九州大学学術情報リポジトリ
Kyushu University Institutional Repository

「いきいき健康調査表」の試み : 精神的健康度指標の開発

山田, 裕章
Institute of Health Science Kyushu University

冷川, 昭子
Institute of Health Science Kyushu University

峰松, 修
Institute of Health Science Kyushu University

https://doi.org/10.15017/613

出版情報：健康科学. 16, pp.91-98, 1994-03-15. 九州大学健康科学センター
バージョン：
権利関係：

KYUSHU UNIVERSITY

「いきいき健康調査表」の試み
——精神的健康度指標の開発——

山田裕章　冷川昭子　峰松修

A Preliminary Study of Psychological Lively Scale

Hiroaki YAMADA, Akiko HIYAKAWA, Osamu MINEMATSU

Summary

This paper describes a developement of a psychological positive health scale for healthy people.

A personality properties such as lively, positive, active, and brisk performances are one of an indicator for personal psychological positive health. We have developed a psychological positive health inventory, the Psychological Lively Scale(PLS).

The PLS consisted of 20-item positive health scale and 10-item negative health scale. Later negative scale involved pathological items in order to clarify the meaning of positive scale. A total of 538 subjects (160 men and 378 women) participated in this study.

Results of statistical analysis indicated that there were four subscales in the items of positive health, such as positiveness, stability of mood, self-acceptance and life satisfaction. In positive health scale, mean total score of all subjects was 53. 34 and mean total score of men was 54. 25 and of women was 54. 42. In negative health scale, mean total score of all subjects was 20. 61 and of men was 20. 47, of women was 20. 68. Total score of positive health increased with aging of subjects.

Key words : Positive health, Psychological Lively Scale, Healthy people.

(Journal of Health Science, Kyushu University 16：91-98, 1994)

はじめに

個人の精神的健康度が問題になる場合，これまでは広義の精神障害が存在しないことだけが必要な要件であった。適応障害，神経症，うつ病および精神病でなければ精神的に健康であると判断されていた。すなわち，健康は病気の対極にあるとする医学モデルにしたがって考えられていた。各種の心理テストは精神の病理性を検出するために考案されていた。

われわれは健康を病気の対極におく医学モデルとは異なり，現在の自己の心身の機能を十分に発揮させることを目的とする自己実現モデルに従って心身の健康を理解しようとしてきた[4,5,6,7]。精神的健康度指標は精神障害の検出ではなく，心理的活性度が高い状態すな

Institute of Health Science, Kyushu University 11, Kasuga 816, Japan.

わち Positive Mental Health を目標とするものである。本研究では，精神的健康度指標の一つと考えれられる個人の「いきいき」とした状態を，具体的に明確化するための質問表の作成を試みた。

方法と対象

九州大学健康科学センターでは心身の健康増進を目的とする健康外来が5年前から開設されている。この健康外来受診者のために作成された心理的健康度質問紙を参考にしてこの質問紙を作成した[3]。ここでの精神的健康は理想像ではなくあくまでも普通の市民が毎日を「元気で生き生きと暮らしている」状態を目標にしている。この状態を表現する概念を作業仮説として，つぎの4種のカテゴリーで代表させることにした。

Positive Health

(1) 積極性

いきいきとして元気に前向きに人生に取り組む。

(2) 安定性

気分の転換が早く，気持が安定している。

(3) 自己受容

自分自身を肯定し，自己受容できる。

(4) 人生の充実性

生活の中における精神的充実感や幸福感。

参考資料として従来の病理性検出のための質問文を用意した。これは不安，抑うつ，焦燥感，心気性，完璧性などについての Negative Helth の質問文である。したがって質問紙の構成は Positive Health 4カテゴリー20問，Negative Health10問合計30問である。各質問について4個の選択肢があり，「①ほとんどない」から「④非常にある」まで選択肢の順に重みづけがされている。得点は各質問に1点から4点まで配分される。Positive Health の最高の合計得点は80点で，得点が高いほど「いきいき状態」が高いと判定される。Negative Health の最高の合計得点は40点で，得点が高いほど心理的には不安定であると判定される。

