

外国人労働者におけるメンタルヘルスと支援活動の実態と効能

—先行研究と研究の方向性（方法論）—

Mental Health and its Well-Being of Foreign Workers and the Effectiveness Along with the Existing Conditions of Community-Based Activities (Supporting Activities) in Fukuoka Prefecture

— Literature Review and Methodology —

古 田 耕 暉*

Koki FURUTA

1. はじめに

厚生労働省のホームページによると、日本に在住する外国人労働者数は年を追うごとに増加し、2019年には165万8804人となり、過去最多を記録した（ひと、くらし、みらいのために厚生労働省（Ministry of Health, Labour and Welfare, 「外国人雇用状況」の届出状況まとめ（令和元年10月末現在）より抜粋）。その内32万9034人が技術的専門分野に基づく在留資格を有する者である（ひと、くらし、みらいのために厚生労働省（Ministry of Health, Labour and Welfare, 「外国人雇用状況」の届出状況まとめ（令和元年10月末現在）より抜粋）。一方永住権を持つ者、日本人の配偶者身分に基づき在留資格を所有する者は53万1781人である（ひと、くらし、みらいのために厚生労働省（Ministry of Health, Labour and Welfare, 「外国人雇用状況」の届出状況まとめ（令和元年10月末現在）より抜粋）。このように、日本における外国人労働者数は年々増加する傾向にあるが、その増加の速度は更に早まっていくものと予測される。その要因は少子高齢化による労働人口の減少である。現在日本の総人口は1億2千6百万人であるが、2060年には8千700万人まで減少し、少子化に拍車がかかり、世界で初の少子化による人口減少を経験すると言われている（Miller, Tomita, Ong, Shibamura, & Jimba, 2019）。

このような少子化による人口減少に端を発する社会問題の解決策として、外国人労働者を受け入れる政策が本格化していく。例えば、日本政府は2008年には留学生の国内就労を可能とし、一定水準以上の学力と能力を有する留学生を、「高度外国人労働者」と呼称し、その政策を効率よく施行して、外国人労働者の確保を可能としていった（李健實、2015）。しかし、外国人労働者の必要性は、少子高齢化による人口減少が解決されない限りは終わることはない。というよりは、その必要性はますます高まっていくであろう。これが日本の外国人労働者受け入れの現状である。

2018年（平成30年）10月に、厚生労働省が発表した外国人雇用状況の届出一覧により、外国人労働者は

* ふるた こうき 国際文化研究科国際文化専攻博士後期課程
指導教員：片山 隆裕

日本の主要な都市に、主要な県に幅広く在住していることを知ることができる（厚生労働省、「外国人雇用状況」の届出状況一覧表（抄）（平成30年10月末現在）別表3 都道府県・在留資格別外国人労働者数）。筆者の居住地である福岡県における外国人労働者の数は2018年（平成30年）10月末には4万6273人であったが、2019年（令和元年）10月末には5万2530人に増加している（福岡労働局、2019）。一年間で1万人の増加である。比率的には13.5%も増加していることになる（福岡労働局、2019）。また、福岡県における外国人労働者を雇用する事業者数は8850箇所にも上り、その事業所で働く労働者を国別に分類すると、最も多い国がベトナムで1万7520人（33.4%）、次に中国（香港を含む）で1万2038人（22.9%）、その次にネパールが7813人（14.9%）、更にフィリピンが4079人（7.8%）と続き、韓国が4079人（4.6%）、インドネシア1240人（2.4%）、他アメリカ、イギリス、オーストラリア、ニュージーランド、ブラジル、ペルー、その他の国と続く（福岡労働局、2019）。

このように外国人労働者が年々増加傾向にある日本で、問題となっているのが彼らのメンタルヘルス、心の健康である。しかし、日本における外国人労働者のメンタルヘルスに関する研究は非常に少なく、取り組みも希少である。外国人労働者の数が増加傾向にある現在、その外国人労働者の中には日本の生活環境や職場の環境に馴染めず、精神的に病み、鬱的症状へと移行し苦しんでいる外国人が少なからず存在している。また2020年（令和2年）2月頃より日本において猛威を振るい、今も感染の終息が見えない新型コロナウイルス感染症は日本人労働者を失業に追い込み、それが原因で労働者は鬱を病み自らの命を断つ、自殺を願望するという幾つかの事例が挙げられていることを Akizumi Tsutsumi は指摘している（Tsutsumi, 2021）。そしてこの新型コロナウイルス感染症は外国人労働者をも精神的に追い詰めているのである。これらの状況の深刻さは次のデータにより明白である。2020年1月から8月迄の8ヶ月の間に5万人にも及ぶ日本人労働者が職を失っている（Tsutsumi, 2021）。このコロナ禍において、リストラや失業に起因する自殺願望件数は1万4000件から2万7000件にまで膨れ上がると予測されている（Tsutsumi, 2021）。このリストラや失業の恐怖に晒されている人は、主に外国人労働者であり、女性労働者であり、非正規社員、非正規労働者である（Tsutsumi, 2021）。このように外国人労働者は大きなストレスにより心を歪ませ、メンタルヘルスに大きなハンデを負うような状況に追い込まれていると推測できる。このような予測不可能な社会変化の中で、外国人労働者はどこに向けて SOS を発し、どこに助けを求めていけばよいのか分からずに、彼らは追い詰められ、鬱を更に重症化させメンタルヘルスにおいては負の循環へと迷い込んでいくのではないだろうか。彼らの救いは、負の循環を断ち切る方法は、あるのだろうか。その手掛かりとなるものが外国人労働者のメンタルヘルスに関する研究記事であり、そこに記されている、①教育の見直し、②環境の見直し、③手厚いサポート等の方法であろう（Li et al., 2020, Ogawa., 2012, 前田, 2018）。その他にも精神的苦痛からの解放や日本の生活や社会そして職場に溶け込めるように団体や組織が行う支援活動や交流も研究記事には記されている（Ogawa., 2012, Takubo et al., 2020, 李 et al., 2020）。更に、支える側の日本人が外国人労働者に寄り添える空間を築き上げていくことでの効果も期待されている（李 et al., 2020, 李, 2012）。いくつかの研究記事に目を通したが、上述したような提案は記されているが、実際のサポートについて、NGO、NPO 団体が行っているサポートや活動については明確に記されていない。今後、外国人労働者のメンタルヘルスのサポートや活動についての研究はますます重要性を増していくものと言えるであろう。

今回は福岡県に在住する外国人労働者に対してサポートを行っている NGO、NPO 団体に目を向け、その団体が実施している支援活動の内、特に以下の三つの点について考察していく。

- 1) NGO、NPO 団体が行っている外国人労働者のための活動や、コミュニティで実施されている活動全般を明確にしていく
- 2) 団体の活動が外国人労働者のメンタルヘルスにどのように役に立っているのか、その効果も明らかにしていく

- 3) そして、その効果を①社会的アイデンティティ (Social identity)、②社会的統合 (Social integration)、③社会的繋がり (Social connectedness)、この3つの側面から検証し、その効果や効能の要素や要因とその関係性を明らかにしていく

2. 外国人労働者のメンタルヘルスに関する先行研究

日本に在住する外国人労働者のメンタルヘルスについて記された研究論文、もしくは研究記事は英語、もしくは日本語、つまり言語に関わらず幾つかの共通点がある。それは研究論文や研究記事の中で使われる鍵となるフレーズから知ることができる。その鍵となるフレーズを、初めに英語で記された幾つかの研究論文の中から拾い出し、如何に示す。

- 1) The development of a community-based integrated mental health care system accessible to foreign nationals seems to be indispensable. (Takubo et al., 2020, p.8)
- 2) Beyond volunteering, having deeper social connections with the Japanese community is a key to promoting migrant mental well-being. (Miller et al., 2020, p.9)
- 3) Furthermore, health-promoting lifestyles should be implemented in the work place to improve mental health status and reduce presenteeism. (Li et al., 2020, p.43)
- 4) At the micro level of the care facilities, this research demonstrates that institutional support and personal engagement is indispensable in accepting and integrating migrant care workers. Although (中略), the global interconnection developed at the grass-root level enriches the quality of care contributing to the revitalization of the workplace. (Ogawa., 2012, pp.589-pp.590)

