

令和 7 年 6 月 29 日現在

機関番号：34531

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2024

課題番号：18K10628

研究課題名（和文）地域医療を守るための男性退職者の健康づくりにおける自助共助感に関する研究

研究課題名（英文）The study on self-help and mutual assistance among male retirees for health promotion to protect community healthcare

研究代表者

伊木 智子（Iki, Tomomko）

関西看護医療大学・看護学部・教授

研究者番号：50331202

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）：本研究は退職後男性が「地域の担い手」として活躍できる方法を明らかにし、退職者等を中心とした認知症者の見守り・予防等、互助のコミュニティ構築を目指すことを目的とした。退職後男性の健康維持を促し、エンパワメントを高める健康づくり・認知症予防の事業を長期に行った。プログラムは実践的で、参加者同士の交流が促進する内容とした。最終的には地域において仲間や友人と実施する人が増え、地域交流を増加させる人材育成につながり、退職後男性のコミュニティ回帰を促進する基盤をつくることができた。

研究成果の学術的意義や社会的意義

退職後男性参加者の意見を反映させたプログラムを用いて実施評価していくアクションリサーチの手法を用いた。専門家によるプログラム提供から男性参加者の目線を取り入れた計画、実施、評価の繰り返しによる実際的な問題解決を図ることができた。加えて住民の主体性が芽生え、男性参加者のコミュニティエンパワメントにつながった。

共助意識を高める要因は平時からの近所付き合いが災害時の共助につながることも示唆された。保健師が地域のソーシャルキャピタルを活用し、住民の自助共助感を促進するための具体的な介入方法を提案できた。退職後男性が地域の担い手として高齢者支援、孤立予防を地域全体で支え合う仕組み構築の一助につながった。

研究成果の概要（英文）：The goal of this study was twofold: first, to identify ways in which retired men can play an active role as "community leaders"; and second, to build mutual aid communities centered on retirees and others for the care and prevention of dementia. A long-term health promotion and dementia prevention program was implemented to encourage health maintenance and empowerment among retired men, and it was designed to promote interaction among participants. Ultimately, it led to more people implementing the program with friends and peers in their communities, fostering community engagement and creating a foundation for retired men to return to their communities.

研究分野：公衆衛生看護学

キーワード：自助 共助 互助 相互扶助 退職後男性

1. 研究開始当初の背景

わが国の高齢化の進展で人口が減少し、要介護者・認知症により支援を必要とする高齢者の数が益々増加し、地域の要見守り高齢者も増加する。自治体では様々な健康づくりや認知症予防事業が行われ、企画運営は保健師を中心として行われている。しかしながら、参加者は女性高齢者が多く、定年退職後の60歳代男性の参加が少ない。そのため、厚生労働省の新オレンジプランによる認知症サポーター養成や認知症予防事業は対象が限られ効果的とは言いがたい。参加者自身が自分に適した生活と健康管理の方法を習得することで、認知症発症のリスク低減に有効であるが、参加しないことには効果はない。今後どうすれば定年退職後の男性の参加が促進されるかは課題になってくるといえよう。

退職後の男性の多くは仕事中心の生活を送ってきたことで、地域とのつながりをもっていない場合が多い。外に出る機会が少ないと社会的に孤立しやすく、心身の健康を損ねて要介護状態に陥り、認知症発症のリスクも高くなり医療経済への影響が大きい。退職後の男性は地域を支える「新たな担い手」としての活躍を期待されている。仕事で培われた潜在力を地域の認知症啓発・予防事業の活動に活かすことができるため、男性退職者のマンパワーは重要な意義をもっている。こうしたポテンシャルを地域の再生・活性化に貢献できる人材として活躍できるようなしかけづくりが必要不可欠である。

近年では団塊世代が75歳以上に到達し介護・医療費等の社会保障費の急増が引き起こされる「2025年問題」に対する評価研究も行われている。その特徴は、自治体で行われる定年退職後の男性向けに健康づくりや認知症予防の観点から、定年退職者の社会参画や地域参加を目的とした支援の必要性が示唆されている。しかしながら、これらを実証した研究はあまりみられない。本研究は、定年退職後の男性の健康維持を促す介入を先行研究の知見を参考にしながら実践、検証することで、公衆衛生看護学分野における根拠ある実践と評価に関する一資料として寄与すると考えられる。

大量退職時代を迎え、重要なコミュニティの担い手である退職者の健康維持と社会参加の必要性がうたわれている。本研究は退職後男性が健康づくりや認知症予防事業に参加するための効果的な方法を明らかにするとともに、退職後男性のエンパワメントを高めることを目指した。加えて退職者等を中心とした認知症者の見守り・予防等、互助のコミュニティを構築する観点からも有用な研究成果が期待されるものである。