対象は福岡市の保健所の「健康増進プログラム」に参加した健康な市民538名（男性160名，女性378名）である。対象者の年齢構成は20歳代57名，30歳代91名，40歳代122名，50歳代129名，60歳代117名，70歳代22名であった。

Table 1. Distribution of mean score by gender (N=538, male 160, female 378)

Positive Health					Negative Health				
item	total		male	female	item	total		male	female
	mean	SD	mean	mean		mean	SD	mean	mean
Q 1	2.90	0.72	2.73	2.97	Q21	2.04	0.65	1.98	2.07
Q 2	2.17	0.73	2.19	2.16	Q22	2.06	0.69	2.03	2.08
Q 3	2.83	0.79	2.82	2.84	Q23	1.96	0.60	1.88	1.99
Q 4	2.76	0.71	2.92	2.73	Q24	2.00	0.57	1.98	2.01
Q 5	2.82	0.72	2.78	2.84	Q25	2.02	0.62	2.06	2.01
Q 6	2.61	0.72	2.63	2.61	Q26	1.81	0.60	1.91	1.77
Q 7	2.58	0.82	2.51	2.61	Q27	1.82	0.76	1.69	1.88
Q 8	2.61	0.77	2.62	2.39	Q28	1.62	0.72	1.44	1.69
Q 9	2.55	0.81	2.48	2.58	Q29	2.55	0.80	2.66	2.50
Q10	2.59	0.81	2.59	2.59	Q30	2.73	0.83	2.84	2.68
Q11	2.62	0.64	2.66	2.64	Total	20.61	3.85	20.47	20.68
Q12	2.74	0.58	2.84	2.70					
Q13	2.38	0.70	2.54	2.31					
Q14	2.68	0.69	2.83	2.71					
Q15	2.90	0.68	2.92	2.95					
Q16	2.63	0.67	2.68	2.61					
Q17	2.84	0.70	2.75	2.88					
Q18	3.07	0.71	2.94	3.13					
Q19	3.19	0.72	3.06	3.24					
Q20	2.87	0.81	2.71	2.93					
Total	54.34	7.67	54.25	54.42					

Table 2. Proportion of affirmative answers by sex and age group

質問	全体(%)	男性(%)	女性(%)	年齢階級別 20-30歳(%)	40-50歳(%)	60歳以上(%)
Positive Health						
1. あいさつしたり，話しかけたりする	73.2	64.4	77.0	75.0	72.1	73.4
2. あれこれ考える前に行動する	29.7	30.0	29.6	25.0	28.7	36.7
3. 好奇心がある	63.9	66.3	63.0	62.2	64.1	65.5
4. 粘り強く解決しようとする	64.5	69.4	62.4	50.0	69.3	71.2
5. 不運なことでも立ち向かえる	67.9	71.3	66.4	60.8	68.1	74.8
6. 悩んでも翌日はさっぱりしている	60.0	61.3	59.5	60.8	59.4	60.4
7. いやなことがあっても，気分の転換が早い	59.1	56.3	60.3	52.7	60.2	64.0
8. 自分の気持は安定していると思う	60.8	61.9	60.3	50.7	61.4	70.5
9.「出来ないことは出来ない」と割り切る	50.9	46.9	52.6	48.7	47.4	59.7
10.「過去は過去」と割り切ってこだわらない	52.6	52.5	52.6	47.3	52.2	59.0
11. 自分自身を客観的に評価できる	58.7	61.3	57.7	51.4	64.5	56.1
12. 自分と異なった意見でも受け止める	68.8	76.9	65.3	62.8	74.5	64.8
13. 少しぐらい批判されても自信を失わない	42.4	53.1	37.8	29.1	43.8	54.0
14. 私は社会の役に立っていると思う	67.5	74.4	64.6	68.9	72.5	56.8
15. 自分の生き方を納得している	79.0	78.1	79.4	79.1	78.1	80.6
16. 自分は他人に対して誇りを持てる	63.6	68.1	61.6	60.8	66.1	61.9
17. 私は今の生活に満足している	79.6	77.5	80.4	73.0	81.7	82.7
18. 毎日を楽しく生活している	84.4	82.5	85.2	81.1	84.9	87.1
19. 今，「幸福である」と思う	88.3	86.9	88.9	83.1	90.0	90.7
20. 精神的に豊かでゆとりのある生活である	74.2	66.9	77.3	64.9	75.3	82.0
Negative Health						
21. 何となく不安になることがある	13.8	11.3	14.8	14.9	12.4	15.1
22. 過敏で神経質な気持になることがある	17.7	15.6	18.5	19.6	15.1	20.1
23. ゆううつな気分になることがある	10.0	6.9	11.4	14.9	6.8	10.8
24. 気分が晴れ晴れとしないことがある	10.4	8.1	11.4	13.5	9.2	9.4
25. イライラすることがある	12.8	15.0	11.9	19.6	10.8	9.4
26. 気持がソワソワして落ち着かない	6.3	8.2	5.6	11.5	4.4	4.3
27. 身体のあちこちの調子が悪くなりやすい	15.2	9.4	17.7	17.6	13.2	16.6
28. 軽い病気でも病院に行かないと気がすまない	10.8	5.0	13.2	8.8	8.0	18.0
29. 何事も完ぺきにしないと気がすまない	55.0	63.8	51.3	50.0	54.2	61.9
30. やるべきことは今日の内に片づける	65.2	72.5	62.2	59.5	63.4	74.8

