高千穂夜神楽にみる祭りによる抑うつと活動の変化 —ベック抑うつ尺度 (BDI) と 快適活動スケジュール (PES) を用いて

福島 明子¹

Changing of Depression and Activities through the festival, *Takachiho-yokagura*
—Using Beck Depression Inventory (BDI) and Pleasant Events Schedule (PES)
Meiko FUKUSHIMA¹

The purpose of this study was to examine the effect of a traditional festival, *Takachiho-yokagura* in Miyazaki prefecture on mood by adapting the theories of the *Pleasant Events Schedule* by Lewinsohn and Graf (1973). Data gathered from 89 community residents (43 males, 46 females; mean age 47.1 years). Subjects rated how often and how enjoyably they were engaged in 27 activities in the previous week, and their mood by Beck Depression Inventory (BDI), respectively, 3 weeks before and just after the festival. From a total perspective, the subjects' depression significantly alleviated after the festival. Participants in the festival ($n = 72$) were significantly less depressed, and more frequently and enjoyably engaged in the activities than non-participants ($n = 17$). Specifically, kagura-dancers' ($n = 10$) level of activities exceeded those of other participants. Depressed subjects (mean BDI score = 17.43, $n = 21$) significantly less enjoyed the activities than nondepressed ones (mean BDI score = 4.93, $n = 68$) in a festive week. As for psychological sense of the community, active persons toward the community were significantly less depressed than passive ones; individual-oriented person's depression significantly reduced after the festival, whereas cooperation-oriented ones' did not change over time. The present study suggests the significance to investigate festivals again from a new point of mental health in the community.

Key words : festival, Beck Depression Inventory: BDI, Pleasant Events Schedule: PES, community, mental health

祭り, ベック抑うつ尺度, 快適活動スケジュール, 地域, メンタルヘルス

1. 緒 言

祭りは個人の気分を高めると広く信じられているにもかかわらず、その効果を実証的に検証した

研究はほとんどなされていない (Christensen and Dowrick, 1983). こうしたことから Christensen and Dowrick は、アンカレッジで2月に行われる祭り Fur Rendezvous を対象に、祭りが真

¹お茶の水女子大学大学院人間文化研究科

¹ Ochanomizu University, Graduate School of Humanities and Sciences

冬の抑うつを軽減させる効果があるかどうか検証を行った。彼らは3年分の自殺・自殺企図の件数、特定機関への電話相談件数や入院者数を調べたが、祭りの行われる2月がその他の月よりもこれらの件数が少ないという結果は得られず、祭りにメンタルヘルスを促進させる効果はないと結論づけた。しかしながら、彼らの研究には2つの問題点があげられる。第一の問題は、気分が正確に測定されていないことである。自殺が多い時期は、発病時とうつの最悪期を過ぎた軽快期である（大原，1977）から、抑うつを軽減を自殺・自殺企図の減少によってはかることには無理があるうえ、月別の集計では気分の変化をみるには期間が長すぎる。そもそも、精神病院の入院患者を対象にした調査で、自殺未遂者の中には精神分裂病やてんかん、アルコール依存などうつ病以外の患者も含まれている（大原，1980）ことにみられるように、自殺・自殺企図件数は抑うつを推測する間接的な変数に過ぎない。電話相談件数や入院者数についても同様である。そして第二に、彼らの研究では祭りへの参与との関連が考慮に入れられていない。

したがって、祭りの気分への影響についてはいまだ本格的な検証はなされていないといえる。しかしながら祭りが個人の日々の活動に変化をもたらすことは明らかである。Chase (1977) によると、祭りは混合的社会施設 (hybrid social institution) であり、そこにおいて重要な社会生活や公的サポート——たとえば新しい食べ物を試す、踊る、ものを作る・購入する、会話をする、重要で象徴的なものを受け取ったり身につける、組織の一員となる、会合に参加する、仕事を引き受けるなどの活動——を生み出す。ところで、日々の活動に焦点をあてた抑うつ治療に、Lewinsohn and Graf (1973) が行動療法の立場から考案した快適活動スケジュール (Pleasant Events Schedule: PES) がある。彼らによると、個人は自身自身の行動に伴って、他者との相互作用など行動を促すための報酬となる刺激（正の強化）を受けるが、この正の強化の量が少なくなると行動が減

少し、それによってさらに正の強化の機会が減少するという悪循環が生じ、その結果、全体的な活動が減少して抑うつになる。そこでPESでは、患者にとって快適な活動にできるだけ多く打ち込めるように援助した。PESの有効性や、快適あるいは不快な活動への従事と気分との関連については実証がなされ (Hammen and Glass, 1975; Harmon et al., 1980; Rosenbaum et al., 1996; Lichtenberg et al., 1996; Lewinsohn et al., 1997 など)、またPESの信頼性や妥当性は満足すべき水準にあることが報告されている (MacPhillamy and Lewinsohn, 1982)。祭りは個人の活動に変化をもたらすから、彼らの抑うつ理論によるならば、祭りにより快適な活動が増加し、抑うつが軽減されることが考えられる。本研究では、PESの抑うつ理論を参考に、宮崎県西臼杵郡高千穂町で11月から2月に行われている高千穂夜神楽という祭りを対象として以下の仮説について検証を行った。

①祭りに参加した人は、参加しない人よりも快適な活動により従事し、抑うつが低いであろう。

②抑うつ的な人は、抑うつでない人よりも快適な活動への従事が少ないであろう。

①に関連し、祭りへの参加の仕方の違いについても検討した。また、抑うつ的な人は社会的スキルが未熟であるために他者から十分な正の強化を引き出せないことから、抑うつ治療に社会的スキル訓練が取り入れられ、効果をあげている (Lewinsohn et al., 1980; Youngren and Lewinsohn, 1980, Sanchez et al., 1980 など)。そこで、②では抑うつと社会的スキルの関連についても検証を行った。さらに、高千穂夜神楽は平安時代に起源をもつとされ (小手川, 1976)、地域に長きにわたって根付いてきた祭りであるので、地域観と気分との関連についても検討を加えた。

