様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

平成 ２６ 年　 ６ 月 １２ 日現在

機関番号：３２６３３
研究種目：若手研究(B)
研究期間：2010～2013
課題番号：２２７９２２８８

研究課題名（和文）生活習慣特性を活用したコミュニティ支援プログラムの開発と評価

研究課題名（英文）Development and Evaluation of Community Empowerment Program Using Lifestyle Habit

研究代表者
小林　真朝（KOBAYASHI, Maasa）

聖路加国際大学・看護学部・助教

研究者番号：００４３９５１４

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　2,900,000円、（間接経費）　870,000円

研究成果の概要（和文）：地域で伴侶動物と暮らす人々がもつ生活習慣特性を活用したコミュニティ支援プログラムの開発を目的に、犬の飼育と健康アウトカム・地域参加の認識について、中高年男女1,040名を対象に質問紙調査を実施した。犬飼育者は特に家族や友人との人付き合いといった「社会生活機能」や「地域への所属意識」の高さが示されたことから、安定した住民層の中でも地域の交流の拡がりの核として活躍できる可能性が示唆され、犬飼育者の持つ「つながり」を活用したプログラム開発が必要であると考えられた。

研究成果の概要（英文）：The purpose of this study were to develop and evaluate of community empowerment program using lifestyle habit of dog owners'. To analyze the relationship between the index of participation in the local community and the index of health of middle/old aged people based on whether or not they have a dog, a total of 1040 questionnaires were distributed and usable data were obtained from 557. The dog owners group showed significant differences in "social functioning" and "feeling of belongingness to the local community". Health promotion approaches collaborating with dog owners as a group shows promise.

研究分野：医歯薬学

科研費の分科・細目：看護学　地域・老年看護学

キーワード：公衆衛生看護学　動物介在　コミュニティ支援　伴侶動物　Human Animal Bond　生活習慣　共生　中高年

１．研究開始当初の背景

本邦における 2 人以上の世帯における犬の飼育率は 2008 年現在 24.7%であり、もっとも飼育率が高い年代は単身世帯、2 人以上世帯ともに 50－59 歳である[1)]。中高年男女における犬の飼育理由は、従来の番犬とすることを目的とした飼育から、他者とのコミュニケーションの活性化、生活の充実、自身の癒し、健康増進、伴侶の獲得などを目的とする飼育に移行しており、人にとっての動物の存在は「ペット」から「伴侶」へと関係性が変化している。

そのような変化のなかで、人と動物との関係や相互作用について、自然科学・社会科学・人文科学領域の研究者により学際的な研究が進んでいる。看護の領域においては小児病棟や精神科病棟、高齢者施設における動物介在療法などの研究が行なわれているが、場や対象が限定されており、セラピー犬などによる特別な介入による研究がされている。

地域で人間と常に生活を共にしている伴侶動物に関する先行研究は少ないが、ペット動物飼育者が医療機関を受診する回数は非飼育者に比べて有意に少ない[2)3)]などの報告があり、これらは逼迫する日本の医療保険・介護保険事情から鑑みて、地域看護や公衆衛生領域において注目すべき研究課題の１つであるといえる。近年、生活習慣病やメタボリック症候群予防に力点が置かれ、生活習慣の改善が求められているが、それには健康に関与する社会的要因へのアプローチが不可欠であり、本研究課題で焦点を当てる伴侶動物との共生もその１つと考えられる。

また、伴侶動物との生活が人間の屋外での活動を促し、人間の活動空間の拡大と意味づけに一役買っていること[4)]も指摘されており、地域住民とのコミュニケーションの活性化や、家庭・社会的役割に加え、新たな自己役割の創出が可能であるといえる。「伴侶動物と共に生きる」という選択は、10－20 年という長期を見据えて人生や生活、自身の健康を考えることにつながり、また新たな伴侶（家族）を得ることはライフイベントの１つであり、伴侶動物と暮らすことで得られる充実感や情緒的安定は、人々の QOL に大きな意味をもたらすといえる。

さらには、伴侶動物を媒介とした新しいコミュニティの生成は、保健、教育、安全、都市計画といった多側面での地域づくりの進展に寄与すると考えられる。これらのことからも、地域における保健活動に、地域で伴侶動物と暮らす人々がもつ生活習慣特性を活用した事業を応用させられる可能性が高く、実践モデルの開発が必要とされる。

２．研究の目的

本研究の目的は、同様の生活習慣特性をもつ人々を１つのコミュニティと捉え、このコミュニティが地域の資源として発展できるよう支援するプログラムを開発することである。本研究では、特に地域で伴侶動物と暮らす人々を特定集団（コミュニティ）として焦点をあて、以下のように段階的に研究を行なうこととした。

