

作成番号:0221

=====

一般社団法人 日本侵襲医療安全推進啓発協議会 「会員向けメールマガジン」

=====

号数:2024-221

内容:絵画や彫刻、陶芸のような創造的・創作的な趣味は、心の健康を維持する

出典:Creating arts and crafting positively predicts subjective wellbeing.

Front Public Health. 2024 Aug 16;12:1417997. doi: 10.3389/fpubh.2024.1417997.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39220449/>

クラフト制作やアーティスト的な活動は、心の健康に良く、人々の人生に対する価値観を予測する上で有意に影響するか、英アングリヤ・ラスキン大学の研究者らが調査して、その詳細は、「Frontiers in Public Health」に8月16日掲載された。

英国のデジタル・文化・メディア・スポーツ省が毎年実施している調査「Taking Part Survey」への2019～2020年の参加者7,182人のデータが解析された。対象者の37.4%が過去12カ月の間に、絵画やドローイング、彫刻、写真撮影、刺繍、パソコンでの音楽やアート制作、陶芸などのアートやクラフト制作(creating arts and crafting; CAC)を1種類以上行っていた。解析の結果、過去12カ月間におけるCACの実施、健康状態、年齢増加、居住地域の豊かさは人生に対する満足度を予測する重要な因子であり、中でもCACは居住地域の豊かさよりも強く影響することが明らかになった。また、CACは人生に対する価値観や幸福感にも有意な影響を与え、人生に対する価値観に対しては雇用状況と同等以上の影響を及ぼすことが示された。一方で、CACは孤独感や不安には有意な影響を与えていなかった。CACの影響は雇用状況が与える影響よりも強かった。これは、CACが達成感をもたらすだけでなく、自己表現への有意義な手段でもあるためだろう。仕事は、必ずしも自己表現の手段となるわけではない。

TABLE 2 Results of two-step hierarchical multiple regressions predicting satisfaction, happiness, life being worthwhile, anxiety and loneliness with regression coefficients (β) specified for all predictor variables at each step of the regression.

Predictor variables	Satisfaction	Happiness	Worthwhile	Anxiety	Loneliness
Step 1					
Intercept	8.694***	8.418***	8.682***	2.559***	2.183***
Gender	-0.071	-0.145**	-0.234***	-0.387***	-0.209***
IMD decile	0.019**	0.012	0.021**	0.021	-0.019***
Age group	0.100***	0.126***	0.082***	-0.239***	-0.048***
General health	-0.749***	-0.697***	-0.571***	0.755***	0.284***
In employment	0.062	0.019	0.136**	0.002	-0.187***
R ²	0.163	0.105	0.108	0.071	0.077
F	280***	169***	174***	109.3***	118.8***
Step 2					
Intercept	8.653***	8.358***	8.580***	2.506***	2.187***
Gender	-0.063	-0.128**	-0.205***	-0.571***	-0.210***
IMD decile	0.018*	0.011	0.019**	0.020	-0.019***
Age group	0.100***	0.127***	0.083***	-0.238***	-0.048***
General health	-0.747***	-0.695***	-0.567***	0.755***	0.284***
In employment	0.062	0.018	0.136**	0.002	-0.187***
ECAC	0.088*	0.128*	0.218***	0.113	-0.007
R ²	0.164	0.106	0.112	0.071	0.077
ΔR ²	0.0005	0.0008	0.003	0.0003	<0.0001
ΔF	4.59*	6.71*	27.5***	2.59	0.061

*p < 0.05; **p < 0.01; ***p < 0.001.