様式 C-19

科学研究費補助金研究成果報告書

平成 21 年 6 月 10 日現在

研究種目：若手研究（B）
研究期間：2007～2008
課題番号：19730425
研究課題名（和文）　サクセスフル・エイジングへの影響要因

研究課題名（英文）　Factors affecting to Successful Aging

研究代表者
丹下　智香子（TANGE　CHIKAKO）
国立長寿医療センター(研究所)・疫学研究部・流動研究員
研究者番号：40422828

研究成果の概要：「サクセスフル･エイジング」の心理的側面である「主観的幸福感」の様相、およびこれを高く保つ要件について研究を行った。高齢期に主観的幸福感の低下が起こるが、家族・親族内で何らかの役割を持つことや、心理的な発達課題を達成していることは主観的幸福感と概ね肯定的な方向で関連することが示唆された。他方、身内の「介護」の役割を担うことや、特に女性が否定的な体験をすること（大きなケガや病気の経験、対人的な葛藤など）が主観的幸福感の低下に関連しやすいことが示唆された。

交付額

（金額単位：円）

	直接経費	間接経費	合　計
2007 年度	900,000	0	900,000
2008 年度	1,000,000	300,000	1,300,000
年度			
年度			
年度			
総　計	1,900,000	300,000	2,200,000

研究分野：社会科学
科研費の分科・細目：心理学・生涯発達
キーワード：サクセスフル･エイジング

１．研究開始当初の背景

厚生労働省が発表した平成 16 年の厚生統計要覧によると、わが国の人口に占める 65 歳以上の高齢者の割合は 19.5%であり、5 人に 1 人が高齢者となっている。2050 年にはこの割合が 35.7%と推計されており、高齢期における人々の「サクセスフル・エイジング」のサポートがこれからの重要な課題となる。本研究は「国立長寿医療センター・老化に関する長期縦断疫学研究（NILS-LSA）」のデータを用いて、このサクセスフル・エイジングの心理的側面である「主観的幸福感」を高く保つための要件の解明を目指すものである。その知見をもとに、高齢者が幸福な人生を全うするための高齢者自身の実践可能な対処法、および家族や社会が実践できるサポートの提案していくことが必要と考える。

２．研究の目的

本研究では、高齢者の主観的幸福感の加齢に伴う変化、主観的幸福感の増加／低下に直接影響する要因、およびその直接的な影響要因を緩和／促進する方向で機能する間接要因の解明を行う。その際、影響要因として「生

活の質」の構成要素とされる生活活動能力、認知機能、対人関係、社会参加状況などや、高齢期にしばしば体験される配偶者などの身近な他者との死別や自身の病気などのライフイベントを取り上げる。さらに高齢期における心的発達と主観的幸福感の関連を検討することにより、サクセスフル・エイジングのあり方を発達心理学的観点から解明していく。

３．研究の方法

(1)調査対象

本研究は、「国立長寿医療センター・老化に関する長期縦断疫学研究（NILS-LSA)」の長期縦断調査データを用いて行う。NILS-LSA は 1997 年より、40 歳代から 70 歳代(開始時)の地域住民（性および年代ごとに層化無作為抽出）を対象に約 2 年おきに縦断的に調査を実施している(現在も第 6 次調査を継続中で、最大で過去 5 回分のデータが蓄積されている)。なお、死亡あるいは対象者側の事情により縦断調査への参加不能となる場合や、非連続での調査参加となる場合もある。そのため、脱落者分については対象者の補充を行い、各調査時で 2300 人程度を対象としている。

(2)調査項目およびデータ収集

①自記式調査票：下記の調査項目を含む自記式調査票を施行している（調査時により含められる尺度が部分的に異なる)。主観的幸福感の指標としては、主観的幸福感を肯定的な方向から測定する「生活満足度尺度 K(LSI-K: 古谷野, 1996)」、および否定的な方向から測定する「Center for Epidemiologic Studies Depression Scale(CES-D: Radloff, 1977; 島他, 1985)」を用いた。また説明変数としては、社会経済的地位、家族の有無、生活活動能力、対人関係、社会参加状況、ライフイベント、などを尋ねた。なお、健康度に関する情報として、既往歴および主観的な健康度を医学系自記式調査票および専門の医師による問診にて調査した。