2. 方 法

1) 研究対象

高千穂夜神楽は、宮崎県西臼杵郡高千穂町にお

いて毎年11月から2月にかけて、五穀豊穡と無病息災を祈願して村落ごとに行われる祭りである。1978年には国の重要無形民俗文化財に指定されている。高千穂町は九州のほぼ中央に位置する人口約1万6千人の山村である。祭りは午後3時から始まり、民家や公民館などの神楽宿において翌日の午前中まで夜を徹して神楽が舞われる。高千穂町では、祭り当日、親戚や友人、職場の同僚等を家に招待するという風習がある。仕事や結婚などで村外、町外に住む家族も祭りの日は実家に戻りくつろぐ。祭りにおいては「見物する」という形態と「演じる」という形態の両方を自由に行き来することができるが(Chase, 1977)、高千穂夜神楽では「自宅に客を招待する」というもうひとつの参加形態が存在する。

2) 調査手続き

1998年度の夜神楽シーズンに行ったフィールドワークにおいて、嶽宮神社の氏子(上押方、下押方、片内の3区)によって12月12日～13日に行われた押方の夜神楽を対象に、留置法による質問紙調査を行った。調査手続きは以下のとおりである。祭り3週間前(Time1)に各世帯に調査票と手紙を配布した。手紙には調査協力の依頼、調査対象(中学生以上)、回収日を記した。翌々日に回収を行い、不在で回収できない世帯については再度依頼の手紙を配布し、翌日にもう一度回収にまわった。祭り直後(Time2)の調査は、Time1で協力を得られた世帯を対象に行った。祭り直後に回答してもらうために、祭り前日に調査票を配布しておき、祭りの翌日に回収した。前回と同じ人に祭り後に回答してほしい旨の教示を行い、不在で回収できない場合は翌日にもう一度回収を行った。Time1、Time2とも無記名式で実施したが、世帯内の同じ人によって回答されたかどうかはフェイスシート(後述)によって照合した。

3) 被験者

Time1では押方(約250世帯)のほぼ全世帯に

あたる230世帯に調査票を配布し、156人から回答を得た。このうち記入もれの多いものや誤答のあるものが11、フェイスシートが無記入または一部しか記入されていないものが10、5件法で回答を求める質問項目すべてに「どちらでもない」に回答しているものが1あったため、計22を無効票として削除した。したがってTime1の有効回答は134(58.3%)であった。Time2の調査はこれら134人を対象として実施し、101人から回答を得た。うちフェイスシートの欄が無記入または一部しか記入されておらずTime1の被験者と同じであるかどうか照合できないもの、およびTime1の回答者と属性が一致しない(世帯内の別の人によって回答された)ものが計12あったため削除した。したがってTime2の有効回答は89(66.4%)であった。回答者の性別、年代別の内訳は以下のとおりであった:男性43人、女性46人;12～39歳29人、40～59歳30人、60～83歳30人、平均年齢は 47.1 ± 18.91 歳。

4) 調査内容

(1) 抑うつ

ベック抑うつ尺度(BDI)を用いて、Time1とTime2で抑うつを測定した。BDIは、悲哀感、悲観、挫折感など21項目について、今の自分の感じにあてはまるものを4段階の中から選択する自己評定尺度で、抑うつ研究における治療前—治療後の測定によく用いられている(Nezu et al., 1989)。各項目の得点(0点～3点)を合計し、合計点が高いほど抑うつが高いことを示す。

(2) 活動

最近1週間の、つまりTime1では祭り1カ月前～3週間前の、Time2では祭り1週間前～祭り当日の活動を測定した。Lewinsohn and Graf(1973)がリストアップした被験者の10%においてポジティブな気分と関連のある49の活動のうち、「美しい風景を見る」、「きれいな空気を吸う」など山村に住む被験者にとってはごく当たり前の項目を削除したうえで、「幸せな人々といっしょにいた」などより広い年齢層に関連のある27項

目を選んで使用した。PESの方法に従い、各活動をどの程度経験し（頻度）、どの程度楽しんだか（快適度）3段階で評価を求め、頻度、快適度、快適指数（頻度×快適度）の合計点を算出した。選択肢と配点は、頻度が「たくさん経験した」2点、「少し経験した」1点、「経験しなかった」0点、快適度が「とても楽しかった」2点、「少し楽しかった」1点、「楽しくなかった」0点である。本研究におけるクロンバックの α 係数は、Time1については頻度=.90、快適度=.90、快適指数=.90、Time2については頻度=.90、快適度=.90、快適指数=.92であり、いずれも満足できる水準にあった。

(3) 社会的スキル

菊池の社会的スキル尺度（Kiss-18：菊池，1988）を用いて、Time1とTime2で社会的スキルを測定した。「他人と話していて、あまり会話が途切れないほうですか」など18項目について、「5. いつもそうだ」～「1. いつもそうでない」の5件法で回答を求め、合計点を算出した。得点が高いほど社会的スキルが高いことを意味する。

(4) 地域観

地域社会への態度尺度（田中ほか，1978）を用いて、Time1で地域観を測定した。これは2つの下位尺度からなり、積極性—消極性尺度は地域社会に起こる諸問題に対してその成員として積極的にとりくみ行動し参加する姿勢をもつかどうかを測定するもので、「この町をよくするための活動は、地元の熱心な人たちに任せておけばよい」など5項目からなる。協同志向—個別志向尺度は、地域社会の成員としての自覚にもとづき、地域社会という全体的な集合の場を重視するか否かを測定するもので、「いま住んでいる地域に、誇りとか愛着のようなものを感じている」など5項目からなる。選択肢は「そう思う」～「そうは思わない」の5件法である。積極性—消極性尺度では「そうは思わない」～「そう思う」に各5～1点を配し、合計点が高いほど地域に対して積極であることを示す。協同志向—個別志向尺度は「そう思う」～「そう思わない」を各5～1点とし、合

