



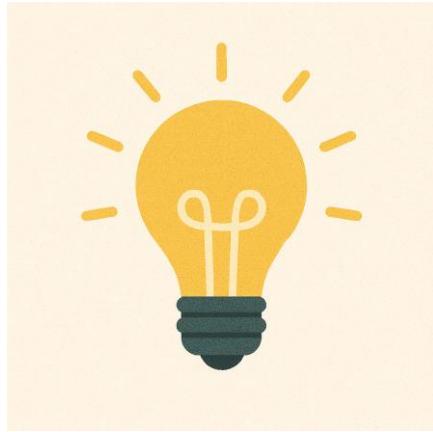
# 「高山市 もっと元気に プロジェクト」 文化・芸術活動が心身に与える影響についての調査結果

京都大学大学院医学研究科 社会疫学分野  
**土生 裕**

塩入 俊樹（岐阜大学大学院医学系研究科），伊藤 達矢（東京藝術大学社会連携センター）  
福本 墨（長岡造形大学造形学部），深澤 佑介（上智大学大学院）  
本多 由起子，近藤 尚己（京都大学大学院医学研究科）

- ・近年、文化・芸術活動への参加が人々の健康やウェルビーイングに良い影響を与える可能性が注目されている。
- ・WHO Regional Office for Europe は、健康とウェルビーイングの向上における芸術の役割について、900件を超える世界の研究結果を包括的にまとめた報告書を発表した。  
➤ Fancourt D, Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2019. (Health Evidence Network synthesis report, No. 67)





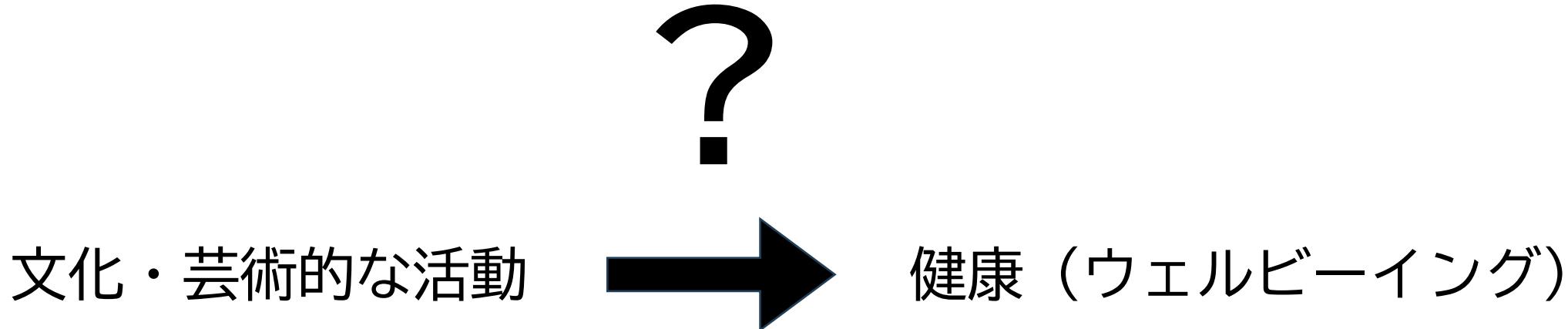
- 音楽や美術などの文化・芸術活動は、人々の創造性や社会的つながりを促進し、メンタルヘルスや生活の質 (quality of life) に寄与することが報告されている。



- 一方で、日本を含む非西洋圏におけるエビデンスや、身体的健康、伝統的行事との関連についての検証は十分ではない。

## 本研究の目的

高山市において、伝統的行事も含めた多様な文化・芸術的活動への関与と、人々の多元的な健康との関連について検討することを目的に実施した。

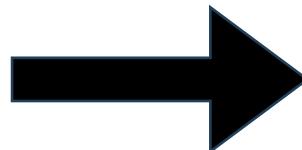


- 調査への参加対象者：高山市に居住の健康診断受診者
  - ① 高山市健康診査（15～39歳）
  - ② 高山市特定健康診査（40～74歳）
  - ③ 高山市すこやか健診（75歳～）
- 調査回答期間：2024年4月1日～4月30日
- 調査方法  
調査票を各健診受診者の自宅に郵送し、案内文に記載されたQRコードから専用のWebフォームにアクセスして回答する方式とした。回答は自己記入式で行い、無記名で収集した。
- 研究デザイン：横断研究  
特定の時点において、ある集団における病気または健康と、その他の関心のある事との関係を調べる研究。



