

厚生労働科学研究費補助金（政策科学総合研究事業（政策科学推進研究事業））
分担研究報告書

Factors related subjective well-being in a middle-aged Japanese population using stratified analyses by gender

研究分担者 森山葉子 国立保健医療科学院 主任研究官
研究代表者 田宮菜奈子 筑波大学医学医療系ヘルスサービスリサーチ分野 教授

研究要旨

【背景】昨今、わが国を含めたいくつかの国で国家の豊かさを示す指標として幸福感が用いられ始め、政策に反映させる取り組みが行われている。

幸福感については、国内外で幸福感と年齢との関係はU字型を示すとされており、中高年の幸福感が最も低い。また男女間でも幸福感の程度およびそれに関連する要因が異なることが指摘されているが、具体的にどのような要因が男女別の幸福感に関連するかを示す論分はまだ少ない。そこで、本研究は、幸福感が最も低いとされる中高年を対象として、どのような要因が幸福感の程度に関連するのか、男女別に明らかにすることを目的とした。

【方法】2011年に行われたつくば市における高齢者福祉計画策定のためのアンケート調査の40～64歳の有効回答者865人（男性：3444人、女性：521人）を対象とした。0点～10点の間で回答された幸福感について、中央値が7点であったことから、8点以上を高幸福感、7点以下を低幸福感と2分し、これを従属変数とした。独立変数は、内閣府主催の「幸福度に関する研究会報告」で示された3本柱、経済的社会状況、心身の健康、関係性に基づいて、経済的社会状況：仕事、心身の健康：喫煙、規則正しい生活、睡眠、健診、疾病等、関係性：配偶者との同居、家族介護の有無を用いた。2検定を用いた単変量解析、および多変量ロジスティック回帰分析を行った。

【結果】男女別に行った多変量ロジスティック回帰分析で高幸福感と有意に関連していた項目は以下の通りである。男性は、仕事をしている、十分な睡眠、規則正しい生活、定期的な健診受診、非喫煙、複数疾患なし、配偶者との同居であった。女性は、家族介護をしていることのみが低幸福感と有意に関連していた。

【結論】本研究により、幸福感に関連する要因は性別により異なることを明らかにした。男性では、仕事をしている、健康に関連する項目、配偶者との同居が誘因に関連したが、女性では家族介護をしていることのみがネガティブに関連した。日本を含めた各国で幸福感を政策に反映させる取り組みが始まっているが、年齢や性別により幸福感に関連する要因が異なることから、これらを考慮した取り組みをすることが重要である。特に、女性においては、家族介護をしていることのみが低幸福感に関連しており、今後ますます在宅介護が推進される中、家族介護者への具体的な支援を行う必要がある。

A．研究目的

昨今、多くの国で幸福感を国家の豊かさを表す指標として利用しはじめている。これは、Easterlin が収入と幸福感は必ずし

も比例しないと述べたこと¹や、1976年にブータンがGNP（Gross national product）の代わりにGNH（Gross National Happiness = 国民総幸福量）を用い始めたことから各国に広まっていった。日本において

も、2010年にGNHが国家戦略の一つに加えられ、また、特に2011年の東日本大震災が起きて以降、心の豊かさや絆といった精神的つながりが改めて着目され、幸福感に着目した取り組みが行われ始めている。

幸福感には、いくつかの要因が関連することが言われており、年齢や性別もその一つである²⁻⁶。国内外で幸福感と年齢とはU字型の関連を示すとされており²⁻³、中高年の幸福感が最も低い。性別は、以前は女性の方が男性より幸福感が高いとされることが多かったが^{4,5}、昨今は女性の幸福感が低下しているとも言われている⁶。男女で幸福感の程度や、それに関連する要因は異なることは示されてきたが^{7,8}、具体的にどういった要因が関連するか男女別に示された研究はまだ少ない⁸。

本研究は、幸福感が最も低いとされる中高年を対象として、どういった要因が幸福感の程度に関連するのか、男女別に明らかにすることを目的とした。

B．研究方法

1．データおよび分析対象

2011年に行われた、つくば市における高齢者福祉計画策定のためのアンケート調査を用いた。調査は自記式で、市内の40～64歳の男女2000人（層化無作為抽出）に郵送し、906人（回答率45.3%）から回答を得た。有効回答者数は865（男性：344、女性：521）であり、これを分析対象とした。

2．従属変数と独立変数

調査の中に、「現在、あなたはどの程度幸せですか。」との問いを設け、「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点とした場合の点数を申告してもらい、男女ともに中央値が7点であったことから、8点以上を高幸福感、7点以下を低幸福感と2分し、これを従属変数とした。

独立変数は、内閣府主催の「幸福度に関

する研究会報告」⁹で示された3本柱、経済的・社会的状況、心身の健康、関係性に基づいて、経済的・社会的状況：仕事、心身の健康：喫煙、規則正しい生活、睡眠、健診、疾病等、関係性：配偶者との同居、家族介護の有無を用いた。

3．分析方法

男女別に、幸福感（高か低か2値）と独立変数の各要因との関連を²検定を用いて単変量解析をし、p値が0.2以下の項目を用いて、多変量ロジスティック回帰分析（ステップワイズ法）を行い、男性か女性かに有意であった項目と、重要な項目（年齢と喫煙）を用いてファイナルモデルとし、多変量ロジスティック回帰分析を行った。（倫理面への配慮）

筑波大学医学部研究倫理委員会の承認を受けて実施した（承認日：平成23年9月30日、通知番号：第23-221号）。つくば市長の許可を得て、無記名自記式質問紙調査の結果に基づく、連結不可能匿名化したデータを使用した。