計点が高いほど協同志向であることをあらわす。

(5) 祭りへの参与

Time2では、今回の祭りにどのような形で参加したか以下の選択肢の中から回答を求めた（複数回答）：家にお客を招待した、神楽を見物した、祭りの準備を手伝った、奉仕者（神楽の舞い手）として参加した、その他（具体的に記入を求めた）、何もしなかった。

(6) フェイスシート

Time1とTime2で世帯内の同じ人が回答しているかどうかを確認するために性別、年齢、職業の記入を求めた。照合をより確実にするために生年月日の記入欄も設けた。

5) 分析方法

(1) 抑うつと活動の変化

t検定を用いて抑うつと活動の全体的な変化を検証した。また、性別×測定時期（Time1、Time2）、および年齢（青年層：39歳以下、中年層：40～59歳、高齢層：60歳以上）×測定時期の2要因分散分析により、性差と年齢差の検証を行った。

(2) 祭りへの参与と抑うつ、活動

祭りへの参与と抑うつ、活動の関連については2つの方法で分析を行った。まず被験者を祭り参加者と不参加者に分類し、抑うつと活動（頻度、快適度、快適指数）それぞれについて、祭りの参加有無（参加、不参加）×測定時期の2要因分散分析を行った。次に、参加形態によって被験者を少数の群に分け、参加形態×測定時期の2要因分散分析を行い、参加の仕方による違いを詳細に検討した。

(3) 抑うつと活動

BDI得点が10点以下の場合は健康な状態である（Becker et al., 1989）という解釈にもとづき、祭り3週間前（Time1）のBDI得点が11点以上の人を抑うつ群、10点以下の人を非抑うつ群とした。抑うつ群と非抑うつ群それぞれについて、t検定により祭り前後の抑うつを比較検証した。抑うつと活動の関連を検証するために、活動（頻度、

快適度, 快適指数) の得点を用いて, 抑うつ有無 (抑うつ群, 非抑うつ群) × 測定時期の2要因分散分析を行った. 抑うつと社会的スキルの関連についても, Kiss-18得点を用いて同様の検証を行った.

(4) 地域観と抑うつ

地域社会への態度尺度の各下位尺度ごとに, 平均点を境に被験者を2群に分けた (地域に対して積極的 vs. 消極的; 協同志向 vs. 個別志向). 地域観と抑うつの関連を検証するために, BDI得点を用いて, 群 × 測定時期の2要因分散分析を行った.

2要因分散分析で交互作用が有意, または有意傾向にあった場合は群および測定時期の単純主効果の検定にすすんだ. 3群以上で有意差が出た場合は, フィッシャー法による多重比較を行った.

有意水準は1%と5%, 有意傾向は10%とした.

3. 結 果

1) 抑うつと活動の変化

表1は, 抑うつと活動の全体的変化, および性差と年齢差の検証結果である. 抑うつからみていこう. 全体的にみて抑うつは有意に下がっていた ($t = 3.15$, $df = 88$, $p < .003$). 性差は有意ではなかったが, 年齢については交互作用が有意であった ($F(2, 86) = 5.60$, $p < .006$). 祭り前は青年層の抑うつがもっとも高かったが ($F(2, 86) = 3.27$, $p < .05$), 祭りは年齢による有意差はなかった. また青年層は祭りに抑うつが有意に下がっていたが ($F(1, 56) = 8.43$, $p < .006$), 他の年齢層については祭り前後で変化はなかった.

表1 Time 1, Time 2 における抑うつ, および活動

		(M ± SD)						
	参与	n	Time 1	Time 2	t	F 群の主効果	F 測定時期 の主効果	F 交互作用
抑うつ (BDI)	全体	89	7.88 ± 6.93	5.60 ± 6.67	3.15**			
	男性	43	7.74 ± 7.19	5.60 ± 6.25		.00	9.84**	.04
	女性	46	8.00 ± 6.75	5.59 ± 7.12				
	青年層	29	10.48 ± 8.97	4.90 ± 5.18		.60	10.99**	5.60**
	中年層	30	6.30 ± 5.63	5.80 ± 8.29				
	高齢層	30	6.93 ± 5.11	6.07 ± 6.30				
頻度	全体	89	21.85 ± 10.41	22.37 ± 10.36	.69			
	男性	43	21.51 ± 11.00	22.65 ± 11.75		.00	.16	.22
	女性	46	22.17 ± 9.94	22.11 ± 8.98				
	青年層	29	23.59 ± 10.76	25.10 ± 9.37		2.22	.16	.19
	中年層	30	19.53 ± 8.23	20.03 ± 9.38				
	高齢層	30	22.50 ± 11.84	22.07 ± 11.81				
快適度	全体	89	21.37 ± 10.96	22.17 ± 10.66	.54			
	男性	43	20.98 ± 11.63	22.07 ± 12.25		.06	.38	.05
	女性	46	21.74 ± 10.41	22.26 ± 9.07				
	青年層	29	22.76 ± 11.91	24.07 ± 9.58		1.58	.38	.07
	中年層	30	19.00 ± 8.44	19.97 ± 9.47				
	高齢層	30	22.40 ± 12.14	22.53 ± 12.56				
快適指数	全体	89	32.49 ± 19.82	33.57 ± 20.84	.66			
	男性	43	32.26 ± 20.58	34.00 ± 23.87		.00	.19	.07
	女性	46	32.72 ± 19.30	33.17 ± 17.80				
	青年層	29	36.14 ± 21.36	37.28 ± 20.04		2.50†	.19	.00
	中年層	30	27.03 ± 14.08	28.33 ± 17.08				
	高齢層	30	34.43 ± 22.47	35.23 ± 24.35				