## 測定項目 1

文化・芸術的な活動

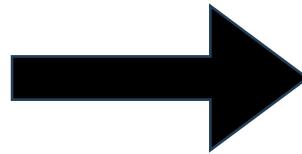


健康（ウェルビーイング）

1. 音楽鑑賞：音楽を聞く
2. 鑑賞：じっくり何かを鑑賞する機会がありますか？
3. 創作：創作活動（絵画、工芸、手芸、文芸、作曲を含む）をしていますか？
4. ダンス：ダンスをする
5. 演奏：演奏（歌を含む）をする
6. 読書：本を読む
7. ゲーム：ビデオゲーム（スマホゲーム、PCゲーム含む）をする
8. 祭り運営：あなたは、高山で行われるさまざまな伝統的な「祭り」や芸能行事の準備や、当日の運営メンバーとして参加する等、これまでそれらに直接かかわったことがありますか
9. 祭り参加：あなたは、高山で行われるさまざまな伝統的な「祭り」や芸能行事を、運営参加ではなく一般参加者としてどのくらい見にいったことがありますか

## 測定項目 2

文化・芸術的な活動



健康（ウェルビーイング）

1. **身体的健康**：主観的健康（JAGES 質問項目）
2. **精神的健康**：精神的健康（WHO-5 日本語版）
3. **社会的健康**：孤独（日本語版 UCLA 孤独感尺度短縮版）、孤立（日本語版 LSNS-6）
4. **文化的健康**：寛容性、自分らしさ、自己表現、自然関係（オリジナル指標）

## 測定項目 3

- **共変量**：性別、年齢、同居人数、収入  
※ バイアスを調整するために取得した項目

## 統計解析

- 記述分析：対象者の基本属性について
- アウトカム・ワイド・アプローチ分析：文化・芸術的活動と健康関連指標との関連について

曝露ごとに、各アウトカムに対して、同一の共変量を交絡因子として調整し、修正ポアソン回帰分析を用いてリスク比（RR）および95%信頼区間を算出した。統計的有意性の有無よりも、RRに基づく関連の方向と相対的大きさの傾向を探索的に評価することを重視し、多重比較に対する補正は行わなかった。

## ヒートマップ作成

- 複数の曝露とアウトカム間の関連を視覚的に把握するため、曝露（行）×アウトカム（列）のマトリックスを作成し、RRの大きさと方向に基づいてヒートマップとして可視化した。

## 使用したソフト

- 統計解析および図表作成には、R version 4.3.2 (R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria) を用いた。

## 倫理的配慮

- ・岐阜大学大学院医学系研究科医学研究等倫理審査委員会の承認を受けて実施した。（承認番号：2023-281）
- ・研究の目的および個人情報の取扱いについてWebフォーム上で説明し、同意を取得した。
- ・「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」に基づき、倫理的配慮のもとで実施した。

