

2.3. 就労を目指す精神障がい者におけるインターネット依存傾向と精神的健康との関連

○芳賀 大輔 (NPO 法人日本学び協会ワンモア豊中)
田中 寛之 (大阪公立大学医学部リハビリテーション学科)
小川 泰弘 (森之宮医療大学総合リハビリテーション学部作業療法学科)

【研究目的】

インターネットへの依存は、睡眠不足や昼夜逆転などの精神健康面・生活面への悪影響が懸念されている。特に、精神障がい者にとって依存によりもたらされる悪影響は、就労を阻み、社会への参加の阻害にもなりえる。以上より、本研究では、インターネットの依存が精神障がい者の精神健康や就労・生活面に対するおよぼす影響を明らかにすることを目的として、これらの相互関連性を調査する。

【研究の必要性】

近年、パソコンやスマートフォンの普及に伴い、Social Network Service (SNS)やオンラインゲームなどへの依存が国際的な社会問題となっている。今後、このインターネット使用に関する問題は、単なる個人の趣味嗜好の問題ではなく、精神障がい者の精神的健康や、就労・生活面の支援対象としても考慮される必要がある。インターネット依存は不眠や抑うつなど精神的な健康問題との関連が指摘され (Makino, et al., 2017)、実際に、臨床場面においても就労移行支援事業所に通所されている精神障がい者の中には、発達障害を持ち、睡眠や生活リズムの乱れなど生活面の課題があるケースも多い。つまり、精神障がい者の就労、社会参加促進のためには、インターネット依存と精神的健康との関連性を明らかにしたうえで、介入・支援方法を検討することが必要といえる。

【研究計画】

1) 対象者

本研究は、就労移行支援施設 A に通所している精神障がい者を対象とした。選定基準として、研究対象者数：100 名 年齢層・性別：条件なし、選定方針は研究者らにより本人に、文書および口頭で研究の目的と内容を説明したうえで、書面によって研究参加への同意が得られた者とした。この研究について、森之宮医療大学の研究倫理委員会において承認を得て実施された (承認番号 2022-081)。

2) 実施する評価指標 (収集データ)

(1)基本アンケート:基本情報(年齢、性別、発症年齢、服薬等)、インターネット使用時間と場面、利用サービスのアンケート

(2)インターネット依存:Internet Addiction Test;IAT

(3)精神健康:General Health Questionnaire12;GHQ12

(4)睡眠:Pittsburgh Sleep Quality Index;PSQI

[統計解析]

- ・基本情報および各種評価指標の記述統計を算出し、相関分析を実施する。
- ・対象者をインターネット依存疑い群と正常群に分け、各評価指標得点の相違について二元配置分散分析を実施する。

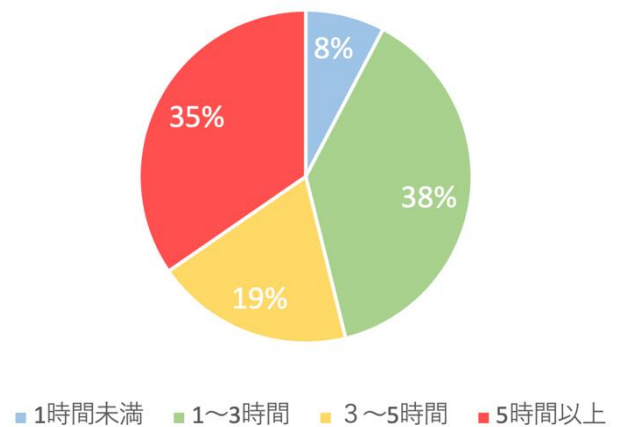
【実施内容・結果】

1) 対象者の属性

本研究では、100名の方に研究協力をいただき、うち78名が調査に必要な書類への記入を完遂した。対象者78名の基本属性については、以下の図表の通りである。

対象者の基本属性と質問紙のスコア	
性別(男性:女性)	51:27
年齢	37.2±10.7
発症年齢	29.9±11.7
スマートフォン 使用時間	
1時間未満	6(7.7%)
1~3時間	30(38.4%)
3~5時間	15(19.2%)
5時間以上	27(34.6%)
IAT	39.6±13.0
GHQ-12	28.9±6.3
PSQI	7.4±3.6

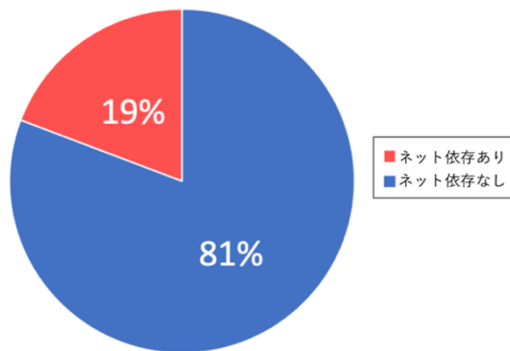
スマートフォンの使用時間 (N=78)