結　果

1．性差と年齢差

各質問の平均得点と標準偏差が表1に示されている。Positive Health20問の平均得点は54.34±7.67でNegative Health10問の平均得点は20.61±3.85であり，総得点には性差はなかった。回答の選択肢①，②はどちらかといえば否定的な回答であり，③，④は肯定的な回答である。ここでは肯定的回答の人数の比率を表2に示す。Positive Health(PH)もNegative Health(NH)も総得点では性差はなかったが，各質問項目に性差や年齢差が見られることがある。PH1（自分からあいさつしたり，話しかけたりする）の肯定回答者は女性が多い。PH4（困った状況の中でも，ねばり強く解決しようとする），PH5(たとえ不運なことに見舞われても，立ち向かって行けると思う）は年齢が高くなるほど肯定回答者の比率が高くなった。この傾向はPH8,9,10,13,14,15,17,18,19,20にも見られる。年齢階級を20歳から30歳代，40歳から50歳代，60歳から70歳代の3群に分けてそれぞれの群の平均得点を調べた。

この結果 Positive Health の得点は年齢が多くなるほど高くなり，20～30歳代と40～50歳代及び60～70歳代の平均得点に有意差($P<0.01$)がある。しかし，Negative Health の得点には年齢差がなかった。

Table 3. Distribution of score by age group

年齢階級	PH得点	標準偏差	NH得点	標準偏差
20～39	52.6	6.6	20.8	4.2
40～59	54.6	7.6	20.4	3.7
60～79	55.7	8.6	20.8	3.8

