

平成 30 年 6 月 22 日現在

機関番号：37116

研究種目：若手研究(B)

研究期間：2015～2017

課題番号：15K20817

研究課題名(和文)60歳代の社会的役割に基づく健康支援プログラムの構築

研究課題名(英文)Construction of health support program based on the social role of 60s

研究代表者

仲野 宏子(NAKANO, Hiroko)

産業医科大学・産業保健学部・講師

研究者番号：70625889

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,900,000円

研究成果の概要(和文)：役割別の健康状態を明らかにするために、プロダクティブ・エイジングの概念により、就労、孫、介護の活動別に健康状態について検討した。A町の60～69歳全数を対象に無記名の自記式質問紙調査を実施した。就労は、60歳時から69歳時にかけて半減していた。就労群は、慢性疲労の訴えが高く、健康意識と就労の有無に関連がみられた。孫の世話群は、疲労感の訴えが低く、健康意識が良い者の割合が高かった。介護は、男女ともに疲労感が高く、特に精神的な面の訴えが高かった。健康管理の面や高齢期の社会参加の視点からも、生活の移行期には、長期的視点において、生活スタイルをスムーズに移行ができるような健康支援が重要である。

研究成果の概要(英文)：For the health condition by roles, we performed an unsigned self-administered questionnaire survey for 60-69 year old in "A" town. Employment occupying a large proportion in the role is reduced by half from the age of 60 to 69, and from the viewpoint of health management and social participation in the transition period of life. The support is important for smooth migration in life styles.

In the working group, complaints of chronic fatigue were high, relating to health consciousness and employment. Their grandchildren care group was low in complaints of feeling of fatigue and many opportunities to go out. Nursing care group were high, especially in a spiritual appeal. Further enhancement of support for spiritual aspects of caregivers is necessary.

研究分野：看護学分野

キーワード：60歳代 社会的役割 プロダクティブな活動 健康意識 疲労感

1. 研究開始当初の背景

世界でも類を見ないスピードで高齢化への直面を背景に、政府は2016(平成28)年、「ニッポン一億総活躍プラン」や「人生100年時代を見据えた経済社会の在り方」など高齢化を背景に様々な構想が示されている。

健康日本21(第二次)では、高齢者の健康づくりの目標の一つに、「高齢者の社会参加の促進」が示され、高齢者が役割をもちながら、社会参加を促すことで健康増進を支援すると示されており、社会的役割と健康状態について検討することのニーズは高いと言える。

高齢者の役割を考える上で、重要なのがプロダクティブ・エイジングの概念であると言える。「プロダクティブ・エイジング」とは1976年、ILC米国理事長のロバート・N. バトラー博士が提唱した「高齢者は生産的(プロダクティブ)である」という考え方で、「エイジズム(高齢者差別)」に対する反論として提唱されたものであり、高齢者は社会的に意味のある貢献や生産的な活動を多くしているし、行う能力を持っているとするものである^{1,2)}。高齢者が生産的であるという主張の根拠として、有償労働(就労)だけでなく、家事や介護、育児、ボランティア活動などの無償労働に目を向けるべきであると、バトラーは指摘している。

超高齢化社会を迎える現代こそ、プロダクティブ・エイジングは単なる理念ではなく、少子高齢社会の現実的な対応策として実現していかなければならないものとなり、少子化による生産年齢人口の減少に対応するため、高齢者も就労やボランティア活動などをして、できるだけ社会を支える側となること、これらの活動を通して健康を維持し、介護や医療の費用負担を軽減したいという取組みは喫緊の課題であると言える。

高齢者の健康課題の検討にあたり、わが国人口構成の際立つ特徴は、いわゆる「団塊世代」(1947~49年生まれ)と「団塊ジュニア」(1971~74年生まれ)の占める割合が高いことである。人口構成上、10歳別構成割合では、最も多くを占める60歳代が、今後10年以内に後期高齢者になることとなることから60歳代が社会に与える影響は大きいと言える。

これらのことから、人口構造上大きな集団であり、かつ心身や環境の変化も大きいと考えられる地域在住の60歳代の健康状態を具体的に把握することは、今後の高齢者の健康増進の施策検討の根拠となり得ると考える。
[引用文献]

1) Sherraden, M, Morrow-Howell, N, Hinterlong, J. et al. Productive aging: Theoretical choices and directions. Johns Hopkins University Press 2001:260-284