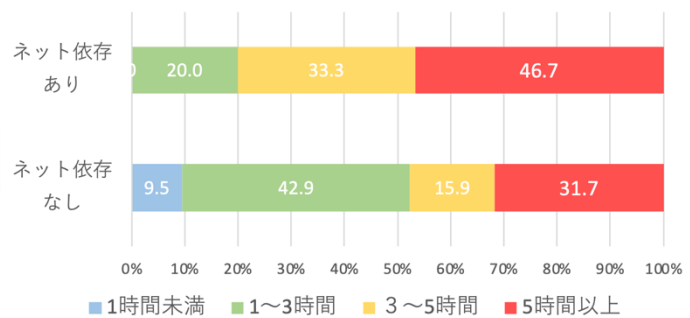
2) インターネット依存の有無とスマートフォンの使用時間

先行研究^{1,2}に従い、IATスコア50以上のものを「インターネット依存あり」と定義した。その結果、対象者の19%にインターネット依存があることが明らかとなった(図1)。またスマートフォンの使用時間について、インターネット依存ありのグループの約80%が1日3時間以上スマートフォンを使用していると回答した。一方で、インターネット依存なしのグループにおいては、1日3時間以上スマートフォンを使用していると回答した人は50%程度であった。

インターネット依存の有無

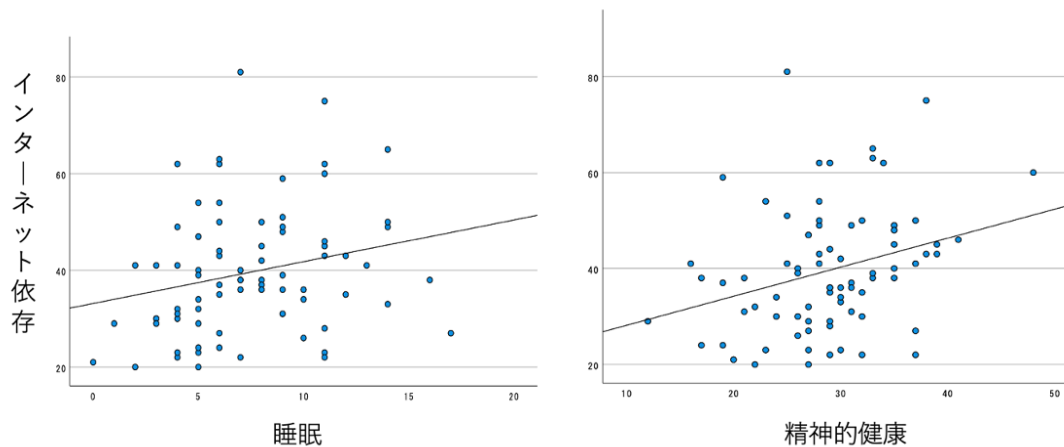


スマートフォンの使用時間



3) インターネット依存と睡眠、精神的健康の関連（単純相関）

IAT と PSQI、GHQ12 の散布図を以下に示す（図 2）。IAT と PSQI、GHQ12 のスコアに有意な相関が確認された。相関係数はそれぞれ、0.276 ($p < .05$)、0.317 ($p < .01$)であった。インターネット依存のスコアが高いほど、睡眠が悪く、精神健康度が低いことが示された。

