様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　４ 年　６ 月　８ 日現在

機関番号：３７１１６
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2018～2021
課題番号：１８Ｋ１０５６４

研究課題名（和文）60歳代の社会的役割と健康状態に関する縦断的検討

研究課題名（英文）A longitudinal study of social roles and health status in the 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）　　3,300,000円

研究成果の概要（和文）：　本研究は，地域在住の60歳代の社会的役割別と健康状態の実態を明らかにすることを目的に質的調査と量的縦断調査を行った．その結果，60歳代における役割の変化は多様であり，それまでの人生経験から自分なりの健康管理の方法を見出している場合も多く，性別では，男性は女性に比べて健康増進行動が少なく，生きがい意識が低いことが明らかになった．60歳以降では，社会的役割は就労が多いが日数等は多様であること，男性ではボランティア有り群の健康状態が良好であることが明らかになった．60歳代への健康づくりの支援では，今までの生活歴を丁寧に把握し，新たな役割に応じた多様な支援が必要であると言える．

研究成果の学術的意義や社会的意義
　60歳代を対象とする中で自治体における調査では30～70歳代の調査も実施できたことで，より具体的に60歳代の特徴を明らかにすることが可能となった．心身の健康状態が悪化するとされる70歳代を前に，60歳代における健康づくりは重要である．多様な変化を経験する60歳代の時期に，個別性に応じた支援によりセルフケア能力を高めることは，健康寿命の延伸に寄与するものと推察される．

研究成果の概要（英文）：This study conducted a qualitative and quantitative longitudinal survey to clarify the actual status of social roles and health status of people in their 60s living in the community. The results showed that the social roles of people in their 60s varied, and that many of them had found their own health management methods based on their life experiences. In the support for health promotion for people in their 60s, it is necessary to carefully understand their life history and to provide various types of support according to their new roles.

研究分野：公衆衛生看護学

キーワード：地域在住者　60歳代　社会的役割

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

１．研究開始当初の背景

高年齢者雇用安定法の改正に伴う65歳まで就業する者の増加や年金受給開始年齢の引き上げに伴い，60歳代の役割は多様化している．健康日本21第二次計画では，高齢者の健康づくりの方策として，社会参加を促すことで健康増進を支援すると示されている．高齢者の就労は，雇用側の示す条件と就業者のニーズのズレ等の課題を抱えているとされ，退職シニアの社会参加の検討においては，多様な選択の可能性を示すことの重要性が指摘されている．先行研究では，高齢者の役割と健康づくりには，健康度に応じたシームレスな社会参加の維持が提唱されており，それらの根拠は，どのような役割でも，社会参加がその後の健康維持や生活機能低下の予知因子になると述べられている．高齢者の役割として，複数の役割が想定される中，複数の役割を包括的に捉えた国内の報告は，数件しかみられない．

高齢期の健康づくりには役割を通じた健康づくりが欠かせず，特に60歳代は，就労や家庭内において様々な役割の変化に直面する世代と言える．しかし，複数の役割を想定した検討は少なく，必ずしも十分とはいえない．そこで本研究では，60 歳代地域在住者の社会的役割と健康状態との関連を明らかにすることを目的とした．本研究にて，社会的役割と健康状態との関連が明らかになることは，高齢者世代が健康状態良好で，社会の支え手として活躍し続けながら健康状態を維持することの検討の一助になると考える．

２．研究の目的

本研究の目的は，地域在住の60歳代を対象としたインタビュー調査や質問紙調査により，1）社会的役割別の頻度と健康状態の実態を明らかにする，2）縦断調査により，役割の継続や変化と健康状態の関係を明らかにする．最終的には，健康寿命の延伸や介護予防の施策検討の基礎的資料になると考える．

３．研究の方法

(1) フォーカス・グループ・インタビュー

目的：社会的役割(就労・孫の世話・介護)を担っている60歳代を対象に実感している疲労感について本人の語りから明らかにし，疲労感に関連する要因や蓄積的疲労状態に至るプロセスを検討し，役割を通した健康支援についての示唆を得ることである．