† $p < .1$ ** $p < .01$

活動の頻度、快適度、快適指数は、被験者全体ではTime1とTime2で有意差はなく、また性差もみとめられなかった。年齢については、頻度と快適度は有意ではなかったが、快適指数においては年齢の主効果が有意傾向にあり ($F(2, 86) = 2.50, p < .09$)、青年層と高齢層は中年層よりも快適指数が高かった。

2) 祭りへの参与と抑うつ、活動

(1) 参加有無

祭りにどのように参加したかに関して以下の回答が得られた(複数回答)：家に客を招待した54人；神楽を見物した24人；準備を手伝った32人；奉仕者(神楽の舞い手)として参加した(彼らは準備にも関わった)10人；その他6人(神楽

の練習を見に行った2人、祭りの責任者1人、神事に参加した1人、神楽に飛び入り参加した1人、友人宅に招待された1人)；何もしなかった17人。祭り参加者($n = 72$)と不参加者($n = 17$)に分け、抑うつや活動との関連を検証した(表2)。その結果、祭り参加者は不参加者よりも抑うつが有意に低く ($F(1, 87) = 4.84, p < .04$)、また祭り後、抑うつが有意に下がっていた ($F(1, 87) = 9.84, p < .003$)。祭り参加者は、不参加者に比べ活動の頻度と快適度が高かった(各 $F(1, 87) = 9.08, p < .004$ ； $F(1, 87) = 10.72, p < .002$)。快適指数については交互作用が有意傾向にあり(図1： $F(1, 87) = 2.86, p < .1$)、Time1では参加有無によって有意な差はないが、Time2では祭り参加者は不参加者よりも快適指数が高かった

表2 祭りへの参与と Time 1, Time 2 における抑うつ、および活動

(M ± SD)							
	参与	n	Time 1	Time 2	F 群の主効果	F 測定時期 の主効果	F 交互作用
抑うつ(BDI)	参加	72	7.21 ± 6.05	4.96 ± 5.64	4.84*	9.84**	.01
	不参加	17	10.71 ± 9.54	8.29 ± 9.72			
頻度	参加	72	22.61 ± 9.73	24.13 ± 9.88	9.08**	.17	2.63
	不参加	17	18.65 ± 12.75	14.94 ± 9.18			
快適度	参加	72	22.42 ± 10.07	23.99 ± 10.26	10.72**	.39	1.53
	不参加	17	16.94 ± 13.59	14.47 ± 8.95			
快適指数	参加	72	33.81 ± 18.33	36.89 ± 20.74	7.81**	.20	2.86†
	不参加	17	26.94 ± 25.08	19.53 ± 14.83			
抑うつ(BDI)	家に客招待	32	7.09 ± 6.78	4.44 ± 4.32	2.60†	9.92**	.91
	神楽見物	24	6.38 ± 4.55	5.13 ± 5.65			
	奉仕者	10	8.20 ± 4.87	3.00 ± 3.30			
	不参加 + 準備のみ	23	10.39 ± 9.27	8.83 ± 9.89			
頻度	家に客招待	32	22.38 ± 9.17	22.69 ± 7.77	4.06**	.17	2.97*
	神楽見物	24	24.50 ± 8.64	23.33 ± 9.77			
	奉仕者	10	21.60 ± 11.45	32.20 ± 11.25			
	不参加 + 準備のみ	23	18.48 ± 12.78	16.65 ± 10.63			
快適度	家に客招待	32	22.09 ± 9.65	22.63 ± 7.72	3.47*	.41	2.86*
	神楽見物	24	24.25 ± 8.66	23.50 ± 10.05			
	奉仕者	10	20.20 ± 12.44	31.00 ± 13.47			
	不参加 + 準備のみ	23	17.87 ± 13.57	16.30 ± 10.83			
快適指数	家に客招待	32	33.25 ± 17.72	34.44 ± 15.98	2.66†	.20	2.89*
	神楽見物	24	36.04 ± 15.98	34.67 ± 19.65			
	奉仕者	10	31.70 ± 22.20	51.50 ± 27.69			
	不参加 + 準備のみ	23	28.09 ± 25.00	23.43 ± 20.10			

† $p < .1$ * $p < .05$ ** $p < .01$

($F(1, 87) = 10.58, p < .002$).

以上のように、祭りに参加した人は、参加しなかった人比べて快適な活動により従事し、抑うつが低かった。よって仮説①は支持された。

(2) 参加形態

複数の形での参加を考慮に入れると、被験者は以下のように分類された：①準備のみ6人、②客招待のみ22人、③神楽見物のみ3人、④奉仕者5人、⑤客招待+神楽見物12人、⑥客招待+準備9人、⑦神楽見物+準備3人、⑧奉仕者+客招待5人、⑨客招待+神楽見物+準備5人、⑩客招待+神楽見物+その他(祭り責任者)1人、⑪その他(友人宅に招待された)1人、⑫何もしなかった17人。以上をより少数の4群に統合した。なお、①準備のみは6人しかおらず、また準備は当番制になっていて自発的な参加ではないため、⑫何も

しなかったと統合した。

- 家に客を招待した(招待されたを含む)(②+⑥+⑪) 32人
- 家に客を招待した・しないにかかわらず神楽を見物した(③+⑤+⑦+⑨+⑩) 24人
- 奉仕者として参加した(④+⑧) 10人
- 自発的には参加しなかった(①+⑫) 23人