次に日本語で記された研究論文や研究記事から拾い出した鍵となるフレーズは以下の通りである。

- 1) 高度外国人労働者のメンタルヘルスを支援する際には、仕事や職場で遭遇する母国との文化的な差異や異文化間コミュニケーションの難しさを考慮した関わりが求められるだろう。(李., 2015, p.97)
- 2) さらに (中略)、多角的に、なおかつより長期的なスパンを視野に入れて、メンタルヘルスに対しての予防的なアプローチを行うことが重要であるだろう。(李., 2015, pp.97-pp.98)
- 3) しかし、逆に考えれば (中略)、職場がコミュニティとして機能するような工夫が有効であるとも考えられる。(李., 2012, p.406)
- 4) ソーシャルサポートが高いほど日本語のレベルは高く、これが精神健康度にポジティブに作用していること、さらにソーシャルサポートが高いほど、日本文化の重視度が高い… (前田., 2018, p.308)
- 5) そうならないためには、(中略) 多文化共生の必要性を認識し、外国人労働者の生活を、仕事のしやすい体制に作り変えていくことが、今後ますます必要である。(李 et al., 2020, p.15)
- 6) 異文化交流についての活動を増やすことが効果的である。できるだけ異文化を理解することが大切だ… (李 et al., 2020, p.39)

これらの鍵となるフレーズを更に分析していくと、現時点に於ける外国人労働者のメンタルヘルスに関する研究の方向性と展望を示すことができる。その分析結果は以下の通りである。

- 1) community-based integrated mental health care system
- 2) implementation of deeper social connections and mental well-being
- 3) health-promoting lifestyles
- 4) institutional support and personal engagement
- 5) grass-root level
- 6) revitalization of the workplace
- 7) 母国との文化的な差異、異文化間のコミュニケーション

- 8) メンタルヘルスに対しての予防的アプローチ
- 9) 職場がコミュニティとして機能する工夫
- 10) ソーシャルサポートと精神的健康度
- 11) 多文化共生の必要性、仕事のしやすい体制作り
- 12) 異文化交流における活動

外国人労働者のメンタルヘルスに関する研究（方向性と展望）について、両言語（英語、日本語）で記された論文の最大の共通点は、労働環境とメンタルヘルスにおける支援の必要性とその度合い、更にその課題であった。この共通点を更に吟味していくと、メンタルヘルスを良好に保つには三つの領域に跨るサポートや活動が必要であることが上述した分析結果（フレーズ）より知ることができる。そのフレーズとは①community-based integrated mental health care system、②deeper implementation of social connections and mental well-being、③異文化交流の活動であり、サポートや活動とは、社会のつながり（social connection）を強化し、コミュニティや団体で行われる活動を通して外国人労働者のメンタルヘルスを良好にしていくアプローチである。更に三つの領域とは、①社会的アイデンティティ（social identity）、②社会的統合（social integration）、③社会的繋がり（social connectedness）である（これこそが本研究の目指すべき方向であり、展望である）。この支援や活動によりこの三つの領域は高められていく。この支援や活動は職場がコミュニティとして機能するように働きかけることであり、職場だけではなく職場を超えたコミュニティ全領域をその支援や活動の空間として活用することでもある。異文化間（外国人労働者にとって）の交流イベントもその支援であり、活動の一つである。職場や職場以外の場所も含めて施される手厚い支援や活動は、外国人労働者にとっては心の拠り所であり、そこから彼らは社会的繋がりを構築し、それが彼らの居場所を作り上げていき、更に彼らのメンタルヘルスを良好にする効果をもたらし、社会的アイデンティティと社会的統合への繋がりへと発展していく。つまり、両言語（日本語や英語）で記された研究の多くは、これらのサポートや活動が上述した外国人労働者に関わる三つの領域を高め、それが彼らの生活の質を高め、メンタルヘルスを良好に維持する原動力になると記されている。しかし、残念なことに筆者が目を通した数多くの論文や文献には、そのような支援活動を行っている団体や、支援活動の内容や効果が明白に記されていないであった。またこの三つの領域に焦点を当てて、日本に居住する外国人労働者への支援活動に対する分析はなされていないようであった。故に、この三つの領域に焦点を当て、その方向から外国人労働者への支援活動を見ていきながら、この領域の一つ一つが相互に関与し合いながら彼らをどう支援するのか、またその効果の度合いを、更にはこれらの三つの領域とメンタルヘルスとの関係性を、文化人類学と心理学的の両側面から見極めていく。本先行研究においては、これらの三つの領域が外国人労働者に及ぶ影響と関係性を、従来行われてきた研究を通して見ていくことにする。

（1）社会的アイデンティティ（Social Identity）の側面

社会的アイデンティティと鬱病の関係性を、メタ分析（meta-analysis）手法により解析した研究記事によると、社会的アイデンティティは鬱病の症状を緩和する働き（作用）があると示す（Postmes, Wichmann, Valkengoed, & Hoef, 2019）。また複数のグループに所属し、そのグループ内で社会的アイデンティティを構築している人は鬱病に罹りにくいと記す。しかしその所属グループや団体が社会的に認められていない場合や、社会的に差別されている場合、また社会的非難の対象となっている場合には、メンタルヘルスを良好な状態へと移行し、維持することは極めて困難であり、場合によっては鬱病を更に悪化させることも指摘している（Postmes, Wichmann, Valkengoed, & Hoef, 2019）。つまり、この研究記事は社会的アイデンティティを構築する要素に、鬱病の癒しに効果のあるもの、または効果のないものを見極める必要があることを指摘している（Postmes, Wichmann, Valkengoed, & Hoef, 2019）。更に鬱病患者の identification（身分、ここでは個から生じる自分らしさ）を、その患者が所属するグループや団体に属する人々

の *identification* (身分) に共感できるようにしていくと、この共感は、社会的アイデンティティを構築し、更にグループや団体に属する人々との交流を深め、ますます社会的アイデンティティの構築を強固なものとする。そのために自分と他者との繋がりから得られる共感性が、自分と他者との存在意義を見つけ出す一助となる社会的アイデンティティの構築を強固なものにする可能性のある環境や活動 (プログラム) の重要性も示唆している (Postmes, Wichmann, Valkengoed, & Hoef, 2019)。その自分と他者の *identification* (繋がりから得た身分の同一化) を通して得られる社会的アイデンティティの構築は、スポーツ、音楽、芸術、宗教、政治等のそれぞれのコミュニティの活動の中で得られるものである。

社会的アイデンティティの必要性と重要性の調査は、2015年にトルコに移住した1316人のシリアの難民について行われた量的調査でも明らかにされている (Smeekes, Verkuyten, Celebi, Acariturk, & Onkun, 2017)。この量的調査の目的は、前のメタ分析の記事でも取り上げられていたが、複数の団体や組織に所属した場合、鬱病に罹りにくいという説を実証するためのもので、更に具体的にシリア難民と社会的アイデンティティの継続性 (*social identity continuity*) の観点から調査し、検証した研究である (Smeekes, Verkuyten, Celebi, Acariturk, & Onkun, 2017)。結果として明らかになったことは、シリア難民で、トルコに移住する前に多くの団体に所属していた者の方が、移民した後でもその移民する前に所属していた団体から得た繋がり、拠り所を引き続き維持し続けていたことであった (Smeekes, Verkuyten, Celebi, Acariturk, & Onkun, 2017)。この件から社会的アイデンティティの継続性は、複数の団体に所属することによって成就することが可能となり、この継続された社会的アイデンティティは、メンタルヘルスを良好にする働きがあることを明確にしたのである (Smeekes, Verkuyten, Celebi, Acariturk, & Onkun, 2017)。しかし、シリア難民がトルコに移住する前に複数の団体に所属していたことによって、社会的アイデンティティの継続性がもたらすデメリットも、調査の結果見出したのである (Smeekes, Verkuyten, Celebi, Acariturk, & Onkun, 2017)。それは自国を去る時に複数の団体に所属し、築き上げたネットワークを移住先のトルコで振り返ることで、辛い過去を思い起こし、鬱病が更に悪化する事例も少なからずあるということも検証されたのである (Smeekes, Verkuyten, Celebi, Acariturk, & Onkun, 2017)。よって、社会的アイデンティティの継続性の維持と複数の団体への所属との関連性は、生活の満足度には大きく起因していたが、鬱病にはさほど原因となっていないことが明白になった (Smeekes, Verkuyten, Celebi, Acariturk, & Onkun, 2017)。しかし、この研究者は、社会的アイデンティティの継続性を維持することは、難民のメンタルヘルスと彼らの健康全般を良好に保つ重要な要素の一つであると結論づけている (Smeekes, Verkuyten, Celebi, Acariturk, & Onkun, 2017)。

