

表2 重要と思う社会活動

(左側N/右側%)

	性別				合計	
	男性		女性			
近所つきあい	42	16.0%	37	28.5%	79	20.1%
生活用品などの買い物	5	1.9%	1	0.8%	6	1.5%
デパートなどでの買い物	0	0.0%	1	0.8%	1	0.3%
近くの友人を訪問する	8	3.0%	13	10.0%	21	5.3%
近くの親戚を訪問する	4	1.5%	1	0.8%	5	1.3%
遠くの友人を訪問する	5	1.9%	0	0.0%	5	1.3%
遠くの親戚を訪問する	3	1.1%	0	0.0%	3	0.8%
国内旅行	3	1.1%	1	0.8%	4	1.0%
外国旅行	2	0.8%	0	0.0%	2	0.5%
お参りや礼拝に行く	1	0.4%	0	0.0%	1	0.3%
スポーツや運動	11	4.2%	7	5.4%	18	4.6%
レクリエーション活動	2	0.8%	0	0.0%	2	0.5%
地域の行事の参加	5	1.9%	1	0.8%	6	1.5%
町内会や自治会の活動	16	6.1%	12	9.2%	28	7.1%
町内会や自治会役員として活動	9	3.4%	3	2.3%	12	3.1%
老人会の活動	9	3.4%	2	1.5%	11	2.8%
趣味の会など仲間内の活動	15	5.7%	11	8.5%	26	6.6%
社会奉仕	26	9.9%	17	13.1%	43	10.9%
特技などを人に伝える活動	6	2.3%	5	3.8%	11	2.8%
高齢者学級などの活動	1	0.4%	2	1.5%	3	0.8%
カルチャーセンターなどの学習活動	2	0.8%	0	0.0%	2	0.5%
市民講座などへの参加	7	2.7%	1	0.8%	8	2.0%
シルバー人材センターなどの活動	54	20.5%	8	6.2%	62	15.8%
市民活動など団体の参加	10	3.8%	3	2.3%	13	3.3%
政治団体への参加	1	0.4%	1	0.8%	2	0.5%
インターネット上のサークル	1	0.4%	0	0.0%	1	0.3%
会社OB会への参加	2	0.8%	0	0.0%	2	0.5%
宗教団体の活動	1	0.4%	1	0.8%	2	0.5%
各種協議会の委員	1	0.4%	0	0.0%	1	0.3%
学校の同窓会	2	0.8%	0	0.0%	2	0.5%
研修会・講座などの講師	1	0.4%	0	0.0%	1	0.3%
その他の社会活動	8	3.0%	2	1.5%	10	2.5%
合計	263	100%	130	100%	393	100%

表3 社会参加のきっかけ

(上段N/下段%)

	性別		合計
	男性	女性	
友人のすすめ	90 38.1%	54 47.0%	144 41.0%
家族のすすめ	31 13.1%	4 3.5%	35 10.0%
区の広報を見て	57 24.2%	29 25.2%	86 24.5%
活動団体の呼びかけ	19 8.1%	8 7.0%	27 7.7%
新聞等の情報	30 12.7%	8 7.0%	38 10.8%
自治会等の呼びかけ	56 23.7%	23 20.0%	79 22.5%
個人の意思	113 47.9%	53 46.1%	166 47.3%
合計	236 168%	115 156%	351 164%

表4 社会的活動の参加意義

(上段N/下段%)

	性別		合計
	男性	女性	
とても意義がある	62 19.4%	34 21.4%	96 20.1%
意義がある	189 59.2%	98 61.6%	287 60.0%
あまり意義はない	54 16.9%	22 13.8%	76 15.9%
意義はない	14 4.4%	5 3.1%	19 4.0%
合計	319 100%	159 100%	478 100%

表5-1 個人的側面の妨げ要因

(上段N/下段%)

	性別		合計
	男性	女性	
価値観に合わない	55 17.9%	14 9.0%	69 14.9%
参加意欲がわからない	58 18.8%	30 19.2%	88 19.0%
ライフスタイルに合わない	36 11.7%	18 11.5%	54 11.6%
精神機能などの衰え	34 11.0%	25 16.0%	59 12.7%
視力の衰え	37 12.0%	19 12.2%	56 12.1%
聴力の衰え	30 9.7%	14 9.0%	44 9.5%
体力の衰え	76 24.7%	45 28.8%	121 26.1%
気力の衰え	41 13.3%	16 10.3%	57 12.3%
移動時の危険がある	25 8.1%	21 13.5%	46 9.9%
参加すると疲労する	17 5.5%	15 9.6%	32 6.9%
誘ってくれる友人がいない	62 20.1%	32 20.5%	94 20.3%
興味の持てる活動がない	67 21.8%	28 17.9%	95 20.5%
身体的疾患がある	31 10.1%	11 7.1%	42 9.1%
時間的余裕がない	38 12.3%	35 22.4%	73 15.7%
人間関係が煩わしい	46 14.9%	23 14.7%	69 14.9%
充実感が感じられない	15 4.9%	12 7.7%	27 5.8%
新しい人間関係が面倒	34 11.0%	15 9.6%	49 10.6%
新しいことを学ぶのが面倒	22 7.1%	5 3.2%	27 5.8%
過去の経験をいかせない	43 14.0%	8 5.1%	51 11.0%
その他	52 16.9%	28 17.9%	80 17.2%
合計	308 265.9%	156 265.4%	464 265.7%