2) 23) ロバートバトラー, 岡本祐三訳. プロダクティブ・エイジング. 東京: 日本小論社, 1998:1-46

2. 研究の目的

高齢者の健康課題を検討するにあたり、人口構成上大きな集団である60歳代のプロダクティブ活動や健康状態を詳細に把握することは、高齢者の健康課題を検討する上で、施策検討時の基礎的な資料となり得ると考える。そこで、本研究では、地域在住の60歳代を対象に、プロダクティブな活動別に健康状態を検証する。さらにプロダクティブな活動を行っている者を対象に、対象者が実感している疲労感と関連する要因を明らかにすることで、そのような活動が継続できるような支援のあり方について示唆を得ることを目的とする。

3. 研究の方法

調査協力を得られたA町の要介護認定者を除いた60-69歳の男女4,970名を対象に郵送法による無記名自記式質問紙調査を実施した。

調査内容は、対象者の属性は、年齢、就業の有無、就労の日数を尋ねた。孫の世話については、世話している孫の属性、日常生活の世話の内容について尋ねた。介護は、家族の介護の有無、介護者の区分(要支援・要介護)を尋ねた。ライフイベントの把握のために3年前(平成25(2013)年)との生活や役割の変化についてと3年間に起こった生活の変化について尋ねた。

身体的状況として持病、定期的な通院の有無(以下、通院と記す)、健康意識は、国民生活基礎調査項目と同様の5段階とした。健康づくりでは、Breslow L.の7つの健康習慣を参考に尋ねた。

社会・環境的状況として習い事・ボランティア等による定期的な外出の有無(以下、定期的外出と記す)、日常生活の経済的な暮らし向きについてとした。

健康状態の把握は、蓄積的疲労徴候調査(以下CFSIとする)を修正した尺度を使用した。本来、蓄積的疲労徴候調査は、就労者を対象とした尺度であるため、60歳代に使用するために、就労に関する質問項目を尺度作成者に相談し、就労に関する項目を除外した「日常生活と健康調査」と示された尺度を使用した。尺度の妥当性の検討のために、確認的因子分析を行い、適合度を確認した。信頼性の検定においても、係数0.9と高い信頼性が維持され、応答結果のパターンも越河らが把握していた55歳以上のパターンと類似していたことから使用可能とした。

分析は、記述統計とCFSIの結果は、性別の分析が必要であることから、以下の分析は、全て性別に行い、性による影響を除いて²検定法にて分析した。

60歳代の役割と健康状態の分析は、記述統計を算出分析し、活動別の健康状態は、上記の手順で分析した。「日常生活と健康調査」は、CFSIと同じく、8つの特性(「身体不調」「一般的疲労感」「慢性疲労徴候」「不安感」

「抑うつ感」「気力の減退」「イライラの状態」「意欲の低下」)別に、各特性別に一人当たり平均何個の「訴え数」があったかを%で示す平均訴え率を算出した。次に、尺度作成者が示す CFSI 基本平均訴え率と対象集団の CFSI 基本平均訴え率をレーダーチャートで比較し全体を描く模様を確認した。

各活動に関連する要因を把握するために、各活動の有無別に関連する要因を 2 検定にて検討し、各活動の有無を従属変数として二項ロジスティック回析(強制投入法)にて分析した。投入に際して、多重共線性の確認は、相関係数 $r=0.9$ 以上の項目が無いことを確認して投入した。

平成 27 年度は、社会的役割に関する文献検討を行い、社会的役割の枠組みにプロダクティブ・エイジングの概念に基づき検討することとした。中高年の健康状態に関する文献検討を行い、研究の概念図の検討を行った。また、調査協力自治体との調査内容の検討等の準備を進めた。

平成 28 年度は、調査協力が得られた自治体にて質問紙調査を実施し、集計、分析を行った。

平成 29 年度は、集計分析と成果発表を行った。

4. 研究成果

(1) 回収結果

回収 2,052 名のうち、記入欠損を除く 2,032 名(40.8%)を分析対象とした。図 1 の通り、各活動別に分類をした。

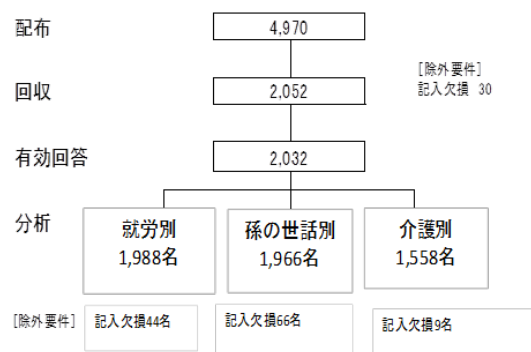


図 1 分析対象者の選定

(2) 60 歳代の役割

就労、孫の世話、介護の役割がありと回答した者の割合は、図 2-1、2-2 の通りであった。就労は、加齢と共に減少しているが、孫の世話、介護は年齢に関係なく、一定の割合の者がいる(孫の世話あり、介護あり)と回答していた。

