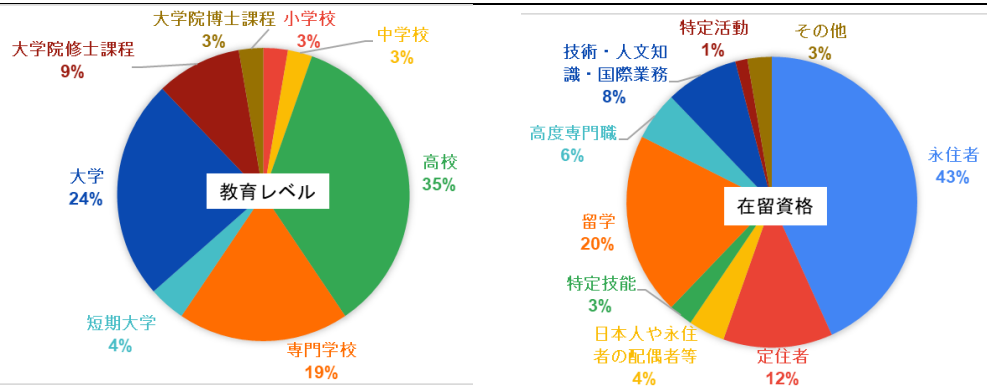


2020年度大学コンソーシアムとちぎ「大学を超えた共同研究支援事業」報告書

所 属 機 関 名	国際医療福祉大学
団体・グループ等名	医療福祉学部・上里研究室
研究代表者名 (所属部署)	上里彰仁 (医療福祉学部)
研究連携担当者名	上里彰仁(国際医療福祉大学医療福祉学部) 坂本幸平(国際医療福祉大学医療福祉学部) 三浦美恵子(宇都宮大学大学院国際学研究科)
研究連携校名	国際医療福祉大学 宇都宮大学
関連自治体・経済団体等名	

1. 研究事業名	栃木県における外国人労働者のメンタルヘルスと地域文化適応
2. 実施年度	2020～2021年度
3. 研究成果等	(背景) 現代日本の課題である労働力不足は栃木県でも同様であり、各業界はアジア諸国からの外国人労働者を多く受け入れている。しかし外国人は、生活、経済、人間関係という通常のストレスに、異文化適応のストレスが加わり、メンタル不調を来しやすいと考えられる。その中で、外国人を単なる労働力として捉えるのではなく、生活する文化的な一個人として尊重する意識が広がってきた。その取り組みとして、例えば宇都宮市では年1回の多文化共生フォーラムや地域ごとの国際理解講座を開催し、外国人がより活躍できるような地域づくりを目指している。 (目的と方法) 本研究は栃木県で働く外国人を対象とした調査を行い、特にメンタルヘルスの観点から地域文化適応を促進する因子を見出すことにより、日本の他の地域における住民と外国人のより良い地域共生文化構築への一助となることを目的とした。調査は、栃木県、および比較のため県外で働く外国人労働者を対象としたweb質問票（多言語翻訳）、さらに個別インタビューにより行った。研究は国際医療福祉大学倫理審査委員会の承認を経た上、研究参加者の同意を得て行った。 (結果と解析) 1. 調査票参加者の基礎データ 74名（栃木県内36名、県外38名）の外国人労働者がweb調査に参加した。平均年齢は38.1歳（男性23名、37.4歳、女性50名、38.6歳、不明1名）だった。 出身国の内訳は、多い順にブラジル37名、ネパール14名、ベトナム13名、ペルー3名、インド、インドネシア、アメリカ合衆国、台湾、イタリア、オーストラリアがそれぞれ1名だった。職種は多い順に食品工場15名、製造工場9名、介護4名、清掃、コンピュータ（IT）それぞれ3名、その他40名だった。 その他、教育レベル、在留資格は下記の図の通りである。



2. 日本人との交流と抑うつ傾向の関連

自記式うつ病評価尺度CES-Dを施行し、web調査票で回答された日本人との交流程度との関連を検討した。

まず本研究の対象者のCES-Dの平均値は14.5点であり、日本人労働者で報告されている10～11点よりやや高い（抑うつ傾向がある）ことが見出された。

本尺度のカットオフ値は16点とされているため、16点以上の対象者を抑うつHigh risk群、15点以下の対象者を抑うつLow risk群として2群に分けてFisherの正確検定により解析した。