表5-2 環境側面の妨げ要因

	(上段N/下段%)		合計
	性別		
	男性	女性	
家族の理解が得られない	21 7.3%	10 6.9%	31 7.2%
移動手段が不便	52 18.2%	24 16.6%	76 17.6%
安全確保が不十分	23 8.0%	10 6.9%	33 7.7%
費用がかかりすぎる	77 26.9%	28 19.3%	105 24.4%
家事が忙しい	19 6.6%	16 11.0%	35 8.1%
家族の世話で忙しい	20 7.0%	20 13.8%	40 9.3%
施設などの利用がしにくい	60 21.0%	16 11.0%	76 17.6%
家の仕事を手伝ってくれる人がいない	10 3.5%	10 6.9%	20 4.6%
その他	100 35.0%	60 41.4%	160 37.1%
合計	100 133.6%	60 133.8%	160 133.6%

表5-3 制度的側面の妨げ要因

	(上段N/下段%)		合計
	性別		
	男性	女性	
社会的活動の情報が乏しい	73 25.7%	37 25.3%	110 25.6%
自分にあった活動がない	94 33.1%	37 25.3%	131 30.5%
参加を支援する体制が不十分	54 19.0%	13 8.9%	67 15.6%
意見が活動に生かせない	26 9.2%	7 4.8%	33 7.7%
能力が活動に生かせない	54 19.0%	17 11.6%	71 16.5%
参加する際の相談先がない	56 19.7%	23 15.8%	79 18.4%
その他	82 28.9%	56 38.4%	138 32.1%
合計	82 154.6%	56 130.1%	138 146.3%

厚生科学研究費補助金（長寿科学総合研究事業）
分担研究報告書

高齢者の社会参加と健康習慣との関連に関する研究

分担研究者 芳賀 博 東北文化学園大学医療福祉学部教授

研究要旨

都市部のシルバー人材センター利用者及び老人クラブ会員 487 人を対象として健康習慣の実態を明らかにし、社会参加と健康習慣との関連性を検討した。

6項目の健康習慣についてその実施数を求めたところ、健康習慣の実施数は、男性より女性に多い傾向にあった。また、年齢別に検討すると、80歳以上で健康習慣の実施数は最も多かった。社会的活動の因子分析に基づいて社会参加の類型化を行った。その結果、「趣味・レクリエーションなどの活動」「親戚・友人との交流」「学習指導・リーダーとしての活動」「町内会・自治会の活動」の4タイプが抽出された。これら4タイプの社会参加得点と健康習慣実施数との間には正の相関が認められ、特に「町内会・自治会の活動」を除く3タイプと健康習慣との間には有意な関連が認められた。これらのことから、健康的な生活習慣の獲得や持続にとって社会参加が重要な役割を演じていることがうかがえた。

A. 研究目的

高齢社会の進展に伴い、近年、社会との交流が極端に低下した状態を「閉じこもり」や「ひきこもり」などと呼んで、要介護予防の観点からそれへの対策が課題となっている。このような中で、平成12年度からスタートした高齢者保健福祉施策（ゴールドプラン21）においても介護サービス基盤の整備とともに元気高齢者対策としての健康・生きがいづくりを含む積極的な社会参加の推進が位置づけられることとなった。

一方、社会老年学の領域においては高齢者の社会参加および社会活動が自立度の維持や健康寿命の延伸に影響を及ぼすことはしばしば指摘されてきた^{1, 2)}。しかし、社会参加が高齢者の健康に影響を及ぼすことの原因についてはこれまで十分議論がなされてこなかったように思える。

本研究では、社会参加が健康的な生活習慣(健康習慣)の獲得や持続に好影響をもたらしているのではないかと仮説のもとに、都市部における元気高齢者の健康習慣の実態を明らかにするとともに、健康習慣と社会参加との関わりについて検討することを目的としている。

B. 研究方法

調査の対象は、足立区シルバー人材センターに登録している高齢者及び足立区内の2つの老人クラブの会員である。調査の方法は、足立区シルバー人材センターの各支部にて対象者に調査票を手渡しで配付し、記入してもらった後、地区学習センターまで対象者本人に調査票を持参してもらう方法によった。また、老人クラブの会員に対しては、調査票を老人館や住区センターの利用者に直接手渡すか世話役を通じて配付する方法によった。調査票の回収方法については、シルバー人材センターの場合と同様の方法によった。なお、調査票を直接持参できない対象者には、郵便で返送してもらうことにした。配付した調査票数は、シルバー人材センターが3,113部、老人クラブが244部の計3,357部であった。調査票の配付、回収は、平成14年12月～平成15年2月の間に行われた。回収数は、1,924(52.3%)であった。

本研究では、これらの回収票の内、早期に回収されデータのエディティングが済んだ500人分を分析対象とした。ただし、性別または年齢が未記入であった5人、年齢が60歳未満であった8人を除く487人について検討した。このうち男性は330人

(67.8%)、女性は157人(32.2%)であった。年齢構成は、60～69歳283人(58.1%)、70～79歳190人(39.0%)、80歳以上14人(2.9%)であった。

健康習慣については、Breslowら³⁾の健康習慣を一部改変した6項目(睡眠、朝食、塩分、タバコ、散歩・体操、運動・スポーツ)を用いて評価した(表1)。社会参加については、「家庭外での対人関係をともなう活動」34項目を取り上げ、「1. いつもしている」「2. ときどきしている」「3. あまりしていない」「4. まったくしていない」の4件法で回答を求めた。社会参加活動の分析にあたり、これらの34項目による因子分析を行い、解釈可能な因子を抽出することにした。因子分析は、解釈可能な主要な因子に対する因子負荷が低い項目を除外しながら繰り返し行われた。その後、最終的に抽出された因子ごとの社会参加活動得点を求め健康習慣との関連性を分析した。社会活動への参加程度は、「いつもしている」または「ときどきしている」と回答した場合に「している」として1点を与え、その合計得点で評価した。

社会参加と健康習慣の関連性の検討は、年齢とIADLをコントロールした偏相関で行った。IADLは、「バス・自転車での外出」「日用品の買い物」「食事の支度」「金銭の管理」の4項目を取り上げ、「できる」と回答した場合、1点を与えその合計点で評価した。