4つの参加形態と抑うつおよび活動との関連を調べたところ(表2)、祭り後、抑うつが有意に下がっていた($F(1, 85) = 9.92, p < .003$)。また参加形態の主効果は有意傾向にあり($F(3, 85) = 2.60, p < .06$)、d群はその他の群よりも抑うつが高かった。活動は頻度、快適度、快適指数いずれも交互作用が有意であった(各 $F(3, 85) = 2.97, p < .04$; $F(3, 85) = 2.86, p < .05$; $F(3, 85) = 2.89, p < .05$: 図2)。Time1では参

図1 参加有無とTime1, Time2における活動の快適指数

加形態によって活動に有意差はないが、Time2では有意であった（各 $F(3, 85) = 6.42$, $p < .0006$ ； $F(3, 85) = 5.48$, $p < .002$ ； $F(3, 85) = 4.90$, $p = .004$ ）。多重比較の結果、Time2の活動の頻度、快適度、快適指数がもっとも高いのは奉仕者、活動の頻度と快適度がもっとも低いのはd群であった。また、奉仕者はTime1よりもTime2で活動の頻度、快適度、快適指数が上がる傾向にあったが（各 $F(1, 18) = 4.36$, $p < .06$ ； $F(1, 18) = 3.47$, $p < .08$ ； $F(1, 18) = 3.11$, $p < .1$ ），その他の群は有意ではなかった。

3) 抑うつと活動

祭り前のBDI得点によって、被験者を抑うつ群（ $n = 21$ ）と非抑うつ群（ $n = 68$ ）に分けた。BDI得点の平均は、抑うつ群が祭り前 17.43 ± 6.87 、祭り後 11.52 ± 8.92 、非抑うつ群は祭り前 4.93 ± 3.40 、祭り後 3.76 ± 4.51 であった。抑うつ群、非抑うつ群とも、祭りに抑うつは有意に軽

減していた（各 $t = 2.58$, $df = 20$, $p < .02$ ； $t = 2.00$, $df = 67$, $p < .05$ ）。

抑うつ有無と活動の関連を検証したところ（表3）、頻度、快適度、快適指数いずれも交互作用が有意傾向にあった（各 $F(1, 87) = 3.82$, $p < .06$ ； $F(1, 87) = 3.11$, $p < .09$ ； $F(1, 87) = 3.84$, $p < .06$ ：図3）。Time1では抑うつの有無により活動に有意差はないが、Time2では抑うつ群は非抑うつ群に比べて、活動の快適度や快適指数が有意に低く（各 $F(1, 87) = 4.90$, $p < .03$ ； $F(1, 87) = 4.41$, $p < .04$ ）、頻度が低い傾向にあった（ $F(1, 87) = 2.89$, $p < .1$ ）。よって仮説②は頻度を除き支持された。

表4は、抑うつ群と非抑うつ群の社会的スキルである。抑うつ群は非抑うつ群に比べ、Time1では社会的スキルが低く、Time2では高かったが、統計上は有意ではなかった。抑うつか否かにかかわらず、全体的に祭りに社会的スキルが向上する傾向にあった（ $F(1, 85) = 3.02$, $p < .09$ ）。

図2 参加形態とTime1, Time2における活動の快適指数

表3 抑うつ有無と Time 1, Time 2 における活動

(M ± SD)							
	抑うつ有無	n	Time 1	F 群の単純 主効果	Time 2	F 群の単純 主効果	F 交互作用
頻度	抑うつ	21	22.95 ± 11.47	.30	19.05 ± 9.43	2.89 [†]	3.82 [†]
	非抑うつ	68	21.51 ± 10.13		23.40 ± 10.48		
快適度	抑うつ	21	21.00 ± 12.14	.03	17.76 ± 8.53	4.90*	3.11 [†]
	非抑うつ	68	21.49 ± 10.66		23.53 ± 10.94		
快適指数	抑うつ	21	32.86 ± 21.62	.01	25.38 ± 14.62	4.41*	3.84 [†]
	非抑うつ	68	32.38 ± 19.40		36.10 ± 21.89		

[†]p<.1 *p<.05

図3 抑うつ有無と Time1, Time2 における活動の快適指数

4) 地域観と抑うつ

地域社会への態度尺度の平均は、積極性—消極性尺度が 17.66 ± 3.89 、協同志向—個別志向尺度が 18.20 ± 4.20 であった。尺度ごとに地域観の違いと祭り前後の抑うつとの関連を調べた (表5)。積極性—消極性尺度については、地域に対して積極的な人は消極的な人よりも抑うつが低く ($F(1, 86) = 12.77, p < .0006$)、また祭りに抑うつが

軽減していた ($F(1, 86) = 9.94, p < .003$)。協同志向—個別志向尺度については、交互作用が有意であった ($F(1, 86) = 5.41, p < .03$: 図4)。個別志向の人は祭り後、抑うつが有意に下がっていたが ($F(1, 90) = 8.41, p < .005$)、協同志向の人は祭り前後で抑うつに変化はなかった。

4. 考 察

全体的にみて祭りに抑うつは有意に軽減して

表4 抑うつ有無と Time 1, Time 2 における社会的スキル

(Kiss-18 得点の M ± SD)						
	n	Time 1	Time 2	F 群の主効果	F 測定時期 の主効果	F 交互作用
抑うつ	20	59.00 ± 9.00	62.62 ± 10.72	.01	3.02 [†]	1.57
非抑うつ	67	60.22 ± 10.97	61.16 ± 12.19			

[†]p<.1

注：Time 1, Time 2 でそれぞれ未回答の被験者が1人ずついた。

表5 地域観と Time 1, Time 2 における抑うつ

(BDI 得点の M ± SD)						
地域観	n	Time 1	Time 2	F 群の主効果	F 測定時期 の主効果	F 交互作用
積極的	49	5.80 ± 4.53	4.08 ± 4.74	12.77***	9.94**	.82
消極的	39	10.69 ± 8.36	7.64 ± 8.16			
協同志向	42	6.83 ± 6.02	6.26 ± 8.12	.16	10.46**	5.41*
個別志向	46	9.00 ± 7.56	5.11 ± 5.07			