方法：調査協力が得られた自治体の60歳代地域住民男性7名，女性19名にフォーカス・グループ・インタビューを実施し，質的帰納的に分析した．

(2) オンラインによる縦断調査

目的：60歳代を対象に社会的役割と健康状態に関する質問紙調査の結果を2年後の追跡調査により検討し，以下の点を明らかにすることである．

①60歳代の社会的役割別の頻度と健康状態の実態を明らかにする．（第1回調査）

②第2回調査により，役割の変化と健康状態の関係を比較する．（第2回調査）

方法：第1回調査では，オンライン調査モニターに登録した60歳代男女2,000名を調査対象とし，第2回調査では，第1回調査回答者のうちの1,200名を目標とした．調査項目は，基本属性，HPLPⅡ（日本語版健康増進ライフスタイルプロフイールⅡ），生きがい意識尺度（Ikigai9），社会的役割の状況等である．

(3) 自治体での調査

目的：地域在住の中高年を対象とした役割と健康状態について，以下の点を明らかにし，中高年世代の地域住民の保健活動の検討における基礎的資料とすることである．

①地域住民の健康増進行動と生きがい意識を明らかにする．

②中高年の社会的役割別の頻度と健康状態の実態を明らかにする．地域住民を対象とした役割と健康状態に関する質問紙調査の結果実施し，地域住民の社会的役割別の頻度と健康状態の実態を明らかにする．

方法：調査協力が得られた自治体の国民健康保険加入者のうち特定健診対象者を調査対象とする．調査項目は，(2) 縦断調査と同様とする．

①郵送調査：2020年度に発送する健診案内にアンケート用紙を同封し，返信用封筒を用いて回収した．

②検診にて調査：2020年度女性検診で調査可能な日に，検診会場内で調査用紙の配付，回収した．

４．研究成果

(1)フォーカス・グループ・インタビュー結果

60 歳代に経験する変化には，三つの基軸が抽出された．一つ目の定年退職などの【予測可能な選択的変化】では，【新たな役割に適応】するなど【時間にゆとりを感じる日々】となってい

た．役割を果たしたいとの思いは【健康管理への動機】につながり，【健康管理を継続】となっていた．二つ目の配偶者の急病などの【避けようのない変化】から生じる役割は，適応が難しく介護ストレスからの不眠など【変化に伴う戸惑い】を感じ，【時間のゆとりが無い日々】となり，【健康管理が困難】な状況につながっていた．三つ目の【加齢に伴う心身の変化】は，【健康管理への動機】につながっていた．

このような状況において【過去の経験に基づく疲労感の判断】に基づいて疲労感に対処し，帰結としては【介護に伴う疲労感】【一時的な疲労感】【疲労感無しの状態】に至っていた．

(2) 縦断調査結果

オンライン調査を 2 回実施し，追跡した対象者分析は 1270 名で，初回調査の約 6 割を追跡した．収入のある仕事の有無では，第 1 回目にありと回答した 709 名のうち 596 名（84.0%）が就労を継続していた．同様に第 2 調査/第 1 回調査で役割ありとの回答は，ボランティア 101/174 名（58.0%），孫の世話 144/227 名（63.4%），63/110 名（57.2%）であった．

第 1 回調査と第 2 回調査では，HPLPⅡ（日本語版健康増進ライフスタイルプロフイールⅡ）では，人間関係，ストレス管理にて有意な差が見られたが，それ以外では有意な差はみられなかった．生きがい意識尺度では，第 2 回目調査の方が有意に低い結果であった（表 1）．

(3) 自治体での調査結果

郵送調査は，国保健診受診対象者となる 4,784 通送付した．調査日の女性検診受診者（対象者）は，計 243 名であった．回答者は，郵送回答 608 名（12.7%），検診受診者 152 名（回収率 62.5%）であった．年齢，性別などの記入欠損を除く 768 名を有効回答者とした．

分析対象者は，男女共に健康状態が良い（とても良い・まあ良い・普通）が 8 割を超えており，毎年，検診か人間ドックを受診している者が 7 割を超えていた．HPLPⅡの合計得点の平均値では，男性 2.56（±0.36），女性 2.62（±0.38）と男性が女性に比べて有意に低く，さらに 6 領域別では，健康の意識，精神的成長，栄養，ストレス管理においても男性が女性に比べて有意に低い結果であった．生きがい意識では，総得点，生きがいⅡ，生きがいⅢにて男性が女性に比べて有意に低い結果であった．男性年齢別の合計得点では，身体活動・人間関係・栄養において年齢間での有意な差が見られた．それ以外の項目も含めて，年齢別では 70 代以降が高得点となる結果であった（表 2）．先行研究でも，高齢期に健康増進活動が活発になることが報告されている．高齢になると，疾患を有する者が多くなり，それを機に健康への関心や健康行動を取るものと推察される．女性年齢別の合計得点，身体活動，人間関係，栄養で年齢間に有意な差が見られた．女性も高齢期の年齢層の得点が高かったが，30 代での得点が高値であることも特徴であった（表 3）．30 代の回答者は，検診受診者であり，日ごろから健康意識が高いことが要因の一つと推察される．

