

厚生労働科学研究費補助金(認知症政策研究事業)

分担研究報告書

新たな診断後支援の形態としてのリロケーション後の支援の探索研究

研究分担者 山下真里

東京都健康長寿医療センター研究所 自立促進と精神保健研究チーム

准主任研究員

研究要旨

高齢期の転居は、配偶者との死別、健康状態の変化、経済的困難、住宅事情などを背景として生じることが多く、既存の社会関係の断絶を伴いやすい。その結果、独居高齢者では社会的孤立や精神的健康悪化の危険性が高まる。一方、日本の地域支援システムは本人からのアクセスを前提とすることが多く、自立した高齢者ほど支援からこぼれ落ちやすい。本研究では、高齢期の転居直後という「社会関係が再編される可塑的時期」に着目し、地域との接続を支援する「ウェルカムプロジェクト」のフィージビリティを検討するとともに、その知見をもとに大規模研究のスタディプロトコルを構築した。

研究フィールドは UR 賃貸住宅高島平団地とし、65 歳以上の独居転入者を対象とした。介入は、①研究スタッフによる挨拶同行、②住民ボランティアとの交流会参加支援、から構成した。CASP-19、WHO-5、LSNS-6 等を用いた質問紙調査に加え、介入記録の質的分析を行った。

フィージビリティスタディでは、心理的・社会的脆弱性を有する高齢者ほど介入を希望する傾向がみられた。挨拶同行では、「一人では行きづらかった」「安心した」といった語りが得られ、同行者は「中の人」と「よそ者」の中間的存在として、地域参入時の心理的緩衝材として機能していた。また、交流会では、生活情報の共有だけでなく、「どこで過ごせばよいか」「居場所がほしい」といった孤独感や関係形成ニーズが表出された。さらに、サイコーシスが疑われる対象者や再転居に至る対象者も確認され、転居後初期が精神保健上不安定な時期であることが示唆された。

これらの知見を踏まえ、介入内容、アウトカム、実施体制、統計解析計画等を整理し、SPIRIT および TIDieR ガイドラインに準拠した大規模研究のスタディプロトコルを作成した。高齢期の転居は、社会的孤立の契機であると同時に、適切な支援によって新たな社会関係を形成し得る介入可能な時期である可能性が示唆された。

A. 研究目的

高齢期の転居は、配偶者との死別、経済的

困難、健康状態の変化、住宅事情などを背景

として生じることが多く、既存の社会関係の

断絶を伴いやすい。その結果、転居後の高齢者は社会的孤立や孤独、精神的健康の悪化に陥る危険性を有する。一方、日本の地域支援システムは本人からのアクセスを前提とすることが多く、自立して生活している独居高齢者ほど支援からこぼれ落ちやすい。本研究では、高齢期の転居直後という「社会関係が再編される可塑的な時期」に着目し、地域との接続を支援する介入モデル「ウェルカムプロジェクト」のフィジビリティを検討するとともに、その知見を基盤として、大規模研究に向けたスタディプロトコルを構築することを目的とした。

B. 研究方法

研究フィールドは、東京都板橋区のUR賃貸住宅高島平団地とした。本団地は1970年代に建設された大規模団地であり、高齢化率が高く、毎年多くの高齢独居者が転入している地域である。研究は東京都健康長寿医療センター研究所の地域拠点「高島平ココからステーション」を中心に実施した。

フィジビリティスタディでは、65歳以上の独居転入者を対象に、本人希望に基づく準実験的デザインを採用した。介入内容は、①研究スタッフによる「引っ越し挨拶同行」、②地域住民ボランティアとの交流会参加支援、の二本柱で構成した。挨拶同行では、スタッフが対象者とともに近隣住戸を訪問し、転入時の挨拶を支援した。交流会では、地域生活に関する情報共有や住民交流の場を提供した。

評価指標として、CASP-19、WHO-5、PHQ-2、LSNS-6、対人交流頻度、社会参加頻度等を用いた。また、介入記録を質的に分析し、転居後の生活再構築過程や支援ニーズを探索した。

これらの知見を基盤として、国際誌 BMC Public Health に投稿したスタディプロトコルでは、準実験的比較研究として研究デザインを整理した。対象者の登録手順、介入フロー、アウトカム指標、実施体制、倫理的配慮、統計解析計画を明確化し、SPIRIT および TIDieR ガイドラインに準拠したプロトコルを作成した。