2-1. 職場の日本人との会話と抑うつ傾向

質問項目「職場では日本人とよく話しますか？」では、ほとんど話さない、あいさつ程度、とてもよく話す、の3択で回答を求めた。

	Low risk	High risk
ほとんど話さない、あいさつ程度	14	10
とてもよく話す	36	13

統計学的な有意差は検出されなかったが（ $p=0.28$ ）、日本人と会話が多いほど抑うつリスクが低い傾向が見られた。

2-2. 職場の日本人の援助と抑うつ傾向

質問項目「職場の日本人は困ったときに助けてくれますか？」では、全く助けてくれない、ほとんど助けてくれない、たまに助けてくれる、いつも助けてくれる、の4択で回答を求めた。

	Low risk	High risk
全く助けてくれない、ほとんど助けてくれない	14	16
たまに助けてくれる		
いつも助けてくれる	36	8

統計学的な有意差があり（ $p=0.0023$ ）、職場で日本人が援助する頻度が高いほど抑うつリスクが低いことが明らかになった。

2-3. 仕事時間以外での職場の日本人との交流と抑うつ傾向

質問項目「職場の日本人は、仕事時間以外でも交流がありますか？（休日に一緒に遊ぶ、食事に招く・招かれる、など）」では、まったく交流しない、ほとんど交流しない、たまに交流する、とてもよく交流する、の4択で回答を求めた。

	Low risk	High risk
まったく、ほとんど交流しない	18	11
たまに、とてもよく交流する	32	13

統計学的な有意差は検出されなかったが（ $p=0.45$ ）、Low risk群では仕事時間

	以外での日本人との交流が多い傾向が見られた。 2-4. 職場の日本人との交流に関する考え 質問項目「職場の日本人との交流についてどう思いますか？」では、72%が「積極的に交流したい」、27%が「必要最低限の交流でよい」、1%（1名）が「交流したくない」と回答しており、大半の外国人が日本人との交流を求めていることがわかった。その理由としては、日本人の友人がほしいから、日本の文化をもっと知りたいから、日本語能力を向上させたいから、日本に住み続けたいから、自分の文化を知ってほしいから、が挙げられた。交流の必要性を感じない理由としては、日本語が話せないから、日本人と交流しなくても生活できるから、日本の文化が合わないから、仕事が忙しくて時間がない、が挙げられた。 2-5. 日本語能力との関連 日本語能力の違い（N1-N5、もしくは全く話せない）とGES-Dスコアにはやや違いが見られたものの（N1-2:平均15.9、N3-5、もしくは全く話せない：平均12.8）、上記の日本人との交流に関する各指標には大きな差異は見られなかった。 3. 栃木県内と県外の外国人労働者の違い GES-Dに関しては、栃木県内の外国人労働者のスコアは12.6、県外の外国人労働者のスコアは16.3となり、栃木県の方が抑うつ傾向が低かった。ただし年齢や性別、出身国、職種など、背景が異なるため、両群の比較に結論を出すことはできない（解析省略）。 4. 個別インタビュー コロナ下の環境だったため、遠隔ビデオ会議システムを利用し、2人の外国人労働者に対してそれぞれ60分程度の個別インタビューを行った。1人は滞在当初はコミュニケーション文化の違い（本心は違うが、暗黙の合意が成立するスタイルなど）に戸惑ったが、日本人との交流の中で次第に理解して自己を適応させ、日本人と結婚、定住に至り、幸福度・満足度が高かった。もう1人は異文化理解が進まず、適応は良好でなく、職場で孤立することにより周りの日本人に敵意を抱いていた。
4. 今後の課題及び発展性	本研究では、外国人労働者のメンタルヘルスに影響を与える因子についての手がかりを得ることができた。まず、GES-Dで評価した外国人労働者の得点は、日本人労働者の得点よりも高かったが、異文化環境における労働の負荷を考慮すれば予想通りの結果であった。その中でも、日本人との交流が少なく、特に職場において日本人のサポートが少ない場合に抑うつ傾向が強いことが明らかになった。また、外国人労働者の大半は日本人との交流を望んでいるようである。これは、外国人労働者のメンタルヘルスを向上させるためには日本人との交流促進が有用であることを示している。その方策は、労働における規則、習慣、不文律、人間関係等を含む職場文化から、生活における住環境、食事、レクリエーション、隣人・友人とのコミュニケーション、地域活動参加を含む生活文化まで多岐に渡ると考えられる。一方、外国人労働者の言語能力が、日本人との交流程度や抑うつ傾向に相関がみられなかったのは予想に反する結果であった。これはむしろ、言語能力そのものよりも、言語外の交流、相互理解、サポート等が外国人労働者のメンタルヘルスに影響を与える要素であることを示唆している。 今後は本研究を出発点とし、対象者数を増やしたうえで背景条件を整えた研究に発展させ、外国人労働者のメンタルヘルスを促進することにより、より良い共生文化の構築に寄与したい。