後・2回目後・3回目後）の尺度得点の変化について、量的検討を行った。群内比較ではWilcoxonの符号付順位検定あるいはFriedmanの検定を行った（表2，表3）。CBT群において、WAI-Sの「絆」に有意な差が認められたためHolmの方法を用いた多重比較を行った結果、3回目後の得点の方が1回目後の得点よりも有意に

高かった ( $Z = -2.45, p = .043$ )。群間比較では Mann-Whitney の U 検定を行った (表 4, 表 5)。量的検討の結果から, CFT は, コンパッションとコンパッションへの恐れ, 否定的自動思考, 抑うつ症状, 作業同盟に効果があることが示唆された。CBT は, コンパッションとコンパッションへの恐れ, 否定的自動思考および肯定的自動思考に効果があり, 作業同盟の絆に対して強い効果があることが示唆された。群間の効果を比較すると, 抑うつ症状への効果は CFT のみに, 肯定的自動思考への効果は CBT のみにあることが示唆された。

**質的検討** 本研究のプログラムに対する感想, プログラム参加による自動思考や自己批判の変化について検討するために, インタビュー調査の内容を逐語化し, KH Coder3 を用いて質的分析を行った。CFT 群では, 介入前のコンパッションの否定的な印象や介入後のコンパッションへの肯定的な印象, プログラム内容に言及する語に加えて「感じ」という語などが抽出されたことから, 参加者は CFT の介入技法を受けて, コンパッションへの印象の肯定的な変化と技法への関心が増加したと考えられる。CBT 群では, 介入前の否定的な認知や感情と介入中の体験, 介入後の肯定的な認知や感情の変化に関する語に加えて「考える」という語などが抽出されたことから, 参加者は CBT の介入技法を受けて, 介入前後で認知や感情に肯定的な変化が現れたと考えられる。

4. まとめと今後の課題

本研究によって, 臨床現場において, 身体感覚に焦点を当ててコンパッションを高める介入や抑うつ症状の改善を行いたい場合は CFT を検討し, 自動思考への介入や治療関係の構築を行いたい場合は CBT を検討するという, クライエントの個性や治療目的に応じた介入技法の使い分けが必要であることが示唆された。今後は実施回数を増やした場合の効果と比較することが求められる。

主要参考文献

[1] Gilbert, P. (2010). Compassion focused therapy: distinctive features. 1st ed. New York: Routledge.  
 小寺康博・有光興記 (監訳) (2023). コンパッション・フォーカスト・セラピー入門 — 30 のポイントで知る理論と実践. 誠信書房.

表 2. コンパッション尺度, コンパッションへの恐れ尺度, ATQ-R 短縮版, BDI-II の群内比較の結果

尺度	CFT(n=3)		CBT(n=3)	
	Z値	r	Z値	r
コンパッション尺度				
自己へのコンパッション	1.60 n.s.	.93 †††	0.45 n.s.	.26 †
他者へのコンパッション	0.82 n.s.	.47 ††	-1.60 n.s.	-.93 †††
他者からのコンパッション	1.60 n.s.	.93 †††	1.07 n.s.	.62 †††
コンパッションへの恐れ尺度				
他者へのコンパッションの恐れ	0.45 n.s.	.26 †	0.45 n.s.	.26 †
他者からのコンパッションへの恐れ	-0.54 n.s.	-.31 ††	0.00 n.s.	.00
自己へのコンパッションの恐れ	-1.60 n.s.	-.93 †††	-1.60 n.s.	-.93 †††
ATQ-R短縮版				
将来に対する否定的評価	-0.82 n.s.	-.47 ††	0.00 n.s.	.00
自己に対する非難	-0.58 n.s.	-.33 ††	-1.07 n.s.	-.62 ††
肯定的自動思考	0.00 n.s.	.00	0.00 n.s.	.00
BDI-II				
	-1.07 n.s.	-.62 †††	0.00 n.s.	1.00

注) †効果量: 小, ††効果量: 中, †††効果量: 大

表 3. WAI-S の群内比較の結果

下位尺度	測定段階	CFT				CBT			
		n	χ <sup>2</sup>	自由度	η <sup>2</sup>	n	χ <sup>2</sup>	自由度	η <sup>2</sup>
タスク	1回目後	3				3			
	2回目後	2	3.00 n.s.	2	0.50 †††	3	5.60 n.s.	2	0.62 †††
	3回目後	3				3			
絆	1回目後	3				3			
	2回目後	2	3.00 n.s.	2	0.50 †††	3	6.00 *	2	0.67 †††
	3回目後	3				3			
ゴール	1回目後	3				3			
	2回目後	2	4.00 n.s.	2	0.67 †††	3	1.40 n.s.	2	0.16 †††
	3回目後	3				3			

注) \*p < .05, †††効果量: 大

表 4. コンパッション尺度, コンパッションへの恐れ尺度, ATQ-R 短縮版, BDI-II の群間比較の結果

尺度	CFT(n=3)		CBT(n=3)		U値	r
	中央値	四分位偏差	中央値	四分位偏差		
コンパッション尺度						
自己へのコンパッション	17.00	2.00	0.00	4.25	1.00 n.s.	.62 †††
他者へのコンパッション	2.00	1.25	-10.00	1.50	0.00 n.s.	.80 †††
他者からのコンパッション	5.00	2.50	24.00	9.75	6.00 n.s.	.27 †
コンパッションへの恐れ尺度						
他者へのコンパッションの恐れ	0.00	1.00	0.00	1.75	4.50 n.s.	.00
他者からのコンパッションへの恐れ	-1.00	1.50	1.00	4.00	5.00 n.s.	.09
自己へのコンパッションの恐れ	-6.00	2.25	-5.00	6.25	5.00 n.s.	.09
ATQ-R短縮版						
将来に対する否定的評価	-3.00	3.00	1.00	4.50	5.00 n.s.	.09
自己に対する非難	-2.00	1.00	-4.00	2.25	4.50 n.s.	.00
肯定的自動思考	-1.00	1.25	-1.00	2.25	6.00 n.s.	.27 †
BDI-II						
	-7.00	2.25	2.00	8.00	6.00 n.s.	.27 †

注) †効果量: 小, †††効果量: 大

表 5. WAI-S の群間比較の結果

測定段階	下位尺度	CFT		CBT		U値	r
		中央値	四分位偏差	中央値	四分位偏差		
1回目後-2回目後	タスク	0.50	0.25	2.00	0.50	5.50 n.s.	.66 †††
	絆	7.50	0.25	4.00	1.00	0.00 n.s.	.77 †††
	ゴール	6.50	1.25	0.00	1.25	0.00 n.s.	.77 †††
2回目後-3回目後	タスク	1.00	0.50	0.00	0.75	3.00 n.s.	.00
	絆	0.00	1.00	2.00	0.50	4.50 n.s.	.40 ††
	ゴール	-2.50	0.75	1.00	0.25	6.00 n.s.	.79 †††
1回目後-3回目後	タスク	1.00	0.25	3.00	0.50	8.50 n.s.	.73 †††
	絆	5.00	1.75	6.00	0.50	5.00 n.s.	.09
	ゴール	3.00	1.00	2.00	1.00	2.00 n.s.	.46 ††

注) ††効果量: 中, †††効果量: 大

# マインドフルネストレーニングの実践における身体感覚への注目が セルフ・コンパッション、自尊感情に及ぼす影響

Effects of attention to bodily sensations on Self-Compassion and Self-Esteem in mindfulness training practice

志間 菜乃子

Nanoko Shima

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：マインドフルネス、身体感覚、セルフ・コンパッション、自尊感情

