令和５年度

アイランドキャンパス事業成果報告書・提言書

事　業　名

島嶼地域住民のメンタルヘルスを高める方略の開発

実 施 場 所

（島　　名）与論島　（市町村名）大島郡

鹿児島大学大学院保健学研究科

目　次

１．与論島（よろんじま）の概要

２．与論島の医療機関

３．事業実施内容

　１）事業内容の概要

　２）実施期間

　３）参加メンバー

　４）事業打ち合わせ

　５）フィールド調査

４．事業成果の還元方法

　１）フィールド調査の結果

　２）成果物の概要

５．提言　今後の課題

謝辞

文献

１．与論島（よろんじま）の概要

与論島は、サンゴ礁のリーフに囲まれた美しい島で、年中咲き乱れる熱帯の花々、エメラルドグリーンの海など、バラエティーに富んだ観光資源を有している。自治体は与論町1町である。鹿児島市から南へ約590キロメートルの位置にあり、面積は20.56平方キロメートル、海岸延長（周囲）23.7キロメートルである。人口は令和6年1月末5,083人（2,666世帯)、主な産業は農業、観光である。

時間距離は、海路にて鹿児島港からフェリーにて約19時間50分、空路にて鹿児島空港より航空機にて約1時間15分である。

２．与論島の医療機関

与論島には、医療法人徳洲会与論徳洲会病院、龍美クリニック、在宅療養支援診療所パナウル診療所の３つの医療機関（病院１施設、診療所２施設）がある。精神科は医療法人徳洲会与論徳洲会病院にて外来診療が行われている。地域住民が島外の精神科を受診する際は沖縄県、鹿児島県等にある精神科を受診することが多い。

３．事業実施内容

１）事業内容の概要

鹿児島県の与論島は、自殺率が高値を示している。今回、島嶼地域住民のメンタルヘルスを高める方略を開発するために、島内の伝統文化や現存する精神保健福祉に関するリソースを調査し、地域住民のストレングスを活用したリーフレットを作成し、島嶼地域住民の健康文化振興に役立てる。

今回の学外活動により、大学院生が地域住民の方々より島内の伝統文化や現存する精神保健福祉に関するリソースについて、アクティブ・ラーニングを行うことで、学内活動では得られない教育効果の向上を図る。

２）実施期間

令和5年9月15日（金）～令和6年2月16日（金）

３）参加メンバー

所属：鹿児島大学大学院保健学研究科

専攻・主な研究テーマ：精神看護学、島嶼地区住民のメンタルヘルスケア

メンバー：2名（教員1名、大学院生1名）

４）事業打ち合わせ

（１）日程

令和 5 年 12 月 14 日（木）　～　令和 5 年 12 月 15 日（金）

現地にて実施

（２）行程

令和 5 年 12 月 14 日（木）

・飛行機 JAL3823 便　鹿児島 → 与論

・与論町役場にて事業計画検討

住所：鹿児島県大島郡与論町茶花 1418 番地 1

出席者：4 人

与論町役場　総務企画課　北村　佳右　氏

健康長寿課・保健センター　境　真奈美　氏

鹿児島大学大学院保健学研究科

山下　亜矢子、押目　百世

・特定非営利活動法人あんどぅるにて事業計画検討

住所：鹿児島県大島郡与論町大字茶花 913 番地 1

出席者：4 人

あんどぅる代表　田中　豊次郎　氏

利用者 1 人

鹿児島大学大学院保健学研究科

山下　亜矢子、押目　百世

・島内フィールドワーク

宿泊先：めぐみ荘

鹿児島県大島郡与論町茶花 281

令和 5 年 12 月 15 日（金）

・島内フィールドワーク

・飛行機 JAL3824 便　与論 → 鹿児島

資料１：与論島訪問時　写真

フィールド調査（ウドノスビーチ）

宿の中庭

（２）12 月 21 日（木）15：00～15：30

WEB 会議にて実施

出席者：３人

与論町役場　総務企画課　北村　佳右　氏

鹿児島大学大学院保健学研究科

山下　亜矢子、押目　百世

議題

①事業内容の確認

・本事業の内容について、説明があった。

・町民に対するインタビューについて、与論町より許可書が発行されることについて、報告があった。次回の与論町訪問の際は、教員の許可書用写真を持参することについて、説明があった。

②実施計画

・1 月 19 日から 20 日に与論島へ訪問し、約 20 名の町民に対するインタビューを行う予定となった。インタビューは与論町役場の職員や NPO 法人あんどうるメンバー、めぐみ荘関係者などに行うことが確認された。

・事業における成果報告の方法について検討していくこととなった。

・インタビュー時の同意書は使用しないことが決定された。成果報告を希望する町民には連絡先を確認することとなった。

③その他

・2 月 16 日には事業成果がまとまるよう準備を進めていくことが確認された。

・成果物の完成期限については鹿児島県総合政策部離島振興課離島振興係へ確認することとなった。

※その他、事業の詳細についてはメールや電話にて適宜、連絡を行った。

5）フィールド調査

（1）日程

令和 6 年 1 月 19 日（金）　～　令和 6 年 1 月 20 日（土）

現地にて実施

鹿児島大学大学院保健学研究科　山下　亜矢子、押目　百世

（2）行程

令和 6 年 1 月 19 日（金）

・飛行機 JAL3823 便　鹿児島 → 与論

・与論町役場総務企画課北村佳右氏の協力にて、与論町役場にてインタビュー調査実施
住所：鹿児島県大島郡与論町茶花 1418 番地 1
インタビュー調査協力者：7 人