なお、調査への協力要請にあたり、得られたデータは研究目的以外には使用しない旨の説明を文書にて行い、調査票への記入をお願いした。

C. 研究結果

表1は、健康習慣の実施割合を性別に示している。6項目の健康習慣のうち朝食を「ほぼ毎日食べる」と回答したものは男女とも90%以上と最も多く、運動・スポーツは20%以下の低い実施率にとどまっていた。男女差に着目すると睡眠(7～8時間)では女性の32.1%に対し、男性の49.2%、塩分の摂取(とり過ぎに注意している)では、男性の48.3%に対し女性の66.0%、タバコ(すわないまたはやめた)では、男性の63.2%に対し女性の87.7%とそれぞれ有

意な差が認められた。

表2は、健康習慣の実施数の平均値を性、年齢構成別に示したものである。男性の実施数は3.13、女性のそれは3.38と女性にやや多い傾向を認めたものの有意差は認められなかった。年齢別の実施数では、80歳以上で4.0と最も高く、60～69歳の3.27、70～79歳の3.07の順であった。

表3は、34項目の社会的活動に基づいて因子分析を行い、抽出された因子への寄与が明らかであった項目とその因子負荷量を示す。最終的に4つの因子、24項目が選択された。第I因子は趣味・レクリエーションなどの活動、第II因子は親戚・友人との交流、第III因子は学習指導・リーダーとしての活動、第IV因子は町内会・自治会の活動と解釈された。なお、除外された項目は、近所づきあい、老人会の活動、社会奉仕、特技や経験を他人に伝える活動、シルバー人材センターなどの活動、市民運動などの団体への参加、政治団体への参加、会社のOB会への参加、宗教団体の活動、卒業した学校の同窓会などであった。

次に、各4つの因子に因子負荷量の高い項目、すなわち各因子を構成する代表的な項目の合計得点を求め、その因子を表す得点とした。表3の上から8項目が第I因子、次の7項目が第II因子、その次の6項目が第III因子、最後の3項目が第IV因子を構成する項目群である。表4に各因子ごとの社会参加得点の平均と標準偏差を示す。「趣味・レクリエーションなどの活動」「親戚・友人との交流」「町内会・自治会の活動」は、いずれも男性より女性にその得点が高かった。一方、「学習指導・リーダーとしての活動」は、女性より男性で僅かに得点が高い傾向にあったが、有意ではなかった。さらに、年齢別に社会活動状況を検討した。「趣味・レクリエーションなどの活動」「親戚・友人との交流」では80歳以上群で得点が高い傾向を示したが、80歳以上は例数が少ない(12例)こともあってか、有意な差は認められなかった。

表5は、社会参加活動得点と健康習慣実施数の偏相関を示す。「趣味・レクリエーションなどの活動」および「親戚・友人との交流」は、男女とも健康習慣と有意な正の相関がみられた。また、「学習指導・リーダ

一としての活動」は、男性においては健康習慣と有意な関連が認められたが、女性においてはその関連は認められなかった。「町内会・自治会の活動」と健康習慣との間には関連が見られなかった。

D. 考察

本研究では、都市部の比較的自立度の高い高齢者を対象としたが、6項目の健康習慣（睡眠、朝食、塩分、タバコ、散歩・体操、運動・スポーツ）の実施数は、男性より女性で高かった。健康的な生活習慣の実施が、男性より女性において積極的であることはこれまでの地域性の異なる他の地域においても共通に認められている^{4, 5)}。また、本研究では健康習慣の実施数を年齢別にみると、むしろ80歳以上の高齢者でその実施数は多かったが、健康的な生活習慣は加齢に伴って増加するとの報告も知られており⁶⁾、80歳以上での健康習慣実施数が多かったことは本研究対象の特殊性ではないと思われる。一般に加齢とともに身体機能が低下し、そのことにより散歩、運動などの実施をあきらめざるを得ない状況が生じがちであるが、本研究の対象は、シルバー人材センター利用者や老人クラブ会員であることから考えると、高齢といえども自立度は高く、高齢者一般とは異なる。一方で、加齢に伴う健康保持志向は高まるものであり、このような状況が本研究における80歳以上高齢者の積極的な健康習慣の実施につながったとも考えられる。

社会参加の定義や分類は多様であるが⁷⁾、本研究班では、社会参加を「家庭外での対人関係をともなう活動」と定義し、34の調査項目を設定した。今回の分析では、これらの項目を用いた因子分析により主要な因子を抽出し、社会参加のタイプを大きく4つに類型化した。第Ⅰ因子は趣味・レクリエーションなどの活動、第Ⅱ因子は親戚・友人との交流、第Ⅲ因子は学習指導・リーダーとしての活動、第Ⅳ因子は町内会・自治会の活動と解釈し、各因子毎の得点を求めた。社会活動得点は、「趣味・レクリエーションなどの活動」「親戚・友人との交流」「町内会・自治会の活動」の3タイプにおいて男性より女性で有意に高かったが、得点の年齢差はなかった。年齢差が見られな

かったことについては、本研究の対象はもともと社会参加を活発に行っている人々から構成された集団であったためと推察される。

また、社会参加活動得点と健康習慣実施数との相関を求めたところ、「趣味・レクリエーションなどの活動」「親戚・友人との交流」「町内会・自治会の活動」が活発な人ほど、健康習慣の実施数も多いことが示された。この結果は、本研究の仮説を支持するものである。つまり、健康習慣の獲得や持続にとって社会参加が重要な役割を担っているといえる。

E. 結論

都市部のシルバー人材センター利用者及び老人クラブ会員を対象として健康習慣の実態を明らかにし社会参加と健康習慣との関連性を検討した。

6項目の健康習慣についてその実施数を求めたところ、健康習慣の実施数は、男性より女性に多い傾向にあった。また、年齢別に検討すると、80歳以上で健康習慣の実施数は最も多かった。

34項目の社会的活動の因子分析に基づいて社会参加の類型化を行った。その結果、「趣味・レクリエーションなどの活動」「親戚・友人との交流」「学習指導・リーダーとしての活動」「町内会・自治会の活動」の4タイプが抽出された。これら4タイプの社会参加得点と健康習慣実施数との間には正の相関が認められ、特に「町内会・自治会の活動」を除く3タイプと健康習慣との間には有意な関連が認められた。

F. 健康危険情報

特になし

G. 研究発表

特になし

H. 知的財産権の出願・登録状況

特になし

文献

- 1) 芳賀 博 他：地域老人の日常生活動作能力に関する追跡的研究、民族衛生、54：217-233、1988.