日本で行われたメンタルヘルスと社会的活動の研究は、日本に住む難民のメンタルヘルスの状態が、東京で行われているボランティア活動に参加している難民と、そうではない難民とどのような差異が生じているのかを検証する内容であった (Miller, Ong, Choi, Shibamura, & Jimba, 2020)。この研究は後述する社会的繋がり (*social connectedness*、三つの領域の内の一つ) に関連する研究ではあるが、社会的アイデンティティを高めていく上での活動が記されているために、ここで取り上げた。この質的且つ量的調査は、東京で行われたボランティア活動の数々によって、難民たちにその目的と意義を知らせ、それがメンタルヘルスの質の度合いの決め手となることを明白にした (Miller, Ong, Choi, Shibamura, & Jimba, 2020)。ここで記されている社会的活動とは、難民たちの文化をテーマにした交流会や日本人との野外活動、ハイキングなどであった。これらの活動に参加したことで、難民たちは日本に繋がりを感じ、その繋がりによって孤独感を感じない、そのような思いが働き、更には職場での満足度も高め、メンタルヘルスを高める作用があったことがこの研究書に綴られている。しかし、このような活動は日本との繋がりを得る誘因にはなるが、深い繋がりを得るまでには至らないことも質的調査で明らかにされている。よって、Miller と他の共同研究者は、ボランティア活動の他に、難民が日本のコミュニティと深い繋がりを持ち、それを実感できるように、日本のコミュニティに溶け込み、且つ日本社会に貢献できるような法的枠組みの整備の

必要性も論じている (Miller, Ong, Choi, Shibamura, & Jimba, 2020)。

また、日本で働く難民労働者の実体の質的調査によると、彼らが職場内で社会的アイデンティティを成立することは比較的困難であることが、次の例で (例は一つではある) 伺い知ることができる (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。これはミャンマー出身の難民労働者の話である。この労働者の子供とその同僚である日本人労働者の子供が同じ学校に通っていた。ミャンマー出身の労働者は子供を通して、日本人労働者と友好で且つ信頼のおける関係 (レポート) を築いていこうと努力するが、日本人労働者はそれに応じようとしなかった。その両者の関係造りは失敗に終わり、当然の事ではあるが、そこから何も発展しなかった。ミャンマー出身の労働者は同僚である日本人労働者の子供と自分の子供が同じ学校に通っていることを、境遇が同じであると、そこに繋がりを求め、日本人の同僚と身分の同一化を計ろうとしたのである。これはミャンマーの労働者が職場内に社会的アイデンティティを構築しようと試みていたと考えることができる。この事例より、外国人労働者が社会的アイデンティティを構築していくためには職場だけではなく、その職場の外側、外部にも活動や繋がりを求めていくことを示すものである。

(2) 社会的統合の側面 (Social Integration)

社会的統合とは、マイノリティとして社会に存在する移民や難民、この研究では特に外国人労働者をマイノリティとして取り上げ、その労働者が受け入れられる国においてハンデを負うことなくその国に溶け込んでいくことを示している。従来、移民における統合が研究される時、移民が受入国で同化し、且つ受入国の主要 (Dominant) な文化に吸収されていくことに重点が置かれ論じられてきたが、現在では二つの双方向的 (bi-dimensional) な要素を含んだ領域的空間に重点を置くように変化している。この双方向的 (bi-dimensional) 空間は、カナダの心理学者 John. W. Berry (1990, 1997) が考案した文化変容に関する過程をモデル化したもので、文化変容における双方向的空間 (bi-dimensional model of acculturation) と呼称している (Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001)。彼が提唱した文化変容に関するモデルは二つの異なる要素によって構成されている。この二つの要素とは、移民が自国の文化を保持しながら、受入国の文化に自分を結合させて、その国の文化の理解を深めた上で溶け込むという意味がそこに含まれている。これが統合 (integration) である (Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001)。この統合によって、受入国において移民の社会的統合が促進され、その国に溶け込んでいくことが可能となっていく。

Jenny Philimore と共同研究者 (2021) は、この社会的結合をより具体的に説明するために Friedrich Heckmann (2005) が考案した統合に関係する四つの空間を用いている (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。その四つの空間とは単純に4種類の統合を意味する空間であり、①構造的空間 (Structural integration)、②文化的統合 (cultural integration)、③相互的統合 (interactive integration)、④身分的統合 (identification integration) である (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。①構造的空間 (Structural integration) は家や職業 (就業) における領域であり、②文化的統合 (cultural integration) は文化変容全般を表す (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。③相互的統合 (interactive integration) は社会的関係と繋がり (ネットワーク) を意味し、④身分的統合 (identification integration) は個人の居場所と拠り所を意味するものである (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。統合について、Penninx と Garcés-Mascareñas (2016) は三つの空間を考え出しているが、その空間も Jenny Philimore と共同研究者の研究論文で説明されている (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。その三つの空間とは①法と政治的空間 (legal-political)、②社会経済空間 (socio-economic)、③文化的宗教的空間 (cultural-religious) である (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。三つの空間を通して得られた見解は、受入国が移民や難民に対して負うべき役割を示唆し、併せて、移民や難民が受入国にどの程度溶け込み、受

け入れられているかその程度を計ることであった。また移民や難民にとって、この三つの空間がどのような形で位置づけられているのかに焦点を置くことを目的としていた。

Jean S. Phinney と共同研究者（2001）の論文は、既存の民族的アイデンティティ（ethnic identity）と国家における文化の変容の過程の関連性についての見解と、既存の研究を評価することを主題としている（Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001）。更にその研究を移民の子供たちに拡大して、その子供たちの民族的アイデンティティ（ethnic identity）が移住した四つの国（①アメリカ、②イスラエル、③フィンランド、④オランダ）でどのように変容するのかを調査した（Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001）。彼らは、子供たちのメンタルヘルスの質や、子供たちが現地の学校に慣れていく過程で、民族的アイデンティティ（ethnic identity）がどのように影響を受けていくのか、①アイデンティティ、②移民、③適合の三つの観点から吟味した。更に、彼らは、移民の子供たちがその受入国の文化に溶け込み、文化変容を遂げていく時に、次の四つの方略を経て文化変容を成就することを示唆した（Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001）。この方略は文化的変容方略（Four acculturation strategies）と称し、①統合（integration）、②同化（assimilation）、③分離（separation）、④周辺化（marginalization）の四つの方略から構成されている。この研究では、この四つの方略を以下に示す四つのアイデンティティと結合させ、これらの異なったアイデンティティを通して移民の子供たちの社会的統合とメンタルヘルスの関連性を吟味している。四つのアイデンティティは、次のように定義されている（Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001）。

- 1) 統合アイデンティティ（Integrated identity）：自国の民族的アイデンティティを強く持ちながら、移民先と母国の民族的、文化的アイデンティティを結びつける。すなわち、移民先と母国の関係と両方の文化を重視する人。
- 2) 同化アイデンティティ（Assimilated identity）：自国の民族的アイデンティティを捨てて、移民先との関係だけを重視し、移民先の国に自我を結びつける人。
- 3) 分離アイデンティティ（Separated identity）：自国の民族的アイデンティティだけを重視し、移民先とは関りを持たない人。
- 4) 周辺化アイデンティティ（Marginalized identity）：自分（自我）をどちらの文化的領域にも所属させない人。

Phinney と共同研究者（2001）は、これらの四つのアイデンティティを土台にして、上述した四つの国（①アメリカ、②イスラエル、③フィンランド、④オランダ）に移民した子供たちについて心理的順応性の度合いを調査した。そこで明白に示されたことは、統合アイデンティティ（integrated identity）を持って生活している子供たちの心理的健康（メンタルヘルス）と、その国における順応性は、その他の三つのアイデンティティを持つ子供達よりも高い結果が得られた（Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001）。一方、周辺化アイデンティティ（marginalized identity）を持った子供たちの心理的健康と順応性は、他の三つのアイデンティティを持った子供たちに比べて極めて低いことが実証された（Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001）。つまり、母国と移民先の文化とその関係を重視している移民の子供たちは、移民先の国に溶け込み、その国に統合することができるのである。それが子供たちのメンタルヘルスを良好に保つことができると、彼らの研究は明らかにしている（Phinney, Horenczyk, Liebkind, & Vedder, 2001）。