Key words : Mindfulness, Bodily Sensation, Self-Compassion, Self-Esteem

## 1. 問題と目的

近年、マインドフルネス(以下、MF)は、心理学の分野のみならず様々な領域で取り入れられ、MFを実践することで、心身の健康保持増進に貢献すると考えられている。

MFは、特定の介入技法とそれによって達成される心理状態の2つの意味を持ち、心理状態についてKabat-Zinn(1990 春木訳 2007)は、「今という瞬間のなかで、意図的に、そして評価も判断もすることなく、手順に沿って意識を向けていくことから生じる気づき」と定義づけている。私たちは、MFな状態であり続けることは難しく、“今”に意識を向けるトレーニング、つまりマインドフルネストレーニング(以下、MT)が必要となる。MTを実践する心構えには、傷つけないこと、思いやることという道徳観が基礎にあり(Jon, K.Z., 2002 春木・菅村編訳 2013)、これはセルフ・コンパッション(以下、SC)を意味する。MFとSCは、相互に高め合い相互に不可欠な要素として存在している事から、MTの実践は自己批判することなく、自己に優しさを与えるのではないだろうか。また、SCは、脅威に対して安心感を作り出すと考えられ、心理的な落ち着きと同時に自律神経系の働きにも影響することが予測される。

またMTは、身体感覚がキーワードでもあり、今野ら(2017)によれば、「体への尊重感」と「自尊感情」との間には有意な正の係数が示され、身体感覚への体験が自尊感情に影響をもたらしていることが示唆されている。MFの実践は、固定した自己概念を見直す機会を提供するとも言われ(山

本, 2021)、MTを実践することで安定した自尊感情を得られるのではないだろうか。

以上のことから、本研究では、MTの実践において身体感覚に注目し、SCおよび自尊感情にどのような影響をもたらすのか、心理的側面と生理的側面から検討していく。

## 2. 方法

【実験参加者】1~4年生の女子大学生 14名

【実験期間】2023年3月6日~2023年7月6日

【実験内容】対象者は、2~3名のグループで、約1週間に1回、計4回のMTを実践した。実験1回目・3回目はボディスキャンを中心としたトレーニング、実験2回目・4回目はマインドフルネスヨーガを中心としたトレーニングで構成され、実験参加中の約1ヵ月間、各自任意の場所で毎日宿題ワーク(以下、HW)の実践を求めた。実験開始前および実験終了後には、自尊感情尺度(10項目、5件法)、SC尺度(12項目、5件法)への回答を求め、各実験回のトレーニング実践前には日本語版 Mindfulness Attention Awareness Scale(MAAS ; 15項目、6件法)、身体感覚への体験尺度(12項目、7件法)への回答を求めた。生理指標は、各実験回にて平常時・トレーニング実践前・トレーニング実践後の3時点で測定し、グループインタビューは、実験2回目以降からトレーニング終了後に実施した。

## 3. 結果と考察

トレーニングの効果として、自尊感情得点およびSC得点の実験前後の差を用いてクラスター分析した結果、実験参加者は「自尊感情・SC上昇

クラスター(7名)」「自尊感情・SC 下降クラスター(3名)」「SC 下降クラスター(3名)」に分類された。

身体感覚への注目が SC および自尊感情に及ぼす影響として、MT に取り組む姿勢の在り方が SC および自尊感情に好影響を与えることが示唆された。「自尊感情・SC 上昇クラスター」では、実験を重ねるにつれ HW の実施頻度が上昇しており、加えて、身体感覚への体験尺度における“からだの尊重感とリラクゼーション”得点が実験後半にかけて上昇している者が多かった。継続的な MT の実践は身体感覚に注目することを可能にし、身体感覚を大切にしようとする心構えが生じたと考えられる。これは、今野ら(2017)の身体感覚に対して、無関心群よりも身体感覚を尊重している群の方が、有意に自尊感情が高いという結果を支持しており、MT の実践における身体感覚への注目は、自尊感情を高めることが出来ると示唆された。また、継続的な MT の実践は、何かをするという doing の役割を果たし、「自尊感情・SC 上昇クラスター」の『MF への理解』の語りによって、体験とただともにあるという being の役割を果たしたと考えられる。つまり、being を示す MF と doing を示す SC が共存し、相互に高め合ったことで SC が上昇したと考えられる。

次に、評価的観点から“今”の自分への気づきという視点の変化が、SC および自尊感情に好影響を与えたことが示唆された。「SC 下降クラスター」では、実験 4 回目において“今”については“未来(先)”について語られていたものの、「自尊感情・SC 上昇クラスター」では、“今”の自分に気づいたことが語られた。つまり、MT の実践で“今”に意識を向けてきたことが、自身の言動を客観的に観察することを可能にしたと考えられる。その客観的な観察は、距離において認知するメタ認知であり、ありのままの観察を可能にさせる。ありのままの観察は、自己と体験を同一化することなく、周囲の出来事に対して、感情的に巻き込まれることなく脱中心化の態度が育まれる。脱中心化は、否定的な思考から距離をおくスキルとも言われ(杉浦, 2008), MT の実践によって養われていくスキルである。山本(2021)によれば、MF の実践は固定した自己概念を見直す機会を提供し、脱中心化の態度によってそれが可能になるとされていることから、「自尊感情・SC 上

昇クラスター」では、脱中心化の態度が生まれ、その態度は自己を見直す機会に繋がり、自尊感情に好影響を与えたと考えられる。

生理的側面からは、「自尊感情・SC 上昇クラスター」における  $\alpha$  波の出現率について、トレーニング後に上昇する者が他クラスターと比べて最も多かった。つまり、「SC は心理的な落ち着きと同時に自律神経系の働きにも影響することが予測される」という仮説を支持している。また、各クラスターの実験前と実験後の  $\alpha$  波の出現率を比較すると、実験後に  $\alpha$  波の出現率が上昇している者が多かった。つまり、MT の実践は身体的なリラックス感を得ることができ、リラクゼーション法の 1 つとしても効果を発揮することが出来るだろう。

#### 4. まとめと今後の課題

本研究により、SC と自尊感情に好影響を与える要因として、継続的な実践による身体感覚への注目が明らかになった。身体感覚に注目することで、身体感覚を大切にしようとする心構えを養い、“今”この瞬間への気づきをもたらすことが示唆された。このようないくつかの要素が絡み合うことで、SC と自尊感情に好影響を与えると考えられる。しかし本研究では、統制群との比較を行っていないため、効果量を十分に示せていない。よって今後は、統制群と MT 実践群を比較した検討が必要であるだろう。また、本研究において自尊感情の変動は微小であり、原因として特性の自尊感情を測定したことが挙げられる。“状態”としての自尊感情を測定することで、より MT の効果を明晰にするだろう。最後に、1 か月間で MF 状態になることは限界があると考えられ、短期間の MT 実践の効果を示すには、より詳細に MT 実践に必要な態度や要素を明らかにする必要があると考えられる。

#### 付記

本研究は、令和 5 年度の大妻女子大学生命科学研究の倫理審査委員会の承認を得て行った(承認番号: 04-047)。また、大妻女子大学人間生活文化研究所令和 5 年度大学院生研究助成(B)(課題番号: DB2222)より研究助成を受けて行った。

#### 主要参考文献

[1]今野義孝・吉川延代(2017). 身体の体験の仕方がマインドフルネスの態度と抑うつとの反すう、レジリエンス、および自尊感情に及ぼす影響 人間科学研究, 39, 105-114.