- 2) 安田誠史 他：在宅高齢者の日常生活動作能力の低下に関連する生活様式、日本公衛誌、36：675-681、1989.
- 3) Breslow L, Enstrom JE: Persistence of health habits and their relationship to mortality, Preventive Medicine, 9: 469-483, 1980.
- 4) 芳賀 博：高齢者の心身の健康に及ぼすライフスタイルの影響、研究業績年報－高齢者の医学医療に関する研究－、笹川医学医療研究財団、12(1)、117-121、1996.
- 5) 芳賀 博 他：在宅老人のライフスタイルと生活の質に関する研究、老年社会科学、16(1)、52-58、1994.
- 6) Bausell RB: Health-seeking behavior among the elderly, The gerontologist, 26(5), 556-559, 1986.
- 7) 橋本修二 他：高齢者における社会活動状況の指標の開発、日本公衛誌、44、760-768、1997.

研究協力者：

島貫秀樹（東北文化学園大学医療福祉学部）

表1 健康習慣の実施割合(%)

	男	女	
睡眠(7-8時間)	49.2	32.1	**
朝食(ほぼ毎日食べる)	92.9	94.8	
塩分(とり過ぎに注意)	48.3	66.0	**
タバコ(すわないまたはやめた)	63.2	87.7	**
散歩・体操(している)	40.4	39.1	
運動・スポーツ(している)	19.6	18.3	

** p<0.01

表2 健康習慣の実施数の平均、標準偏差

	平均	標準偏差	
性			
男	3.13	1.34	△
女	3.38	1.15	
年齢			
60-69歳	3.27	1.22	*
70-79歳	3.07	1.36	
80歳以上	4.00	1.21	

*p<0.05 △p<0.10

表3 高齢者の社会参加の因子構造(ヴァリマックス回転後の因子負荷量)

社会活動	I	II	III	IV
趣味の会など仲間内の活動	.71	.06	.22	.16
レクリエーション活動	.68	.25	.13	.24
カルチャーセンターなどの学習活動	.65	.07	.36	-.05
スポーツや運動	.59	.18	.02	.09
高齢者学級などの活動	.55	.07	.44	.03
市民講座などへの参加	.50	.06	.37	.19
国内旅行	.49	.28	-.09	.20
外国旅行	.42	.22	.02	.07
近くの親戚を訪問する	.08	.71	.05	.16
遠くの親戚を訪問する	.15	.69	.03	.16
遠くの友人を訪問する	.32	.66	.08	.05
デパートなどでの買い物	.11	.66	.13	-.30
近くの友人を訪問する	.30	.56	.09	.19
生活用品の買い物	-.03	.52	.11	.01
お参りや礼拝に行く	.19	.47	.03	.03
学校の学習やクラブ支援	.11	.01	.74	.25
各種協議会の委員	.10	.00	.66	.32
研修会・講座の講師	.12	.11	.62	-.17
インターネット上のサークル	.24	.06	.59	-.01
学校の授業参観	-.04	.15	.57	.04
PTAのOB会の参加	.17	.11	.55	.16
町内会や自治会活動	.15	.15	.12	.87
町内会や自治会の役員	.16	.07	.13	.87
地域の行事の参加	.29	.22	.15	.69
因子寄与率	13.5	12.6	12.3	10.4

表4 社会参加活動得点の平均、標準偏差

	I. 趣味・レクリエーションなどの活動	II. 親戚・友人との交流	III. 学習指導・リーダーとしての活動	IV. 町内会・自治会の活動
性				
男	2.12±1.78	3.98±1.97	0.36±0.79	1.12±1.21
女	2.49±1.97 *	5.04±1.67 **	0.31±0.79	1.45±1.22 *
年齢				
60-69歳	2.17±1.76	4.35±1.92	0.37±0.81	1.23±1.22
70-79歳	2.28±1.94	4.22±1.94	0.32±0.78	1.23±1.21
80歳以上	3.17±1.99	5.08±2.35	0.36±0.67	1.23±1.36

* p<0.05 ** p<0.01

表5 社会参加活動得点と健康習慣実施数の偏相関

社会参加活動	男	女	計
I. 趣味・レクリエーションなどの活動	0.34 **	0.29 **	0.33 **
II. 親戚・友人との交流	0.25 **	0.28 **	0.27 **
III. 学習指導・リーダーとしての活動	0.14 *	0.06	0.11 *
IV. 町内会・自治会の活動	0.03	0.11	0.06

年齢・IADLをコントロール

* p<0.05 ** p<0.01

の項目 34 項目(調査表の間9)について、男女別に「いつもしている」、「時々している」、「あまりしていない」、「まったくしていない」の 4 つの回答ごとに下位尺度の点数を求め、一元配置分散分析により比較した。

(倫理面への配慮)

本研究で行ったアンケート調査の解析にあたっては、ID 番号によって作成されたデータベースを使用し、対象者の氏名、住所等の個人情報はいっさい扱わなかった。

C. 研究結果

解析は、全回答者のうち 500 名としたが、そのうち 60 歳未満の者 11 名、性別の不明な者 2 名を除く 487 名(男性 330 名、女性 157 名)を解析対象者とした。

