

## 2章 単身者の孤立・困窮予防のための 参加型プログラムの開発

研究分担者 村山 陽

(東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加とヘルシーエイジング研究チーム)

### 要約

孤立・困窮リスクがやや高い中高年者を対象として、社会的でない人や就労者でも参加しやすいプログラムの作成を検討している。2023年度は次の2つの研究を行った。まず、単身中高年男性の将来的な困窮や孤立の早期予防に向けて援助要請を促すことを目的として実施したオンラインプログラムのデータ解析を行った。その結果、プログラム参加により他者への不信感が軽減され、そのことが援助要請の促しにつながる影響が示された。次に、孤立・困窮問題を抱えた中高年者の支援ニーズを把握するため、生活資金の特例貸付を借受けた中高年者を対象に実施したアンケートで得たデータの二次解析を行った。その結果、対象者の半数近くが「困っているが、サポート不要」と回答し、その理由としてサポートを求めること自体に消極的・拒否的であることが認められた。これらの結果を基に、2024年度は自立相談支援機関において、窓口利用者から参加者を募りプログラムを実施することを想定している。

### A. 研究目的

日本の生活保護受給世帯は約164万世帯(2023年4月時点)、その半数にあたる約84万世帯が単身中高年者であり、その割合は増加傾向にある。特に単身男性は女性に比べて社会的孤立に陥るリスクが高く、その予防に向けたアプローチが求められている。一方で、単身男性による地域保健や介護予防等の公的サービスの利用は少なく、援助要請にも消極的であることが報告されている。こうした問題に対して、孤立・困窮リスクがやや高い中高年者を対象として想定し、スティグマを感じている人や社会的でない人、就労者でも参加しやすいプログラムの作成を目的とした。2023年度は次の2つの研究を行った。

研究1. 孤立・困窮予防を目的にしたオンラインプログラムのデータ解析

表者らは、生活困窮経験者への面接調査(Murayamaら2021)や地域在住の単身中高年者への質問紙調査(Murayamaら2022)により、単身中高年者の援助要請の抑制を促す心的要因として「他者への不信感(他者不信)」と「将来展望を諦める意識(将来諦め)」が関連することを突き止めた。これらの知見から構築したモデルを基に、単身中高年男性の将来的な困窮や孤立の早期予防に向けて、「他者不信」と「将来諦め」を軽減し、援助要請を促すオンラインプログラムの開発を目的としたパイロットスタディを実施した。本研究では、そのデータ解析を行い、

孤立・困窮問題を抱えた対象者の支援方法について検討することを目的とした。

研究 2. 経済的脆弱性が高い中高年者における援助要請の抑制要因の解明

コロナ禍に生活資金の特例貸付(以下、貸付)を借受けた経済的脆弱性が高い中高年者を対象に貸付後に実施したアンケートで得たデータの二次解析を行い、孤立・困窮問題を抱えた対象者の支援ニーズについて把握することを目的とした。

研究 1.

## B. 研究方法

1) プログラム内容：2022年3月に40-60代の調査会社Aのモニター1320人にWeb調査を行い、希望する講座内容についてニーズ把握を行った。その集計を基に、心理学、社会福祉、キャリア教育を専門とする大学教員や相談支援を行っているソーシャルワーカー、キャリアコンサルタント、ファイナンシャルプランナーと協議をしてプログラム内容を検討した。『人生100年時代、多様な生き方・働き方』を大テーマに掲げ、3つの小テーマ(働き方について、心身の健康を保つために、お金と健康の将来)を設定した。a. 講習(50分)と b. 語り合いの場(メタ認知トレーニング、グループワーク)(70分)から構成され、オンラインにより行われた。1グループは、参加者4~5人とファシリテーター1人で編成された。

2) 参加者：調査会社Aにモニター登録している40-60代の単身男性7360名を対象にスクリーニング調査(n=7360)を行い、将来諦め得点が高い者を抽出し、その中から参加意向があり、日程的に参加が可能でかつオンライン利用が可能な46名を対象とした(表1)。