2．妥当性の検討

(1) 信頼性

Table 4. Pearson correlation coefficicnts

	Q1																													
Q2	.14																													
	.001	Q 2																												
Q3	.16	.16																												
	.000	.000	Q 3																											
Q4	.23	.04	.29																											
	.000	.407	.000	Q 4																										
Q5	.11	.15	.30	.54																										
	.008	.000	.000	.000	Q 5																									
Q6	.21	.10	.12	.20	.31																									
	.000	.019	.007	.000	.000	Q 6																								
Q7	.18	.18	.25	.27	.40	.58																								
	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q 7																							
Q8	.15	.07	.16	.32	.37	.31	.43																							
	.000	.121	.000	.000	.000	.000	.000	Q 8																						
Q9	.10	.12	.12	.24	.28	.33	.44	.36																						
	.017	.007	.004	.000	.000	.000	.000	.000	Q 9																					
Q10	.05	.15	.23	.26	.31	.37	.46	.37	.54																					
	.219	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q10																				
Q11	.08	-.02	.22	.29	.33	.07	.23	.32	.27	.25																				
	.075	.075	.000	.000	.000	.113	.000	.000	.000	.000	Q11																			
Q12	.11	.00	.21	.31	.28	.23	.31	.27	.28	.26	.41																			
	.014	.923	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q12																		
Q13	.14	.12	.19	.32	.38	.33	.41	.35	.33	.33	.25	.30																		
	.001	.006	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q13																	
Q14	.14	.03	.20	.23	.25	.13	.17	.21	.13	.15	.21	.18	.23																	
	.001	.425	.000	.000	.000	.002	.000	.000	.002	.001	.000	.000	.000	Q14																
Q15	.10	.07	.15	.25	.28	.1'	.15	.30	.24	.22	.20	.17	.21	.34																
	.018	.109	.000	.000	.000	.008	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q15															
Q16	.16	.08	.19	.23	.28	.19	.20	.32	.17	.19	.18	.17	.26	.50	.41															
	.000	.78	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q16														
Q17	.13	.02	.11	.17	.20	.21	.24	.31	.22	.22	.19	.19	.19	.17	.33	.27														
	.003	.680	.009	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q17													
Q18	.20	.02	.15	.20	.29	.20	.25	.38	.20	.17	.15	.13	.22	.22	.33	.31	.60													
	.000	.264	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.003	.000	.000	.000	.000	.000	Q18												
Q19	.16	-.01	.12	.20	.27	.22	.21	.37	.18	.20	.14	.18	.16	.23	.39	.33	.63	.69												
	.000	.905	.004	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q19											
Q20	.11	.04	.19	.23	.27	.23	.25	.43	.23	.19	.18	.13	.25	.22	.38	.34	.56	.61	.66											
	.010	.327	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.004	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q20										
Q21	-.02	-.01	-.08	-.15	-.20	-.20	-.27	-.16	-.16	-.04	-.08	-.21	-.12	-.14	-. 08	-.18	-.23	-. 20.	-.29											
	.670	.654	.860	.054	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.340	.051	.000	.006	.001	.055	.000	.000	.000	.000	.Q21									
Q22	-.0.1	-.02	.05	-.04	-.10	-.25	-.22	-.25	-.21	-.16	-.00	-.09	-.18	-.11	-.06	-.08	-.08	-.16	-.18	-.19	.43									
	.826	.616	.274	.379	.024	.000	.000	.000	.000	.000	.914	.049	.000	.010	.143	.070	.080	.000	.000	.000	.000	Q22								
Q23	-.07	-.00	-.07	-.14	-.14	-.18	-.24	-.35	-.22	-.22	-.10	-.12	-.22	-.13	-.10	-.16	-.20	-.27	-.27	-.27	.40	.53								
	.128	.981	.127	.001	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.017	.005	.000	.003	.021	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q23							
Q24	-.12	-.01	-.02.	-.16	-.19	-.19	-.25	-.37	-.24	-.20	-.16	-.12	-24	-.19	-.13	-16	-.24	-.33	-.29	-.33	.45	.49	.65							
	.006	.754	.629	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.006	.000	.000	.002	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q24						
Q25	-.08	-.01	-.06	-.18	-.19	-.21	-.24	-.35	-.22	-.21	-.14	-.16	-.22	-.06	-.11	-.08	-.24	-.27	-.27	-.30	34	.41	.48	.57						
	.069	.858	.182	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.171	.008	.050	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q25					
Q26	-.07	.01	-.07	-.15	-.18	-.13	-.17	-.32	-.23	-.22	-.16	-.14	-.17	-.04	-.16	-.06	-.14	-.19	-.24	-.23	.28	.36	.40	.44	.49					
	.103	.810	.098	.001	.000	.003	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.325	.000	.176	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q26				
Q27	-.05	-.05	-.04	-.05	-.13	-.19	-.13	-.22	-.12	-.14	-.08	-.13	-.20	-.11	-.15	-.13	-.12	-.14	-.11	-.16	.25	.27	.28	.31	.25	.25				
	.214	.280	.382	.271	.003	.000	.003	.000	.005	.001	.051	.002	.000	.009	.000	.002	.005	.001	.011	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	Q27			
Q28	-.04	.01	-.02	-.05	-.13	-.18	-.10	-.11	-.07	-.12	-.04	-.10	-.13	-.11	-.05	-.05	.03	-.02	-.01	-.06	.20	.19	.20	.17	.02	.14	.38			
	.359	.791	.713	.203	.003	.000	.027	.008	.108	.006	.398	.019	.002	.010	.226	.207	.458	.668	.806	.146	.000	.000	.000	.000	.616	.001	.000	Q28		
Q29	.03	-.06	.11	.14	.08	-.06	-.03	-.01	-.17	-.14	.11	.00	.03	.13	.10	.13	.03	.04	.03	.05	.07	.15	.09	.03	.08	.07	.10	.16		
	.496	.174	.010	.001	.051	.140	.474	.795	.000	.001	.008	.943	.479	.003	.018	.002	.457	.339	.547	.273	.110	.000	.039	.507	.070	.131	.015	.000	Q29	
Q30	.13	-.00	.10	.20	.14	.04	.01	-.05	-.11	-.08	.04	.02	.01	.08	.09	.08	.09	.08	.08	.06	.09	.14	.16	.05	.07	.08	.03	.11	.52	
	.003	.941	.020	.000	.001	.333	.894	.241	.013	.068	.310	.591	.835	.063	.042	.077	.029	.071	.075	.149	.037	.001	.194	.272	.113	.055	.528	.009	.000	Q30

