

別記様式第 2 号の 1-3

研究計画概要書（観察研究）

研究課題名		労働における余暇経験と Well-being およびメンタルヘルスとの関連
臨床研究教育学の確認番号		
臨床研究教育学による研究サポート（伴走型支援）の希望の有無		☐ 希望する（研究責任者が了承していること、国際学術誌への論文投稿を目指していることが条件） ☒ 希望しない
研究組織	研究代表者 （所属・職名・氏名）	非該当
	研究責任者（本学内） （所属・職名・氏名）	名古屋大学大学院医学系研究科 総合保健学専攻リハビリテーション療法学コース作業療法学分野・講師・星野藍子
	研究分担者 （所属・職名・氏名）	名古屋大学大学院医学系研究科 総合保健学専攻リハビリテーション療法学コース作業療法学分野・大学院生・BATPUREV SARUUL 名古屋大学大学院医学系研究科 総合保健学専攻リハビリテーション療法学コース作業療法学分野・大学院生・長沼和佳奈
	共同研究者 （共同研究機関に所属する者） （所属・職名・氏名）	なし
試料・情報の提供	研究協力機関 （施設名・施設責任者氏名）	なし
	既存試料・情報の提供のみを行う機関 （施設名・施設責任者氏名）	なし
研究事務局 （機関の名称・住所・連絡先）		名古屋大学大学院医学系研究科 総合保健学専攻リハビリテーション療法学コース 星野研究室 〒461-8673 名古屋市東区大幸南 1-1-20 TEL : E-mail : hoshino.aiko.r4@f.mail.nagoya-u.ac.jp
研究の背景		余暇は労働者の健康で充実した職業生活を可能にする資源であることが広く認識されている。例えば、充実した余暇活動への従事は、身体的・精神的健康の向上と関連し、職場での効率性を高める資源を生み出す。また余暇は、活動の種類そのもので

	活動に参加することだけでは、余暇を経験するということの保証にはならない」「余暇は本質的に主観的であること」「参加者が余暇において何をしたかは、その活動それ自体よりも象徴的意味の点で重要である」などの報告がある。 このように、余暇は一般的に余暇と分類される活動ではなく、対極として理解されてきた労働を含む様々な活動の中にも現れうる。実際に、仕事と余暇は相互に排他的ではなく、共通の動機や喜びの基盤を持ちうると報告されている。 Porter(2008)は、余暇を経験するときの意味についてのレビューを行い、余暇の心理的/情動的経験が具体的に何であるかを同定した。また、余暇の経験および経験の頻度を特定する尺度として Leisure Meanings Gained Scale-short form; LMGS-SF を開発し、妥当性および信頼性の検証を行った。Porter によると、余暇の経験は、つながりと所属、アイデンティティ、自由と自律、コントロールと力、有能感と熟達の 5 つに分けられる。 これらの心理的・情動的経験は一般的な余暇活動だけではなく、労働を含む様々な活動でも経験されるが、労働の中でこれらの経験がどのように現れるのか、そしてその現れ方と Well-being やメンタルヘルスとの関連を検討した研究は限られている。 以上を基に本研究では、本研究では余暇を「一般的に余暇とみなされる活動や状況(例：ギターを弾く、旅行に行く)ではなく、個人が活動の中で経験し、個人にとって内的な重要性を有する、社会的かつ文脈的に基盤付けられた心理的/情動的経験」と捉え、労働における余暇の経験の構造と Well-being およびメンタルヘルスとの関連を明らかにする。
研究の目的・意義	目的：労働において獲得された余暇の意味の構造、および余暇の意味と Well-being およびメンタルヘルスの関連を明らかにする 意義：働くことと余暇を対立構造としてではなく、経験の連続体として捉える視点を提示し、労働者の健康を理解する新たなモデル構築の基盤となる
研究対象者の主な選択基準	包含基準： ・ 18 歳以上 65 歳以下 ・ 会社・団体等に雇用されている者 ・ 現在日本国内で就労している者 ・ 調査時点で通常の就労を行っている者 ・ 研究参加の同意が得られた者 ・ アンケートシステム Freeasy の回答者として登録されており、アンケートの配信により回答が可能な者