## 精神科医師の死生観の変容プロセスに関する研究

A study on the transformation process of psychiatrists' views on life and death

菅原 有梨

Yuri Sugawara

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：精神科医師，死生観，死別体験

Key words : Psychiatrist's, Views on life and death, Bereavement experience

### 1. 問題と目的

人の命と向き合う職業であり，その過程で死に触れ合う機会が多い医師は，身近に触れ合う死をどのように受容していくのだろうか。橘（2004）は「色んな患者の色んな生き様そして死にざまを目の当たりにしながら，医療者は死にゆく人から多くを学ぶことができる」と述べており，患者との死別体験は医師の死生観にも大きく影響することが示唆される。特に患者が自死により亡くなってしまうというストレスフルなイベントが発生した場合，チーム医療のリーダーとなりやすい医師は，遺された患者のご家族のみならず，時にはチーム内の医療従事者に対しても，心理職等とともに，メンタルケアを実施することが考えられる。その際に医師は，自身の中にあるどのような死生観に基づいて，患者の死を受け入れるのだろうか。さらにその死生観はどのような変化をたどるのだろうか。

本研究では精神科医師の死生観の変容プロセスを死別体験との関係から明らかにすることを目的とする。医療従事者において，看護師などを対象とした死生観研究は広く行われているが，精神科医師に焦点を当てたものは少ない。この研究によって，将来的に精神科領域における多職種連携・チーム医療の基礎となる知見が得られ，心理臨床の発展にも貢献することが期待できる。

### 2. 方法

**調査対象：**臨床経験10年以上の精神科医師3名であった。3名とも医師国家資格を取得後，研修を経て精神科に勤務し，その後精神科以外の科の勤務経験はなかった。

**調査期間：**2023年6月から8月に実施した。

**調査方法：**縁故法により，調査依頼を行った。同意を得たのち，対面にて半構造化面接を用いたインタビュー調査を実施した。インタビューは1名につき1回，約60～90分間で，許可を得た上でICレコーダーに録音とメモを行った。なお，2023年度の大妻女子大学生命科学研究の倫理審査委員会の承認を得て行った（受付番号：05-003）。

**調査内容：**インタビューガイドに沿って質問を行った。インタビュー項目は，①医師としての経験年数，②医師を志した理由，③医師という職業をされていて，どのようなことにやりがいを感じているのか，④仕事上とプライベート上で，自分自身の死生観に影響するような出来事について，⑤医師の仕事を通じて，自身の死生観に変化はあったのか，であった。

**分析方法：**調査協力者である精神科医師の視点から，死生観の変容プロセスを捉えることを目指し，修正版グラウンテッド・セオリー・アプローチ（M-GTA）を使用した。

### 3. 結果と考察

分析の結果，13個の概念と概念間の関係からなるカテゴリー7個が生成された（図1）。精神科医師の死生観の起点になるものは，精神科医師になる前の段階から【死に対する無常観】という形ですでに存在しており，それらは【死と生が身近だった幼年期】や，あるいは思春期，青年期の教育体験に基づいた死に対する無常観を持ったところから始まった。その後，医師を目指していく中で，あるいは医師として活動をしていく段階において，プライベート上や臨床現場における【死別体験】

を体験していくことになる。そしてその【死別体験】は、【高齢な身内の病死】とは対照的な体験として、その後の死生観に印象付けられた。さらに、精神科医師として、【自死への遭遇】は避けては通れない事象とされ、それらは以降、潜在化されたものとして扱われる。そして精神科医師として、自分自身に何ができるのか、どのように患者の死を受容すべきなのかという葛藤の中で、【医師としての治療観】が確立されていくことになる。日々の患者に対する治療から徐々に確立されていく【医師としての治療観】が、【死を受容する態度】という死生観にも影響を与え、それらが互いに循環するように影響しあう考えにたどり着くこととなる。最後に、本来当たり前であるべき平和な日常の中で長生きができればいい、といった【生にまつわる価値観】が改めて強調され、プロセスは【死に対する無常観】へ帰結するという結果となった。

以上のことから、精神科医師は元々の死に対する無常観から、様々な死別体験を繰り返し経験していく中で、自身の死生観を確立しようと模索するが、死は身近な存在であり、いつか生命の終わりがあるという死に対する無常観を再認識することが示唆された。まとめとして、精神科医師の死生観の変容プロセスは、【死に対する無常観】が常に根底にあり、様々な臨床現場やプライベート上での体験を経ては振り出しに戻り、より無常観が深められていくという、円環的プロセスのようになっていた。

#### 4. 総合考察と今後の課題

今回、語りにくいテーマであったにもかかわらず、臨床経験豊富な精神科医師3名に協力を得ることができ、それぞれに個性豊かな語りを聞くことができた。インタビューでは、自然死であっても患者の死は負けであり、医師として患者の死と最後まで戦う姿勢を示す方もいれば、患者の死から、死を受容することだけを考えるのではなく、今を生きている患者の生に寄り添う姿勢を見せることが精神科医師としての在り方である、と語る方、あるいは精神科医師になる以前から持っていたであろう「当たり前の日常」や「穏やかで平和な世界」といった、医師としてというより、1人の人間として保障されるべき穏やかな日常に焦点を当てていく方もいた。

このように、それぞれに個性豊かな死生観を語っていただいたが、3人に共通することとして、死の受容に関しては幼年期、思春期の体験が、そして死生観の形成は医学科学生と精神科医師になった後に、若い人が亡くなるという【死別体験】に基づいたものが多く、志半ばで若い人がこの世から亡くなっていくことを体験することで、より【死に対する無常観】が再認識されていったという共通点を見いだせた。

調査対象者個々の死生観の特徴については三者三様であり、それらが精神科医師個人によるものなのか、臨床経験もしくは、治療のオリエンテーションによるものなのかについて、今回の研究では不明な点が多く残された。死生観について、精神科医師の特性をとらえ、さらに詳細な検討を行うことによって、より精神科医師に密着した研究結果が示されると考えられる。

#### 付記

本研究は、大妻女子大学人間生活文化研究所令和5年度大学院生研究助成(B)(課題番号 DB2326)より研究助成を受け行った。

#### 主要参考文献

[1] 橋尚美 (2004). 医療を支える死生観——医師のインタビュー調査を通じて 関西学院大学社会学部紀要, 97, 161-179.

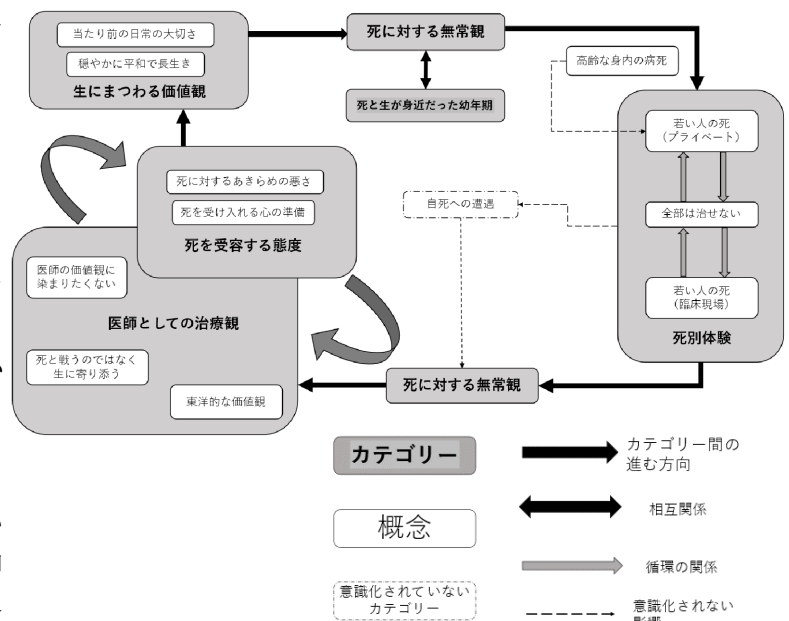


図1. 精神科医師の死生観の変容プロセス

# 青年期女子におけるコンパニオン・アニマル（犬）との 関係性および心理的役割の変化

Change in relationships and psychological roles with companion animals(dog) among adolescent girls

長嶺 沙耶

Saya Nagamine

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：青年期，コンパニオン・アニマル（犬），関係性，心理的役割

Key words : adolescent, companion animals(dog), relationships, psychological roles

## 1. 背景・目的

人と動物の関係は親密化し、今や人々にとって動物は親密で情緒的な関係を築く対象となり、コンパニオン・アニマル（companion animal; 以下、CA）とも呼ばれている。そのような変化に伴い、動物から得られる主な恩恵は実用的なものから関係性そのものに変化してきた（濱野, 2020）。動物から得られる恩恵は「心理的効果」「生理的効果」「社会的効果」の3つに大別され、現在はその中でも心理的効果が最も期待されていることから