②面接調査：認知機能やライフイベント、ソーシャルネットワークなどについては、トレーニングを受けた心理学専攻の大学院生もしくは臨床心理士が面接によりデータを収集した。

４．研究成果

(1)主観的幸福感の加齢変化

横断的な分析を行った先行研究において示唆されている主観的幸福感の年齢差や性差が、縦断的にも示されるか否かを検討した。

NILS-LSA の第 1 次調査(1997.11-2000.4)と第 4 次調査(2004.6-2006.7)の両方に参加した 1489 名を分析対象とした(男性 764 名、女性 725 名。第 1 次調査時で 40-79 歳、平均 56.8±9.9 歳)。平均追跡期間は 6.3±0.3 年であった。第 1 次調査・第 4 次調査の両回ともに主観的幸福感の測定には LSI-K を用いた。

性・年齢群（第 1 次調査時の年齢により 40 歳代、50 歳代、60 歳代、70 歳代の 4 群に分類)・測定時期（第 1 次調査、第 4 次調査）を独立変数として、これらの主効果および交互作用項を投入し、LSI-K 得点を従属変数とする三要因の分散分析を行った。その結果（図 1)、年齢群（F=7.60, p<.001)・測定時期（F=7.65, p<.01）の有意な主効果、および測定時期と年齢群の有意な交互作用（F=3.60, p<.05）が示された。そこで、これらについて下位検定として Tukey の HSD 検定を行った。年齢群の効果については、70 歳代は他の年齢群よりも LSI-K 得点が低いことが、測定時期の効果については、第 1 次調査時よりも第 4 次調査時の方が LSI-K 得点が低いことが示された。測定時期と年齢群の交互作用については、60 歳代と 70 歳代において測定時期の有意な効果が存在することが示された。他方、性の主効果および性の交互作用はいずれも有意ではなかった。

これらの結果から、60 歳代以降において、加齢に伴い主観的幸福感が低下することが示された。すなわち、主観的幸福感の低下は成人後期におこることや、これらの年代においては横断的な比較のみならず縦断的に経年変化をとらえた場合でも主観的幸福感が次第に低下することが実証されたといえよう。他方、横断的に検討を行った先行研究においては、主観的幸福感の高さや、その影響要因に関する性差が示唆されているが、本研究では性差は示されなかった。縦断的に検討した場合での複数の要因同士の関係や緩衝要因の影響、あるいは縦断調査への参加脱落者数の偏りの影響なども考えられる。

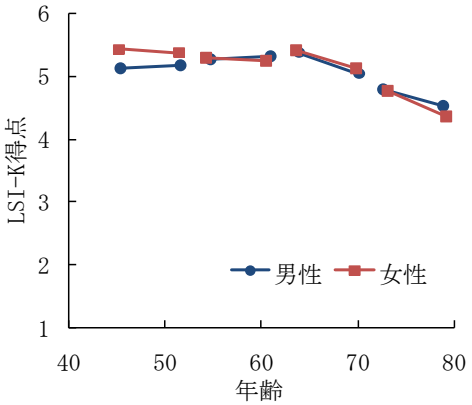

図 1　年齢群別･男女別 LSI-K 得点

(2)主観的幸福感と傷病経験の関連

高齢期における「大きなケガ・病気」の体験（以下、傷病経験）が、主観的幸福感の肯定的側面および否定的側面に及ぼす影響を男女別に検討した。NILS-LSA の第 4 次調査への参加者のうち、第 3 次調査にも参加した 65

歳以上の 825 名（男性 421 名、女性 404 名、平均 72.9±5.3 歳）を分析対象とした。LSI-K および CES-D を用いた。

男女別に、第 3 次－第 4 次調査間での傷病経験の有無および年齢群（65-74 歳群、75 歳以上群）を独立変数（主効果および交互作用を投入）、第 3 次調査時の当該従属変数の得点を調整変数として、第 4 次調査時の LSI-K