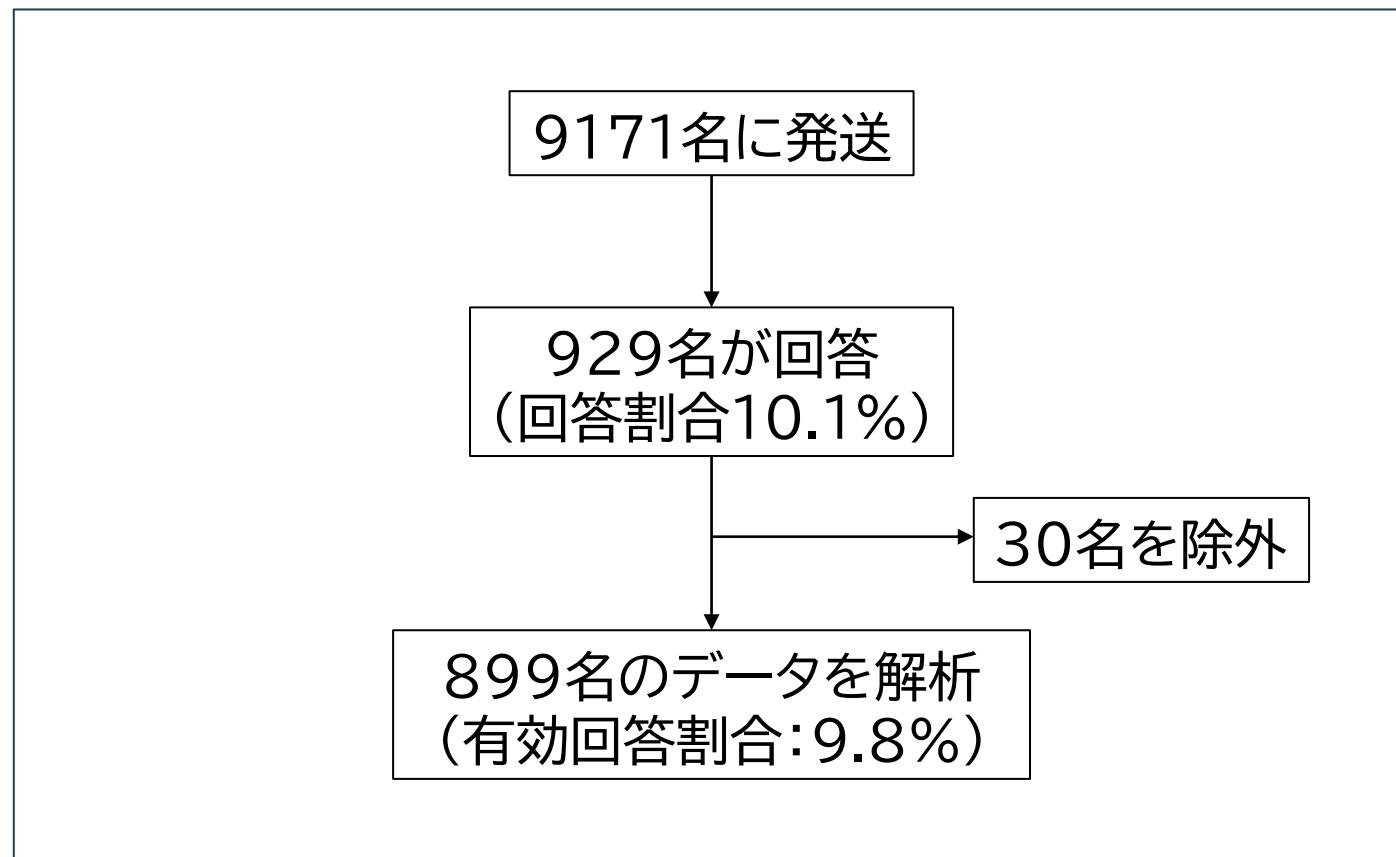


図 1. 対象者の流れ

表 1. 研究参加者の特徴

	研究参加者 (n=899)	平均 (標準偏差)/n (%)	欠損, n
性別			
女性	529 (58.8)		
男性	370 (41.2)		
年齢	59.7 (15.4)		4
居住状況			
自宅	855 (98.9)		
施設	4 (0.4)		
その他	6 (0.7)		
居住年数	44.3 (21.2)	6	
同居人数	3.1 (1.7)		
配偶者			
いない	207 (23)		
同居	670 (74.5)		
別居	22 (2.4)		
子ども			
いない	163 (18.1)		
同居	387 (43)		
別居	349 (38.8)		