この四つの文化的変容方略の内、統合（integration：両国の文化と関係を重視すること）が、日本で働く外国人労働者のメンタルヘルスにどう作用するのか、2018年に量的研究が行われている（前田、2018）。この研究は、前田憲次（2018）によって行われた量的調査で、上述した四つの文化的変容方略を用いて、フィリピンの技能実習生のメンタルヘルスに及ぼす影響を調べたものである（前田、2018）。そこで明らかになったことは、非常に興味深いことであった。それは従来海外で実施された調査結果とは異なり、統合（integration：両国の文化を重視する方略）がメンタルヘルスを良好にするのではなく、同化

(assimilation：移民先、日本の文化を重視する方策)こそがフィリピン実習生のメンタルヘルスを良好に保つことが明らかになった(前田、2018)。一方、分離(separation：母国、フィリピンの文化のみを重視する方略)は、実習生のメンタルヘルスを悪化させるような働きがあることも分かっている(前田、2018)。この調査結果は、日本における外国人労働者のメンタルヘルスを日本で良好に保つには、統合(integration：両国の文化を重視する方略)ではなく、同化(assimilation：移民先、日本の文化を重視する方策)であったと明らかにしている(前田、2018)。そして外国人労働者に対して日本に慣れるようなサポートの必要性を論じている(前田、2018)。しかし、この研究は、フィリピン人だけを対象にしているため、他のアジアの国々からの外国人(中国人、台湾人、韓国人等)に対して、どの方略が日本の社会に統合していくのに最適であるかは疑問が残るのである。

社会的サポート並びに共同体意識(sense of community)、そして生活の満足度と移民の健康全般(心身共)との関連性の量的調査がスペインで行われているが、その検証結果は前田憲次(2018)の見解に類似している。(Mendieta, Franco, Jacinto, Castro, Mendez, & Cid, 2019)。この量的調査で明確になったことは、受入国スペインの知人から受けたサポートが、同じ境遇にある移民の仲間同士で支え合うサポートよりも満足度が高かったということである(Mendieta, Franco, Jacinto, Castro, Mendez, & Cid, 2019)。この調査結果より判明することは、共同体意識(sense of community)を移民の人々が感じる要因は、受入国の手厚いサポートであり、またネットワークであった。これらのことが受入国に溶け込みやすい環境を作ることにつながることを示唆している(Mendieta, Franco, Jacinto, Castro, Mendez, & Cid, 2019)。これらの研究結果は、当論文の初めに挙げた李艶と山本理沙の共同研究論文で強調されていた、日本人と外国人との交流の重要性へと結びついていく(李、山本、2020)。しかし、前田憲次(2018)が指摘しているように、外国人労働者が日本文化に変容することが、彼らのメンタルヘルスに良好に作用するような、両国の文化を重視できる機会や環境は日本においては非常に少ないのではないかと推測している。

上述した様々な調査結果により外国人労働者が日本の社会に統合する方法は、個人によって異なることが判明した。このことにより外国人労働者が日本の社会に統合する方法の差異は国別に見ていく必要があると判断されるが、日本における外国人労働者のメンタルヘルスの研究においては未だに検証されていない。

(3) 社会的繋がり (Social Connectedness) の側面

メンタルヘルスの質と社会的繋がりには強い関係性があると、外国の数多くの研究論文は記す(Saeri, Cruwys, Barlow, Stronge, & Sibley, 2018; Khim, 2016; Leavell, Leiferman, Gascon, Braddick, Gonzalez, & Litt, 2019)。発達心理学(Developmental psychology)では、社会的繋がり、子供が成長する過程において最も重要であり、その繋がり、子供の成長の基準とされている。Abraham Maslow(1943)は、社会的繋がりとその繋がりから生じる関係性は、人が一人の人間として機能していく上で最小限必要なものであると捉えている(Khim, 2016)。人との関係や社会的繋がりを通して発展する他人との関係は、様々な社会的な機能や個人の成長と健康、感情の健康を支える要素(サポート)と見なされている。Lim Hui Khimはこの要素(サポート)を次の四つに分類し、説明している(Khim, 2016, p.32)。

- 1) Emotional support (感情的支援)：共感や愛、信頼、思いやりを基にしたサポート
- 2) Instrumental support (道具的支援)：支援が必要な者が直接かつ全面的に実感できる手助けと公共事業
- 3) Informational support (情動的支援)：抱えている問題や悩みを解決できる解決策や情報またはアドバイス
- 4) Appraisal support (評価的支援)：自己評価を実行する目的に必要な情報。例えば、建設的なフィードバック

この他にも社会的繋がりや幸福度、メンタルヘルス及び健康全般との関係性は一致しており、この関係性を発達心理学の観点から考察すると、社会的繋がりや幸福度はその繋がりを通して得られる目標と意欲（モチベーション）に依るものである。この目標と意欲（モチベーション）は三つの要素、①適性（competence）、②自主性（autonomy）、③共感性（relatedness）に由来する（Khim, 2016）。これら三つの要素を得ることによって、人は幸福度を高めることができると言われている。上記三つの要素の内一つ、①適正（competency）とは、自分に与えられた（任された）仕事や作業（社会的作業）に対して感じる信頼度や自主性、人との接点を感じる時、更には人との交わりを熱望するような共感性を覚える時に、人は幸福度が高まり、満足度も高まる。人との接点を感じさせるような感情は、拠り所を築き上げることによってポジティブな感情を生み出す。このポジティブな感情によって更に多くの資源に出会う機会が増え、この資源が人の仕事と人生の質を高めることに繋がっていく。Lim Hui Khimはこの資源として四つを挙げているが、その内容は以下の通りである（Khim, 2016, p.32）。

- 1) intellectual resources（知的資源）：創造性や独創力、柔軟な思考を高める資源。
- 2) social resources（社会的資源）：他人との繋がりや促進する力を高める資源。
- 3) physical resources（身体的資源）：健康、主に身体的な健康の質をあげる資源。
- 4) psychological resources（精神的資源）：精神面の回復力と楽観的（ポジティブ）に物事を捉える力を養う資源。

この四つの資源と上述した社会的繋がりから得られる三つの要素、①適性、②自主性、③共感性が、その個人の幸福度や健康、メンタルヘルスの質の度合いと寿命に大きく左右すると指摘する（Khim, 2016）。一方、Jenny Philimore と他の研究者による共同論文に（Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021）、社会的繋がりに関する見解では、Lim Hui Khim（2016）が提唱する三つの要素の一つ、③共感性（relatedness）と上記の四つの資源がどのような過程を経て得られるのかが、具体的に記述されている。Jenny Philimoreによると、社会の繋がりや社会の統合を実現するために必要な要素であり、次に示す三つの社会的ネットワークがその統合の実現化を促すとしている。①社会の絆（social bond）、②社会の橋（social bridge）、③社会の繋がりや繋ぐ網（social link）、これが三つの社会的ネットワークである。①社会の絆（social bond）と②社会の橋（social bridge）とは同じ境遇の人たちの出会いの中で芽生える共感性によって得られるアイデンティティを指す。この共感性は、Lim Hui Khim（2016）が提唱する共感性（relatedness）と同じである。また、②社会の橋（social bridge）とは、異なった背景を持つ人同士の交わりを表す。③社会の繋がりや繋ぐ網（social link）とは、人を組織に繋ぐ働きを持つ。

この他にも、Leavell と共同研究者はその共同研究記事で、メンタルヘルスと社会的繋がりや強める要因として知られている社会的処方（social prescribing）と、社会で執り行われているあらゆる活動との関係性を議論し評価している。（Leavell, Leiferman, Gascon, Braddick, Gonzalez, & Litt, 2019）。その研究で彼らは、社会的処方（social prescribing）がもたらす効能及び社会的繋がりやメンタルヘルスの質との関係性を、図表を用いて説明している（Leavell, Leiferman, Gascon, Braddick, Gonzalez, & Litt, 2019, p.299）。ここで取り上げられている社会的処方とは、社会的繋りを促進する「繋がりやの処方」（Leavell, et al, p.299）として認識されていて、主に看護師や医者、社会ワーカー（ボランティア）、更にNPO、NGO 団体の職員も含むが、彼らが非医学的な処方である社会的な活動、例えば、屋外の活動（コミュニティで開催される芸術活動や散歩、ガーデニング、サイクリング等）を開催し、その活動を通して必要な人に社会的繋りやを促進し、メンタルヘルスの良好と改善を図っていくことを目的としている。