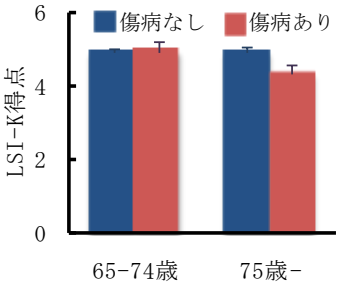

図 2　傷病経験、年齢群別での LSI-K 得点（男性）

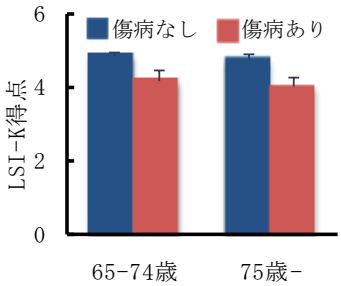

図 3　傷病経験、年齢群別での LSI-K 得点（女性）

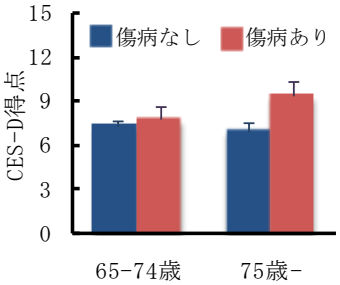

図 4　傷病経験、年齢群別での CES-D 得点（男性）

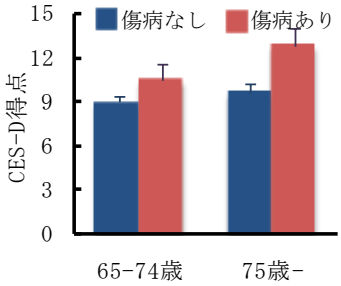

図 5　傷病経験、年齢群別での CES-D 得点（女性）

および CES-D を従属変数とする共分散分析を行った。その結果（図 2-図 5）、男性では傷病経験の有無および年齢は LSI-K および CES-D に有意な主効果、交互作用を示さなかった。一方女性では、傷病経験が LSI-K、CES-D の両者に有意な主効果を示し（順に F=10.21, p<.01、F=6.20, p<.05）、傷病を経験した群のほうが経験していない群よりも LSI-K では低得点、CES-D では高得点であった。年齢群の主効果および交互作用はいずれも有意ではなかった。

これらの結果から、高齢期での大きなケガや病気の経験は、性により異なる影響を示すことが示唆された。すなわち傷病経験は男性の主観的幸福感に対してはあまり影響力を持たないが、女性ではそれが主観的幸福感の低下につながることが示唆された。

(3)主観的幸福感と対人関係の関連

主観的幸福感と対人関係の関連について、従来扱われてきた肯定的対人関係のみではなく肯定的/否定的両側面から、性差の観点も含め検討した。NILS-LSA の第 4 次調査への参加者のうち、60 歳以上の 1222 名（男性 606 名、女性 616 名）を分析対象とした（60-86 歳、平均 70.5 ± 6.6 歳）。LSI-K および Interpersonal Relationship Inventory (IPRI: Tilden et al., 1990, 1994; Sumi, 2003) を用いた。LSI-K は総得点および「人生全体についての満足感」、「心理的安定」、「老いについての評価」の下位尺度ごとに、IPRI は「ソーシャルサポート」、「互恵性」、「葛藤」の下位尺度ごとに得点化した。

対象者全体および男女別に両尺度間の相関係数を算出し、男女間で相関の差の検定を行った。その結果（表 1）、対象者全体でも男女別でも、LSI-K 総得点および人生全体についての満足感と、ソーシャルサポートおよび互恵性との間で弱い正の相関が、葛藤との間で弱い負の相関が示された。他方、心理的安定および老いについての評価に関しては、男女別に分析した場合のみ IPRI と部分的に弱い相関関係が示された。男女間での相関の差の検定では、老いについての評価と互恵性の相関に 5%水準での有意差が示された。すなわち、LSI-K 総得点および人生全体についての満足度と対人関係の肯定的側面（ソーシャルサポート、互恵性）、否定的側面（葛藤）との関連が示唆された。葛藤がソーシャルサポートや互恵性と関連しないことから（順に r=-.10、-.01）、肯定的対人関係の増加のみではなく、否定的対人関係の低減も主観的幸福感の維持・増進に重要と考えられる。他方、男性は老いについての評価に肯定的対人関係が、女性は心理的安定に否定的対人関係が影響する可能性が示唆された。