60 歳以上を対象にした役割状況では，本人が定年退職を経験している割合は，68.7%（男性 83.4%，女性 49.8%）と多くの者が定年退職を経験しており，性差による有意な差がみられた．各役割の状況では，男女共に収入のある仕事が最も多く（男性 32.2%・女性 25.1%），次に孫の世話（男性 19.3%・女性）17.3%であったが，活動日数のばらつきは大きく，60 歳代以降世代の役割や活動日数は，多様であった．各役割の有無別の健康状態では，男性は就労の有無で，就労無し群の方が身体活動，人間関係，栄養の平均得点が高かったが，それ以外では有意な差は無かった．ボランティアの有無では，ボランティア有り群に健康増進行動が多く，全項目で有意な差がみられた．孫の世話の有無では，HPLPⅡ合計，健康意識にて孫の世話有り群で平均得点が高かった．介護では，有意な差がみられる項目は無かった．

女性では収入のある仕事と介護の有無別で，健康増進行動に差は無かった．ボランティアでは，ボランティア有り群の精神的成長で平均得点が高く，孫の世話は HPLPⅡ合計，精神的成長，ストレス管理にて孫の世話有り群の健康増進行動が多くみられた．

本研究の結果から，60 歳代における役割の変化は多様であり，それまでの人生経験から自分なりの健康管理の方法を見出している場合も多く，疲労感を判断する際に過去の大変だった時期を軸に判断していることが明らかになった．今までの生活歴を丁寧に把握し，新たな役割に応じた多様な支援が必要であると言える．

量的調査の結果からは，性別では，男性は女性に比べて健康増進行動が少なく，生きがい意識が低いことが明らかになった．60 歳以降では，男女共に家庭内外の役割は就労が多いが，日数等は多様であること，男性ではボランティア無し群に比べて有り群の心身の健康状態が良好であることが明らかになった．対象者の特性を把握したアプローチが重要である．本研究結果の一部は，現在も分析中であり，投稿の準備を進めている．

表 1　HPLPⅡ－オンラインによる縦断調査－

		第1回調査		第2回調査			
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	t 値	*p* 値
HPLPⅡ	健康の意識	2.32	0.49	2.32	0.50	-0.443	0.658
	精神的成長	2.45	0.56	2.43	0.56	1.786	0.074
	身体活動	2.05	0.71	2.04	0.70	0.938	0.348
	人間関係	2.57	0.52	2.55	0.53	2.049	0.041
	栄養	2.77	0.43	2.77	0.43	0.195	0.846
	ストレス管理	2.77	0.52	2.79	0.52	-2.098	0.036
	合計	2.49	0.39	2.49	0.39	0.657	0.511
生きがい意識尺度（「Ikigai-9」）	生きがい意識総得点	25.96	6.82	25.66	7.01	2.39	0.017

対応のある t 検定

表 2　HPLPⅡ－男性年齢別－

	男性(n=342)				
	40代 (n=21)	50代 (n=20)	60代 (n=125)	70代以降 (n=176)	*p*
HPLPⅡ　合計	2.53	2.44	2.59	2.65	0.008
健康の意識	2.43	2.43	2.54	2.50	n.s
精神的成長	2.57	2.50	2.63	2.59	n.s
身体活動	1.99	1.97	2.23	2.30	＜0.001
人間関係	1.77	1.75	1.99	2.05	＜0.001
栄養	2.68	2.67	2.84	2.89	＜0.001
ストレス管理	2.83	2.84	2.85	2.83	n.s

※未回答を除く
n.s 有意差無し
t検定

表 3　HPLPⅡ－女性年齢別－

	女性(n=426)					
	39歳以下 (n=32)	40代 (n=79)	50代 (n=44)	60代 (n=119)	70代以降 (n=152)	*p*
HPLPⅡ　合計	2.57	2.52	2.44	2.59	2.65	0.018
健康の意識	2.45	2.42	2.43	2.54	2.50	n.s
精神的成長	2.53	2.58	2.50	2.63	2.59	n.s
身体活動	2.13	1.96	1.97	2.23	2.30	＜0.001
人間関係	1.89	1.74	1.75	1.99	2.05	＜0.001
栄養	2.71	2.67	2.67	2.84	2.89	＜0.001
ストレス管理	2.77	2.84	2.84	2.85	2.83	n.s