3) 日程：2023年1月にプログラムを実施した。小テーマごと3回に分けて実施された。

4) 研究デザイン：クロスオーバーデザインを採用し、対象者を介入群と待機群に振分けた。プログラム実施1週間前に第1回調査(ベースライン:Time1)を行い、プログラム終了後に第2回調査(Time2)を実施した(図1)。

5) 評価項目：①プロセス評価(各プログラムの満足度等)をTime2で尋ねた。②アウトカム評価(将来諦め：将来展望抑制意識尺度(村山他, 2021)、他者不信：援助要請の心理的障壁尺度(Murayama et al, 2023)、援助要請 : General Help- Seeking Questionnaire、をTime1とTime2で尋ねた。③追跡評価：Time2から1ヶ月後に、プログラムの参加をきっかけに考えたり行動したことを尋ねた。④その他：年齢、雇用形態、精神的健康(WHO-5)、自尊感情(2項目自尊感情尺度)をTime1で尋ねた。

6) 倫理的配慮：東京都健康長寿医療センター研究所倫理委員会の承認を得て実施した(承認番号R22-049, 承認日2022年9月20日)。

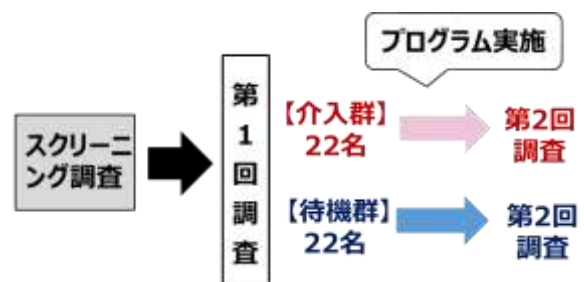


図1. 研究デザイン

**表 1. 研究 1 のプログラム参加者の属性**

	介入群(n=22)	待機群(n=22)	p 値
年齢	57.82±6.2	56.5±8.01	0.545
暮らし向き	3.73±1.16	3.64±1.00	0.782
主観的健康	2.77±0.92	2.45±0.67	0.198
WHO5得点	12.04±5.39	11.5±5.56	0.743
将来不安	8.86±2.51	8.81±2.17	0.949
将来諦め	8.09±2.81	8.77±2.09	0.366
他者不信	13±4.32	13.40±3.52	0.733
自己解決	12.13±2.69	12.5±2.34	0.636
援助要請意図	11.54±6.99	10.22±5.42	0.489

### C. 研究結果

最終的に 44 名(介入群 22 名、待機群 22 名)が参加した。ベースライン時ではいずれの評価項目において 2 群間に有意差は認められなかった(表 1)。

①プロセス評価：a. 講習および b. 語り合いの場について、3 回ともに 7 割以上が「満足した」「関心が持てた」「これからの生活に役立つ」の質問に肯定的(とてもそう思う、少しそう思う)であった。また、プログラム全体を通して「自分自身への理解が深まった」の質問に 8 割以上が肯定的(とてもそう思う、少しそう思う)であった。

②アウトカム評価：プログラムが単身中高年男性の将来諦め、他者不信、援助要請意図に及ぼす効果を検証するために、プログラム前(ベースライン)と介入群によるプログラム終了後の 2 時点についてプログラム参加(介入群、待機群)を独立変数とした二要因混合計画による分散分析を行った。雇用形態、自尊感情、社会資源、精神的健康を共変量に含めた(図 2)。その結果、他者不信について、群×時点の交互作用が認められた( $F(1, 38)=6.17$ 、 $P=0.02$ )。単純主効果検定の結果、プログラム終了後に介入群の他者不信の得点が有意に軽減した( $p<.05$ )。将来諦めと援助要請に関しては、有意な得点の変化は見られなかった( $F(1, 36)=0.07$ 、