（内閣府, 2010; ペットフード協会, 2018）、CAは人々の心理的サポートの役割を期待されていることが窺える。しかし、杉田（2003）によると、犬を飼育する事ではなく、その飼い犬への愛着の強さが心身の健康に影響を及ぼし、女性の方が男性よりも強い愛着を持つ傾向があることから、CAとの関係（以下、対CA関係）とCAが果たす心理的サポートには個人差があると考えられる。

では、対CA関係はどのように構築されるのか。まず、対CA関係には対人関係の代わりとなる代理の機能（Veever, 1985）があることから、飼い主の対人関係の影響を受けながら構築されると考えられる。そして、対人関係もその他の対人関係の影響を受けながら構築されるものであり、特定の2者関係を理解する上で人間関係全体を把握する必要がある（高橋, 2010）。これらのことから、対CA関係は代理の機能を持つゆえに、対人関係と同様に人間関係の中で構築され、対CA関係を捉えるためには、飼い主の人間関係を捉える必要があると考えられる。なお、現在の人々にとってCA

は親密で情緒的な関係を築く対象であり、心理的サポートとなり得る存在であるため、対CA関係を捉える際に着目すべき人間関係は、親密で心理的サポートを果たすような小さな人間関係だろう。また、人間関係は個人の発達や環境の変化に合わせて変化していくものであり、特に、思春期から青年期は家族や親友をはじめとする重要な他者をめぐる変化が大きい時期である（則定, 2008）。そのため、思春期から青年期にかけて、対CA関係とCAが果たす心理的サポートも変化していくと考えられる。このように、飼い主にとっての対CA関係やCAが果たす心理的サポートは変化していくことが予想される一方、CAの非評価的姿勢や無条件な愛情を与えるという特徴によって、飼い主がありのままの自分らしく居られる感覚（本来感）と被受容感を得られることは変わらないと考える。思春期・青年期は自己形成の時期でもあり、その過程において、自己の否定的側面も排除せずに受容してくれる他者やありのままの自分らしい自分でいられる感覚（本来感）を味わえる居場所の重要性が指摘されている（伊藤・小玉, 2005; 石原, 2013; 中藤, 2011; 竹田, 2021）。すなわち、CAは飼い主に本来感や被受容感を与え、さらには居場所になることで思春期・青年期の自己の成長をサポートする役割を担うと考えられる。

以上のことから、本研究では、2つの目的を設定した。1つ目は、思春期から青年期までの対CA関係の変遷を代理の機能の観点から検討することである。2つ目は、思春期から青年期までのCAの心理的役割の変遷を、CAから得られた心理的サ

ポートから捉え、さらにCAが自己の成長のサポートを果たすか検討することである。

## 2. 方法

- ・調査期間：2023年10月5日～24日
- ・調査協力者：思春期から青年期にかけて同一のCA（犬）と暮らした経験がある青年期女子7名
- ・調査項目：目的に沿って、本研究では、事前調査、インタビュー調査、事後調査を実施した。事前調査では、CA（犬）に関する情報、現在の対CA関係/対人関係、出会いの時期の対CA関係/対人関係について尋ねた。なお、対人関係と対CA関係を同時に測定する指標として「愛情の関係尺度（高橋，2010）」を使用し、対CA関係は加えて「人とコンパニオン・アニマル（ペット）の愛着尺度（濱野，2007）」を使用した。インタビュー調査では、「コンボイ・モデル（Kahn & Antonucci，1980）」を手掛かりとしながらCA（犬）との出会いの時期と現在における対CA関係/対人関係およびCAから得た心理的サポート、さらに、対CA関係に変化をもたらしたエピソードを尋ねた。事後調査では、これまでの対CA関係を振り返ったことが現在の対CA関係およびCAに対する意識に及ぼす影響と感想への回答を求めた。
- ・令和5年度大妻女子大学生命科学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号：05-033）。

## 3. 結果と考察

まず、対CA関係そのものについて、7名全員から出会いの時期より現在の方が深い関係であるという旨の語りがあった。さらに、出会いの時期および現在においてCAが果たしている代理の機能について、心理的機能（愛情の関係尺度）、心理的距離（コンボイ・モデル）、関係性の認知（インタビュー）の3つの視点から総合的に検討したところ、7人全員が出会いの時期よりも現在の方が強い代理の機能を果たしていた。このことから、対CA関係が深まると同時に、CAの果たす代理の機能も強くなることが示唆された。また、対CA関係に変化をもたらしたエピソードについて、最も多く挙げられたのは、CAが心理的サポートを果たしたというエピソードであり、いずれのエピソードも人間関係に関する悩みが生じた時にCAが心理的サポートを果たしていた。このことから、ただ人間関係が変容することが対CA関係に変容をもたらすのではなく、人間関係の変容によって生じた悩みに対して、CAが心理的サポートを果たし

た時、対CA関係が深まることが示唆された。したがって、人間関係の変化が多く、そうした関する悩みを抱えやすい思春期から青年期においては、CAがその心理的サポートを果たすことで、対CA関係が深まると同時に代理の機能が強くなりやすいと考えられる。

思春期から青年期にかけてCAが果たした心理的サポートについては、事例によって様々な変化が見られた。具体的には、同じ行為から得られる心理的サポートがより強くなっていたり、より複雑な心理的サポートを受けるようになっていたり、さらには出会いの時期には心理的サポートを一切受けていなかったのが現在は心理的サポートを受けるようになっていた事例もあった。このように変化の仕方は様々だが、いずれの事例においても出会いの時期と現在では心理的サポートの量や質が変化し、より豊かな心理的サポートを受けるようになっていた。したがって、思春期から青年期にかけて、CAから得られる心理的サポートはより豊かになることが示唆された。

また、CAが果たす自己の成長のサポートについて、CAが居場所として機能していた事例では、いずれの事例も人間関係の中で居場所を確立させることが困難な状況で、CAが居場所としての役割を担っていた。そしてCAが居場所になり得た要因として、非評価的姿勢や無条件な愛情に加え、CAは決して他者に口外しないという安心感が挙げられた。このことから、CAは人間関係の中で居場所を得られなかった時に居場所になってくれる存在であり、それによって思春期・青年期の自己の成長をサポートし得る存在であることが示唆された。また、複数の事例においてCAが家族関係を改善したという語りがあった。これは、CAが社会的潤滑油として機能することで、家族という自己の成長を支える最も身近な人間関係が整えられ、間接的に自己の成長をサポートしていると考えられる。

### 付記

大妻女子大学人間生活文化研究所令和4年度、5年度大学院生研究助成(B) 課題番号DB2228, DB2329を受けて行ったものである。

### 主要参考文献

[1] 濱野佐代子 (2020). 人とペットの心理学—コンパニオンアニマルとの出会いから別れ— 北大路書房。

## 消防職員のワーク・エンゲイジメントを高める資源構造に関する研究

## —レジリエンスと人間関係に注目して—

A study on resource structure to enhance Work Engagement of fire department staff

—Focusing on resilience and relationships—

西堀 まゆ

Mayu Nishibori

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：消防職員，ワーク・エンゲイジメント，レジリエンス，人間関係

Key words：Fire department staff, Work Engagement, Resilience, Relationships

## 1. 問題と目的

災害救援者である消防職員は、業務の中で悲惨な現場を目の当たりにすることも多く、業務内容が強いストレッサーであるといえる(松井・畑中, 2003)。強いストレスに晒される消防職員が仕事を継続する力を説明するものとして、本研究では、ワーク・エンゲイジメントに注目した。

ワーク・エンゲイジメントについて、島津(2010)によると、Schaufeli(2002)は「仕事に関連するポジティブで充実した心理状態であり、活力、熱意、没頭によって特徴づけられる。エンゲイジメントは、特定の対象、出来事、個人、行動などに向けられた一時的な状態ではなく、仕事に向けられた持続的かつ全般的な感情と認知である。」と定義している。