Leavell と共同研究者（2019）は、このような活動を必要とする人は、移民や難民であると結論づけている。ここで、共同研究で用いられている図表を説明するが、この図表には既述した Lim Hui Khim（2016）が提唱した社会的繋りによって幸福度を左右する三つの要素（①適性、②自主性、③共感性）と、Philimore と共同研究者（2021）が取りあげた社会的ネットワーク（①社会の絆、②社会の橋、③社会の

綱)をより簡潔に三つの部類に分割した、①個人内 (intrapersonal)、②対人関係 (interpersonal)、③環境 (environment) が示されている。Lim Hui Khim (2016) が提唱する要素の内、①適正や②自主性は図表の中では①個人内 (intrapersonal) に位置づけられ、更に①個人内 (intrapersonal) に位置づけられた要素として、楽しみや目的、畏れなどもあった。Philimore と共同研究者 (2021) が強調した三つの要素の内、①社会の絆 (social bond) と②社会の橋 (social bridge)、また Lim Hui Khim が提唱した要素、共感性 (relatedness) が図表の中で ②対人関係 (interpersonal) に位置づけられている (Leavell, et al, 2019, p.299)。Philimore と共同研究者 (2021) が強調する③社会の繋がりを繋ぐ網 (social link) は図表の中では、③環境 (environment) に位置づけられている (Leavell, et al, 2019, p.299)。この図表には、これら①個人内 (intrapersonal)、②対人関係 (interpersonal)、③環境 (environment) の三つの領域が社会的繋がりに大きく起因しており、その社会的繋がりがメンタルヘルスの質とも一致しており、更にメンタルヘルスの質も左右するということが示されている (Leavell, et al, 2019, p.299)。

社会的繋がりの重要性及び、メンタルヘルスと社会的繋がりの関係性を見てきたが、日本に在住する外国人労働者にとって、社会的統合や社会的アイデンティティを高めることができない要因は、社会的繋がりの不足にある。また日本には外国人労働者に対する社会的繋がりとメンタルヘルスを良好に保つ社会的処方が少ない。2010年から日本に移り住んだミャンマー難民と、2016年からイギリスに住むシリア難民が、それぞれの受入国に溶け込み、社会的統合を実現していくその過程を比較検証した質的調査の研究記事によると、日本には職場以外に難民に社会的繋がりを促す社会的処方に匹敵する活動が比較的少ないことが明らかにされている (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。更に、Philimore と彼女の共同研究者 (2021) は、ミャンマーの難民労働者がその職場に満足し、職場に依存し、職場内でのサポートにしか頼らないことを指摘し、職場外に社会的繋がりを実現しない現状を懸念している。また、外国人労働者が多く働く多国籍企業では、ミャンマーの難民労働者にとっては、比較的馴染みやすく、社会的繋がりを構築することが外国人労働者の少ない企業に比べて容易であることも指摘している (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。ミャンマーの難民労働者が職場で日本人労働者と社会的繋がりを構築しようと努力しても、日本人がそれに答えなければ、ミャンマーの労働者は孤独感を味合うということも、質的調査で明らかにされている (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。例えば、昼食を難民労働者が日本人とは別の部屋で取るように指示されたり、会社の集まりや催しの会に招待されないことも社会的繋がりを阻止することになる (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。この他にも日本人とのコミュニケーションが対等に取れないこともトラウマとなり、自ら孤独を選んでしまうというようなケースも示されている (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。

Philimore と共同研究者 (2021) はこれらの唯一の解決策として、難民労働者が社会的に安定できるように職場以外でも社会的繋がりが実現できる場所、或いは職場を超えた場所で活躍できるネットワークや支援の必要性を提案している (Philimore, Morrice, Kabe, Hashimoto, Hassan, & Reyes, 2021)。これらは Leavell と共同研究者 (2019) が提唱した、社会的処方の重要性及び必要性と方向を一致するのである。

この三つの側面、①社会的アイデンティティ、②社会的統合、③社会的繋がりとメンタルヘルスの関係性についての先行研究、更に日本の外国人労働者を対象にした先行研究を吟味した上で、研究の目的を以下に纏める。

- 1) NGO、NPO の諸活動や職場における支援のあり方の実態を見極め、この活動と支援が外国人労働者のメンタルヘルスにどう影響を与えているのか、三つの側面、①社会的アイデンティティ、②社会的統合、③社会的繋がりを通して見ていく。また、これを職場サイド (日本人) の声、雇われているサイド (外国人労働者の国別に) の声を、NGO、NPO 団体の声と共に聞いていく。
- 2) NGO、NPO の諸活動や職場における支援が外国人労働者に与える影響を見極めるために、支援を受

けた外国人労働者のメンタルヘルスの変化や、日本における生活の変化を、支援している NGO と NPO 団体や職場（日本人側）サイドの声を通して評価し、併せて支援を受けた外国人労働者サイドにもそれらの変化を確かめていく。ここでいう変化とは、活動や支援に参加する前と後のメンタルヘルスの状況の変化であり、日本の生活に対する思いの変化である。

- 3) 外国人労働者はメンタルヘルスを維持するためにどのような工夫をしてきたか、また、日本の生活に慣れるために実行してきた工夫や努力について、三つの側面、①社会的アイデンティティ、②社会的統合、③社会的繋がり、から国別に再検証していく。

3. 研究の方向性（方法論）

本方法論は三段階に分割し構成する。第一段階は、調査の対象と場所を明記する。第二段階は主に調査方法について表記し、第三段階は、実地調査で収集したデータを分析する手法について詳述する。

（1）第一段階：調査の対象と場所

本研究は、NPO、NGO 団体の諸活動や職場における支援の在り方が、外国人労働者のメンタルヘルスに及ぼす影響の度合いについて検証するもので、対象者は以下の三者である。①外国人労働者、② NPO、NGO 団体、③外国人労働者を雇用している企業とそこで働く日本人社員。只注意すべき点は、先行研究で既述したように、外国人労働者にも様々な部類の労働者がいるということである。一見同じように見える労働者であっても、政治的難民となり日本で働く労働者もいれば、高度外国人労働者や技能実習生もいる。また彼らの職種や雇用体系も多種多様である。調査を進めていく段階で、データのばらつきを未然に防ぐため、外国人労働者を一つの塊として調査をするのではなく、対象者を幾つかのカテゴリーに分類し、NPO、NGO 団体の諸活動や職場における支援の在り方とその効能を、それぞれ分類したカテゴリー別に見ていく必要がある。その分類は以下の通りである。①難民外国人労働者、②高度外国人労働者、③技能実習生（これらの他にも必要に応じて雇用形態や職種を、更に幾つかの部類に分けることもあり得る）。

また調査の対象になる NPO、NGO 団体は以下の六団体で、その団体の概要は以下の通りである。

1) NPO 法人トゥマンハティふくおか

NPO 法人トゥマンハティふくおかは、2003年に設立され、2014年に法人化された団体である。本団体の趣旨は、福岡市とインドネシアの交流、及び福岡市民とインドネシア人との交流の機会を提供することを目的とする。その活動は次の通りである。①インドネシアアカルチャーデー、②料理交流会、③伝統竹楽器を用いた演奏活動、④博多ドンタク港祭でのパレード等。本団体は、これらの活動を通してインドネシア人が日本人と交流できるような場所や機会を提供している。活動の参加者はインドネシア人留学生だけではなく、EPA 看護師や介護福祉立候補者、技能実習生等である。この他にもインドネシア人同士のコミュニケーションの場として、母国のインドネシアの料理を楽しみながら交わる場所としても機能している。

2) 美野島司牧センター

美野島司牧センターは、カトリック福岡司教区に管轄される支援団体である。支援対象者は外国籍の人、DARC（麻薬やアルコール）依存症の人、ホームレスなど日本の社会の中で弱い立場に置かれている人たちであり、これらの人々と繋がり、共に歩み、支援することを目的としている。美野島司牧センターは、外国人労働者を支援するために、1988年に「移住労働者と共に生きるネットワーク九州」を設立している。この組織を通して行われている外国人労働者への支援は、主に大村入国管理センターに収容されている外