表 1　全体･男女別での生活満足度と IPRI の相関、および相関の差検定

生活満足度		IPRI ソーシャルサポート	IPRI 互恵性	IPRI 葛藤
総得点	全体	.27 ***	.25 ***	-.28 ***
	男性	.34 ***	.30 ***	-.28 ***
	女性	.24 ***	.22 ***	-.28 ***
	*d*値	1.94	1.46	-0.10
人生全体についての満足感	全体	.31 ***	.27 ***	-.27 ***
	男性	.35 ***	.28 ***	-.29 ***
	女性	.29 ***	.27 ***	-.24 ***
	*d*値	1.17	0.27	-1.09
心理的安定	全体	.05	.06 *	-.20 ***
	男性	.12 **	.11 **	-.17 ***
	女性	.05	.07	-.24 ***
	*d*値	1.21	0.77	1.19
老いについての評価	全体	.18 ***	.18 ***	-.12 ***
	男性	.25 ***	.26 ***	-.12 **
	女性	.17 ***	.13 **	-.13 **
	*d*値	1.53	2.30 *	0.22

* $p<.05$　** $p<.01$　*** $p<.001$

(4)主観的幸福感と家族･親族内での役割の関連

「家族・親族内での役割」と主観的幸福感の肯定的側面および否定的側面との関連を検討した。

NILS-LSA の第 5 次調査（2006.7- 2008.7）参加者のうち、60 歳以上の 1276 名（男性 630 名、女性 646 名）を分析対象とした（60-88 歳、平均 71.0±6.9 歳）。主観的幸福感の測定には LSI-K、CES-D を用いた。また、家族･親族内（同居していない場合も含む）での役割として、「家事」、「小さな子どもの世話」、「相談相手」、「稼ぎ手」、「まとめ役」、「病気や障害を持つ家族・親族の世話や介護」、「役割なし」のうち、当てはまるもの全てを選択させた。

LSI-K および CES-D について、性、家族･親族内での各役割の有無の主効果とその交互作用項を独立変数、年齢を調整変数として投入した共分散分析を行った。その結果、部分的に役割の有無の主効果が示された。まず家族･親族内で「相談相手」（LSI-K、CES-D の順に $F=4.24$, $p<.05$、$F=5.61$, $p<.05$）や「まとめ役」（$F=9.20$, $p<.01$、$F=12.38$, $p<.001$）をしている場合、有意に LSI-K が高く、CES-D が低かった。それに対して、「病気や障害を持つ家族・親族の世話や介護」（$F=22.63$, $p<.001$、$F=12.83$, $p<.001$）をしている場合や「役割がない」（$F=7.30$, $p<.01$、$F=14.80$, $p<.001$）場合、有意に LSI-K が低く、CES-D が高かった。「家事」（$F=3.44$, *n.s.*、$F=10.02$, $p<.01$）や「稼ぎ手」（$F=2.20$, *n.s.*、$F=5.77$, $p<.05$）の場合は CES-D のみが有意に低かった。「小さな子どもの世話」（$F=0.10$, *n.s.*、$F=0.02$, *n.s.*）の役割は有意な効果を示さなかった。性の主効果は CES-D に部分的に示され、いずれも女性が有意に高得点であった。また、性と役割の交互作用は「役割がない」（$F=4.11$, $p<.05$）場合の CES-D に示され、女性で「役割がない」場合に他の群よりも高得点であった。

これらの結果から、家族･親族内で何らかの役割を持つことは、高齢者の主観的幸福感にとって概ね肯定的な方向に作用すると考えられる。中でも、家事や収入のような日常的な役割を担うことが CES-D のみに有意な効果を示したのに対し、家族･親族内での相談相手やまとめ役といった役割の場合は、肯定・否定の両側面の指標において、高い主観的幸福感を示すことが示唆された。これらは生活活動能力の低下とは無関係に果し得る役割であるため、高齢者の主観的幸福感の維持増進に活用すべきであるといえよう。他方、介護者の役割を持つことは低い主観的幸福感と関連することが示されたことから、特にそういった人々への支援策の重要性が指摘できる。

(5)主観的幸福感と死に対する態度の関連

主観的幸福感と個人の心的発達との関連を検討した研究は非常に少ない。そこで、成人中・後期の重要な発達課題の一つとされる死の主題と主観的幸福感の様相の関連について、男女別に、年齢の効果を含め検討した。