・宿泊先めぐみ荘様の協力にて、インタビュー調査
住所：鹿児島県大島郡与論町茶花 281
インタビュー調査協力者：7 人（うち 4 人は紙面にて協力）

令和 6 年 1 月 20 日（土）

・与論町役場総務企画課北村佳右氏、笠門浩一郎氏の協力にて、与論町内にて車でインタビュー調査実施
住所：与論町島内（与論民俗村、茶花漁港等）
インタビュー調査協力者：5 人

・特定非営利活動法人あんどぅるにてインタビュー調査
住所：鹿児島県大島郡与論町大字茶花 913 番地 1
出席者：3 人
あんどぅる代表　田中　豊次郎　氏
利用者 2 名
鹿児島大学大学院保健学研究科
山下　亜矢子、押目　百世

・与論町役場総務企画課北村佳右氏、笠門浩一郎氏の協力にて、与論町内の元気が出る場所の撮影

・飛行機 JAL3824 便　与論 → 鹿児島

資料２：与論島訪問時　写真

与論町役場でのインタビュー調査

フィールド調査（ウドノスビーチ）

フィールド調査（与論民俗村）

フィールド調査（前浜海岸）

前方には沖縄が望める

４．事業成果の還元方法

１）フィールド調査の結果

事業実施期間に与論島へ 2 度訪問した。フィールド調査にて、与論島の地理的、社会的環境の特徴について理解するとともに、地域で生活する人々のメンタルヘルス対策について理解を深めた。また、島内の伝統文化や現存する精神保健福祉に関するリソースを調査するために、地域住民を対象としたインタビュー調査を実施し、与論島内の元気が出る場所を明らかにした。

今回の調査内容とした「元気が出る場所」とは、米国の Mary Ellen Copeland 博士 により考案された Wellness Recovery Action Plan（元気回復行動プラン、以下、WRAP と略す）に含まれる「元気に役立つ道具箱（ツールボックス)」を示す。WRAP は精神的に困難になった人々のリカバリー（回復）のために役立つものであり、自分らしい方法で自分らしさを取り戻す方法として開発されたワークである。 近年、WRAP は精神科領域のみでなく、企業、大学などで導入されており、誰もが使用できるものである。また、WRAP はメンタルヘルスに関するセルフケアのツールとなる。自分自身の不快な感情や行動を観察し、対処方法を作り、その対処方法を通して、不快な感情を軽減、改善、解消するための構造化されたシステムとなる。

今回は与論島の地域住民 21 人よりインタビューの協力を得、地域住民の「元気が出る場所」を集約することができた。インタビュー調査の結果を地域住民の「元気が出る場所」をマップとして統合し、可視化した。本マップの情報を広く共有することは、多くの人々のメンタルヘルスを高めるために活用できるツールになり得ると思われる。

２）成果物の概要

今回の事業にて作成した「与論町の元気が出る場所マップ」を資料として示す。

表紙と裏表紙

マップ

５．提言　今後の課題

本事業により与論島の地域住民の「元気が出る場所」についてインタビュー調査を行い、島内の伝統文化や現存する精神保健福祉に関するリソースを調査し、「与論町の元気が出る場所マップ」を作成することができた。今後は与論島役場の協力のもと、与論島役場の HP へ掲載し地域住民へ還元する予定である。しかしながら、マップの活用方法については、今後、継続して評価する必要がある。

本事業にて与論島の地域住民のメンタルヘルスを高める方略の開発するための一助としての基礎的調査を行うことができた。現在の与論島にて自殺率が高値を示していることを考慮すると、島内の伝統文化や地域愛着、ソーシャルネットサポートなど地域に現存するメンタルヘルスを高めるためのリソースを継続的に明らかにすることが必要であると思われる。また、地域住民のメンタルヘルスリテラシーを高めるためには、地域特性を考慮した教育的介入が必要となる。

謝辞

本事業にご協力いただきました与論町にお住いの皆様、与論町役場・保健センターの皆様、あんどぅるの皆様、めぐみ荘の皆様に心より感謝申し上げます。与論町役場総務企画課　北村佳右様、笠門浩一郎様、健康長寿課・保健センター　麓由理子様、境真奈美様、あんどぅる代表　田中豊次郎様につきましては、本事業の準備より実施まで多大なるご支援をいただき心より感謝申し上げます。

文献

与論町ホームページ　https://www.yoron.jp/default.html

鹿児島県ホームページ　与論島（よろんじま）の概要
https://www.pref.kagoshima.jp/ac07/pr/shima/gaiyo/yoron/yoron_top.html

Copeland, M. E. (2002)/久野恵理訳 (2009). 元気回復行動プラン WRAP. 1-100, 東海, オフィス道具箱.

Cook JA, Copeland ME, Floyd CB, Jonikas JA, Hamilton MM, Razzano L, Carter TM, Hudson WB, Grey DD, Boyd S. A randomized controlled trial of effects of Wellness Recovery Action Planning on depression, anxiety, and recovery. Psychiatr Serv. 2012 Jun;63(6):541-7.