本研究は東京都健康長寿医療センター倫理委員会の承認を得て行った。

C. 研究結果

フィジビリティスタディでは13名が研究参加に同意し、うち10名が介入群、3名が対照群となった。介入群は平均年齢が高く、女性が多く、CASP-19、WHO-5、LSNS-6などの指標はいずれも対照群より低値であり、心理的・社会的脆弱性を有する者ほど介入を希望する傾向が示唆された。

挨拶同行では、「一人では行きづらかった」「一緒に行ってもらえて安心した」といった語りが多く得られた。同行者は単なる支援者ではなく、「地域住民でも完全な外部者でもない中間的存在」として機能し、新参加者がコミュニティへ参入する際の心理的緩衝材となっていた。また、挨拶同行を契機として、医療機関、買い物、金融機関、ごみ出しルール等に関する生活上の困りごとが自然に表出された。

交流会では、「どこで日中を過ごせばよいか」「友人とお茶をできる場所はあるか」といった問いが共有され、単なる情報収集にとどまらず、新たな地域における居場所や関係性を模索する過程が観察された。さらに、サイコシスが疑われる対象者や、短期間で再転居に至る対象者も確認され、転居後初期が精神保健上きわめて不安定な時期である

ことが示唆された。

これらの結果を踏まえ、介入内容、アウトカム、対象者導線、支援体制を再整理し、より大規模な準実験研究として実施可能なスタディプロトコルを作成した。

D. 考察

本研究により、高齢期の転居直後は社会的孤立が顕在化しやすい危機的時期である一方、適切な介入によって新たな社会関係形成を促進し得る「介入可能な時期」であることが示唆された。特に重要であったのは、「中間的存在」の役割である。地域拠点スタッフや住民ボランティアは、「支援者／被支援者」「中の人／よそ者」という境界を緩衝し、転入者が地域へ接近する際の媒介的役割を果たしていた。

また、転居後の高齢者は、単に孤独であるだけでなく、引っ越し後の片づけ、医療機関の変更、生活インフラへの適応など、多数の課題を同時に抱えていた。そのため、地域との関係形成は「重要ではあるが後回しにされやすい課題」となっていた。これは、本人が関係形成を望まないのではなく、生活再建に必要な認知的・身体的余力が不足している可能性を示している。

さらに、本研究では、地域精神保健的支援を必要とする対象者が一定数含まれていた。転居を繰り返す高齢者やサイコーシスを背景にもつ者への継続的支援の必要性が示唆され、コミュニティ支援と専門支援を接続する多層的支援体制の重要性が明らかとなった。

E. 結論と今後の課題

本研究は、高齢期の転居を社会的孤立の契機としてのみではなく、新たな社会関係を構築する契機として捉え直し、その初期段階への介入可能性を示した。挨拶同行や交流

会は、地域との接続を支援する実践として一定の実施可能性を有し、心理的・社会的脆弱性を抱える高齢者への早期介入として機能し得ることが示唆された。

また、本フィージビリティスタディの知見を基盤として、介入内容、評価指標、倫理的配慮、実施体制を体系化した大規模研究のスタディプロトコルを構築することができた点に意義がある。

一方で、本研究は小規模かつ短期間の探索的研究であり、統計学的検証には限界がある。今後は、より大規模な対象集団を用いた縦断的研究を実施し、ウェルビーイング、社会的孤立、地域定着、精神的健康への中長期的影響を検証する必要がある。また、地域包括支援センター、UR、自治体、精神保健専門職との連携を強化し、地域社会へ持続的に実装可能な支援モデルへ発展させていくことが課題である。

F. 研究発表

1. 論文発表

Yamashita M, Edahiro A, Nishi M, Okamura M, Kugimiya Y, Sakurai H, Nagano N, Ito K, Okamura T. Supporting community integration and wellbeing after relocation among older adults living alone: a study protocol for the welcome project in Japan. *BMC Public Health*. 2025 Nov 19;25(1):4038. doi: 10.1186/s12889-025-25387-0. PMID: 41257754; PMCID: PMC12628900.

2. 学会発表

なし

G. 知的財産権の出願・登録状況

(予定を含む.)

1. 特許取得

該当なし

2. 実用新案登録

該当なし

3.その他