表2に各社会参加の項目別に QOL の下位尺度の点数について一元配置分散分析により、社会参加の頻度ごとに比較した結果を示した。社会参加の 34 項目のうち、外国旅行、高齢者大学への参加、カルチャーセンターへの参加(男性のみ)、インターネット上のサークル活動、PTA の OB 会への参加、宗教団体活動、小中学校のクラブ指導、授業参観、協議会等の委員、講座等の講師の 10 項目については、80%以上が「まったくしていない」と回答していた。

生活活動力は男女とも近所づきあいや買い物、友人・親戚の訪問など身近な活動を多くしている人で高かった。

健康満足感は、男女とも遠くの友人や親戚の訪問、国内旅行、レクリエーション、地域行事への参加をしている人で高かった。また男性では、ボランティア、特技・経験を伝える活動、高齢者大学への参加、カルチャーセンターへの参加、PTA や会社の OB 会への参加を多くしている人で高かった。

人的サポート満足感では、男女とも近所づき

あい、親戚や友人の訪問、スポーツ、趣味仲間との活動をしている人で高かった。男性でのみ、人的サポートに差がある項目はデパートの買い物、神社・仏閣に行く、レクリエーション、自治会活動、ボランティア活動、特技・経験を伝える活動、シルバー人材センターへの参加、政治団体への参加であった。また、女性でのみ人的サポートに差がみられた項目は、生活・食料品の買い物、市民講座への参加であった。

経済的ゆとり満足感では、遠くの親戚の訪問や国内・国外の旅行、スポーツ、レクリエーション、趣味仲間との活動、カルチャーセンターへの参加をしている人で男女とも高かった。男性では、近所づきあい、デパートの買い物、地域行事への参加、特技経験を伝える活動、高齢者大学への参加、シルバー人材センターへの参加、ネット上のサークルへの参加、会社の OB 会への参加、協議会等の委員、講座等の講師をしている人でも高かった。女性では、遠くの友人の訪問、神社・仏閣へ行く、ボランティア活動、市民講座への参加、市民活動などの団体への参加をしている人で、経済的ゆとり満足感が高かった。

精神的健康については、男女とも差がみられたのは、遠くの友人、親戚の訪問、市民講座への参加の 3 項目のみであった。男性では、近所づきあい、デパートの買い物、近くの友人・親戚の訪問、国内旅行、スポーツ、レクリエーション、地域行事への参加、自治会活動、趣味仲間との活動、特技・経験を伝える活動、カルチャーセンターへの参加、シルバー人材センター活動、協議会等の委員、学校の同窓会など多くの項目で、頻度が多く参加をしている人で高かった。しかし、女性でのみ精神的健康に差がみられたのは、宗教団体活動のみであった。

精神的活力では、近所づきあい、近くまたは遠くの友人の訪問、国内外の旅行、神社・仏閣

へ行く、スポーツ、リクリエーション、地域行事への参加、趣味活動など多くの項目で、男女とも参加の頻度が高い人で精神的活力が高かった。男女で差が見られた項目としては、男性でのみ差がみられたものとして、デパートの買い物、近くの親戚の訪問、遠くの親戚の訪問、自治会活動、政治団体への参加、PTA や会社の OB 会への参加、小中学校のクラブ指導、協議会等の委員、学校の同窓会があった。また、女性でのみ精神的活力に差がみられた項目は、老人会の活動のみであった。

D. 考察

今回とりあげた社会参加の活動 34 項目については、内容によって、QOL のどの尺度の満足感が高くなるかに差があり、また、それらには男女による違いもみられた。すなわち、近所づきあいや買い物、友人・親戚の訪問といった日常的な活動に近い活動は、生活活動力との関係が強いが、健康満足感は、それらの活動よりももう少し、行動範囲が広がると考えられる遠くの友人や親戚の訪問、旅行、リクリエーションや地域での活動などで満足感が高くなっていた。

経済的ゆとり満足感については、遠くの友人・親戚の訪問やスポーツ、リクリエーション、趣味仲間との活動などの行動範囲が広い活動あるいは、カルチャーセンターやインターネットなど費用がかかる活動、協議会の委員や講師など知識や責任などが必要と考えられる活動で、参加している人に満足感が高くなっていた。これは、このような活動をしている人で経済的ゆとりの満足感が高くなるというよりは、経済的ゆとりがないと参加できない活動とも考えられる。精神的にポジティブな感情の指標となる精神的活力については、男女とも、参加の程度により差がみられる項目が多く、社会参加の内容よりも、いずれかの活動に参加していること自体で、活力

が高まると予測される。

社会参加の内容により男女差が比較的大きくみられたのは、人的サポート満足感と精神的健康であった。人的サポート満足感は女性では近所づきあいや友人・親戚の訪問、地域行事、趣味仲間との活動などで比較的狭い行動範囲で行う活動で満足感が高まる傾向にあった。一方、男性ではそれらの活動でも差がみられるが、さらにボランティアや特技・経験を伝える活動、自治会活動など、女性に比べ広範囲の人との関係を持つような活動あるいは個人の特技を生かしたり責任を伴うような活動で人的サポート満足感を高くしていた。これらの男性で精神的健康に差がみられる活動は地域における活動であっても、比較的、仕事・職業に近いものと考えられる。また、精神的にネガティブな感情の指標となる精神的健康については、女性では差がみられる項目が少なく、遠くの友人や親戚の訪問、市民講座への参加、宗教団体活動の 4 項目にとどまった。男性では友人・親戚の訪問、旅行、スポーツ、リクリエーション、自治会活動、自治会役員など多種の活動で、参加している人において精神的健康がよくなり、ネガティブな感情が少なくなっている。これは、女性においてはネガティブな感情をもつかどうか、社会活動の頻度にあまり影響をうけていないが、男性では社会活動をすることが、ネガティブな感情をもたないことに大きく影響していると予測される。