C．研究結果

1．男女別幸福感の分布

男性では、高幸福感：139人（40.4%）、低幸福感：205人（59.6%）、女性は高幸福感：278人（53.4%）、低幸福感：243人（46.6%）であった。

2．短変量解析

³検定を用いた短変量解析で高幸福感と有意（ $P < 0.05$ ）に関連していた項目は、男女共に有意であったのは、十分な睡眠、規則正しい食事、規則正しい生活、配偶者との同居であり、男性のみ有意であった項目は、仕事をしている、喫煙していない、複数疾患をかかえていない、定期的な健診受診であり、女性のみ有意であった項目は、定期的な運動習慣、家族介護をしていない、であった。

3．多変量ロジスティック回帰分析

男女別に行った多変量ロジスティック回帰分析で高幸福感と有意に関連していた項目は以下の通りである。男性は、仕事をしている、十分な睡眠、規則正しい生活、定期的な健診受診、非喫煙、複数疾患なし、配偶者との同居であった。女性は、家族介護をしていることのみが低幸福感と有意に関連していた。

D．考察

本研究により、幸福感に関連する要因は性別により異なることを明らかにした。男性では、仕事をしている、健康に関連する項目、配偶者との同居が有意に関連したが、女性では家族介護をしていることのみがネガティブに関連した。

就業について、先行研究においても失業は女性より男性において心理的負担が重いとされており^{10, 11}、特に日本では男性は大黒柱としての責任が伝統的に言われていることから、中高年において仕事についていることは重要であり幸福感にも大きく関連することが考えられる。

健康と幸福感に関連があることは以前から示されており¹²⁻¹⁴特に男性の方が精神的に脆弱な部分があり、このことが過度な飲酒や喫煙につながることも指摘されており¹⁴、精神的ストレスのない幸福感の高い人は、日頃から規則正しい生活を送っていたり、喫煙をしない健康的な生活を送っていることが考えられる。

配偶者との同居と幸福感については、男性において、より関連が示されており、特にこの傾向は日本において顕著であることが言われている¹⁵。

先行研究において、家族介護をする女性の幸福感は低い⁸、男性では介護をしても自分の時間を持つことができれば、負担感を軽減させ、幸福感を低減しないことが指摘されている¹⁶。介護をしても、いかに自分の時間を持ち、ストレスや負担

感を蓄積させないか。またそうした支援をすることが必要であると思われる。

E．結論

日本を含めた各国で幸福感を政策に反映させる取り組みが始まっているが、年齢や性別により幸福感に関連する要因が異なることから、これらを考慮した取り組みをすることが重要である。特に、女性においては、家族介護をしていることのみが低幸福感に関連しており、今後ますます在宅介護が推進される中、家族介護者への具体的な支援を行う必要がある。

F．研究発表

1．論文発表

なし

2．学会発表

Yoko Moriyama, Nanako Tamiya, Nobuyuki Kawachi : Factors related to the subjects well-being by gender in middle age people – Tsukuba aging survey. The 1st International Conference on Global Aging, 2014

G．知的財産権の出願・登録状況（予定を含む）

1．特許取得

なし

2．実用新案登録

なし

3．その他

引用文献

1. Easterlin RA: Will raising the incomes of all increase the happiness of all. J Econ Behav Organ 1995, 27: 35-47.
2. Blanchflower DG, Oswald AJ: Is well-being U-shaped over the life cycle? Soc Sci Med 2008, 66: 1733-49.

3. Shishido K, Sasaki T: Happiness in Japan: A hierarchical age-period-cohort analysis based on JGSS cumulative data 2000-2010. *Japanese sociological review* 2011, 62: 336-355. (Japanese)
4. Blanchflower DG, Oswald AJ: Well-being over time in Britain and the USA. *J Public Econ* 2004, 88: 1359-86.
5. Ohtake F, Shiraishi S, Tsutsui Y. Happiness in Japan: Disparity, Employment, Family: *Nippon Hyoron Sha* 2010 (Japanese)
6. Stevenson B, Wolfers J: The paradox of declining female happiness. *Am Econ J Econ Policy* 2009, 1: 190-225.
7. Jens B, Mette D, Mette L: Time and money. A simultaneous analysis of men's and women's domain satisfactions. *J Happiness Stud* 2009, 10: 113-31.
8. Giusta MD, Jewell SL, Kambhampati US: Gender and life satisfaction in the UK. *Fem Econ* 2011, 17: 1-34.
9. The Commission on Measuring Well-being, Japan: *Measuring National Well-Being: proposed Well-being Indicators* 2011.
10. Frey BS: *Happiness. A revolution in economics*. Munich Lectures in Economics 2010.
11. Sano S, Ohtake F: Employment and Happiness. *Japanese Journal of Labour Studies* 2007, 558: 4-18. (Japanese)
12. Steptoe A, Wardle J: Positive affect and biological function in everyday life. *Neurobiol Aging* 2005, 26S, S108-S112.
13. Kageyama J: Happiness and sex difference in life expectancy. *J Happiness Stu* 2012, 13: 947-967.
14. Möller-Leimkühler AM: The gender gap in suicide and premature death or: why are men so vulnerable? *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* 2003, 253: 1-8.
15. Lee KS, Ono H: Specialization and happiness in marriage: A U.S.- Japan comparison. *Soc Sci Res* 2008, 37: 1216-34.
16. Uemura S, Sekido K, Tanioka T: Characteristics of male family caregivers in Japan and their sense of care burden. Capacity to deal with stress, and subjective sense of well-being. *Health* 2014, 6: 2444-52.