(3) 日常生活と健康状態に関する平均訴え率

8 つの特性別に平均訴え率を算出し、レーダーチャートにて基本平均訴え率と比較した。応答パターンは、男女共に、一般的疲労

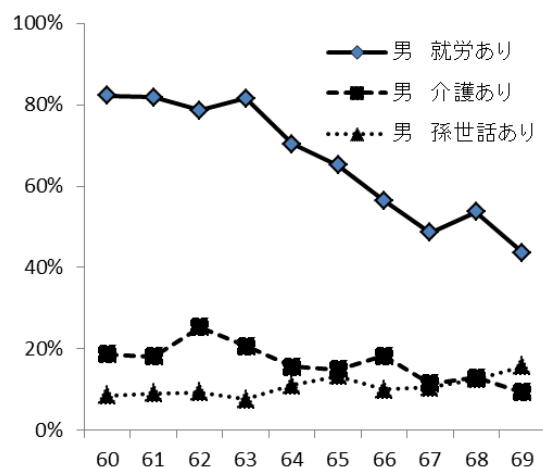


図 2-1 各活動ありの割合 男

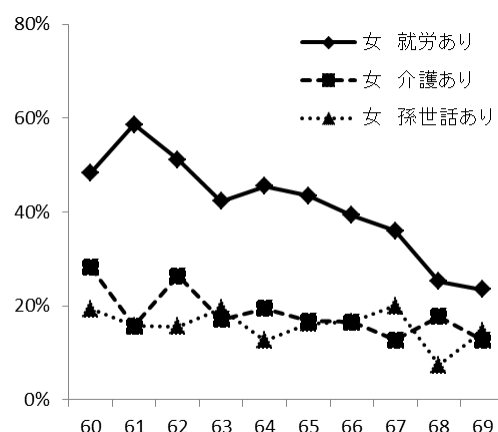


図 2-2 各活動ありの割合 女

感(身体的な負荷)が基準平均訴え率より高く、男女共に慢性疲労が低くなっていた。本調査分では、70%タイルを超えるような訴えが高い特性は無かった。

(4) 役割別の身体的な状況

男の就労の有無は、健康意識に有意な差がみられ、未就労群に、持病ありが多くみられた。男の孫の世話別、介護別では、持病等に有意な差はみられなかった。

女の就労群は、持病、不眠、健康意識に有意な差がみられた。孫の世話あり群は、定期的外出が多かった。介護別では、持病等に有意な関連がある項目は無かった。

日常生活と健康状態に関して、CFSI 各 8 特性に基づき平均訴え率を算出した。次に役割別の特性を検討するために、平均訴え率が基準未満、基準以上で群別し、²検定で分析した。

男の就労別では、就労群は慢性疲労の訴えが多く、未就労群は、意欲の低下の訴えが高かった。それ以外にも未就労群の方が、気力減退、抑うつ感の訴えが高い結果であった。

女の就労別では、不安感、抑うつ感、未

就労群に高く、慢性疲労は、就労群が高かった。女は、孫の世話別で有意な差はなかった。介護別では、一般的疲労感、慢性疲労、イライラの状態が介護あり群に高く、それ以外に不安感、抑うつ感の訴えも高かった。

健康づくりでは、男の就労別では、暮らし向きに有意な差が見られた。孫の世話別では、世話あり群の方が運動習慣等いずれの項目でも取り組みがある者が多く睡眠時間も長かった。介護別では有意な差はなかった。女は、就労別で運動、朝食、気分転換をする時間、健康づくりへの取り組みに有意な差が見られ、いずれも未就労群の方に取り組みが多かった。孫の世話、介護別では、暮らし向きに有意な差がみられたが、それ以外に有意な差は無かった。

(5) 役割の有無と関連する要因の検討

²検定にて役割の有無との比較分析を行った結果、有意な関連が認められた変数($P < 0.1$)を独立変数、役割の有無と各従属変数に関連をしていると考えられる持病を加えて従属変数とする二項ロジスティック回帰分析を就労、孫の世話、介護別の性別に実施し、各独立変数に有意に関連する要因について検討した。多重共線性は、相関係数を算出して、 $r > .90$ となるような相関の高い変数の組み合わせの有無を確認の上、投入した。

就労においては、健康意識のオッズ比(以下ORと記す)は2.12(1.277-3.542)、慢性疲労のOR 3.452(2.167-5.498)、意欲の低下OR 0.324(0.213-0.492)、年齢OR 0.795(0.751-0.842)であった。

孫の世話別は、意欲の低下が、OR 0.551(0.305-0.995)であった。介護別では、年齢がOR 0.925(0.870-0.985)であった。

女の就労には、健康意識OR 2.732(1.718 - 4.345)、慢性疲労OR 1.596(1.154 - 2.207)、持病OR 0.673(0.514 - 0.882)の関連がみられた。