E. 結論

今年度は、まだ一部の対象者の解析ではあるが、社会活動の種類によって、QOL のどのような側面の改善に影響するかが異なること、その関係に男女差があることが示された。今後の解析によって、高齢者の QOL を向上させるような社会活動のあり方が検討できると考えられる。

F. 健康危険情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

前田清、太田壽城、芳賀博、高田(石川)和子、
長田久雄. 高齢者のQOLに対する身体活動
の影響. 日本公衛誌 49:497-506,2001

2. 学会発表

なし

H. 知的財産権の出願・登録状況

なし

表1 QOL質問表における質問項目と下位尺度の点数

下位尺度	質問項目	1点とする回答
生活活動力	バスや自転車を使って一人で外出できる	はい
	日用品の買い物が自分でできる	はい
	食事の支度ができる	はい
	金銭の管理・計算ができる	はい
	身の回りのことが自分でできる	はい
健康満足感	健康だと感じる	はい
	毎日気分よくすごせる	はい
	体調が優れないことが多い	いいえ
人的サポート満足感	回りの人とうまくいっている	はい
	友人とのつきあいに満足している	はい
	家族とのつきあいに満足している	はい
経済的ゆとり満足感	ある程度のお金に余裕がある	はい
	小遣いに満足している	はい
精神的健康	将来に不安を感じる	いいえ
	寂しいと思うことがある	いいえ
	自分が無力だと感じることもある	いいえ
精神的活力	将来に夢や希望がある	はい
	趣味がある	はい
	生きがいがある	はい

表2 社会参加の頻度ごとに比較したQOLの下位尺度の比較の結果

	生活活動力		健康満足感		人的サポート満足感		経済的ゆとり満足感		精神的健康		精神的活力	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
1.近所づきあい	*	**	**	ns	**	**	**	ns	**	ns	**	**
2.生活・食料品の買物	**	**	ns	*	ns	**	ns	ns	ns	ns	ns	ns
3.デパートの買物	**	**	**	ns	**	ns	*	ns	*	ns	*	ns
4.近くの友人を訪問	*	**	ns	**	**	ns	ns	ns	**	ns	**	**
5.近くの親戚を訪問	*	*	*	ns	**	*	**	*	**	ns	**	ns
6.遠くの友人を訪問	ns	ns	**	**	**	*	ns	**	**	*	**	**
7.遠くの親戚を訪問	ns	*	**	*	**	*	**	*	**	*	**	ns
8.国内旅行	*	*	*	**	**	*	**	**	**	ns	**	*
9.外国旅行	ns	ns	ns	*	ns	ns	**	**	ns	ns	**	**
10.神社・仏閣・教会に行く	**	ns	ns	ns	**	ns	ns	*	ns	ns	**	**
11.スポーツ	ns	ns	**	ns	**	*	**	*	**	ns	**	**
12.レクリエーション	*	ns	**	*	**	ns	**	*	**	ns	**	**
13.地域行事への参加	ns	ns	*	*	**	*	**	ns	*	ns	**	**
14.自治会活動	ns	ns	ns	ns	*	ns	ns	ns	*	ns	**	ns
15.自治会役員の活動	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
16.老人会の活動	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	**
17.趣味仲間との活動	ns	ns	**	ns	**	*	**	**	**	ns	**	**
18. ボランティア活動	ns	ns	*	ns	**	ns	ns	*	ns	ns	**	**
19.特技・経験を伝える活動	ns	ns	**	ns	*	ns	**	ns	*	ns	**	**
20. 高齢者大学への参加	ns	ns	**	ns	ns	ns	**	ns	ns	ns	**	*
21.カルチャーセンターへの参加	ns	ns	*	ns	ns	ns	**	**	**	ns	**	**
22.市民講座への参加	ns	ns	ns	*	ns	*	ns	*	**	*	**	**
23.シルバー人材センター活動	ns	ns	ns	ns	*	ns	*	ns	*	ns	*	*
24.市民活動など団体への参加	ns	ns	*	ns	ns	ns	ns	*	ns	ns	**	**
25.政治団体への参加	ns	ns	*	ns	*	ns	ns	ns	ns	ns	**	ns
26.ネット上のサークル活動	ns	ns	ns	ns	ns	ns	*	ns	ns	ns	ns	ns
27.PTAのOB会への参加	ns	ns	**	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	**	ns
28.会社のOB会への参加	ns	ns	**	ns	ns	ns	**	ns	ns	ns	**	ns
29.宗教団体活動	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	*	ns	ns
30.小中学校のクラブ指導	ns	ns	ns	ns	ns	ns	*	*	ns	ns	**	ns
31.授業参観	ns	ns	ns	**	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
32.協議会等の委員	ns	ns	ns	ns	ns	ns	*	ns	*	ns	**	ns
33.学校の同窓会	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	**	ns	**	ns
34.講座等の講師	ns	ns	ns	ns	ns	ns	**	ns	ns	ns	**	*

厚生科学研究費補助金（長寿科学総合研究事業）
分析研究報告書

高齢者の社会参加状況と幸福感の関連性に関する研究

分担研究者 西下彰俊 金城学院大学現代文化学部教授

研究要旨

都市部の高齢者の社会参加のレベルを規定する要因を調査データを用いて実証的に明らかにすることが研究課題全体の研究目的である。そのうち、研究分担者としての研究目的は2つある。1つは、高齢者の基本属性と高齢者の社会参加のレベルの関連性を調べることであり、もうひとつは高齢者の社会参加のレベルと高齢者の心理的な適応状態を測定する重要な変数の1つである幸福感の関連性を調べることである。研究の結果、知見として得られたことは以下の3点である。まず第1に、子どもとの同居は高齢者の幸福感に大きな影響を及ぼす。既婚者との同居は幸福感を高め、逆に未婚者との同居は幸福感を低下させる。第2に、予め用意した34の社会参加活動のうち、本研究では、近所づきあい、地域の行事への参加、町内会・自治会の活動、社会奉仕（ボランティア活動）、シルバー人材センターなどの活動の5活動を取り上げ、幸福感との関連を見た結果、いずれも有意な関連が示された。第3に、社会参加活動のきっかけを7つ想定し、複数回答で質問したところ、「個人的意思で」（47.3%）、「友人・仲間のすすめ」（41.0%）が上位を占めた。行政政策上重要な「区の広報」（24.5%）、「自治会等の呼びかけ」（22.5%）は低率にとどまった。