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

注：地域観(地域社会への態度尺度)に未回答の被験者が1人いた。

おり、祭り直後のメンタルヘルスへの効果が確かめられた。デモグラフィック要因との関連では年齢差が明らかになった。祭り前は青年層の抑うつがもっとも高かったが、祭り後は年齢によって有意差はなく、また青年層は祭り後に抑うつが軽減したが、中年層や高齢層は祭り前後に抑うつに変化はなかった。うつ病の疫学的調査をレビューした研究(斉藤, 1980; Turner et al., 1985)によると、抑うつ症状は20歳代(あるいは25歳以下)と高齢者で高い割合でみられるとする研究がいくつかある。祭り前の抑うつ度が青年層でもっとも高かったという結果は、先行研究を支持するものである。青年層と高齢層は、中年層に比べ活動の快適指数が高く、これが抑うつの軽減につながったのかもしれない。ではなぜ、青年層と同様、活動の快適指数が高かった高齢層で抑うつの軽減がみとめられなかったのであろうか。知覚や認知などの情報処理能力は加齢とともに低下することが多くの研究で明らかにされているが(Cerella, 1990)、情報処理能力の衰えや障害と、抑うつとのあいだには関連があることが確認されている

(Parker, 1969; Sweeney et al., 1989; La-Rue et al., 1995など)。快適な活動に従事することが情報処理能力の高い青年層でより効果的に抑うつ軽減に働いたことが示唆される。

祭りに参加した人は、参加しなかった人に比べ抑うつが有意に低く、活動により多く、かつ楽しんで従事していた。特に活動の快適指数は、祭り1カ月前～3週間前では有意差はないのに、祭り1週間前～当日では祭り参加者の方が有意に高く、祭りに参加することによるはっきりとした変化が確かめられた。さらに参加の仕方による違いも明らかになり、祭りに自発的に参加しなかった人は、自発的に参加した人よりも抑うつが高い傾向にあり、祭り1週間前～祭り当日の活動の頻度と快適度が有意に低かった。逆に祭り1週間前～当日の活動の頻度、快適度、快適指数がもっとも高かったのは奉仕者であった。奉仕者は約1カ月半前から公民館で神楽の練習を始め、小道具の制作や神楽の舞台(神庭)の設営を行い、祭り当日は徹夜で神楽を舞う。奉仕者の祭り期間の活動が抜きんでいたのは、祭りへの自我関与の強さによると

図4 地域観とTime1, Time2における抑うつ

考えられる。以上のように、祭りに参加したか否かだけでなく、祭りへの関与度も抑うつや活動に影響を与えることがわかった。

社会的スキルは、抑うつか否かにかかわらず全体的に向上する傾向にあった。Zeiss et al. (1979) は、社会的スキル訓練、PES、認知療法を用いた抑うつ治療においていずれの治療でも社会的スキルが向上したことを受け、治療によって自己効力感が高まり、それにより社会的スキルが向上したのではないかと考えた。この解釈によると、祭りによって自己効力感が高まったことが社会的スキルの向上傾向につながったと考えられる。また、PESにおいてリストアップされている快適活動の中には社会的スキルと同一あるいは類似する項目が数多く含まれていることから、祭りによって社会的スキルを要する活動を経験し、その中で社会的スキルがしぜんと磨かれたと考えることもできる。

地域に積極的な人は消極的な人よりも抑うつが低く、地域活動に積極的に取り組むことが個人の

メンタルヘル스에 ポジティブな影響を与えることが示唆された。また個別志向の人は祭り後、抑うつが軽減していた。祭りに積極的なのはむしろ協同志向の人であろうから、この結果は一見パラドックスに感じられる。なぜ個別志向の人の抑うつが軽減したのだろうか。抑うつと関連のある心理社会的変数のひとつに社会的孤立がある (Kennedy et al., 1989; Golding and Lipton, 1990; Roberts et al., 1997 など)。本研究の結果は先行研究に比べより協同志向であったことからわかるとおり (田中ほか (1978) では協同志向—個別志向尺度の平均と標準偏差は 16.99 ± 3.70)、高千穂町は地縁血縁の強い地域である。こうした地域においては、個別志向の人は周囲からの孤立を経験しやすいかもしれない。抑うつ患者や学生を対象とした研究により、所属感や孤独と抑うつとの間にははっきりとした関連が見いだされている (Hagerty et al., 1996; Hagerty and Williams, 1999)。孤独な人にとって祭りは集団への所属感を感じさせる機会となる (Chase,

1977) から、祭りにより個別志向の人の地域への所属感が高まり、抑うつが軽減したのかもしれない。また、宗教との関連も考えられる。宗教的習慣がある人にとっては社会的孤立は抑うつの原因とはならず (Nag and Kumar, 1988), また宗教への関与と抑うつのあいだには負の相関があり、これは社会的ネットワークが小さい人などに特に顕著だという (Braam et al., 1997)。高千穂夜神楽は氏神さまを祀る祭りであり、村の人たちの「神さまごとだから……」という言葉に表されるように、信仰を实践する機会となっているようである。また神楽には天鈿女命、手力雄命などさまざまな神さまが登場する。個別志向の人の抑うつが軽減した背景に、高千穂夜神楽のもつ宗教的な効果も考えられる。いずれにしても、住民同士の協力によって営まれる祭りは、協同志向の人にとっては日常の延長上にあるものだが、個別志向の人にとってはふだんの生活とは異質の世界であり、それだけ受けるインパクトが強く、気分の変化に有効に働いたと推測される。