女の孫の世話には、定期的外出OR 1.483(1.049 - 2.098)で、介護は、年齢OR 0.913(0.865 - 0.965)、一般的疲労感OR 1.467(1.031 - 2.086)、不安感1.663(1.178 - 2.348)であった。

上記の結果より、男女共に就労には、慢性疲労と健康意識が関連していた。また、持病も男女共に就労との関連がみられることが把握された。男の就労群は、暮らし向きが良い者が多いが、女は暮らし向きとの関連は見られなかった。未就労群の特性は、持病がある者の割合が高く、男女共に精神的な訴えが多いことが明らかになった。

女の未就労群は、不安感、抑うつ感などの気訴えが高いが、健康づくりを行っている者が就労群より多いことも把握された。女は、就労が無い場合は、自分の時間が比較的作りやすく、健康づくりに積極的に取り組めるとも考えられる。

就労を継続していくことは、定期的な外出の機会が増え、規則正しい生活リズムを保持することが健康維持につながり、高齢者の生存を維持するために意義が大きいとされる。本調査も就労は意欲の低下と負の関連を示すなど、就労あり群の方が精神的な訴えが低いことが示された。

孫の世話別では、男は、意欲の低下が負の関連を示した。女は、孫の世話による疲労感の関連は無く、孫の世話無し群の精神的な訴えが高いことが把握された。

介護別では、男女共にイライラの状態が介護群に高いことが明らかになった。

先行研究では、介護者には不眠、腰痛、高血圧がある者が多かったが、本研究ではそれらの特性は見出せず、むしろ「くつろぐ時間がない」「このごろ全身がだるい」「心配事がある」「一人きりでいたいと思う」などの訴えが多くみられた。慢性的な疲労と精神的な訴えが高いことと、男女共に介護群は気晴らしの行動がとりづらいとする先行研究からも、介護者が心身の不調を溜めてしまう過程が推察される。介護保険が施行されて25年以上が過ぎているが、未だに介護者の負担が大きく、健康状態への支援が必要であることが把握された。

(6) 本研究の研究意義

第一に60歳代の就労、孫の世話、介護の三つのプロダクティブな活動の現状を明らかにしたことである。

第二にプロダクティブな活動別の疲労感について明らかにしたことである。就労群の身体的疲労感や介護群の心身の疲労感への介入の必要性が示唆された。

第三に活動を行っていない者の疲労感の訴えが高いこと示唆された。このことから、活動が無い者への具体的な把握等の検討が必要であることが明らかになった。

5. 主な発表論文等

(研究代表者には下線)

[雑誌論文](計1件)

仲野 宏子, 長弘 千恵, 猪狩 明日香, 道面 千恵子, 齊藤 ひさ子, 小笹 美子. 60歳代祖母による孫の世話の状況と疲労との関連. 日本地域看護学会誌 19(1)14-23(2016) 査読有.

[学会発表](計6件)

Hiroko Nakano, Chie Nagahiro, Sachiko Ikeda, Yoshiko Ozasa. On the Physical Characteristics of Work in the age of 65-69 Males for Three-Years Period; Residents living in the a Region of Japan. The 21st EAFONS & 11th INC. (Seoul, KOREA)2018. /1/11-12

仲野宏子, 長弘千恵, 池田佐知子, 小笹美

子 .65-69 歳男性就労者の健康状態について
日本地域看護学会第 20 回学術集会(大
分)2017/8/5-6

Hiroko Nakano, Chie Nagahiro, Yoshiko
Ozasa. Physical fatigue characteristics
by social role among people in their
sixties2016.The 3rd KOREA-JAPAN Joint
Conference on Community Health
Nursing. (Pusan.KOREA)2016/07/1-2

仲野宏子, 長弘千恵 . 就学前の孫の子育て
を支援する祖父の蓄積的疲労徴候と関連す
る要因 . 第 35 回日本看護科学学会学術集会
(広島) . 2015/12/5-6

仲野宏子, 長弘千恵, 小笹美子 . 子育てを
支援する 60 歳代祖父母の蓄積的疲労徴候と
関連する要因 - 男女別の検討 - . 第 74 回日
本公衆衛生学会総会(長崎)2015/11/5

Hiroko Nakano, Chie Nagahiro, Yoshiko
Ozasa. Physical Condition and Related
Factors of Grandmothers in their 60s
Involved in Childcare. The 6th ICCHNR
Conference. (Seoul, KOREA) .2015/8/19 -21

6 . 研究組織

(1)研究代表者

仲野宏子 (NAKANO, Hiroko)
産業医科大学・産業保健学部・講師
研究者番号 : 70625889