ワーク・エンゲイジメントの規定要因としては、仕事の資源と個人資源が、これまでの実証研究で明らかにされている(島津, 2015)。島津(2017)によると、仕事の資源とは、仕事のコントロールや上司・同僚からの支援のように、労働者の動機付けや仕事のパフォーマンスを促進し、ストレス反応の低減につながる組織内の有形・無形の要因のことを示すとしている。一方、個人資源とは「自分を取り巻く環境を上手にコントロールできる能力やレジリエンスと関連した肯定的な自己評価」と定義される(島津, 2015)。仕事の資源と個人の資源は密接な関係を有しており、一方の資源の向上が他方の資源の向上につながるということが明らかにされている(島津, 2017)。

そこで、本研究では、仕事の資源として、人間関係の良好性(「上司との関係の良好性」、「同僚との関係の良好性」と組織レジリエンス、個人の資源として人間関係の自己認知(「被受容感」、「被拒絶感」とキャリアレジリエンスを用いて、消防職員のワーク・エンゲイジメントを高める資源構造の仮説モデル(図1)を構築した。組織レジリエンスとは、社会における侵襲的事象や組織内の混乱が生じた際に、それに応じることができる組織特性と対応力を発揮する組織の力のことである

(澁谷ら, 2020)。キャリアレジリエンスとは、キャリア形成を脅かすリスクに直面した時、それに対処してキャリア形成を促す働きをする心理的特性であり、「チャレンジ・問題解決・適応力」「ソーシャルスキル」「新奇性・興味関心の多様性」「未来志向」「援助志向」によって特徴付けられる(児玉, 2015)。

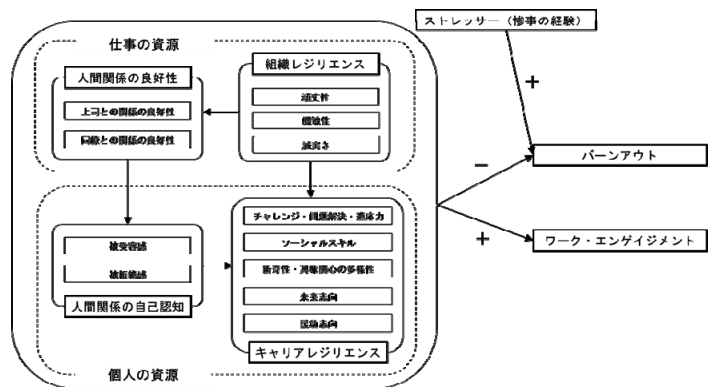


図1. 本研究の仮説モデル

本研究は、このモデルの検証を目的とする。

## 2. 方法

消防職員 149 名（男子 145 名，女子 4 名）に対し Google フォームを用いた質問紙調査を行った。尚，本調査は，令和 4 年度の大妻女子大学生命科学研究の倫理審査委員会の承認を得て実施された（承認番号：04-049）。

## 3. 結果と考察

各資源が，それぞれワーク・エンゲイジメントと正の相関関係，バーンアウトと負の相関関係にあることが示され，本研究で用いた変数が資源としての機能を有していることが確認された。そのため，資源間の相関分析と各資源を目的変数とした重回帰分析を行い，その結果と本研究の仮説をもとに新たな仮説モデルを作成し，共分散構造分析によるモデルの検証を行った。モデルの修正を行いながら適合度の検討を行い，適合度が良好であったモデル（図 2）を採択した（GFI=.968，AGFI=.909，RMSEA=.044）。

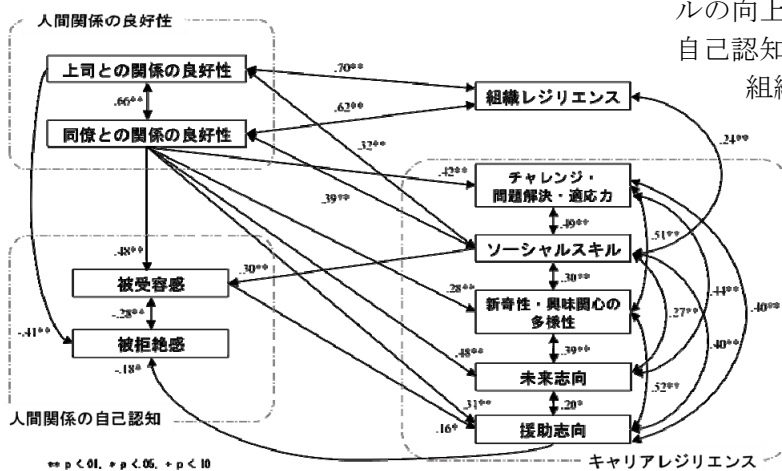


図 2. 共分散構造分析の結果

人間関係の良好性の「上司との関係の良好性」からは，人間関係の自己認知の「被拒絶感」へ負のパスがみられ，「同僚との関係の良好性」からは，人間関係の自己認知の「被受容感」へ正のパスがみられた。これは，上司との良い関係性が，他者からないがしろにされているといった自己認知を減少させ，同僚との良い関係性が，他者に大切にされているという自己認知を増加させる可能性があることを示唆している。つまり，同僚との良い関係はポジティブな自己認知をもたらし，上司との良い関係はネガティブな自己認知を低減させていることが窺え，同じ人間関係であっても，相手

の立場によって個人の内的資源への影響が異なると考えられる。

さらに，「同僚との関係の良好性」から，キャリアレジリエンスの「ソーシャルスキル」以外へ正のパスがみられたことから，同僚との良い関係性が，キャリアレジリエンスを高めることが示唆され，「上司との関係の良好性」と「同僚との関係の良好性」は「ソーシャルスキル」と正の相関関係がみられたことから，良好な人間関係と消防職員の社会的なスキルには関連あることが考えられる。

「被受容感」からは，キャリアレジリエンスの「援助志向」に正のパスがみられ，「援助志向」からは「被拒絶感」に負のパスがみられた。他者から受け入れられているという自己認知は，他者に対して支援的で協力的な姿勢を高め，また，その姿勢は，他者からないがしろにされているという自己認知を弱めることが示された。さらに，キャリアレジリエンスの「ソーシャルスキル」からは，「被受容感」へ正のパスがみられ，社会的なスキルの向上が，他者から受け入れられているという自己認知を向上させることが示された。

組織レジリエンスは，人間関係の良好性の「上司との関係の良好性」と「同僚との関係の良好性」，キャリアレジリエンスの「ソーシャルスキル」と正の相関関係がみられた。これは，消防組織が持つ組織特性と対応力を発揮する組織の力が，組織内の人間関係や所属する個人の社会的なスキルと密接な関係があることを示しており，消防組織が指揮命令系統の整った組織であることが影響していると考えられる。

今後の展望として，本研究で用いたモデルを応用し，異なる組織体系や組織風土を持つ集団に対する調査を行うことが挙げられる。データが蓄積されることで，様々な職種に共通するワーク・エンゲイジメントを高める資源構造が見えてくると考えられる。

## 付記

本研究は，大妻女子大学人間生活文化研究所令和 5 年度大学院生研究助成 (B) (課題番号：DB2332) より研究助成を受け行った。

## 主要参考文献

[1] 島津明人 (2010). 職業性ストレスとワーク・エンゲイジメント. ストレス科学研究, 25, 1-6.

## 虐待の世代間連鎖を断ち切った母親の特徴と要因

### —妊娠前から出産後に焦点を当てて

Mothers who successfully break free of cyclic generational abuse  
-Analyzing their characteristics before, during and after pregnancy.