	除外基準： ・ アンケート回答に不備のある者 ・ 会社経営者、事業主、役員 ・ 自営業者 ・ 個人事業主 ・ フリーランス ・ 家族従業者 ・ 調査時点で休職または休業中(病気休業・育児休業・介護休業等を含む)であり、通常の就労を行っていない者
研究方法	研究デザイン ：横断研究 目標症例数 ：200 名 症例数設定根拠： 探索的因子分析を行う。因子分析の必要サンプルサイズは、因子間の共通性、因子負荷量、過剰識別性、モデル複雑性に依存する。LMGS-SF は 28 項目 6 因子であり、原版では理論的構造と高い信頼性および内部一貫性が示されているうえ、中程度～高い因子負荷量を示す。しかし、因子あたりの項目数に偏りがあり、2 項目因子や一部因子に下位因子構造を含むなど、一貫して過剰識別性が高いとは言えない。加えて、因子として示された余暇の意味は動的で複雑、かつ相互に関連していることが指摘されている。このように、比較的高い共通性の一方で LMGS-SF のモデルの複雑性があることを考慮し、中程度の共通性かつ十分な過剰識別性がある場合に推奨される 100～200 の範囲のうち、200 を採用した。 なお、本研究では探索的因子分析の後、得られた因子数と調整変数を説明変数として重回帰を行うが、上記目標症例数は、得られる因子数を LMGS-SF 原版と同じ 6 因子と仮定し算出した際のサンプルサイズ 150 より大きい。(説明変数 18 項目(得られた 6 因子+調整変数 12 項目)、効果量 0.15、α エラー 0.05、検出力 0.8 として G*Power3.1.9.7 により算出) 主要アウトカム：主観的幸福感尺度 副次アウトカム：Kessler 6 日本版(以下 K6) 曝露・予測因子：LMGS-SF 他に集める情報：年齢・性別・世帯年収・同居者の有無・雇用形態(正規/非正規)・勤務形態(日勤/非日勤)・週平均労働時間・現職の継続年数 情報の収集方法：インターネット調査会社のアイブリッジ株式会社の Freeasy を用いて、Web アンケートによる横断研究を実施する。すでにアイブリッジ社に登録されているモニター

	の中から包含基準に含まれる回答者にアンケートが送付される。結果はオンライン上で研究者が設定したパスワードのみを用いてアクセス、研究者のみによってダウンロードされる。 統計・分析方法： 1. LMGS-SF のスコアから探索的因子分析を行い、余暇経験の構造を明らかにする。 2. 対象者全員の因子得点を算出する。 3. 独立変数を 2 において得られた因子得点、従属変数を主観的幸福感尺度、調整変数を年齢・性別・世帯年収・雇用形態(正規/非正規)・勤務形態(日勤/非日勤)・平均労働時間・役職の有無(有/無)として重回帰分析を行う。 4. 独立変数を 2 において得られた因子得点、従属変数を K6、調整変数を年齢・性別・世帯年収・雇用形態(正規/非正規)・勤務形態(日勤/非日勤)・平均労働時間・役職の有無(有/無)として重回帰分析を行う。 予想される結果： 1 において、余暇の意味は活動の種類ではなく心理的・情動的経験であることから、労働場面においても、LMGS-SF の理論的に背景に基づき「つながりと所属」「内的バランス」「アイデンティティ」「自由と自律」「コントロールと力」「有能感と熟達」に対応する意味経験因子が抽出されることが予想される。一方で、それらの経験が余暇の意味の構造と同一の構造を示すのか、あるいは労働という文脈において異なるまとまり方を示すのかは十分に明らかになっておらず、LMGS-SF で想定される次元が再編成された意味構造が抽出される可能性がある。 3 において、2 で算出された各意味経験因子の得点が高いほど主観的幸福感が高いことが予想される。また、複数の意味経験因子にわたり得点が高いほど主観的幸福感が高いことが予想される。 4 において、2 で算出された各意味経験因子の得点が高いほど K 6 が低いことが予想される。また、複数の意味経験因子にわたり得点が高いほど K 6 が低いことが予想される。
未承認または適応外の医薬品・医療機器等の使用の有無	☐ あり（☐ 未承認 ☐ 適応外） （概要： ） ☒ なし
製薬企業等からの資金提供の有無	☐ あり（提供元：） ☒ なし

研究に含まれる内容 (研究参加しなかった場合との違い) (該当するものを全て選択)	☐ 既存でない(診療外の)情報の取得 ☐ 既存情報の利用 ☐ 既存でない(診療外の)試料の取得 (内容:) ☐ 既存試料の利用 (内容:) ☒ アンケート、インタビュー、観察等による情報の取得 ☐ 研究対象者への軽微な侵襲を超える侵襲 (内容:) ☐ 研究対象者への軽微な侵襲 (内容:) ☐ 既存情報・試料の学外への提供 (内容:) ☐ 情報・試料の外国への提供 (内容:) ☐ その他 (内容:)
研究期間	実施承認日～2027 年 3 月 31 日
研究対象者からインフォームド・コンセントを受ける手続き等	☐ インフォームド・コンセント取得 (方法:) ☒ インフォームド・コンセント以外の方法での適切な同意取得 (方法: アンケート入力時に同意に関するチェックランを設け、同意を得られた方のみにアンケートを実施する。) ☐ 情報公開による拒否機会の保証(オプトアウト) (理由:) ☐ 同意取得は実施しない (理由:)
個人情報等の管理体制	アンケートにて個人の特定につながる情報は取得しない。また、アイブリッジ株式会社からも個人の特定につながる情報を取得しない。
研究で収集した同意書・情報・試料の保管場所、研究終了後の取扱い	保管場所: データはパスワード付き外付け HDD に保管し、外付け HDD は名古屋大学大学院医学系研究科総合保健学専攻大幸キャンパス別館 3 階 317 号室(星野研究室)内の鍵のかかる棚に保管する。 終了後の取扱い: 10 年間は上記場所にて保管。保存期間終了後は専用ソフトを用いて適切に削除する。