$P=0.79$ )。次いで、プログラム参加から他者不信および将来諦めを媒介した援助要請への間接効果の有意性を検討するために、bootstrap 法による検定を行った(ブートストラップ標本数、5000、信頼区間 95%)。その結果、他者不信では有意な間接効果が確認された(95%CI: -.5826、-.0231)が、将来諦めは有意ではなかった(95%CI: -.0826、.2359)(図 3)。

③追跡評価：プログラム終了後 1 ヶ月間に、参加者の 72.7%(n=16)が「自分の後半生について考えるようになった」と答え、57.2%(n=12)が「将来の資産設計について考えるようになった」と回答した。

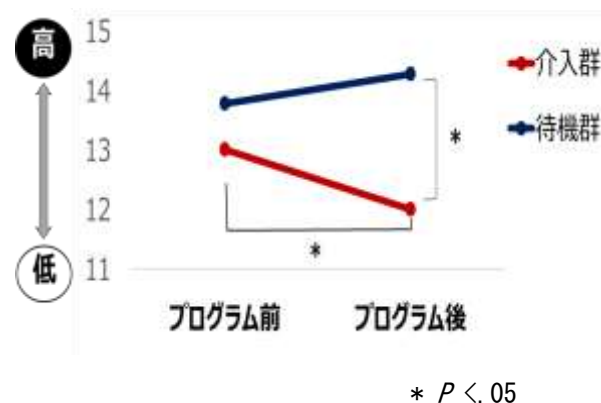


図 2. 他者への不信感の変化

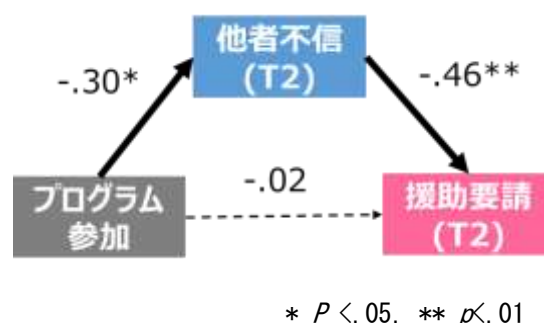


図 3. プログラム参加、他者不信、援助要請との関連

## D. 考察

参加者は、講習やグループワークを通して自分自身の理解を深めたり将来の生活について考えるきっかけになっていた。また、プログラム参加により、他者への不信感が軽減され、そのことが援助要請の促しにつながることを示された。オンライン上での語り合いの場における参加者同士の交流が“他者を信じて受け入れる意識”の向上につながったと考えられる。一方、将来諦めに及ぼす影響は認められなかった。短期間の介入では多様な課題やニーズを抱えた単身男性の将来展望を促すには不十分であった可能性がある。今後、参加者の関心の多様性を考慮し、対象者のニーズに応じた多様なコンテンツを作成すると共にそれぞれの参加者の関心に応じたグループ分けをする等の仕掛けを検討する事が求められる。プログラムの社会実装に向けてさらなる知見の蓄積が求められる。

## 研究 2.

### B. 研究方法

1) 調査の概要：2023年7月に新宿区社協が借受人 11673 人に実施したアンケートで得たデータ(n=1314)の二次解析を行った(表 2)。

2) 調査項目：項目には生活の困り事と必要なサポート・理由(複数選択)、居場所、孤立が含まれる。

3) 分析方法：性別および世帯構成別に支援ニーズの内容の割合の差を明らかにするために $\chi^2$ 検定またはFisherの直接確立検定を行った。次いで、「困っているがサポートはらない」と回答した496人を援助要請抑制者とし、その理由を基に消極的態度を抽出した。次に年(①20-40代/②50代以上)・性別に消極的態度の有無を従属変数、