ハーン 彩織

Saori Hearn

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：虐待，世代間連鎖，周産期

Key words：Abuse, Cyclic of abuse, Perinatal period

#### 1. 問題と目的

近年の日本社会は、晩産化や核家族化、女性の社会進出や育児の孤立化により、家庭や地域の中で育児経験を共有することが困難となってきている。また、長時間労働や父親の育児への関わりが不十分な中で、育児への社会的孤立が生みだされ、母親の負担が大きくなってきている。このような背景の中で、児童虐待は生きづらさの現われとして、身体的、精神的、社会的、経済的等の要因が複雑に絡み合って起こると考えられている（厚生労働省）。平成27年に実施された厚生労働省による調査では、0歳～15歳の子どもがいる人を対象に、『子育てをされていて負担・不安に思う人の割合』が7割以上となっており、子どもの虐待は増加傾向である。虐待の背景には複合的な要因が絡んでおり、虐待をする保護者は様々な困難や葛藤を抱えている。又、自らの行為を虐待と気づいていない、認めない場合には、援助自体を求めないことも推測される。過度の躰として虐待が繰り返されている場合も虐待は見落とされやすく、連鎖は後を絶たない。このような虐待の連鎖を防ぐため、その背景と要因とプロセス、さらには虐待の連鎖を断ち切った母親の背景と要因やプロセスを明らかにすることを目的とする。

#### 2. 方法

分析方法には、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ（木下，2003,2007；以下，M-GTAと略記）を用いた。本研究では、妊娠前、妊娠中、出産後に焦点を当てた心のプロセスに関する理論

生成を目的としているため、M-GTAでの分析方法がふさわしいと考え選定した。本研究のインタビュー対象者は母親7名であり、その内わけは子育て中の30代2名、40代1名、子育てを終了した40代1名、50代2名、70代1名となった。インタビューは半構造化面接とし2回行われた。インタビューの所要時間は1回につき90分程度とした。具体的な対象者7名の情報については、虐待の連鎖に至らなかった母親3名（Aさん・Bさん・Cさん）、連鎖をしてしまったが途中から連鎖を食い止めた母親1名（Eさん）、連鎖をしている対象者2名（Dさん・Gさん）、連鎖をしていた対象者1名（Fさん）である。

#### 3. 結果と考察

妊娠前から出産後に焦点を当てた母親の心のプロセスを、M-GTAにより分析した結果、以下のようなストーリーラインが考えられた。

対象者は【原家族の家庭環境】を、当たり前の事実として捉えている。【幼少期の親子関係】を築いていく過程で、＜親の前で強く見返す自分＞を示したり、＜偽善者に見える親＞への気づきを得て〔親への違和感と反抗〕という心情が芽生えるケースがある一方で、〔共依存問題〕を抱えながら〔原因は自分なので無でやり過ごす〕という対処法で子ども時代を切り抜けていくケースがある。

【出産前後の不安感】では、出産前と後で不安の質に違いがある。出産は＜親を一人の人間としてみる＞きっかけとなり、〔母となり見えてくる世界〕として視野が広がってくる。しかしながら、

産後は「桁違いの苦しみ」が経験される。

苦悩を抱える中で、対象者の親と【対話できない原因は自分ない】という気づきが芽生えてくる。出産後に我が子の世話が始まると、自らを育てた「親の育児への疑問」が浮上してくる。この疑問と対面する対象者は、子供時代に「親への違和感と反抗」を抱いていた者及び、「親への違和感と反抗」を抱えつつ「原因は自分なので無でやり過ごす」方法で親と接していた対象者である。

一方で、育児中も対象者の親に対して「親の育児への疑問」が湧くことは無く、成長していく「子供の自我を喜べない」という感情に直面する対象者がいる。「子供の自我を喜べない」気持ちと対面する対象者は、幼少期より親との「共依存問題」を抱えつつ、虐待される「原因は自分なので無でやり過ごす」子ども時代を過ごしており、「親への違和感と反抗」は示されなかった。

子育てが開始される段階で、各々の対象者において【虐待に対する認識の違い】に差が出てくるのがこの段階である。連鎖してしまう対象者は、「嫌だった経験を連鎖する謎」を抱えている。この謎に対して自分の繰り返している虐待行為に共感できる「真の理解者は母のはず」であると思ひ、母親に直面化した結果、対象者の親から心からの謝罪を受け取れる場合には「真の謝罪で満たされる心」に繋がっていく。

総じて、虐待の連鎖を「しない決断」をした対象者にも連鎖してしまった対象者においても、「自責と子どもへの罪悪感」は大なり小なり存在している。また罪悪感と共に「子どもの世界を知る」ことになる。「虐待を意識できない」または「意識されないと当然の躰」として虐待の連鎖をしていた対象者においては、自責や罪悪感が強いが故に、対象者の子どもへの【謝罪の気持ちの行動化】が促される。謝罪をした親と子どもの対話が持たれた後は、【子どもへ寄り添う思考】が見えてくる。

上記とは対照的に「親の育児への疑問」を感じ「(虐待)しない決断」ができた対象者においては、自責や罪悪感は弱く、「虐待しなかった自分への達成感」を子育て終盤に感じられる。

このように対象者は、幼少期からの心情を経て出産、育児を通じ様々なプロセスを辿っていく。しかし最終的に母親となった対象者は、子どもへの謝罪や子育て達成感の有無に関わらず、自分の育てた子どもが、親である自分に対して抱く気持

ちがすべての結果であると結論付けた。そして徐々に【自分を大切に作る気持ち】が生まれてくる。しかし対象者の親から心からの謝罪が得られ一部は苦しみが解き放たれたとしても、「漠然とした育児不安」や「重なる自分と怒りの渦」「虐待親の苦しみ」「自責と子どもへの罪悪感」が解消されることとは無関係である。それゆえ、対象者の「一生続く自分との戦い」は【終わらない苦悩】のように考えられる。

上記で明らかとなった分析を踏まえた上で、主に以下の点から考察した。

#### ① 『真の謝罪を巡る親子の心の構造について』

虐待の謝罪という行為においては、謝る親側の気持ち、受け取る子ども側の気持ちの相互作用ぬきでは語ることはできない。分析から得られたデータを基に親子の心の構造について考えることで、親子間の対話に繋がらない原因、謝罪を受けたことで解決される子どもの心、謝罪を受けても続く葛藤について明らかとなった。

#### ② 『連鎖した対象者と連鎖しなかった対象者の違い』

連鎖しなかった対象者は、幼少期から「親からの違和感や反抗」を抱えており、その気持ちは産後子どもの育児を経験するなかで対象者の「親の育児への疑問」へと繋がっていた。

#### ③ 『内省力の高低が虐待の連鎖と繋がらないと考える理由』

先行研究では、虐待を繰り返さなかった親は、親にされた子育てについて振り返る力に長けており、されて嫌だったことを意識するという内省力が高いと指摘されているが、今回の分析から、虐待を意識できない原因は、対象者本人の幼少期における親への感情や心理的対処の違いから否応なく生じるものではないかと考えられた。

### 4. 今後の課題

今後は本研究で明らかとなった虐待の連鎖を断ち切った母親の特徴と要因をふまえて、連鎖を続けている親に対し、幼少期に抱けなかった違和感を実感できるようにする支援による感情変容プロセスを検証していきたい。

### 主要参考文献

[1] 青木紀久代, 神宮英夫 (2000). 子どもを持たないこころ 北大路書房



# パワーハラスメントの克服過程の研究

The process of overcoming workplace bullying

益本 茉奈

Mana Masumoto

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：パワーハラスメント, 克服過程, 被害者支援

Key words : Workplace bullying, The process of overcoming, Victim support

## 1. 目的

パワーハラスメント(以下パワハラ)は被害者の精神健康に多くの悪影響を与えることが分かっており(津野, 2016; 坂口ら, 2014), 被害者への早急な対応が求められる。

パワハラ被害者へ介入を行った事例(今北ら, 2021; 吉谷, 2005)により, 支援者が被害者の主体的な行動を促す事で克服に向かうことが報告されている一方, 被害者自身が経験した克服過程は明らかになっておらず, 被害の克服に有効な職場や周囲の態度については十分に検討されていない。