国人との面会、日本における労働や留学に関する相談や日本での生活支援等である。

また、カトリック大名大町教会でも外国人に対する無料相談が毎月第四日曜日、午後5時から6時の間に予約なしで行われている（移住労働者と共に生きるネットワーク・九州,「外国人の無料生活相談」）。ここでも外国人労働者は気軽に相談することができ、彼らの悩み、相談にアドバイスを提供する環境が整っている。この活動は、「美野島司牧センター」の活動の一つでもある。ここでは外国籍の人々が職場で受ける様々なハラスメントや差別、また日本国籍の取得等、外国籍滞在者が遭遇する様々な問題を相談することができる。

3) アジア女性センター

その他にも福岡には外国人女性のみを対象とする相談ネットワークが存在している。このネットワークは1997年11月に活動を開始したアジア女性センターで、電話やラインアプリを通して外国人女性が日本で生活する上で受ける不安や悩みを相談できるネットワークである。相談は多言語（英語、中国語、韓国語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、ロシア語、タガログ語）で行われている（アジア女性センター Asian Women's Center,「AWC は24周年多言語 SNS 相談 @AWC スタート」）。この他にも言語相談も行われている。

4) よかとびあ国際交流財団

よかとびあ国際交流財団も外国人のために無料で心理カウンセリングを実施している。本財団は、日本人の臨床心理士が日本に滞在する外国人に英語、もしくは日本語でカウンセリングを施し、彼らの悩みを解消することを目的としている。

この他にも、外国人機能実習生権利ネットワークも存在する。これらのNPO、NGO 団体を通して、先行研究で既述した、①、②、③を見ていくことにする。（本論文の頁48-49）。

5) 外国人技能実習生権利ネットワーク

「外国人技能実習生権利ネットワーク」は、「全国一般労働組合ユニオン北九州」と称する支援団体の中で活動している支援団体である。この支援団体、「全国一般労働組合ユニオン北九州」は1995年に創設され、主に福岡県の北九州地区に拠点を置き活動している。外国人技能実習生権利ネットワークの目的は、企業雇用形態や国籍、ジェンダーを問わず、不合理な労働形態を問い、そこから発する悩みを地域一丸となって考え、より働きやすい労働環境を築いていくことを目的としている。外国人技能実習生権利ネットワークは技能実習生から日常的に受ける相談を基にして、技能実習生を雇用している企業の労働環境を改善することを目的に、日本全国（全域）で活動している。その団体の目的は以下の6項目で、それらは外国人技能実習生権利ネットワークのホームページで次の通り記されていた。

「1) 外国人技能実習生の人権と労働権の確立

2) 外国人技能実習制度に関わる政策の提言

3) 外国人技能実習生に対する救援並びに情報提供

4) 外国人技能実習制度の問題点の告発

5) 外国人技能実習制度に関わる研究者の育成と連携

6) その他外国人技能実習制度並びに移住労働者全般の問題を通じて、より良い多民族文化共生社会の確立に寄与する」¹

6) Thanh Nien Viet Nam (ティンニエンベトナム) サークル

この団体は2019年8月に、福岡の大学で法学を専攻している一人の留学生、レ・ディン・チョンさんにより設立された。この団体の活動は、日本人とベトナム人の交流を目的とするもので、料理会を開き、又

ベトナムの正月（日本で言うところの旧正月）に天神中央公園でイベントを開催し、このようにして日本人にベトナム人との交流の機会や場所を提供し、日本人がベトナム文化を理解できるようにと活動をしている団体である。この活動はSNSを通して行われている。この活動の他にもベトナム本国でチャリティーを行い、障害者や農村地域の子供たちの支援も行っている。この団体が発行している情報誌「Asumin Note（あすみんノート）」No.19（2020年春に発行）によると、この団体の運営メンバーは8人で、この団体によって開催されたイベントには約60人が参加しているようである²。この情報誌にこの団体の活動の目的が記載されているが、主要なものとして、①後輩を助けること（日本に滞在し、日本での生活に困っているベトナム人を助けること）、②日本人との交流、③ベトナムの困窮している人たちを助けることである。

（2）第二段階：実地調査におけるデータ収集とその手法

本実地調査は量的調査と質的調査を併用して進めていくものとし、主に以下に示す三調査方法により進めていく。

- 1) 参与観察（偽装無し）、undisguised participant observation
- 2) 構造化インタビュー、structured interview
- 3) アンケート調査

以下にこの三調査方法について概説する。

①参与観察（偽装無し）とは、調査を行う者が被調査側に立ち、彼らの置かれている状況から出てくる行動や発言がどのような過程を経て出てくるのか、何故そのような発言が出てくるのか、また行動が成されるのかを観察しながら情報を収集していく手法である。本手法は人文学の分野で用いられている手法で、例を挙げれば社会学や文化人類学、人類学の分野で幅広く用いられている手法であり、次の3種類に分類することができる。①偽装なし参与観察、②やや偽装型参与観察、③偽装型参与観察である。

①偽装なし参与観察は、調査者が全ての調査対象者に事前に自分が調査をする本人であることを伝え、更に調査内容をも事前に伝えて参与観察を実施していく方法である。本手法のメリットは調査対象者が調査を実施する者を事前に認識することができ、両者の間に信頼関係（レポート）を構築することが容易となり、倫理的問題を生み出しづらくなる。②やや偽装型参与観察は、調査者が一部の調査対象者に自分が調査者であることを知らせて調査を行う方法である。③偽装型参与観察は、調査者が自分の存在を示さずに調査を行う方法である。これら、②やや偽装型参与観察、③偽装型参与観察のデメリットは調査者と被調査者との間に信頼関係を構築することは極めて困難で、そのために情報収集の過程において倫理的問題へと発展し兼ねないことである。そのためこの二つの方法で得た情報を扱う場合は、原則としてその調査場所の関係者に許可を得ることが必要となる。このような観点から、この二つの方法は推奨される方法ではない。

故に、本調査では、①**偽装なし参与観察**の方法で、調査を実施していくものとする。本方法は、NPO、NGO 団体の活動が、外国人労働者に及ぼす影響と効果について調査する時に用いるものとする。ここで事前準備として、研究目的とその内容、本法の概要、調査を実行する上での合意書（informed consent）等を、関係 NPO、NGO 団体の関係者、もしくは理事長に説明し、了解を得る必要がある。本方法による調査は、「NPO 法人トゥマンハティふくおかと美野島司牧センター」と **Thanh Nien Viet Nam（ティンニエンベトナム）サークル**）にて実施するものとする。まず初めに、「NPO 法人、トゥマンハティふくおかと美野島司牧センター」と **Thanh Nien Viet Nam（ティンニエンベトナム）サークル**に自ら赴き、外国人労働者が参加している活動に筆者も一定期間参加することをお願いし、彼らとの交流を図りながら信頼関係（レポート）を築き上げる。それからインタビューを開始する。問い合わせる内容は、NPO 団体の支援活動の効果について、支援活動を受ける前と後での変化について文章化することををお願いする。この他にも外国人労働者に対して無料相談を実施している NPO、NGO 団体の担当者にインタビューを行

い、外国人労働者から寄せられている労働上の悩みについて情報を収集する。労働者の相談前と相談後の変化についても確認する。外国人労働者の職場における支援の在り方については、雇用者にアンケートによる調査をその職場の日本人と外国人労働者共に実施する。外国人労働者を雇用している会社については、職業安定所に問い合わせ。調査対象企業が決定すれば、研究内容や調査を進めていく上で必要な同意書 (informed consent) を事前にその企業に提出する。

次にその企業で働く外国人労働者のメンタルヘルスの質や程度をアンケート調査により確認する。アンケート用紙にはインタビュー可能か否かのチェックを設け、チェックがある者には後日ヒヤリングを行う。外国人労働者への支援の在り方については、その企業の経営者にインタビュー形式でヒヤリングすることも計画している。