Table 5. Factor analysis, rotated factor pattern

Positive Health

item	FACTOR1	FACTOR2	FACTOR3	FACTOR4
Q 1	0.09895	0.11008	0.27623	0.48516
Q 2	0.18232	-0.07102	0.10866	0.64052
Q 3	0.18518	-0.00318	0.50845	0.17869
Q 4	0.32469	0.06028	0.59060	-0.06275
Q 5	0.43188	0.13318	0.53039	0.02808
Q 6	0.65968	0.16283	-0.00765	0.30798
Q 7	0.76351	0.13605	0.12235	0.21626
Q 8	0.49577	0.39028	0.25520	-0.06223
Q 9	0.69848	0.14002	0.07424	-0.05658
Q10	0.70928	0.10354	0.11867	0.00867
Q11	0.33322	0.04769	0.47769	-0.47616
Q12	0.44504	0.02352	0.38489	-0.35492
Q13	0.52988	0.09362	0.33913	0.05456
Q14	-0.04274	0.20335	0.67230	0.11382
Q15	0.05506	0.45001	0.46345	-0.00626
Q16	0.01208	0.36177	0.59998	0.06807
Q17	0.19282	0.78145	0.04978	-0.05451
Q18	0.13877	0.81463	0.13204	0.07862
Q19	0.12013	0.85549	0.12926	-0.00615
Q20	0.17408	0.78941	0.15720	0.01918

測定の信頼性の尺度として内的整合法を用いて、信頼性係数である α 係数を算出した。Positive Health20問の α 係数は0.86であり Negative Health10問の α 係数は0.76であった。この係数は1に近いほど信頼性が高いとされているのでそれぞれの項目間の内的整合性は高いといえる。

(2) 質問項目間の相関

各質問項目間の妥当性を検討するため，項目間の相関係数を表4に示す。Positive Health(PH)20項目のほとんどは相互に相関している。PH2（何かをするときは，あれこれ考える前に行動する）の項目と他の項目との相関が低い。Negative Health(NH)は PH と高い逆相関を示し，NH21～NH28内部では高い相関がある。NH29（何事も完ぺきにしないと気がすまない），NH30(今日やるべきことは今日の内にかたづけないと気がすまない）の2項目は「完璧性」と「強迫性」を見たものであるが，この2項目は他の NH の項目とは必ずしも相関が高くない。

3．因子的妥当性

Positive Health と Negative Health の質問項目は本質的に異なっている。全30項目を因子分析すると2群に分かれる。Negative Health だけは強いまとまりを示すのでこの10項目は一つの群として扱うことにした。因子分析は Positive Health20問について質問項目内の妥当性の検討のため Varimax 法による因子分析をおこなった(表5)。因子分析の結果4因子解あるいは5因子解が解釈しやすかった。