そこで, 本研究ではパワハラ被害者の視点からパワハラを克服していく経験について把握し, パワハラ克服の促進・抑制要因を検討する事を目的とした。

## 2. 方法

〈研究協力者〉パワハラを克服した者2名。

Aさん 25歳 金融職員 役職なし 勤続3年

Bさん 49歳 看護師 役職なし 勤続1年

〈調査期間〉2023年5月～2023年11月

〈調査方法〉半構造化面接法によるビデオ通話でのインタビュー調査を1名に対して3回

〈調査内容〉パワハラが自分の中で問題ではなくなった地点までの経験や感想について

〈分析方法〉本研究では複線径路・等至性モデル(Trajectory Equifinality Model : TEM)による質的分析を用いた。

尚, 本研究は大妻女子大学研究倫理審査委員会の承認(番号: 05-005)を受けて実施された。

## 3. 結果

分析の結果, パワハラ克服要因は①パワハラを受けた職場から離れること②安心できる職場を

得ること③パワハラ行為の原因が上司にあると確信すること④自己への信頼感を回復させることの4つであった。

要因①, ②は仕事環境に関する事である。克服過程においては2段階で安全な職場を手に入れていることが示唆された。

1段階目ではパワハラを受けた職場から離れる。ストレス源から物理的な距離をとる時点よりも今後被害を受けなくなるという保証を得ることが要点であった。そして, 2段階目で安心できる職場を得ることは1段階目で手放した職場を安心できる形で取り戻す過程であった。すなわち, パワハラ被害の克服にはストレス源から離れるだけでは不十分であり, これから仕事をする自分が安心できる居場所を取り戻す必要があると示された。

要因③, ④はパワハラの原因帰属に関する事であった。被害者はパワハラを受ける中で〈他罰的な気持ち〉と〈自罰的な気持ち〉という形で葛藤が生じている。③パワハラ行為の原因が上司にあると確信する事で〈他罰的な気持ち〉が肯定され, ④自己への信頼感を回復したことで〈自罰的な気持ち〉が否定されたと考えられる。

また, ③パワハラ行為の原因が上司にあると確信するためには上司に対する自分の中の認知を変容させる1段階目と, 自分の上司に対する認知を他者から保証される2段階目が存在した。

さらに, ④自己への信頼感を回復させる事はパワハラ被害を受けている最中には行われなかった。ここから, 自己への信頼感の回復は自分一人では成しえず, これから生きていくために社会人としての自分を他者から評価される事が重要だということが示唆された。

4. 考察

パワハラ被害者への支援は、これ以上被害を受けないよう保証し、被害者の安全を確保した後、安心して仕事ができる職場を用意する事が仕事環境への対処として挙げられる。

また、被害者一人ではパワハラの原因帰属を判断できないことが本調査で明らかとなった。パワハラの原因が上司にあり、被害者にはないと他者が保証することが重要である。さらに社会人とし

ての被害者を肯定的に評価する事が、被害者の自己信頼感の回復に役に立つことが考えられる。

- [1] 今北 哲平・竹田 伸也・田治米 佳世 (2021). パワハラにより PTSD を発症した女性に対する認知行動療法 一価値に沿った行動の拡大と QOL の向上— 認知行動療法研究, 47, (2), 167-179.
- [2] 吉谷優子 (2005). 職場でのパワーハラスメント被害から回復した事例 アディクション看護, 2, (2), 44-

図1. パワハラの克服過程 (①上司への警戒～④パワハラによる打撃を弱める)

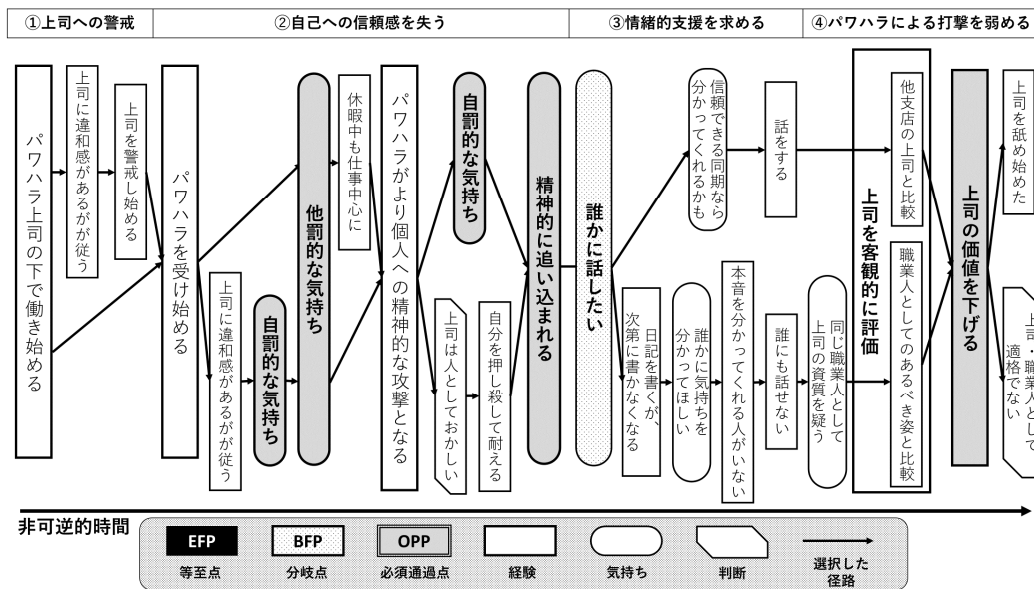
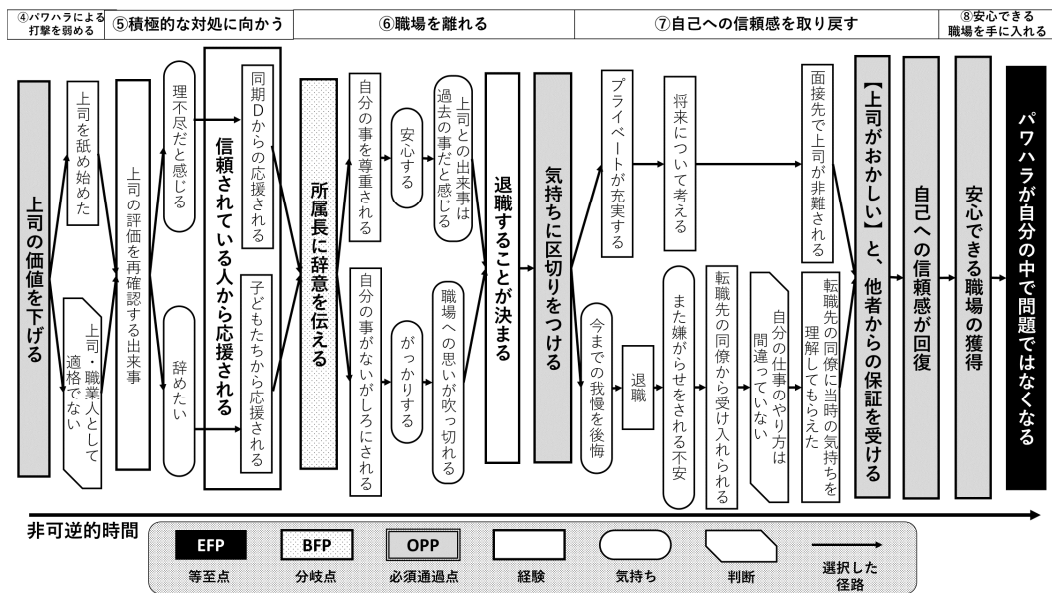


図2. パワハラの克服過程 (⑤積極的な対処に向かう～⑧安心できる職場を手に入れる)



# 心理臨床家訓練生のためのマインドフルネストレーニング

## —情緒的巻き込まれに着目して—

Mindfulness Training for Psychological Clinician Trainee:  
—Focusing on Emotional Involvement—

森 賢美

Satomi Mori

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻

キーワード：マインドフルネス、情緒的巻き込まれ、メンタルヘルス

Key words : Mindfulness, Emotional Involvement, Mental Health

### 1. 目的

心理臨床家は、クライアント（以下、CI）に支援を提供する過程で否定的感情や複雑な問題に直面しやすく、バーンアウトに陥りやすい傾向があると指摘されている（Rupert&Morgan,2005）。バーンアウトの生起要因は多岐に渡り、情緒的巻き込まれもその1つと考えられる。情緒的巻き込まれとは、鈴木・小川（2001）によると「心理的に自他の境界が曖昧な状態と関連した、不安定な心配しすぎの関わり」と定義され、対人関係において自他の境界が曖昧になることで、情緒的に巻き込まれることと考えられる。バウンダリー（自他境界線）の確立という概念は、対人援助職領域におけるプロフェッショナル間においては、提供される援助の質を高く保証するための必要不可欠な根本的要素として共通して重視されている（小山, 2016）。心理臨床家は、CIに提供する援助の質を高く保つためにも、心理臨床家自身の自他境界線の確立が重要であり、自他境界線の確立を助けるメンタルヘルス対策が必要である。その1つにマインドフルネスがある。