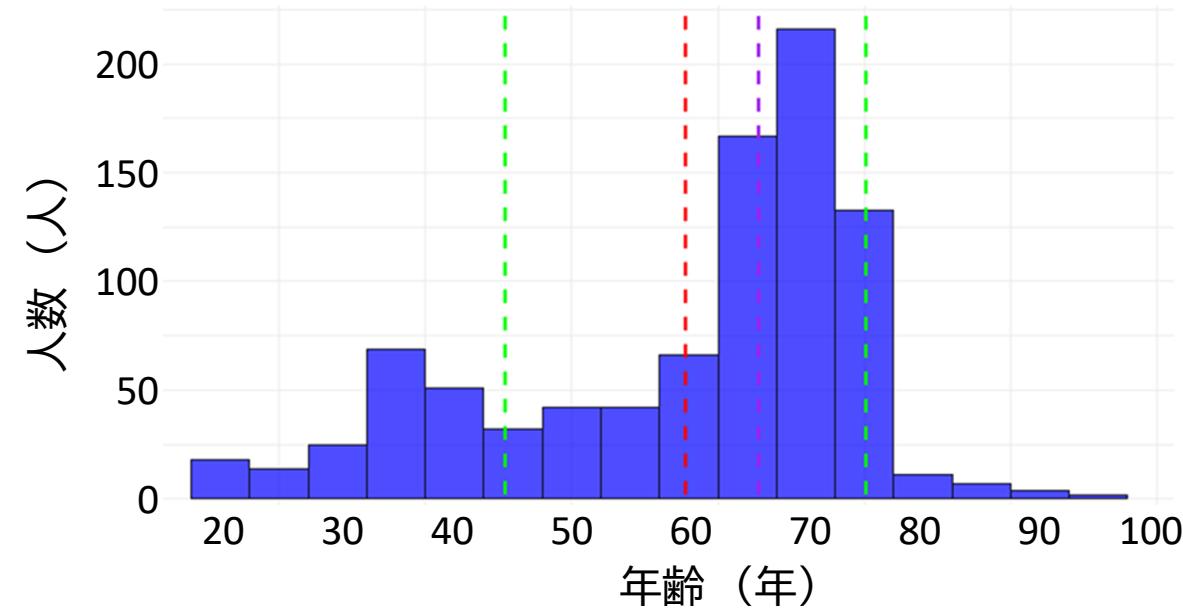


図 2. 研究参加者の年齢分布

表 2. アート・文化活動と多元的な健康との関連のヒートマップ



- ・本研究は、高山市住民を対象に、複数の文化・芸術的活動と多面的な健康との関連を包括的に検討した。
- ・その結果、多くの文化・芸術的活動が幅広い健康指標と正の関連を示した。
- ・特に、自己表現や寛容性などの文化的ウェルビーイング指標との間で、より強い関連がみられた。
- ・一方、ビデオゲームへの関与は、孤立をはじめとし、ほぼ全ての健康指標において負の関連を示した。
- ・また、祭りの運営側と参加側の間で健康アウトカムへの関連に差がみられ、総じて参加側の方がより良好な結果を示した。

## 先行研究との関連

- ・ 先行研究においても、芸術・文化活動への参加が精神的健康の改善、抑うつ症状の低下、主観的幸福感の向上と関連することが報告されており、本研究の結果はこれらの知見と整合している。

## メカニズム

- ・ 文化・芸術的活動が健康に寄与する背景には、情動の表出などを通じた心理的効果、および社会的交流など、複数の心理社会的メカニズムが関与していると考えられる。

## 「ビデオゲームへの関与」のネガティブな結果を解釈する際の注意点

### 1. 推定値の妥当性

- **残余交絡:** 分析する際に調整できていないバイアス(交絡因子)による、偽の関連が生じている可能性がある。

### 2. 推定値が正確だとしても

- **逆因果:** 横断研究という研究デザインの性質上、結果を因果関係として解釈する際には注意する必要がある。
- **異質性:** 本結果は対象集団全体の平均値であるため、サブグループでは、その効果が異なる可能性がある。つまり特定の集団においてはポジティブな関連がみられる可能性がある。
- **曝露の定義による違い:** ビデオゲームの種類による効果の違いを見る必要がある。たとえば交流可能なオンラインゲーム空間は、心身の障害のある方にとって、社会と安全に繋がれる環境となっている場合がある。



## 本研究の強み

- これまで知見の少なかった非西洋圏における研究である
- 従来の近代的な芸術活動のみならず地域の伝統的行事を含めて検討した
- 複数の文化・芸術的活動と多様な健康関連指標を同時に検討したことにより、单一のアウトカムにとどまらず、広範な健康指標を横断的に捉え、文化・芸術活動の多面的な影響を包括的に評価することができた。

## 本研究の弱み

- 少ないサンプルサイズ、逆因果、残余交絡、各曝露の時間的順序の不一致、多重検定による偶然による関連の可能性など、いくつかの研究の限界が存在する。

## 結論

- ・ 本研究は、文化・芸術的活動と健康との多面的な関連を明らかにし、その包括的理解に向けた基盤を提示した。
- ・ 今後は、サンプル数を増やし、縦断的研究や他地域との比較、介入研究による因果効果・因果メカニズムの検証が期待される。



ご清聴ありがとうございました！

土生裕  
Habu Hiroshi  
メール:  
[habu.hiroshi.2v@kyoto-u.ac.jp](mailto:habu.hiroshi.2v@kyoto-u.ac.jp)