A. 研究目的

高齢者の社会参加の問題は、日本社会の高齢化の進行とともに、高齢者の生きがいの関連において、大きな行政課題のひとつである。しかしながら、国が実施してきた高齢者の社会参加、地域参加に関する行政調査を除けば、本格的な高齢者の社会参加に関する実証的な調査研究はほとんど行われていないのが現状である。とりわけ、高齢者の社会参加を促進する要因、障害する要因を経年的に詳細に調査研究する研究計画という意味では、本研究が初めてである。

分担研究者としての本研究における目的は、厚生科学研究費の補助により2003年1月に東京都足立区で実施された「高齢者の社会参加に関するアンケート調査」のデータを用いて、都市部高齢者の社会参加行動の状況と幸福感の関連性を統計的に明らかにすることである。

B. 研究方法

「高齢者の社会参加に関するアンケート調査」のデータ500サンプルについて、社会参加行動の状況と幸福感の関連性を調べるために、より具体的には、高齢者の基本属性と幸福感の関連性を調べることであり、および高齢者

の社会参加の程度と幸福感の関連性を調べるために、クロス集計（およびカイ二乗検定）および一元配置の分散分析の方法を用いて分析考察を行った。

C. 研究結果

（1）基本属性と幸福感の関連について

ここでは、性、年齢階層、職業の有無、既婚者との同居、未婚者との同居を説明変数とし、被説明変数である幸福感との関連を見る。幸福感は、「幸せである」、「やや幸せである」、「他の人と同じ」、「あまり幸せでない」、「幸せでない」の5つの選択肢で質問している。幸福感の度数は、幸せであるという回答が36.4%（179名）、やや幸せであるという回答が32.3%（159名）、他の人と同じが20.1%（99名）、あまり幸せでないが7.9%（39名）、幸せでないが3.3%（16名）という分布を示した。「幸せである」と「やや幸せである」の合計を性別に見ると、男性は67.0%（222名）、女性は72.1%（116名）であった。これを内閣府（旧総務庁）が5年に1度実施している『老人の生活と意識に関する比較調査』データと比較してみよう。1995年に実施された同調査では、全く同じ質問文で幸福感を質問している（本調査の方が先行研究の調査デー

タと比較するために、全く同じ質問文で幸福感を質問したのである)。幸福感について、「幸せである」と「やや幸せである」の合計を性別に見ると、『老人の生活と意識に関する比較調査』では、男性 71.0%、女性 72.7%であった。足立区の高齢者の場合、男性は 4.0 ポイント、女性は 0.6 ポイント低いという結果である。調査時期が異なるので、厳密な比較は困難であるが、足立区の男性高齢者の幸福感は、日本全国の男性高齢者の幸福感に比べてやや低いことが確認できる。

以下クロス表と分散分析表から関連性について確認する。まず、クロス集計に関しては「あまり幸せでない」と「幸せでない」が比較的少数なので選択肢を合体させた。表頭は 4 つのカテゴリからなる。分散分析に関しては「幸せである」を 5 点、「やや幸せである」を 4 点、「他の人と同じ」を 3 点、「あまり幸せでない」を 2 点、「幸せでない」を 1 点とし、幸福感の高低を点数化した。

まず、性については、統計的に有意な関連は見られなかった。年齢階層と職業の有無の両変数についても幸福感との統計的に有意な関連は見られなかった。

基本属性にかかわる変数で幸福感と有意な関連を示したのが、子どもとの同居であり、既婚子との同居の有無も未婚子との同居の有無も、幸福感との間に統計的に有意な関連が見られた。既婚子との同居は、表 1、表 2-A、図 1 が示すように、0.1%水準で統計的に有意な関連を示している。すなわち、表 1 から、既婚子との同居サンプル（以下、既婚子同居群と略す）では、幸せであるが 58.8%と最も多いのに対し、既婚子と同居していないサンプル（以下、既婚子別居群と略す）では、幸せであるが最も多いものの 33.3%にとどまっている。「あまり幸せでない」と「幸せでない」を合体させたカテゴリは既婚子同居群では皆無であるのに対し、既婚子別居群では 12.6%存在する。また、表 2-A、図 1 から分かるように、サンプル全体の 10%強を占める既婚子同居群は、幸福感の平均値が 4.41（標準偏差 0.78）ときわめて高いのに対し、既婚子別居群の幸福感は、3.83（標準偏差 1.10）と低い。表 2-B の一元配置の分散分析の結果、0.1%水準で統計的に有意な差が確認できた（F 値=13.38）。既婚子との同居は幸福感を高める方向に作用すると言える。

一方、未婚子との同居は、同じく幸福感と関連があるものの、作用の方向は全く逆である。すなわち、表 4-A と図 2 の一元配置の分散分析が示すように、未婚子と同居している群は、幸福感の平均値が 3.69（標準偏差 1.13）と低いのに対し、未婚子と同居していない群の幸福感は、3.96（標準偏差 1.06）と相対的に高い。5%水準で統計的に有意な差が確認できた（F 値=5.71、ただし、表 3 のクロス表では、5%水準の有意な関連は確認できない）。以上のことから、民法上の生活保持義務のある未婚子との同居は、経済的扶養を中心とする責任が重くのしかかるために幸福感を低下させる方向に働くが、高齢者である自分たちが経済的に扶養される立場になり、また介護も期待できる可能性の高い既婚子同居の場合には、幸福感を高める方向に働くと結論づけることができる。