NILS-LSA の第 3 次調査（2002.5-2004.4）に参加し、下記の尺度に回答した 2265 名（男性 1147 名、女性 1118 名）を分析対象とした（40-84 歳、平均 59.6±11.8 歳）。LSI-K および死に対する態度尺度（丹下他, 2007）を用いた。死に対する態度尺度は、「死に対する恐怖」、「生を全うさせる意志」、「死後の生活の存在への信念」、「人生に対して死が持つ意味」、「身体と精神の死」の 5 下位尺度から成る。

男女別に、LSI-K を従属変数として、年齢群（40 代/50 代/60 代/70 代以上）・死に対する態度各下位尺度得点の 3 分位群（各下位尺度得点について、男女別に算出）の主効果およびその交互作用項を含む分散分析を行った。その結果、LSI-K に対する年齢群の主効果は男女ともにすべての場合について 0.1%水準で有意であり、70 代以上群は他の年齢群よりも LSI-K が低かった。死に対する恐怖の主効果は男女ともに有意であり（男性、女性の順に $F=13.78$, $p<.001$、$F=4.13$, $p<.05$）、死への恐怖が強い群において LSI-K が低かった。また、男性のみ年齢と死に対する恐怖の交互作用が示され（$F=2.55$, $p<.05$）、下位検定の結果、死に対する恐怖中群および高群において、70 代以上群では他の年齢群よりも LSI-K が低いことが示唆された（図 6）。生を全うさせる意志の主効果は男女ともに有意

であり（F=7.74, p<.001、F=18.15, p<.001）、生を全うさせる意志が弱い群において LSI-K が低かった。さらに、身体と精神の死の主効果が男性のみに示され（F=3.18, p<.05）、身体のみの生への執着が強い群は LSI-K が低い傾向が示された。

これらの結果から、総合的な主観的幸福感は 70 歳代以降において低下するものの、その様相は個人の死に対する態度と部分的に関連していることが示唆された。すなわち、一般的に成人中・後期においては、死に対して否定的であることや生に対して積極性が低いことなどの死の主題への取り組みが不十分な状態が、低い主観的幸福感と関連しているといえる。特に、男性では 70 歳代以上という死の主題の重要度が非常に高い時期に、顕著に死に対する恐怖と主観的幸福感の関連が示されており、発達課題の達成状況との関連から主観的幸福感の様相を検討していくことも今後必要と考える。

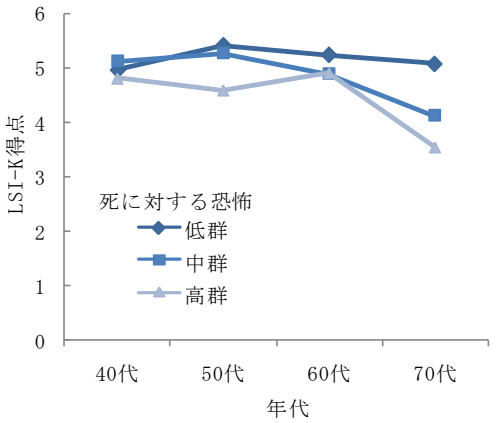

図 6　年齢･死に対する恐怖群別の LSI-K 得点（男性）

(6)研究成果のまとめと今後の展望

古谷野(2002)によると、国内外で行われた研究の結果で「主観的幸福感に有意な影響を及ぼす要因として一貫して認められているのは、健康度と社会経済的地位、そして家族（配偶者と子どもの有無）」とされている。一般的に「高齢者」の中でも young-old 世代と old-old 世代ではそれらの要因を含め ADL、生活環境（人的･物理的･社会的）などの「生活の質」がかなり異なるものと考えられる。しかしながら PGC モラールスケールを用いて 5 年間の得点の安定性を検討した研究（石原他、1999）では、高齢期の主観的幸福感が安定しているという方向での知見を報告している。主観的幸福感が生活の質を左右するような要因の変化にもかかわらず安定しているのであれば、何か主観的幸福感の低下を防ぐ要因が存在しているはずであるが、これに関しては未解明であった。