（１）伴侶動物と暮らす人々がもつ生活習慣特性の検討（文献検討）
（２）伴侶動物（犬）と暮らすことによる健康側面の変化の検討（インタビュー調査）
（３）伴侶動物（犬）と暮らすことによる健康アウトカム指標の作成と健康側面の影響の検討（健康アウトカム指標の作成と質問紙調査）
（４）伴侶動物（犬）と暮らす人々のコミュニティ生成支援プログラム試案の検討（文献検討・インタビュー・質問紙調査結果の統合）

３．研究の方法

（１）文献検討

伴侶動物と暮らす人々がもつ生活習慣特性について検討するため、日本および海外における研究論文、資料等の文献について検討を行った。

（２）インタビューおよび活動量調査

伴侶動物の中でも特に犬と暮らしている人々において、犬の飼育によって得る健康に関するアウトカムとは何かを記述した。また、インタビュー時、全て同一機種の歩数計を研究者が研究対象者に提供し、飼い主の１日のトータルの歩数、そのうち犬の散歩時のみの歩数、犬の散歩にかかった時間、移動した距離、犬の散歩中に会話した人数について、合計 3 日間記録してもらった。

（３）健康アウトカム指標の作成と質問紙調査

①先行要因

先行要因では、人口学的要因として、年齢、性別、家族構成、経済状況、居住地域や家屋形態などの居住状況、就業状況と、個人要因として、疾患有無やストレス有無、通院状況などの健康状態、過去のペット飼育歴、現在のペット飼育有無、今後のペット飼育意向について設問した。

②インプット

犬の飼育理由、飼育年数、飼育頭数、犬の種類、主たる飼育者は誰か、犬と関わる時間、犬の飼育・就寝場所、犬の散歩や食事の実施状況、飼育に伴うストレスについて設問した。

③アウトカム

健康アウトカムの測定については以下に述べる測定用具を使用した。

＜犬飼育者にのみ問う質問項目＞

「犬飼育に伴う健康アウトカム」

文献検討および予備研究の結果を基に、健康アウトカムの５つの下位概念ごとに質問項目を生成した。30 項目の質問項目であり、4 段階リッカート尺度（1＝まったくそう思わない～4＝まったくそう思う）である。

＜回答者全員に問う質問項目＞

・身体的・精神的健康認識　【SF-8】
・社会的健康認識　【日本語版ソーシャル・サポート尺度】
・家族機能　【FACESKGIV-16】
・地域参加に関する認識
「地域参加に関する認識」を問う代表的な尺度はまだ開発されていないことから、研究者が作成した 8 項目の 4 段階リッカート尺度（1＝まったくそう思わない～4＝まったくそう思う）による質問項目を用いた。
・実際の地域参加
「実際の地域参加」の度合いについて問う代表的な尺度はまだ開発されていないことから、研究者が作成した 6 項目の 4 段階リッカート尺度（1＝参加したことはなく参加したいとも思わない～4＝ふだん参加している）による質問項目を用いた。

（4）質問紙調査の実施
関東地方に在住する 50 代～70 代の男女とし 1,040 部を配布した。

（5）質問紙調査の結果を基に、プログラム試案の検討を行った。

4．研究成果

（1）文献検討
海外の研究論文および資料の選定にあたっては、Pubmed のデータベースを使用し、「Human Animal Bond」をキーワードに、52 文献について検討した。研究論文は海外 43 文献であった。国内の研究論文および資料の選定は医学中央雑誌のデータベースを使用し、「動物介在」をキーワードに、62 文献について検討した。

（2）インタビュー調査
犬の飼育により飼い主は【健やかな暮らしの伴侶を得る】という利益を得ていた。【健やかな暮らしの伴侶を得る】こととは、≪犬がいる生活を再構築する≫ことを通して≪命に対する責任が育まれ≫、さらに健康のアウトカムとして≪犬という健康行動の伴走者を得る≫≪犬に癒され心の安寧を得る≫≪犬がかけがえのない存在となる≫≪犬が家族を結び付けてくれる≫≪犬によって他者への関心が育まれる≫という 5 つのカテゴリから構成されていた。