(3) 第三段階：データ分析における手法

本調査には質的調査と量的調査が含まれている。量的調査は、その企業における外国人労働者のメンタルヘルスの質の程度とその職場における支援の満足度を計ることを目的とする。一方、質的調査は、NPO、NGO 団体が実施する支援活動と雇用主である企業が施す支援が外国人労働者のメンタルヘルスや、日本での彼らの生活に及ぼす影響について三つの側面 (①社会的アイデンティティ、②社会的繋がり、③社会的統合) から見ていく。更に外国人労働者の声を聴きながらその影響を分析していく。また、NPO、NGO 団体の職員からの声、つまり支援する側からの声を聞きながら、支援活動の思いの変化や、支援の在り方の変遷についてフォーカスを当てながら、支援活動の現在の位置づけや今後の課題についても検討する。被支援者である外国人労働者の声を聞きながら、彼らのメンタルヘルスの変化や、日本での生活の質の変化を分析していくことも質的調査の一つである。ここでは外国人労働者の声だけではなく、支援者である日本人の声、更には団体の中で経験する筆者の声を聞いていくが、その内容は以下の通りである。

- 1) 支援を受けた外国人労働者の体験談
- 2) 日本人 (NPO、NGO 団体、職場からの支援) が外国人労働者に支援活動を実施した時に感じた困難、葛藤等における体験談
- 3) 日本人が外国人労働者を支援することによって生じる、日本人から見た彼らのメンタルヘルスや生活の質の変化についての体験談。
- 4) 参与観察法 (偽装なし) により得た筆者の体験談。すなわち、筆者自身が NPO、NGO 団体の一員 (一定期間) となり、外国人労働者と NPO、NGO 団体のそれぞれの立場に立ち外国人労働者を理解する。筆者もその活動に参加しながら外国人労働者と NPO、NGO の担当者が置かれている立場とを理解する。これらの理解を通して得た体験談。

これらの体験談は四通りの物語として聞くことができる。つまりこの質的調査で得た四通りの体験談はナラティブ (物語)・分析法 (Narrative analysis) を用いて分析することが可能となる。初めにこのナラティブ・分析法 (Narrative analysis) を概述する。

ナラティブ・分析法 (Narrative analysis) は、人々が語る体験談に耳を傾け、その体験談を深く掘り下げて理解を深めていく方法である。更に、経験から得られる体験談やその人を通して語られる自伝的物語、所属する社会が形成する文化の中で育まれる出来事の中に、調査者が立ち入り、これらの物語の中に潜んでいる意味を掘り起こし、理解することを目的とする方法である。また、このナラティブ (物語)・分析法 (Narrative analysis) は、被調査対象者の心理状態や心理的発展、並びに被調査対象者の自我や対人関係、且つ被調査対象者と世界の関係についても吟味し、理解を深めていくためにも用いられる手法である。換言するならば、被調査対象者の体験談を通して、彼の成長と変化を物語が進行するように時系列的に見ていく方法でもある。イギリスの保健心理学者、Deborah Biggerstaff (2012) は、彼女の研究論文の中でナラティブ・分析法に出てくる物語 (ナラティブ) について、Cigdem Esin の見解を次のように記す。「物語

には順序 (Sequence) が必要である。物語は常に「その次に何が起こったのか」という問いに回答しているのである」(Biggerstaff, 2012, p.191)。このように人々の物語や体験(経験)を順序良く、時系列的に分析し、その変化を見ていくことの重要性をナラティブ・分析法は強調している。故に、本調査においては、上述した四つの体験談をナラティブ・分析法を用いて、それぞれの変化に注視しながら分析を進める。この変化とは、①NPO、NGO 団体に起因する変化：団体が活動を始める前と後における団体の担当者が抱く外国人労働者への思いや接し方の変化であり、外国人労働者が団体の支援活動に参加する前と後の彼らのメンタルヘルスや生活の質の変化であり、且つその変化が彼らの社会的アイデンティティや社会的繋がり、社会統合に与える変化と影響である。②企業に起因する変化：外国人労働者を雇用している企業が労働者を支援することで、その企業に働く日本人と外国人労働者間の関係性の変化である。このように①から②の変化に注視しながら、筆者が参与観察を通して得た体験談を、外国人労働者が支援活動によって得た体験談、更にはNPO、NGO 団体の担当者が外国人労働者を支援することで得られた体験談に照らし合わせながら、そこに生じる変化を分析していく。しかし、ナラティブ・分析法は体験談を通して被調査対象者の変遷については分析することができるが、その変化から生じる事象を分析するには別の手法が必要となってくる。つまり、人々の体験談から見えてくる事象の数々を多角的に分析することはナラティブ・分析法だけでは極めて難しい。また、外国人労働者がNPO、NGO 団体の支援や職場を通して得ることのできる支援の有効性と妥当性については、外国人労働者一人ひとりの背景に大きく左右されるため、別の方法が必要となってくる。更に、ナラティブ・分析法では、被調査対象者の体験談を深く分析し、体験談の中から出てくる発言と感情に醸し出されてくる現象を見極めることができないため、ナラティブ・分析法を補足する別の方法が必要となってくる。それが、解釈的現象学分析法 (Interpretative phenomenological analysis (IPA)) である。

解釈的現象学分析法 (IPA) は、被調査対象者の体験談の中に深く秘められているものを掘り起こし、被調査対象者を取り囲む環境に対して、彼らの思考が意味づけようとしているものを分析する方法である。この方法は心理学の分野で用いられる手法であり、その語源から現象学 (phenomenology) に由来している。心理学の一分野として知られている現象学では、体験者を調査の中心に置き、その体験者談に秘められているものを追求し、表面に浮き上がらせてくることを目的としている。勿論、体験談に秘められている思いや経験の度合いは一人一人異なっているのは当然であるが、その違いに焦点を当て、隠されているものを追求していくことを目的としている。解釈的現象学分析法 (IPA) は、体験(経験)の多様性を強調しており、先入観や既存の見解に囚われることを防止する手法としても知られている。また、この分析法は日常生活から生み出される事象や社会的問題や出来事についての見解や問題を表にまとめ、そこから見えてくる新たな現象を具体化していく機能をも持ち合わせている。更に、本分析法の特徴は、被調査対象者の体験談をその立場に立って理解することでもある。相手の立場に立って理解を深めることについて、Jonathan A. Smith と Mike Osborn は、以下に三つの問いを発して具体的に説明する (Smith, & Osborn, 2015, p.26)。

- 「1) 体験談で被調査対象者の調査は何を語ろうとしているのだろうか
 2) 体験談のどこかで見落としているものがないだろうか
 3) 体験談を語る被調査対象者が気付いていない問題や現象がこの体験談から醸し出されていないだろうか。」(Smith, & Osborn, 2015, p.26)

このように、解釈的現象学分析法は、被調査対象者の感情(心)と内心 (cognitive inner world) に深く侵入し、分析を進めていくことが可能な分析法である。つまり解釈的現象学分析法は被調査対象者、一人一人の多種多様な経験に基づいて記された体験談から醸し出される現象を見ていく分析法であり、本研究に妥当な分析法である。

4. まとめ

ナラティブ・分析法では支援者（NPO、NGO 団体、職場）と被支援者である外国人労働者の両者の変化に注視して分析することを目的とするが、解釈的現象学分析法はそこから更に踏み込んで、ナラティブ・分析法で確認することのできた変化（変遷）から、更に一人一人の体験談から醸し出される現象をより詳細に見極めることを目的とする。この現象を三つの側面、①社会的アイデンティティ、②社会的繋がり、③社会的統合に結合させて、外国人労働者への支援が彼らのメンタルヘルスに適切であるのか、その支援の適性に注視する。この支援の適性を確かめるには既述した三つのグループ、①支援者、②被支援者、③筆者自身、それぞれの体験談に記されている文脈から現象を注意深く掘り起こしながら、この現象が三つの側面、①社会的アイデンティティ、②社会的繋がり、③社会的統合を強化し、被支援者である外国人労働者をどう支えているのかを確認する。解釈的現象学分析法は、被調査者の多様性に重きを置き、被調査者の立場に立ち調査を進めることを強調する。そのため NPO、NGO 団体や企業の支援の適性を調査していく時に、被調査者である外国人労働者や日本人の立場に立って調査、分析していくことを必要とする。このように相手の立場に立ち、多様化した体験談の中から現象を分析していくには、筆者（調査者本人）の体験談を Jonathan A. Smith (2015) の三つの質問（本論文の53頁）に照らし合わせ、①被支援者と②支援者の体験談を往来しながら比較対比的に分析することが求められる。また支援者、被支援者、両者の体験談と彼らの置かれている立場、更にその内面性に深く入り込んでいくことにより、新たな現象を発見することができる。その両者が醸し出す現象の差異を明確にすることで、支援活動の在り方と欠点、更には課題が見えてくるであろう。更に外国人労働者と言っても、そこには様々な労働者がいる、難民外国人労働者もいれば、高度外国人労働者や技能実習生もいる。また国籍も異なる。雇用形態も異なっている。例え同じ職場、同じ環境、同じ国籍の労働者であっても、受ける支援に対する思いや感情は異なる。支援する方も同じであろう。一方、同じ NPO や NGO 団体の職員であっても活動に対する一人ひとりの思いや意識、経験の度合いは異なる。故に一人ひとりの体験談を事細かく見ていきながら、解釈的現象学分析法が強調する体験の多様性を意識しつつ、①被支援者、②支援者、③筆者、それぞれ三者の体験談を互いに比較して、体験談の中に埋もれている現象をあぶり出していく。この現象を①社会的アイデンティティ、②社会的繋がり、③社会統合の側面から照らし合わせて分析し、支援の展望と課題を明確にしていく。更に、外国人労働者がメンタルヘルスを維持するために工夫してきたことについても、同じような過程で分析し、そこから出てくる現象を確認し、①社会的アイデンティティ、②社会的繋がり、③社会統合との関連性を確認していく。