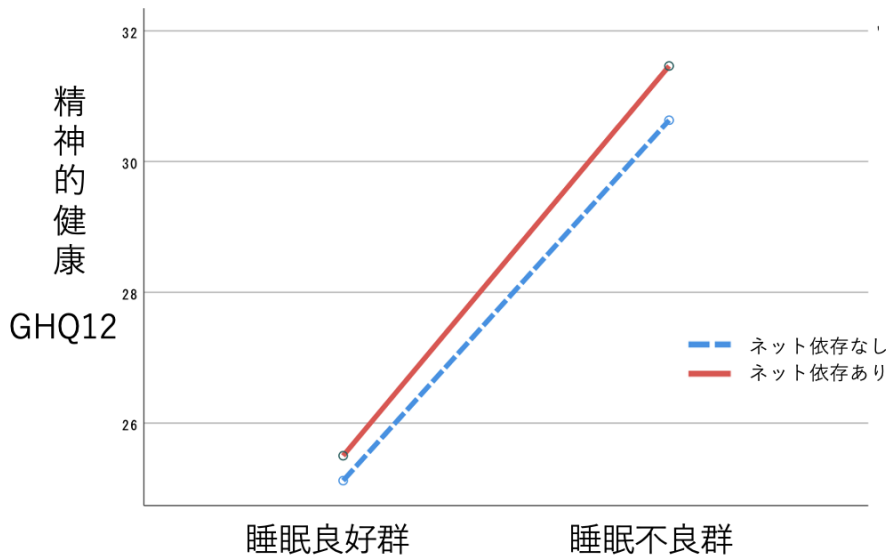


4) インターネット依存と睡眠、精神的健康の関連（多変量解析）

精神健康（GHQ12）を従属変数、インターネット依存（IAT）、睡眠変数（PSQI）を独立変数とした重回帰分析（強制投入法）を行なった結果、睡眠が精神健康を有意に予測したが、インターネット依存は有意ではなかった。また、精神健康を従属変数、インターネット依存の有無（ $IAT \leq 50$ ）、睡眠変数（ $PSQI < 6$ ）を2要因とした二元配置分散分析を行なった結果、睡眠の主効果が示されたが、インターネット依存の主効果は有意ではなく、交互作用も確認されなかった。

GHQ-12を従属変数とした重回帰分析の結果

独立変数	β	t	p	VIF
IAT	0.174	1.776	0.08	1.059
PSQI	0.496	5.058	0.001	1.059

調整済 $R^2 = .300$ 

* GHQ12はスコアが低いほど精神的に健康であることを示す

【考察と今後の課題】

本研究は、インターネットへの依存が精神障がい者の精神健康や生活面に対する影響を調査することを目的としている。結果は、被験者の約 20%にインターネット依存の可能性があることが示された。またインターネット依存の可能性の高いグループの約 80%が 1 日当たり 3 時間以上スマートフォンを使用しており、インターネット依存の可能性の低いグループに比べ長時間スマートフォンを使用していることが示唆された。

インターネット依存と睡眠、精神的健康との関連性について単変量解析を行ったところ、依存スコアが高いほど睡眠が悪く、精神的健康状態も低いことが示された。これは先行研究と一致している^{3,4,5}。しかしながら、精神的健康を従属変数とした多変量解析においては、睡眠のみが有意な予測変数であり、インターネット依存は有意な関連性を示さなかった。

これらの結果は、インターネット依存が精神的健康に直接的な影響を与えるわけではない可能性を示唆している。睡眠の低下が精神的健康に悪影響を及ぼし、それがインターネットの過度な使用や依存を引き起こす可能性が考えられる。依存症における仮説の一つである「自己治療仮説」では、依存症の本質を「快樂の追求」ではなく、その行為や物質使用による「心理的苦痛の減少・緩和」であると捉える⁶。今後はそのような視点を含め、精神障害者のインターネット依存の問題を明らかにしていくことが求められる。

【参考文献】

- 1) Tateno, M., Teo, A. R., Shiraishi, M., Tayama, M., Kawanishi, C., & Kato, T. A. (2018). Prevalence rate of Internet addiction among Japanese college students: Two cross-sectional studies and reconsideration of cut-off points of Young's Internet Addiction Test in Japan. *Psychiatry and clinical neurosciences*, 72(9), 723-730.
- 2) Kaya, F., Delen, E., & Young, K. S. (2016). Psychometric properties of the Internet addiction test in Turkish. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(1), 130-134.
- 3) Restrepo A, Scheininger T, Clucas J, Alexander L, Salum GA, Georgiades K, Paksarian D, Merikangas KR, Milham MP. Problematic internet use in children and adolescents: associations with psychiatric disorders and impairment. *BMC Psychiatry*. 2020 May 27;20(1):252.
- 4) Yücens B, Üzer A. The relationship between internet addiction, social anxiety, impulsivity, self-esteem, and depression in a sample of Turkish undergraduate medical students. *Psychiatry Res*. 2018 Sep;267:313-318.
- 5) Younes F, Halawi G, Jabbour H, El Osta N, Karam L, Hajj A, Rabbaa Khabbaz L. Internet Addiction and Relationships with Insomnia, Anxiety, Depression, Stress and Self-Esteem in University Students: A Cross-Sectional Designed Study. *PLoS One*. 2016 Sep 12;11(9)
- 6) Felitti VJ, Anda RF, Nordenberg D, Williamson DF, Spitz AM, Edwards V, Koss MP, Marks JS. Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *Am J Prev Med*. 1998 May;14(4):245-58

【経費使途明細】

使 途	金 額
消耗品費：(GHQ 評価用紙、アンケート記入用ペン、データ保存用 SSD、インク、そのほかアンケート印刷用の用紙)	106305 円
謝金：対象者への謝礼 (QUO カード 1000*100 人分)	100000 円
郵送費：対象者へのアンケート郵送費 (レターパックライト)	40700 円
旅費・会議費：打ち合わせ会議のための旅費および対象者への結果説明	53500 円
合 計	300,505 円
大同生命厚生事業団助成金	300,000 円