以上のように、本研究では、祭りの前後に同じ被験者を対象に調査を行い、またデモグラフィック要因や祭りへの参与、地域観との関連を分析に加えることで、Christensen and Dowrick (1983)の研究では検証されなかった祭りのメンタルヘルスへの効果が明らかにされた。しかしながら、3つの点が今後の課題として残された。まず第一に、抑うつ的な人に対するメンタルヘルスへの効果についてである。クリスマスなどまわりがにぎやかにお祝いしている休日のシーズンに精神科を訪れる患者が増加することがわかっている (Rosenthal, 1989)。本調査においても、抑うつ群の抑うつ度は祭り後に有意に下がってはいたものの、なお抑うつ状態にあった。また、抑うつ的な人と抑うつでない人は、祭り1カ月前～3週間前では活動に差はないが、祭り1週間前～当日は抑うつ的な人の方が活動の快適度と快適指数が有意に低かった。抑うつでない人にとっては祭りが活動を楽しむための機会となるのに対し、抑うつ的な人はそれができないことを示唆している。つまり、

もともと抑うつ状態にあった人にとっては、十分なメンタルヘルスへの効果が得られたとはいえない。第二の課題は、より長期的な気分への影響である。村人の中には、祭りが終わるとしばらくの間、気が抜けてしまう、あるいは淋しくてしょうがないと言う人もいた。仮に祭り直後に抑うつが軽減した場合でも、祭り後、時間の経過に伴ってどのような気分の変化が起こるかについても注意深くみていく必要がある。もう一つの課題は研究対象についてである。今回は住民の関与度の高い村祭りを取り上げたが、祭りの中には、祭りに直接関与せず見物するだけの人が多い祭り（たとえば都市の祭り）もある。また、御輿をかついでまわる勇壮な祭りや、盆踊りのように参加者の多くが踊り手として参加する祭りもある。こうした異なる形態や雰囲気、内容をもつ祭りにおいても同様の結果が得られるであろうか。以上のように、祭りの抑うつ軽減効果については、今後さらに研究対象を広げ、長期的な視野に立ち、とりわけ抑うつ的な人については慎重に検証を積み重ねていく必要がある。

とはいえ、短期的にとはいえ、被験者全体で、あるいはある種の個人にとって、祭りが気分や活動にポジティブな影響を与えていることが明らかになったことは、心理学的な見地からさまざまな問題を喚起すると考えられる。たとえば、インターネットに象徴されるように、より早くより手軽なコミュニケーションを助長する方向へと突き進んでいる現在、人手も時間もお金もかかる祭りにメンタルヘルスへの効果がみとめられたことは、合理性とは別の観点からコミュニケーションのあり方を考える必要性を問いかけた。また祭りへの参与や地域観とのあいだに見いだされた関連は、地域と個人の関係、あるいは地域における個人のメンタルヘルスについて考える際の興味深い知見である。世論調査の結果によると、祭りは見るだけでよいと考える人が約7割を占める (多摩市, 1987)。祭りやイベントを町づくり、村おこしのために利用する地域は少なくないが、祭りを真に地域の人々にとって役立つものにするためには、

住民自身の関与をどう高めるかがカギになる。本研究の結果は、メンタルヘルスという新たな視点からの祭り研究に一石を投じるものといえよう。

5. 結 論

高千穂夜神楽を対象に、宮崎県西臼杵郡高千穂町において祭りの3週間前と祭り直後に調査を行い、抑うつ度、および活動の頻度、快適度、快適指数（頻度×快適度）を比較した。

1. 被験者全体では、祭り後に抑うつが有意に軽減していた。

2. 祭り前は青年層は中年層や高齢層よりも抑うつが高かったが、祭り後は3群のあいだに有意差はなかった。また青年層は祭り後に抑うつが有意に下がっていたが、中年層と高齢層では変化はなかった。青年層と高齢層は、中年層よりも活動の快適指数が高い傾向にあった。

3. 祭り参加者は不参加者に比べ、抑うつが有意に低く、活動の頻度と快適度が有意に高く、祭り1週間前～当日の活動の快適指数が有意に高かった。

4. 祭りに自発的に参加しなかった人（不参加、および準備にのみ参加）は、自発的に参加した人よりも抑うつが高い傾向にあり、祭り1週間前～当日の活動の頻度と快適度が有意に低かった。逆に活動にもっとも多く、かつ楽しんで従事していたのは奉仕者（神楽の舞い手）であった。

5. 祭り3週間前のBDI得点によって抑うつ群、非抑うつ群に分けた。2群とも祭り後に抑うつが有意に軽減していたが、抑うつ群は祭り後もなお抑うつ状態にあった。また、抑うつ群は非抑うつ群に比べ、祭り1週間前～祭り当日の活動を有意に楽しんでおらず、頻度も少ない傾向にあった。社会的スキルは、抑うつか否かにかかわらず全体的に祭り後に向上する傾向にあった。

6. 地域に対して積極的な人は、消極的な人よりも抑うつが有意に低かった。また個別志向の人は、祭り後に抑うつが有意に軽減していた。

謝辞：本研究は、明治生命厚生事業団より平成10

年度健康文化研究助成を受けて行われたものの一部である。本稿は、日本健康心理学会第12回大会で発表した内容に一部分析に改正を加えて執筆した。高千穂町滞在中、常に温かいもてなしと励ましをくださいました佐藤様御一家（正様、千恵子様、サエノ様）に心より感謝致します。また調査にご協力いただきました上押方、下押方、片内の方々にこの場を借りて厚く御礼申し上げます。