困り事の数と内容(経済・健康・社会関係)、孤立・居場所の有無、世帯、就労状況を独立変数としたロジスティック回帰分析を行った。

4) 倫理的配慮：第1演者の所属先研究審査委員会の承認を得た上で共同研究契約を結んだ(承認番号:5 健イ事第 165 号, 承認日:2023年5月1日)。

表 2. 研究 2 の分析対象者の属性

		人数	割合
性別	男性	798	(60.7%)
	女性	510	(39.1%)
	不明/無回答	4	(0.3%)
年齢	20~49歳	323	(24.6%)
	50歳以上	990	(75.3%)
	不明/無回答	1	(0.1%)
世帯状況	ひとりて住んでいる	675	(51.6%)
	家族と住んでいる	485	(37.1%)
	友達と住んでいる	122	(9.3%)
	不明/無回答	27	(2.1%)
雇用状況	働いている	1029	(78.4%)
	働いていない	281	(21.4%)
	不明/無回答	4	(0.3%)

### C. 研究結果

現在必要とするサポートを見ると、世代や年代の違いに関わらず、「困っているがサポートはらない」を挙げる割合が最も高く、次いで順に「何をどうしたらいいかわからない」、「家計のアドバイス」が高かった(図 4)。50代以上男性において、「区役所などの手続きのサポート」、「法律相談の紹介」および「借金整理の紹介」、「体調、健康に関する相談先の紹介」を挙げる割合が他群に比べて比較的高かった( $p < .05$ )。

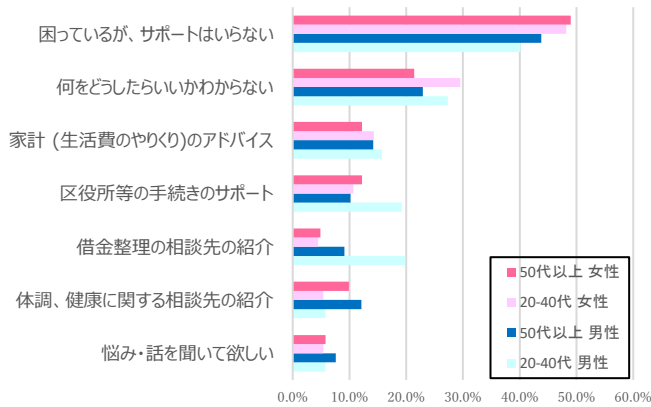


図 4. 現在必要とするサポート (n=525)

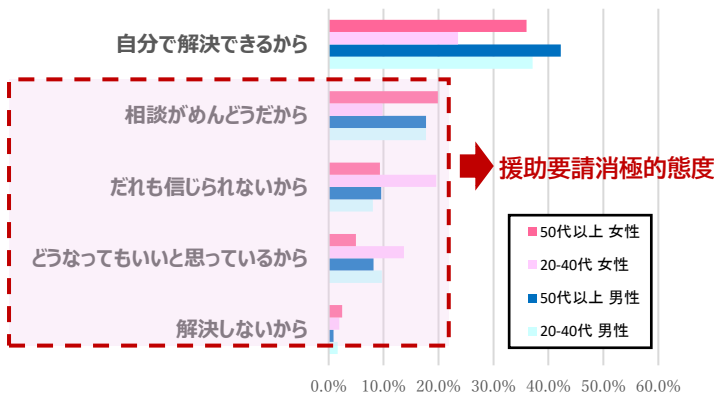


図 5. 困っているが、サポートを必要としない理由 (n=525)

次に、「困っているが、サポート不要」と回答した 525 人に対して、その理由を整理した。その結果、525 人中 150 人(30%)に、「相談が面倒」「誰も信じられない」など消極的態度が見られた(図 5)。

各年代とも男性では困り事が多いほど消極的態度であった(①OR3.4, 95%CI:1.1-10.4, ②OR1.9, 95%CI:1.4-2.5)。女性では孤立しているほど消極的態度であった(①OR21.9, 95%CI1.1-441.6 ②OR3.2, 95%CI:1.1-9.6)。50 代以上女性のみ居場所がないほど消極的態度であった(OR2.8, 95%CI:1.2-6.9)(表 2)。