※未回答を除く
n.s 有意差無し
t検定

表 4　HPLPⅡ－60 歳以上　男性役割別－

男性(n=342)	就労			ボランティア			孫の世話			介護		
	無し	あり	*p*	無し	あり	*p*	無し	あり	*p*	無し	あり	*p*
HPLPⅡ　合計	2.62	2.52	n.s	**2.56**	**2.86**	**0.001**	**2.57**	**2.70**	**0.031**	2.62	2.60	n.s
健康の意識	2.44	2.39	n.s	**2.42**	**2.59**	**0.022**	**2.40**	**2.61**	**0.003**	2.46	2.44	n.s
精神的成長	2.53	2.49	n.s	**2.47**	**2.87**	**＜0.001**	2.50	2.64	n.s	2.55	2.53	n.s
身体活動	**2.34**	**2.12**	**0.007**	**2.24**	**2.53**	**0.009**	2.25	2.36	n.s	2.29	2.31	n.s
人間関係	**2.08**	**1.89**	**0.007**	**2.00**	**2.25**	**0.009**	2.00	2.10	n.s	2.04	2.06	n.s
栄養	**2.82**	**2.69**	**0.018**	**2.76**	**2.96**	**0.002**	2.78	2.78	n.s	2.78	2.87	n.s
ストレス管理	2.84	2.74	n.s	**2.76**	**3.01**	**0.001**	2.78	2.88	n.s	2.81	2.86	n.s

※未回答を除く
n.s 有意差無し
クロス検定

表 5　HPLPⅡ－60 歳以上　女性役割別－

女性(n=426)	就労			ボランティア			孫の世話			介護		
	無し	あり	*p*	無し	あり	*p*	無し	あり	*p*	無し	あり	*p*
HPLPⅡ　合計	2.65	2.71	n.s	2.65	2.80	n.s	**2.63**	**2.81**	**0.036**	2.68	2.58	n.s
健康の意識	2.61	2.58	n.s	2.57	2.76	n.s	2.63	2.60	n.s	2.62	2.62	n.s
精神的成長	2.62	2.79	n.s	**2.61**	**2.96**	**0.004**	**2.60**	**2.86**	**0.013**	2.68	2.64	n.s
身体活動	2.28	2.18	n.s	2.32	2.26	n.s	2.20	2.42	n.s	2.26	2.26	n.s
人間関係	2.02	1.94	n.s	2.06	2.01	n.s	1.95	2.15	n.s	2.01	2.01	n.s
栄養	3.03	2.96	n.s	3.00	3.09	n.s	2.99	3.07	n.s	3.04	2.93	n.s
ストレス管理	2.86	2.99	n.s	2.89	2.98	n.s	**2.82**	**3.09**	**0.004**	2.88	2.90	n.s

※未回答を除く
n.s 有意差無し
クロス検定

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計0件

〔学会発表〕　計5件（うち招待講演　0件／うち国際学会　2件）

１．発表者名 Hiroko Nakano, Chie Nagahiro, Yoshiko Ozasa
２．発表標題 Thought About Caring for Their Grandchildren Among Males and Females in Their Sixties
３．学会等名 12th International Nursing Conference（国際学会）
４．発表年 2019年

１．発表者名 仲野宏子，荒木田美香子
２．発表標題 60歳代地域在住者のプロダクティブな活動と疲労感について －フォーカス・グループ・インタビューより－
３．学会等名 第8回日本公衆衛生看護学会
４．発表年 2020年

１．発表者名 仲野宏子,長弘千惠
２．発表標題 地域在住の60-72歳の健康状態について
３．学会等名 第58回全国国保地域医療学会
４．発表年 2018年

１．発表者名 仲野宏子，長弘千惠，小笹美子
２．発表標題 地域在住の60歳代の社会的役割と健康状態について
３．学会等名 第77回日本公衆衛生学会総会
４．発表年 2018年

１．発表者名 Hiroko Nakano, Chie Nagahiro, Sachiko Ikeda, Yoshiko Ozasa
２．発表標題 The fatigue feeling of employment and multiple roles
３．学会等名 The 22st EAFONS（国際学会）
４．発表年 2019年

〔図書〕　計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考
研究分担者	長弘　千恵 (Nagahir Chie) (00289498)	兵庫大学・看護学研究科・教授 (34524)	

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関