2. 研究目的

本研究では、退職後の男性が地域を支える「新たな担い手」としての活躍できる方法を明らかにし、退職者等を中心とした認知症者の見守り・予防等、互助のコミュニティ構築を目指すことを目的とした。この目的を達成するために、定年退職後の男性の健康維持、エンパワメントを高めることをねらいとした健康づくり・認知症予防のための介入を試行し、実践されたプログラムの効果を量的に分析した。これらのことから、保健師が地域のソーシャルキャピタルを活用した、住民の自助共助感を促進するための具体的な介入方法を提案できたと考えられる。

3.研究方法

- 1)退職後男性は自助、共助についてどのようなイメージをもっているか、どのような取り組みをイメージするか質的帰納的分析により自助、共助の概念を整理した
- 2)自治体のA地区小地域の住民の平常時の共助感(助け合い)の状況と認識について1,475人に自記式アンケート調査を実施した。
- 3)共助意識(相互扶助)とその関連要因についてのパイロット研究を行った。
- 4)自治体において退職後男性の健康維持を促し、エンパワメントを高める健康づくり・認知症予防の事業を長期に行った。加えて、アクションリサーチの手法を用いて実践されたプログラムの効果を量的、質的に分析した。

4.研究成果

1)自助共助の概念整理

これまでの研究フィールドとして関わっている自治体との協働で実施している退職後の男性を対象とした健康づくり・認知症予防事業を展開した。事業の参加者、および連携している自治体保健師より紹介された男性高齢者14人を対象に、インタビューガイドを用いて半構造化面接を実施した。インタビュー調査は自助、共助を対象者の視点から、その概念を明らかにしていくための基礎資料を得ることを目的とした。インタビュー内容は自助、共助についてどのようなイメージをもっているか、どのような取り組みをイメージするかについてである。質的帰納的方法により過疎地域の住民の自助の認知は67文節から構成され、22カテゴリが抽出された。共助の認知は150の文節から構成され、39のカテゴリが抽出された。自助は、自分を「助ける」「守る」「コントロールする」「自分のことは自分でする」など自分を基本とした行動、姿勢であった。さらに「人と関わること」と他者との関わりから自身をコントロールすると捉えていた。共助は、自身が元気であることなど「自分が共助の基本となる」とした。「他の人を気にかける」「普段からの人間関係は支え合いをつくる」「皆が相互扶助の考え方を意識することが大切」と捉えていた。

2)共助感の状況と認識

共助(助け合い)は地域の自主的な防災対策につながることから、まずは、フィールドである自治体のA地区小地域の住民の平常時の共助感(助け合い)の状況と認識を明らかにすることを目的とした。1,475人に自記式アンケート調査を実施し高校生から高齢者まで909人から回答が得られた。特に60歳代は「見守り」についての役割認識が高く(25.8%)「見守り」の対象者は70歳代が多かった(35.5%)。加えて、災害が起こった際の避難時に声をかけなければいけない人々の存在を知っており($p = 0.023$)、防災には共助(助け合い)が必要($p = 0.035$)という結果であった。これらのことから、共助感(助け合い)の認識をもっている人は、平常時から災害時に助け合うための基盤となる関係を気づいていることが明らかになった。保健師は、平常時の保健活動において、災害時に備えるための共助感(助け合い)認識を高めることを意識した平常時から住民間の交流を促進していく必要があることが示唆された。

3) 共助意識（相互扶助）とその関連要因

共助意識（相互扶助）の認識状況

6割以上の対象者が「住んでいる地域に共助意識（相互扶助）がある」と回答した。隣人との関係が親密であるほど、共助意識（相互扶助）が高い傾向にあることが明らかになった。

共助意識（相互扶助）に影響を与える要因

家族構成、地区の治安・防災・支援への満足度、買い物の手伝いを頼めること、隣人との関係の親密さが共助意識（相互扶助）に関連していた。加えて、「お互いの家を訪問する」「通りすがりに話をする」などの交流が共助意識（相互扶助）を高める要因として重要であることが示唆された。

年齢による相違

70歳未満の住民は共助意識（相互扶助）が高く、支援者としての役割を自覚している割合が高かった。70歳以上の住民は「支えられる立場」と認識する傾向があることが明らかになった。

防災・治安への満足度と共助意識（相互扶助）の関係

地区の防災や治安に満足している住民ほど、共助意識（相互扶助）が高かった。

ロジスティック回帰分析結果

共助意識（相互扶助）に関連する要因としては、70歳未満であること（OR：1.949）、買い物を頼めること（OR：1.624）、隣人との親密な関係（OR：10.297）であった。

これらの結果から、地域住民の共助意識（相互扶助）を高めるためには、平時からの隣人との交流促進や防災・治安対策の改善が重要であることが示唆された。

4) 男性退職者のコミュニティ回帰を促進プログラム評価

自治体では退職後の男性のコミュニティ回帰を促進する基盤をつくるために、男性を対象に事業を長期におこなっている。参加者の変化はあるものの、広域な町内に分散している参加者の交流ができるようになった。事業では、参加者の交流が促進するプログラムをおこない、その効果を明らかにした。