表 3. 援助要請消極的態度に関連する要因

援助要請消極的態度 (高 → 消極的)	男性		女性	
	OR	95%CI	OR	95%CI
<b>20-40代</b>				
経済的困りごと	6.4	( 0.2 - 211.8 )	9.6	( 0.1 - 622.5 )
健康困りごと	1.6	( 0.1 - 17.3 )	0.8	( 0.1 - 7.2 )
人間関係困りごと	7.6	( 0.3 - 179.5 )	3.9	( 0.1 - 106.4 )
困りごとの多様性	3.4	( 1.1 - 10.4 ) *	1.4	( 0.6 - 3.3 )
居場所 (なし)	0.7	( 0.1 - 8.7 )	1.1	( 0.1 - 7.8 )
孤立状態 (1ヶ月以上)	3.1	( 0.3 - 32.3 )	21.9	( 1.1 - 441.6 ) *
<b>50代以上</b>				
経済的困りごと	2.7	( 0.6 - 11.6 )	4.8	( 1.1 - 20.7 ) *
健康困りごと	0.4	( 0.2 - 1.1 ) *	0.6	( 0.2 - 1.5 )
人間関係困りごと	1.1	( 0.3 - 3.6 )	3.0	( 0.8 - 11.1 )
困りごとの多様性	1.9	( 1.4 - 2.5 ) **	1.1	( 0.8 - 1.5 )
居場所 (なし)	1.4	( 0.6 - 3.1 )	2.8	( 1.2 - 6.9 ) *
孤立状態 (1ヶ月以上)	2.3	( 1.0 - 5.5 )	3.2	( 1.1 - 9.6 ) *

\*  $P < .05$ , \*\*  $P < .01$

## D. 考察

50 代以上男性では、他群に比べて「区役所などの手続きのサポート」、「法律相談の紹介」および「借金整理の紹介」、「体調、健康に関する相談先の紹介」を必要な支援ニーズとして認識していることが明らかになった。一方で、対象者の半数近くが「困っているが、サポート不要」と回答しており、その理由としてサポートを求めること自体に消極的・拒否的な態度であることが認められた。

こうした援助要請に消極的な脆弱層への対応が喫緊の課題であり、中高年女性では「経済的困りごと」に配慮した対応、男性では困り事の整理と明確化および健康に関わる支援が消極的な援助要請態度の転換に有効であることが認められた。さらに、中高年女性では人とつながれる場所や機会の提供が援助要請態度の変化に有効であることが示唆された。

## E. 結論

2023 年度：孤立傾向の高い単身中高年男性を対象にした援助要請を促すためのオンラインプログラムを実施したところ、他者不信の軽減が認められ、さらにそれが援助

要請の促進につながる可能性が示唆された（研究1）。経済的脆弱性が高い中高年者を対象に実施したアンケート調査の二次解析を行ったところ、対象者の半数近くがサポートを求めること自体に消極的・拒否的な態度であり、特に中年男性では困り事が多いほど援助要請に消極的であった（研究2）。

2024年度計画：連携体制を構築してきた都内2つの自立相談支援機関において、窓口利用者から参加者を募りプログラムを実施することを検討している。プログラムの効果の評価として、参加者の他者不信や将来展望、援助要請の心理的障壁に関する尺度得点の変化を参加前後で比較する。また、職員へのヒアリングに基づき、運営面での課題を明らかにする。

## F. 研究発表

### 1) 論文発表

なし

### 2) 学会発表

村山陽, 山崎幸子, 長谷部雅美, 山口淳, 小林江里香：単身中高年男性からの援助要請を促すためのオンラインプログラムの開発と評価. 日本心理学会第87回大会, 神戸国際会議場・神戸国際展示場3号館（神戸市）, 2023, 9.15-9.17.

## 引用文献

(1) Murayama, Y et al. (2021). How single older men reach poverty and its relationship with help-seeking preferences. *Japanese Psychological Research*, 63, 406-420.

(2) Murayama, Y et al. (2022). Psychological Factors That Suppress Help-Seeking among Middle-Aged and Older Adults Living Alone. *International journal of environmental research and public health*, 19, 10620.