第一因子

PH6 悩んだり気持が動揺することがあっても翌日はさっぱりしている。

PH7 いやなことがあっても，気分の転換が早い。

PH8 自分の気持は安定していると思う。

PH9「出来ないことは出来ない」と割り切ってこだわらない。

PH10「過去は過去」と割り切ってこだわらない。

PH12 自分と異なった意見でも，冷静に受け止めることができる。

PH13 少しぐらいは批判されても自信を失わない。

この7項目に因子負荷量が高かった。この因子は気持の「安定性」や「気分転換の早さ」あるいは「客観性」などが示されている。

第二因子

PH17 私は今の生活に満足している。

PH18 毎日を楽しく生活している。

PH19 今，「幸福である」と思う。

PH20 精神的に「豊かでゆとりのある」生活をしていると思う。

この4項目に因子負荷量が高い。この因子は「生活の満足感」や「幸福感」あるいは精神的充実度が示されている。

第三因子

PH3 好奇心がある。

PH4 困った状況の中でも，ねばり強く解決しようとする。

PH5 たとえ不運なことに見舞われても，立ち向かっていけると思う。

PH11 自分の美点も弱点も，客観的に評価することができる。

PH14 私は社会の役に立っていると思う。

PH15 これまでの自分の生き方は，それなりに納得できる。

PH16 現在の自分は，他人に対して誇りを持てると思う。

この7項目の因子負荷量が高いが，「人生に対する積極性」，「自己受容」などが混在している。

第四因子

PH1 自分からあいさつしたり，話しかけたりする。

PH2 何かをするときは，あれこれ考える前に行動する。

この項目に因子負荷量が高い。しかし PH11(第三因

子）PH12（第一因子）の因子負荷量も高い。5因子解ではPH1,PH2,PH3がまとまっている。4因子解で見る限り第四因子を単独で説明することは困難である。

初めに定義した「いきいき健康度」の概念と質問項目の因子分析の整合性は，今後の質問表の改訂を行う時に検討することにして，Ver.1 の質問紙に関してはさしあたって次のようなカテゴリーで質問項目をまとめた。

(1) 積極性：PH1,PH2,PH3,PH4,PH5
(2) 安定性：PH6,PH7,PH8,PH9,PH10
(3) 自己受容：PH11,PH12,PH13,PH14,PH15
(4) 充実性：PH16,PH17,PH18,PH19,PH20

4．基準関連妥当性

「いきいき健康度」は新しい概念であり，個人がいきいきと元気に生活している場合の外的な基準を求めることは困難である。健康外来で使用されている心理的活性度の尺度では身体状況・生活習慣などの項目との関連が調べられている。Negative Health の妥当性に関しては精神障害者について調査中であり，本調査表の改訂版（Ver.2）を検討するときに発表する。

考　　察

本研究は健常な成人が「いきいき」と元気に生活している状態を精神的健康度の一つの指標とする目的で行われた。人間の健康をどのようにとらえるかは準拠するモデルによって様々な様相を示す。ことに精神的な健康については単に病気でないというレベルから神に近い理想像まで種々のレベルが有り得る。

個人の健康状態には，それぞれ各個人ごとに快適なレベルがある。健康の一面は，ある刺激に対する個人の反応がその個人の持つ適正な幅を超えない状態であると言える。従って精神的健康度を数字化した場合，ある人の精神的健康度が80点で，他の人が60点のとき60点の人の精神的健康度は悪いと単純には言えないだろう。60点の人はそれなりに幸福な人生を送っているかも知れない。この「いきいき健康調査表」は一般の住民を対象として，いきいきとした人生を過ごすためのアドバイスを目的としている。そのため質問文は被検者に〝気づき〟を与えるような構成をとり，被検者が質問紙を読んで理解することを目的として，必ずしもテストの点数だけにこだわらないようにした。

個々の質問と回答を検討していくと必ずしも期待していたような回答が出ないものがある。PH3（何かをするときは，あれこれ考える前に行動する）の質問は行動的であるか，積極的であるかを調べる目的であったが，肯定的回答は全体の29.7%であり約70%の被検者はあまり好ましくない行動と理解したようである。NH29（何事も完ぺきでないと気がすまない）の肯定的回答は全体の55.0%であり，ことに男性では63.8%に達す。NH30（今日やるべきことは今日の内にかたづけないと気がすまない）の肯定的回答は全体の65.2%であり，男性の72.5%が肯定意見であった。NH29は「完璧性」をNH30は「強迫性」を見たものである。この2つの項目はわれわれが開発した「自己実現尺度」[6]（SEAS）にも設定されている。「自己実現尺度」の研究[9]では神経症傾向の高い人にこの項目の得点が高かった。「完璧性」も「強迫性」も仕事を持続的に行っていくときにはあるていど必要な資質であることは確かであるが，しばしば両刃の剣となって不適応状態やうつ病を引き起こす原因になることも臨床家にとって自明のことである。この質問表ではこの2つの質問文は Negative Health に入れたが結果的には平均値を見る限り，肯定的な要素として理解されていることが明らかになった。