5. 考察

プログラムは実践的で、参加者同士の交流を促進するような内容とし、地域でも仲間や友人とやってみたい人が増え、地域交流を増加させる人材育成につなげることが最終的な目的とした。さらに、自助共助の特徴を探索し明らかにするために、健康づくり推進員の研修会において、災害における自助共助について講座を行った。講座の中で行われたグループトークでは、自助、共助についてのイメージは震災などの災害を経て、社会的に広く認知されてきているものの、実際には、町内会などの共助による組織活動の取り組みが弱体化している実態や課題について把握することができた。最終的には地域において仲間や友人と実施する人が増え、地域交流を増加させる人材育成につながり、退職後男性のコミュニティ回帰を促進する基盤をつくることができた。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計1件（うち査読付論文 1件/うち国際共著 1件/うちオープンアクセス 1件）

1. 著者名 Hiromi Kawasaki, Satoko Yamasaki, Kotomi Yamashita, Tomoko Iki	4. 巻 40
2. 論文標題 Exploring mutual support awareness in Japanese communities: A pilot study	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 Public Health Nurs	6. 最初と最後の頁 105-113
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1111/phn.13137	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている（また、その予定である）	国際共著 該当する

〔学会発表〕 計8件（うち招待講演 0件/うち国際学会 0件）

1. 発表者名 Hiromi Kawasaki Satoko Yamasaki Kotomi Yamashita Mari Murakami Toshihide Koizumi Tomoko Iki
2. 発表標題 Characteristics of recognition of " Helping each other" of Residents in Depopulated Areas in Japan
3. 学会等名 7th WSDN Conference in October in Taipei, Taiwan.
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Kawasaki H , Yamasaki S , Yamashita K , Fujimoto S , Koizumi T , Iki T
2. 発表標題 Children's Conditions and Problems for Raising Mutual Aid Awareness in Community Nursing
3. 学会等名 7th WSDN Conference in October in Taipei, Taiwan.
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 Hiromi Kawasaki Satoko Yamasaki Kotomi Yamashita Mari Murakami Toshihide Koizumi Tomoko Iki
2. 発表標題 Characteristics of recognition of " Helping each other" of Residents in Depopulated Areas in Japan
3. 学会等名 7th International Research Conference of World Society of Disaster Nursing (7th WSDN).
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 伊木智子、川崎裕美 山崎智子
2. 発表標題 災害時要援護者の自助、共助の認識と原子力災害に対する支援に関する一考察
3. 学会等名 第9回日本放射線看護学会第9回学術集会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 伊木智子、川崎裕美、小出水寿英、山崎智子、高木明子、岩佐美香
2. 発表標題 男性を対象とした競技性のあるゲームを取り入れた"笑い"を引き出すプログラムの効果
3. 学会等名 第78回日本公衆衛生学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 川崎裕美、山崎智子、吹田 晋、新宅葉月、升岡優子
2. 発表標題 リストバンド型活動量計による健康行動に対する動機付け維持の可能性
3. 学会等名 第78回日本公衆衛生学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 山下琴美、川崎裕美、伊木智子、山崎智子、吹田 晋
2. 発表標題 男性農業従事者を対象とした、楽に長く歩くことをめざした健康教育の検討
3. 学会等名 第78回日本公衆衛生学会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 伊木智子、川崎裕美、山崎智子、小出水寿英、黄 焰明、高木明子、岩佐美香
2. 発表標題 男性を対象とする”笑い”を取り入れたプログラムの取り組みの評価と課題
3. 学会等名 第77回日本公衆衛生学会
4. 発表年 2018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	古川 秀敏 (Furukawa Hidetoshi) (10316177)	関西看護医療大学・看護学部・教授 (34531)	
研究分担者	小出水 寿英 (Koizumi Toshihide) (10352056)	関西看護医療大学・看護学部・准教授 (34531)	
研究分担者	山崎 智子 (Yamasaki Satoko) (20512510)	広島大学・医系科学研究科(保)・助教 (15401)	
研究分担者	森花 美和子 (Morihana Mikwako) (40769923)	関西看護医療大学・看護学部・助手 (34531)	
研究分担者	前田 則子 (Maeda Noriko) (80513184)	畿央大学・看護学部・准教授 (34531)	

6. 研究組織（つづき）

	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	川崎 裕美 (Kawasaki Hiromi) (90280180)	広島大学・医系科学研究科(保)・教授 (15401)	
研究分担者	西村 由実子(橋本由実子) (Nishimura Yumiko) (90548562)	関西看護医療大学・看護学部・准教授 (34531)	
研究分担者	臼井 香苗(春木香苗) (Usui Kanae) (50432315)	関西看護医療大学・看護学部・准教授 (34531)	

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