(2) 社会参加の諸側面と幸福感の関連について

本調査では、社会参加の多様な相について、34 の社会的な活動を示し、活動の有無、活動の頻度を質問している。本報告では、このうち「近所づきあい」、「地域の行事への参加」、「町内会・自治会の活動」、「ボランティア活動」、「シルバー人材センターなどの活動」の 5 つの活動について、幸福感との関連を分析する。

まず、近所づきあいについては、表 5 が示すように、0.1%水準で統計的に有意な差が見られ、近所づきあいが活発であるほど幸福感が高いのに対し、近所づきあいが少ないほど幸福感が低い。特に、近所づきあいを全くしていない層（25 名）は、半数弱があまり幸せでない、あるいは幸せでないと回答している。表 6-A、図 3 から分かるように、一元配置の分散分析の結果、0.1%水準で統計的に有意な差が確認できた（F 値=22.08）。この図から、近所づきあいを全くしていない場合には、著しく幸福感が低いことが明らかとなる。表 6-A から分かるように、近所づきあいを全くしていない層の幸福感の平均値は 2.68 ときわめて低い。高齢者政策的視点からも、地域保健の観点からも、こうしたいわゆる閉じこもりの層への緩やかな介入が検討されてしかるべきである。本研究の 2003 年度の研究調査デザインには、こうした層に焦点を当てることが含まれている。

第2に、地域の行事への参加については、表7から分かるように、いつもしている高齢者ほど幸福感が高いのに対し、行事に参加していないほど幸福感が低い。0.1%水準で統計的に有意な差が見られる、表8、図4から分かるように、一元配置の分散分析の結果、0.1%水準で統計的に有意な差が確認できた(F値=13.92)。地域の行事に全く参加していないサンプルは、著しく幸福感の平均値が低いことがこの図から明らかである。ただし、地域の行事に全く参加していないサンプルの幸福感は、先の近所づきあいを全くしていないサンプルほど低くはない。

第3に、町内会・自治会の活動の場合は、表9から分かるように、いつも活動している対象者ほど幸福感が高いのに対し、活動していないほど幸福感が低い。0.1%水準で統計的に有意な差が見られる。表10-B、図5から分かるように、一元配置の分散分析の結果、0.1%水準で統計的に有意な差が確認できた(F値=4.05)。町内会・自治会の活動にあまり参加していないか全く参加していないサンプルは、著しく幸福感の平均値が低いことがこの図から分かる。

第4に、ボランティア活動(社会奉仕活動)については、表11から分かるように、いつも活動している対象者ほど幸福感が高いのに対し、活動していないほど幸福感が低い。0.1%水準で統計的に有意な差が見られる。表12-B、図6から分かるように、一元配置の分散分析の結果、0.1%水準で統計的に有意な差が確認できた(F値=9.56)。すでに述べた3つの社会的活動とは異なり、平均値が逆転している部分がある。すなわち、図6が示すように、ボランティア活動を時々しているサンプルよりもボランティア活動をあまりしていないサンプルの方が幸福感の平均値がやや高くなっている。リニアな関係がないというこの結果については他の調査データと比較することが必要であろう。

最後に、シルバー人材センターなどの活動についてであるが、表13から分かるように、いつも活動している対象者ほど幸福感が高いのに対し、全く活動していないほど幸福感が低い。これは、0.1%水準で統計的に有意な差が見られる。表14-B、図7から分かるように、一元配置の分散分析の結果、0.1%水準で統計的に有意な差が確認できた(F値=9.55)。図7は、リニアな関連を示している。

シルバー人材センターなどの活動については、今後さらなる検討が必要である。というのも、すでに(1)の基本属性のところでは仕事の有無と幸福感の関連を調べた結果、相関がないことが確認されているからである。シルバー人材センターなどの活動が有意な関連を示し、仕事の有無という変数では関連を示さなかったことから、今後さらに詳細に分析することが不可欠である。具体的には、シルバー人材センターの仕事、シルバー人材センター以外の仕事、仕事なしの3つのカテゴリに分けて分析する必要がある。

(3) 社会参加のきっかけと幸福感の関係について

高齢者に対する行政施策に関して、高齢者の社会参加のきっかけを調べることはきわめて重要な政策課題である。本調査研究では、「友人・仲間のすすめ」「家族のすすめ」「区の広報」「活動団体の呼びかけ」、「新聞等の情報」、「自治会等の呼びかけ」、「個人の意思で」という7つのきっかけを想定した。また、「特にない」、「その他」という2つの選択肢も用意した。その他が16名しかいなかったことから、高齢者の社会的活動については上記の7つのきっかけでほぼ網羅されていると見てよい。また「特にない」が72名であった。上記の7つの具体的なきっかけのいずれかに回答しているサンプルは351名である。この数字を分母に、各きっかけの選択率を見てところ、以下のような結果になった(表略)。

まず7つのうちで最も多かったのは、「個人の意思で」の47.3%(166名)、以下、「友人・仲間のすすめ」の41.0%(144名)、「区の広報」の24.5%(86名)、「自治会等の呼びかけ」の22.5%(79名)、「新聞等の情報」の10.8%(38名)、「家族のすすめ」の10.0%(35名)、「活動団体の呼びかけ」の7.7%(27名)と続いている。性別に見ると、友人のすすめで女性の方が多い。他方男性の方が多いのは、家族のすすめと新聞等の情報の2つのきっかけであった。

D. 考察

既にCの(1)で示したように、既婚子との同居は幸福感を高め、逆に未婚子との同居は幸福感を低下させる。500サンプルのデータに関して、配偶者の有無が幸福感に及ぼす影響については確認できなかったが、他の研