本研究で NILS-LSA の約 6 年間の縦断的データについて解析を行った結果、主観的幸福感は高齢期において低下していることが示された。そして、これに影響すると考えられるいくつかの要因を取り上げ、横断的に解析を行った。その結果、家族･親族内で何らかの役割を持つことや、心理的な発達課題を達成していることは主観的幸福感と概ね肯定的な方向で関連することが示唆された。それに対して、「介護」の役割を担うことや、逆に何も役割を持たないこと、あるいは特に女性が大きなケガや病気や、対人的な葛藤などといった否定的な体験をすることが主観的幸福感の低下に関連しやすいことが示唆された。

これらを踏まえると、サクセスフル・エイジングの実現に向けて、以下のことが考えられる。まず、高齢期においては一般的に主観的幸福感が低下していくという前提のもとに対処していく必要がある。本研究の知見により一般的な発達課題の達成に向けた内的取り組みが、そのまま主観的幸福感と正方向で関連すると推測されるため、高齢者自身の内的な対処がまず必要といえる。さらに、肯定的な対人関係を多く持つことや社会的な役割を持つことが望まれるが、仮に身体的な活動能力の問題などにより一般的な社会的活動参加が困難になった場合でも、家族・親族内での相談相手やまとめ役といった身体的活動能力に依存しない役割を持つことが主観的幸福感の保持、あるいは低下予防に役立つと考えられる。

一方、本研究の知見により（性差はあるものの）本人の傷病経験や、病気・障害を持つ家族の介護をしていることが主観的幸福感の低下をもたらす可能性が示唆された。ストレスをもたらすイベントを体験した際には、適切なソーシャルサポートを受けることが緩衝効果を持つとされている。そのため、これらの経験をしている高齢者に対しては、社会、あるいは周囲の人は、物理的なサポートのみではなく、心理的なサポートも含め適切に援助していく必要があるといえよう。

最後に、今後の課題について述べる。高齢期に主観的幸福感が低下するという一般的な傾向があるものの、本研究で検討した以外にも、各種の内的/外的要因がその低下を防いだり、逆に加速させたりする可能性が考えられる。そのため、主観的幸福感に影響を与える可能性のある要因をさらに詳細に検討していくことが必要といえる。特に、本研究において、各種の影響要因が主観的幸福感に対して持つ効果が性により異なるという知見が見出されている。そのため、性差を考慮した検討を行うことが重要と考える。さらに、本研究においては、年齢・性別といった属性以外に関しては、各種要因と主観的幸福感の直接的な関連を検討したにとどまり、要因同

士の交互作用や、緩衝効果などに関しては検討がなされていない。今後はこういった方向へ研究を展開させる必要があるといえよう。

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕（計１件）

①丹下智香子・西田裕紀子・安藤富士子・下方浩史、地域在住男女高齢者の主観的幸福感に傷病経験が及ぼす影響の検討、日本未病システム学会雑誌、13、305-307、2007、査読なし

〔学会発表〕（計５件）

①丹下智香子・西田裕紀子・森山雅子、成人後期における主観的幸福感と家族･親族内での役割－LSI-K･CES-D との関連－、日本発達心理学会第 20 回大会、2009 年 3 月 23 日、東京

②丹下智香子・西田裕紀子・森山雅子・坪井さとみ･福川康之･安藤富士子･下方浩史、成人中・後期における主観的幸福感の加齢変化－LSI-K に示される 6 年間の縦断的変化－、日本心理学会第 72 回大会、2008 年 9 月 21 日、札幌

③丹下智香子・西田裕紀子・福川康之・安藤富士子・下方浩史、成人中・後期の主観的幸福感と死に対する態度、日本発達心理学会第 19 回大会、2008 年 3 月 19 日、大阪

④丹下智香子・西田裕紀子・安藤富士子・下方浩史、地域在住男女高齢者の主観的幸福感に傷病経験が及ぼす影響の検討、第 14 回日本未病システム学会学術総会、2007 年 11 月 2 日、金沢

⑤丹下智香子・西田裕紀子・福川康之・安藤富士子・下方浩史、成人後期の主観的幸福感;「生活満足度尺度 K」と対人関係の関連、第 49 回日本老年社会科学会大会、2007 年 6 月 22 日、札幌

〔その他〕

ホームページ等

http://www.nils.go.jp/department/ep/index-j.html

６．研究組織

(1)研究代表者

丹下　智香子（TANGE　CHIKAKO）

国立長寿医療センター(研究所)・疫学研究部・流動研究員

研究者番号：40422828