【注】

1. 外国人技能実習生権利ネットワーク (2020). 「外国人技能実習生権利ネットワークとは About us」, <https://site-724966-1993-3817.mystrikingly.com/> (5/26/2022アクセス)
2. 福岡市 NPO・ボランティア交流センターあすみん. 「ふくおか」から発信する, 市民公益活動の情報誌 Asumin Note, 2020, 19号, p.3. (online), <https://www.fnvc.jp/public/uploads/an/image/AsuminNote19.pdf>, (5/26/2022アクセス)

参考文献

1 次資料

- 1) 厚生労働省「外国人雇用状況報告1993年（平成5年）から2021年（令和3年）まで」, <https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyou/gaikokujin09/index.html>
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/gaikokujin/gaikokujin-koyou/06.html (12/21/2022アクセス)
- 2) 福岡労働局「外国人雇用状況の届出状況（福岡労働局分）2013年（平成25年）から2021年（令和3年）まで」, https://jsite.mhlw.go.jp/fukuoka-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/syokugyoyou_koyou/hourei_seido/taisaku_c01.html

(12/21/2022アクセス)

2 次資料

- 1) Miller, R, Tomita, Y., Ong, K, I, C., Shibamura, A., Jimba, M. “Mental well-being of international migrants to Japan: a systematic review.” *BMJ Open*, 2019, pp.1-8
- 2) 李健實 (2015). 「日本における高度の技術・知識を持つ外国人労働者の職業性ストレスとメンタルヘルス－日本人労働者との比較検討－」『東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コースストレス科学研究』30号, pp.90-101
- 3) Tsutsumi, A. “Suicide prevention for workers in the era of with-and after-Corona.” *Environmental and Occupational Health Practice*, 2021, pp.1-7
- 4) Takubo, Y., Nemoto, T., Iwai, M., Kashima, M., Yamaguchi, E., Maruyama, A., Miura, S., Saito, H., Tsujino, N., Mizuno, M. “Demographic and clinical characteristics of foreign nationals accessing psychiatric services in Japan: a multicenter study in a metropolitan area.” *BMC Psychiatry*, vol.20, No.569, 2020, pp.1-10
- 5) Miller, R, Ong, K, I, C., Choi, S., Shibamura, A., Jimba, M. “Seeking connection:a mixed methods study of mental well-being and community volunteerism among international migrants in Japan.” *BMC Public Health*, vol.20, No.1272, 2020, pp.1-11
- 6) Li, W., Moriyama, M., Cui, Y, A., Kazawa, K., Nakaya, T., and Susanto, T. “Presenteeism among Chinese workers in Japan and its relationship with mental health and health-promoting lifestyles.” *Industrial Health*, vol.58, 2020, pp.35-45
- 7) Ogawa, R. “Globalization of Care and the Context of Reception of Southeast Asian Care Workers in Japan.” *Southeast Asian Studies*, vol.49, No4, 2012, pp.570-592
- 8) 李健實 (2012). 「外国人労働者のメンタルヘルスと心理援助の現状と展望」『東京大学大学院教育学研究科紀要』52巻, pp.404-410
- 9) 李艶, 山本理沙 (2020) 「在日外国人労働者の異文化適応についての調査県境 (その1) 『聖泉論叢』28号, pp.1-18
- 10) 李艶, 山本理沙 (2020) 「在日外国人労働者の異文化適応についての調査研究 (その2)」『聖泉論叢』28号, pp.19-40
- 11) 前田憲次 (2018) 「フィリピン人技能実習性のメンタルヘルスに関連するリスク要因文化変容方略に着目して」『Journal of International Health』33巻, 4号, pp.303-312
- 12) Postmes, T., Wichmann, L, J., Valkengoed, A, M, V., and Hoef, H, V, D. “Social identification and depression:A meta-analysis.” *European Journal of Social Psychology*, vol.49, 2019, pp.110-126
- 13) Smeekes, A., Verkuyten, M., Celebi, E., Acarturk, Ceren., and Onkun, S. “Social identity continuity and mental health among Syrian refugees in Turkey.” *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*”, 2017
- 14) Philimore, J., Morrice, L., Kabe, K., Hashimoto, N., H, S., and Reyes, M. “Economic self-reliance or social relations? What works in refugee integration? Learning from resettlement programs in Japan and the UK.” *Comparative Migration Studies*, 2021, pp.1-19
- 15) Phinney, J, S., Horencyk, G., Liebkind, K., and Vedder, P. “Ethnic Identity, Immigration, and Well-Being: An Interactional Perspective.” *Journal of Social Issues*, vol.57, No.3, 2001, pp.493-510
- 16) Honbrados-Mendieta, I., Millan-Franco, M., Gomez-Jacinto, L., Gonzalez-Castro, F., Martos-Mendez, M, J., and Garcia-Cid, A. “Positive Influences of Social Support on Sense of Community, Life Satisfaction and the Health of Immigrants in Spain.” *Frontiers in Psychology*, vol.10, 2019, pp.1-17
- 17) Saeri, A, K., Cruwys, T., Barlow, F.K., Stronge, S., and Sibley, C.G. “Social connectedness improves public mental health: Investigating bidirectional relationships in the New Zealand attitudes and values survey.” *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, vol.52, No.4, 2018, pp.366-374
- 18) Khim, L, H. “Social Connectedness in Physical, Mental and Social Health.” *The Singapore Family Physician*, vol.42, No.1, 2016, pp.31-33
- 19) Leavell, M, A., Leiferman, J, A., Gascon, M., Braddick, F., Gonzalez, J, C., Litt, J, S. “Nature-Based Social Prescribing in Urban Settings to Improve Social Connectedness and Mental Well-being :a Review.” *Current Environmental Health Reports*, 2019, pp.297-308
- 20) カトリック福岡司教区, 「美野島司牧センターについて」 <http://fukuoka.catholic.jp/minoshima/> (11/29/2021アクセス)
- 21) 弥栄睦子 (2020) 「国際協力ニュース」『NGO 福岡ネットワーク機関誌』137巻, pp.1-3
- 22) アジア女性センター Asian Women’s Center, 「AWC は24周年多言語 SNS 相談 @AWC スタート」<https://asianwomenscenter.jimdofree.com/> (11/29/2021アクセス)
- 23) Fukuoka City International Foundation, 「外国人のための無料心理カウンセリング」 <https://www.fcif.or.jp/consultation/counseling/> (11/29/2021アクセス)

- 24) ユニオン北九州ホームページへようこそ, 「ユニオン北九州とは?」 <http://union-k.org/> (11/29/2021アクセス)
- 25) Biggerstaff, D. "Qualitative Research Methods in Psychology." *Psychology-Selected Papers*, 2012, pp.175-206 Smith, J.A. (2015). *Qualitative Psychology A Practical Guide to Research Methods*. (3rd ed.) SAGE Publications Ltd.
- 26) Guest, G, Namey, E.E, & Mitchell, M.L. (2013). *Collecting Qualitative Data: A Field Manual for Applied Research*. SAGE Publications, Inc. Available from (入荷先): https://books.google.co.jp/books?id=-3rmWYKtloC&pg=PA75&source=gbs_toc_r&cad=4#v=onepage&q&f=false (11/29/2021アクセス)