マインドフルネスとは、「今ここでの経験に、評価や判断を加えることなく能動的な注意を向けること」（Kabat-Zinn,1994）と定義される。マインドフルネスを達成するためのトレーニング（以下、MT）では、今この瞬間へ注意を向け続ける中で、注意がそれた際に、注意がそれたことに気づき、受け止め、手放し、再度今この瞬間へと注意を向けるというサイクルを繰り返し行う。心理臨床家

訓練生に MT を行うことで、情緒的巻き込まれの状態に陥ったとしても、その状態に気づき、受け止め、手放すこと、つまり情緒的に巻き込まれない状態につながると考える。本研究では、心理臨床家訓練生に MT を行い、情緒的巻き込まれに対する意識の変化に着目した。

しかしながら、個人に合ったメンタルヘルス対策の方法があるように、MT にも適性があると考えられる。MT と個人特性の関連について、神経症傾向が高い参加者ほどマインドフルネスに効果があり、開放性が高い参加者ほど心拍変動（HRV）が改善したこと（黒沢, 2020）、感覚処理感受性の高い Highly Sensitive Person（HSP）の人にとっては、MT が心理的および身体的問題に有効であること（Takahashi, Kawashima, Nitta, & Kumano,2019）が示されている。そこで本研究 I では、心理学専攻の大学 1 年生時に、授業の中で初めてマインドフルネスを体験した学生を対象として、量的分析により、MT の個人適性を検証した。その上で本研究 II では、心理臨床家訓練生である臨床心理学専攻の大学院生を対象として、4 週間の MT を行い、情緒的巻き込まれに対する意識の変化に着目して、MT による心身の効果について検証した。

### 2. 研究 I

【方法】調査期間は 2023 年 1 月 17 日から 7 月 31 日であった。A 女子大学に在学し、心理学を専攻する大学 1 年生、かつ、マインドフルネスの体験授業を受講し、マインドフルネス経験のある学生 95 名を対象とした。平均年齢は 18.7 歳（SD:0.67;18

歳～21歳)であった。調査データは、google フォームを用いた。

【結果と考察】体験授業で実施した6つのMTの適性評価について、MAAS, HSPS, TIPIの3つの個人特性から検討するため、触れる瞑想, 見る瞑想, 聴く瞑想, 嗅ぐ瞑想, 歩く瞑想, 呼吸法のそれぞれを目的変数, MAAS, TIPI, HSPSを説明変数とする重回帰分析(ステップワイズ)を行った。その結果, 美的感受性が高い人ほど「触れる瞑想( $\beta=.456, p<.001$ )」, 「歩く瞑想( $\beta=.439, p<.001$ )」, 「見る瞑想( $\beta=.280, p<.01$ )」, 「嗅ぐ瞑想( $\beta=.368, p<.05$ )」と多くのMTへの評価が高く, 外向性が高い人ほど「聴く瞑想( $\beta=-.354, p<.01$ )」, 「見る瞑想( $\beta=-.218, p<.05$ )」, 「触れる瞑想( $\beta=-.197, p<.05$ )」と多くのMTへの評価が低かった。その他, マインドフルネス傾向が高い人ほど「呼吸法( $\beta=.327, p<.01$ )」と「聴く瞑想( $\beta=.309, p<.01$ )」の評価が高く, 多様な刺激への動揺が高い人ほど「嗅ぐ瞑想( $\beta=.338, p<.05$ )」の評価が高かった。結果からはMTの種類に個人適性があるということが示唆された。この結果は先行研究で示されている, 神経症傾向, 開放性とMTの関連(黒沢, 2020), 感覚処理感受性の高いHighly Sensitive Person(HSP)とMTの関連(Takahashi, Kawashima, Nitta, & Kumano, 2019)において, MTに適性があるという点で一致していると推察される。

### 3. 研究II

【方法】期間は2023年8月1日から2023年10月26日であった。A女子大学大学院に在学し, 臨床心理学を専攻する心理臨床家訓練生の6名のデータを分析対象とした。平均年齢は24.3歳( $SD:1.97$ ; 23歳～28歳)であった。MTの期間は4週間であり, 期間中は週に1度2～3人で集まり研究者が全体に直接教示して行うものと, 毎日参加者個人で実施するもの(宿題ワーク)があった。全4回のMT(約70分)のプログラムは, ウォームアップ, 呼吸法, メインワーク, シェアリング, クロージングの流れで行った。メインワークは各回によって異なり, ボディスキャン, マインドフルネスヨガ, ジャーナリング(書く瞑想), 歩く瞑想を行った。調査には, Web調査, インタビュー調査, 脳波と心拍による生理指標の測定を用いた。

【結果と考察】参加者のMT宿題ワークへの取り組み姿勢を高中低に分けた。MT前後でのマインドフルネス傾向得点と情緒的巻き込まれ得点の変化を表1に示す。また, 元々の情緒的巻き込まれ

が高い参加者で, 取り組み姿勢が低いFさんと取り組み姿勢が高いBさんのMT後の情緒的巻き込まれについての語りを表2に示す。

表1: 取り組み姿勢と, MT前後のマインドフルネス傾向得点と情緒的巻き込まれ得点の変化

ID	取り組み(率)	高	マインドフルネス傾向得点			情緒的巻き込まれ得点		
			MT前	MT後	変化量	MT前	MT後	変化量
B	91.7%	高	36	56	20	101	86	-15
E	72.9%	高	39	56	17	79	72	-7
A	50.0%	中	45	69	24	69	54	-15
C	43.8%	中	48	55	7	66	53	-13
F	35.4%	低	40	47	7	103	85	-18
D	29.2%	低	48	50	2	78	65	-13

表2: MT後の情緒的巻き込まれについての語り(抜粋)

Fさん	Bさん
(話を聞きながら巻き込まれに気づいている)自分もいた気がするし, でもはっきり自覚するのは後かな。不快な感情はどうにもならない。巻き込まれていることは分かっているけれど, それは確かにそうだよなって思ってしまう。	最初はどうしよう, あれもこれもしなければ。だんだんと自分がやらなければいけないことがあるから, 全部やっていたらいいって思って, 後半(巻き込まれに気づいた後)は全部やらなくてもいいや, 最低限でいいかになって思った。

MT前後で6名全体のマインドフルネス傾向得点は増え, 情緒的巻き込まれ得点は減る傾向が見られた。さらに取り組み姿勢が高い人は低い人よりもマインドフルネス傾向得点の変化量が大きい傾向が見られた。MT後のインタビューでは, MT期間中の情緒的巻き込まれ体験において, Fさんは気づき受け止める段階, Bさんは気づき受け止め, 評価的な感情を手放し, 情緒的巻き込まれから脱する段階であることが推測された。情緒的巻き込まれ得点では取り組み姿勢との関連は見られなかったが, 語りからは, 取り組み姿勢の高さと情緒的巻き込まれ場面でのマインドフルネスサイクルの応用段階に関連があると推察される。

### 4. 総合考察

本研究では, MTの種類にも個人適性があること(研究I), MTが情緒的巻き込まれに陥った際の気づきを助け, 情緒的巻き込まれの減少に寄与することが示唆された(研究II)。個人適性の高いMTの種類を選択することが取り組みの継続, 心理臨床家訓練生自身のメンタルヘルス対策となり, さらに, 援助の質を高く保証するための必要不可欠な根本的要素として重視されている自他境界線の確立(小山, 2016)の助けになることが推察される。

#### 主要参考文献

[1] 鈴木久美子・小川俊樹(2001)。「情緒的巻き込まれ」に関する心理学的研究I—尺度の作成—筑波大学心理学研究, 23, 237-245。