文 献

- Braam AW, Beekman ATF, van-Tilburg TG et al. (1997): Religious involvement and depression in older Dutch citizen, *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 32, 284-291
- Cerella J (1990): Aging and Information-processing rate In JE Birren, KW Schaie (Eds.), *The Handbook of the Psychology of Aging*, Third Edition, 201-221, Academic Press (San Diego)
- Chase RA (1977): Fairs and festivals, *Man-Environment Systems*, 7(3), 117-144
- Christensen R, Dowrick PW (1983): Myths of mid-winter depression, *Community Mental Health Journal*, 19(3), 177-186
- Golding JM, Lipton RI (1990): Depressed mood and major depressive disorder in two ethnic groups, *Journal of Psychiatric Research*, 24(1), 65-82
- Hagerty BM, Williams RA, Coyne JC et al. (1996): Sense of belonging and indicators of social and psychological functioning, *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(4), 235-244
- Hagerty BM, Williams RA (1999): The effects of sense of belonging, social support, conflict, and loneliness on depression, *Nursing Research*, 48(4), 215-219
- Hammen CL, Glass DR Jr (1975): Depression, activity, and evaluation of reinforcement, *Journal of Abnormal Psychology*, 84(6), 718-721
- Harmon TM, Nelson RO, Hayes SC (1980): Self-monitoring of mood versus activity by depressed clients, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48(1), 30-38
- Kennedy GJ, Kelman HR, Thomas C et al. (1989): Hierarchy of characteristics associated with depressive symptoms in an urban elderly sample, *American Journal of Psychiatry*, 146(2), 220-225
- 菊池章夫 (1988)：思いやりを科学する一向社会的行動の心理とスキル, 川島書店 (東京)
- 小手川善次郎 (1976)：高千穂神楽, 小手川善次郎選

- 稿出版会 (宮崎)
- La-Rue A, Swan GE, Carmelli D (1995): Cognition and depression in a cohort of aging men: Results from the Western Collaborative Group Study, *Psychology and Aging*, 10(1), 30-33
- Lewinsohn PM, Graf M (1973): Pleasant activities and depression, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 41(2), 261-268
- Lewinsohn PM, Mischel W, Chaplin W et al. (1980): Social competence and depression: The role of illusory self-perceptions, *Journal of Abnormal Psychology*, 89(2), 203-212
- Lewinsohn PM, Seeley JR, Gotlib IH (1997): Depression-related psychosocial variables: Are they specific to depression in adolescents?, *Journal of Abnormal Psychology*, 106(3), 365-375
- Lichtenberg PA, Kimbarow ML, Morris P et al. (1996): Behavioral treatment of depression in predominantly African-American medical patients, *Clinical Gerontologist*, 17(2), 15-33
- MacPhillamy DJ, Lewinsohn PM (1982): The pleasant events schedule: Studies on reliability, validity, and scale intercorrelation, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50(3), 363-380
- Nag D, Kumar N (1988): Psychometric and clinical observations of normal aged subjects, *Indian Journal of Clinical Psychology*, 15, 108-110
- 大原健士郎 (1977): うつ病と管理社会, 経済往来社 (東京)
- 大原健士郎 (1980): うつ病における自殺の問題, 大原健士郎編, 現代のエスプリ, 151, 171-175, 至文堂 (東京)
- 太田龍朗監訳, 尾崎紀夫・伊藤彰紀訳 (1992): 季節性うつ病, 講談社 (東京), Rosenthal, NE (1989): *Seasons of the Mind*, Bantam Doubleday Dell Publisher (New York)
- Parker W (1969): Hearing and age, *Geriatrics*, 151-157
- Roberts RE, Kaplan GA, Shema SJ et al. (1997): Does growing old increase the risk for depression?, *American Journal of Psychiatry*, 154(10), 1384-1390
- Rosenbaum M, Lewinsohn PM, Gotlib IH (1996): Distinguishing between state-dependent and non-state-dependent depression-related psychosocial variables, *British Journal of Clinical Psychology*, 35(3), 341-358
- 斉藤茂太 (1980): 躁と鬱, 中央公論社 (東京)
- Sanchez VC, Lewinsohn PM, Larson DW (1980): Assertion training: Effectiveness in the treatment of depression, *Journal of Clinical Psychology*, 36(2), 526-529
- 佐藤正二, 前田健一, 佐藤容子ほか訳 (1993): うつ病の問題解決療法, 岩崎学術出版社 (東京), Nezu AM, Nezu CM, Perri MG (1989): *Problem-Solving Therapy for Depression*, John Wiley & Sons (New York)
- 佐藤容子, 相川 充, 佐藤正二訳 (1990): うつ病の対人行動治療, 岩崎学術出版社 (東京), Becker RE, Heimberg RG, Bellack AS (1989): *Social Skills Training Treatment for Depression*, Pergamon Press (Oxford)
- Sweeney JA, Wetzler S, Stokes P et al. (1989): Cognitive functioning in depression. *Journal of Clinical Psychology*, 45(6), 836-842
- 竹内龍雄, 松森基子, 長谷川雅彦ほか訳 (1991): ライフコースとうつ病, うつ病とは何か——集学的パースペクティブ, 31-57, 中央洋書出版部 (東京), Turner RJ, Noh S, Levin DM (1985): Lifecourse and depression, In A Dean (Ed.), *Depression in Multidisciplinary Perspective*, Brunner Mazel (Philadelphia)
- 田中国夫, 藤本忠明, 植村勝彦 (1978): 地域社会への態度の類型化について—その尺度構成と背景要因一, *心理学研究*, 49(1), 36-43
- 東京都多摩市企画部 (1987): 第9回多摩市政世論調査報告書
- Youngren MA, Lewinsohn PM (1980): The functional relation between depression and problematic interpersonal behavior, *Journal of Abnormal Psychology*, 89(3), 333-341
- Zeiss AM, Lewinsohn PM, Muñoz RF (1979): Nonspecific improvement effects in depression using interpersonal skills training, pleasant activity schedules, or cognitive training, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(3), 427-439

(受稿 2000. 6. 6 ; 受理 2000. 7. 14)