

# 青年期における宗教性と健康

D08-0413 鈴木聡子  
指導教員 朝倉隆司

## キーワード：宗教性、健康、青年期

### 1. 背景

米国では、医療現場において心理的なストレスから来る病の治療方法として宗教やスピリチャリティを利用した対処（コーピング）が一般的に行なわれている。また、宗教、スピリチャリティ、健康が横断的に研究され、長い間の観察研究に拠って関連性が明らかになっている。一方日本においては、多宗教文化を受け入れつつも、土着宗教と仏教、神道が絡み合う中で日本独自の精神文化、行事が形成されている。そのような中で日本人の宗教意識や宗教行動が健康にどのような影響をもたらしているかを検討したい。

### 2. 目的

本研究の目的は青年期における宗教性と健康の関連性を検討することである。すなわち、独特な宗教文化をもつ日本でも宗教性が、健康行動や生活満足感と関連し、心身の健康とも有意な関連がみられるか検討することである。

### 3. 対象と方法

本調査は、18～35歳の日本人青年と主にキリスト教（プロテスタント）を信仰している日本人青年の男女200名を対象にアンケート調査を行った。調査時期は2012年11月1日～11月25日の間に実施し、友人や学部生の協力を依頼した。総回収数は、175名であり、その内訳は男性が72名（41.1%）、女性が103名（58.9%）であった。回収率は88%であり、そのすべてが有効回答であった。

調査内容は、青年を対象とした基本属性、健康関連の項目（生活習慣行動、生活満足感、身体症状、抑うつ症状）と宗教関連の項目（宗教行動、宗教の必要性、宗教を信仰している人、信仰心の程度、キリスト教信者の宗教行動）を各項目ごとに作成した。

分析方法は、健康関連項目と宗教関連項目に対して因子分析を行い、信頼性を検討した上で尺度の作成を行った。作成した尺度を用いて、宗教と健康の関連性を検討するため、相関分析と重回帰分析を行った。

### 4. 結果

#### ①基本属性と健康の関連について

年齢が若い人ほど生活満足感が非常に良く、精神症状が非常に良好であった。

#### ②生活習慣行動と宗教の関連について

「日本の宗教行事に親しむ習慣」尺度と「自然を拝み、自然を見て神聖な気持ちになる」尺度に有意な負の相関がみられた。「宗教の必要性」尺度と「宗教を信仰している人」尺度に有意な正の相関がみられた。更に重回帰分析によって、宗教を信仰している人ほど生活習慣行動が非常に良いということが分かった。

#### ③生活満足感と宗教の関連について

「神に対する信仰がある」尺度に有意に正の相関がみられた。更に重回帰分析によって、日本の宗教行事に親しむ習慣がある人は、生活満足感が低いということがわかった。

#### ④身体症状と宗教項目の関連について

「日本の宗教行事に親しむ習慣」尺度、「自然を拝み、自然を見て神聖な気持ちになる」尺度に有意に正の相関がみられた。更に重回帰分析によって宗教を信仰している人、自然を拝み、自然を見て神聖な気持ちになる人ほど、身体症状が非常に良好であることがわかった。一方で、神に対する信仰（キリスト教行動）がある人ほど、身体症状がやや不良ということもわかった。

#### ⑤精神症状の宗教項目の関連について

「日本の宗教行事に親しむ習慣」尺度、「信仰心の程度」に有意な正の相関がみられた。「宗教の必要性」尺度に有意な負の相関がみられた。更に重回帰分析によって、日本の宗教行事に親しむ習慣がある人は、精神症状がやや良好で、神に対する信仰がある人は、精神症状がやや不良であることがわかった。

### 5. 結論

本研究から仮説通り全体的には、宗教信念が日々の生活において健康行動を向上させ、生活満足感を高め、心の安心をもたらし、心の安心が身体への健康へと繋がるということが調査によって分かった。具体的には、宗教行動や宗教意識により、生活習慣行動と生活満足感向上することが分かった。しかし、身体症状と精神症状に関しては、宗教行動や宗教意識が心身の健康向上につながる場合と、元々、心身に不安を抱えている人が弱さを受け入れ、助けへと導いてくれる宗教に寄り頼むといった2通りの理由が考えられることが分かった。