一般的に質問紙の形式と構成にこだわれば，統計処理で明確化された事実のみを取り上げることは論をまたない。しかし，それは平均化された意見の反映に過ぎない。この質問紙のねらいは必ずしも被検者の意見を聞くためのものではなく，被検者に精神生活上のある種の〝気づき〟が起こることを期待している。前に述べた「完璧性」や「強迫性」の項目はその意味で今後も興味のある項目であり，Ver.2の調査表の改訂の際に考慮すべき問題であると考える。

質問紙構成上の問題として性差と年齢差の問題がある。総得点上は性差はないが各質問項目別に見ると，表2に示されるように肯定回答者比率（回答③，④）ではPH1（あいさつしたり，話しかけたりする）は男性が64.4%，女性は77.0%で女性の肯定的回答者が多い。逆にPH5（不運なことでも立ち向かえる）は男性が71.3%，女性が66.4%であり男性に肯定的回答をする人が多い。PH13（少しぐらい批判されても自信を失わない）では肯定的回答は男性の53.1%，女性の37.8%であり性差がある。Negative Health に関してもNH24,NH24抑うつ気分，NH27,NH28心気性などは女性の肯定的回答比率が高い。年齢差について見ると一般的に言えば加齢にともなって精神的成熟度が高まることが予想され[10]，気分の安定性や生活の充実度や幸福感の肯定的回答者比率が高い。このため改訂版では年齢による得点の重みづけが必要になる。

今後の課題はVer.1の質問項目を整理してカテゴリー別に再検討を加え，粗得点のスコア化を検討する必要がある。同時に間接的な外部基準として精神障害者の回答結果の検討も必要である。また，被検者の範囲や年齢も広げる必要があろう。

ま と め

1．毎日をいきいきと暮らしている状態を精神的健康の一つの状態と考え，「いきいき健康調査表」の作成を試みた。

2．「いきいき」としている状態を積極性，気分の安定性，自己受容，生活の充実性の4種のカテゴリーに分けて20項目の質問項目をつくり，これをPositive Health項目とした。参考にするため不安，抑うつ，イライラ，心気性，強迫性などのNegative Health項目10項目を加えた。これを健康な市民538名に施行して分析を行った。

3．因子分析の結果4種の因子が示された。質問項目によって性差や年齢差が現れるものがあった。

4．今後の課題として質問項目の整理やカテゴリーの再分類などが示唆された。

文　献

1）亀石圭志，冷川昭子：POI－自己実現尺度の展望と試論，健康科学，8：15-28，1986.

2）亀石圭志，山田裕章：SEASの尺度構成に関する一考察－YG性格検査を手がかりとして－，健康科学，8：1-8，1986.

3）峰松　修，冷川昭子，山田裕章：心理的健康度(Psycho-Wellness Scale)質問紙の作成，九州大学健康科学センター健康外来報告書，印刷中，1994.

4）村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，二藤部里見：自己実現尺度で測る精神的健康(1)，健康科学，4：177-184，1982.

5）村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，亀石圭志，二藤部里見：自己実現尺度で測る精神的健康(2)－自己実現尺度の統計的分析－，健康科学，5：1-9，1983.

6）村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，亀石圭志：自己実現尺度で測る精神的健康(3)－項目とフォームの決定－，健康科学，6：45-57，1984.

7）村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，田中克江，田村隆一：精神的健康に関する研究　－アサーション尺度作成を中心として－，健康科学，11：121-128，1989.

8）村山正治，山田裕章，峰松　修，冷川昭子，田中克江，田村隆一：精神的健康に関する研究－アサーション尺度の改訂と分析－，健康科学，13：97-103，1991.

9）山田裕章，峰松　修，冷川昭子：自己実現尺度(SEAS)の試み，健康科学，7：81-90，1985.

10）山田裕章，峰松　修，冷川昭子：自己実現尺度(SEAS)の世代による違いについて，健康科学，10：49-57，1988.