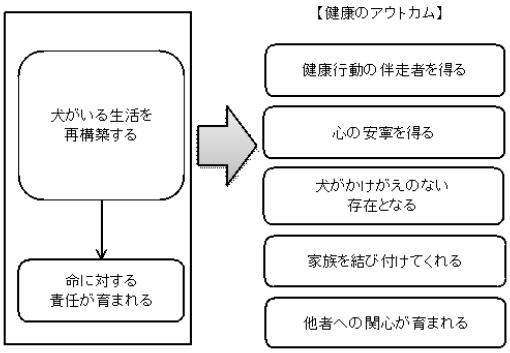

図 1.【健やかな暮らしの伴侶を得ること】

（3）質問紙調査
中高年地域住民における犬の飼育・非飼育による健康および地域参加との関連について分析し、犬を媒介とした新たな地域づくりのあり方を検討することを目的として、50 代～70 代の男女 557 名を対象に自記式質問紙による調査を行ない、以下の結果が得られた。

①犬の飼育者において、飼育動機は 8 割以上が「家族の一員として」であり、約 75%が現在の自分にとっての犬の存在は「家族・子供・パートナー」であるとし、関係性の長期的な経年変化は見られなかった。

表 1. 飼育動機と自分にとっての犬の存在

N=234

	n	%
犬を飼育し始めたきっかけ（理由）		
家族の一員として	190	81.2
運動のため	43	18.4
番犬として	41	17.5
子供の教育のため	29	12.4
あなたにとっての犬の存在		
家族	131	56.0
ペット	47	20.1
子ども	37	15.8
パートナー	7	3.0
番犬	4	1.7
その他	4	1.7

②犬の飼育有無と属性について、健康の各側面を測る指標と地域参加について多変量解析を行った。犬飼育あり群は全般的に各指標の平均得点が高いが、多変量解析の結果、家族や友人との人付き合いといった「社会生活機能」や、「地域への所属意識」といった健康の社会的側面において、犬の飼育有無が有意に関連していた。

表 2. 健康関連尺度の犬飼育有無による 2 群間の平均値および t 検定

N=557

		犬飼育あり群 (n=234)		犬飼育なし群 (n=323)		2 つの母平均の差の検定		
尺度	下位尺度または質問項目	M	*SD*	M	*SD*	t 値	*P*-value	平均値の差
SF-8	身体機能	49.87	5.75	48.22	7.34	2.91	.004	1.65
	日常役割機能（身体）	50.06	6.20	48.72	7.06	2.27	.024	1.34
	体の痛み	49.80	8.69	49.86	8.21	-0.08	.935	-0.06
	全体的健康感	49.31	6.74	48.86	6.76	0.76	.446	0.44
	活力	50.67	6.59	50.00	6.80	1.16	.247	0.68
	社会生活機能	50.22	7.49	48.02	8.92	3.12	.002	2.20
	日常役割機能（精神）	49.71	5.62	48.46	6.78	2.27	.023	1.25
	心の健康	50.22	6.89	49.13	6.91	1.83	.068	1.09
	身体的サマリースコア	48.68	6.57	47.86	6.88	1.38	.169	0.82
	精神的サマリースコア	49.50	6.42	48.29	6.99	2.02	.043	1.21

③「犬の飼育による健康アウトカム」について構成概念の確認のため探索的因子分析を行った結果、【犬による自己存在の肯定】【犬を介した新たなつながりの創出】【犬による生活の活性化】【犬を介した既存の交流の促進】の 4 因子 26 項目で構成された。信頼性係数のクロンバックαは 0.74～0.95 であった。因子間相関は 0.49～0.69 であった。確認的因子分析の結果は、χ2 値=774.365、自由度=293、有意確率= .000、CFI=0.877、RMSEA=0.054 で適合していると考えられた。

表 3. 犬飼育による健康アウトカムの因子分析

N=234

		Factor			
		F1	F2	F3	F4
Factor 1.	犬による自己存在の肯定 (Cronbach's alpha = 0.95)				
1	犬に癒され気持ちが穏やかになる	**0.84**	0.07	-0.10	-0.10
2	犬を飼うことで，何か愛するものが私に与えられる	**0.83**	-0.03	-0.12	0.19
3	犬は絶えず愛情を示してくれる	**0.81**	0.18	-0.26	-0.03
4	犬は私に，自分が安全だと感じさせる	**0.70**	-0.16	-0.04	0.27
5	犬の温もりに触れることで安心し落ち着ける	**0.67**	-0.07	0.33	-0.12
6	犬はいつまでも自分から離れていかない安心感がある	**0.64**	-0.09	-0.04	0.26
7	犬が家族のなかで緩衝剤となってくれる	**0.64**	0.26	0.10	-0.16
8	犬という絶えず話しかけられる相手がいる	**0.62**	0.05	-0.01	0.22
9	犬により，家族で共に語れる話題が増える	**0.62**	0.35	0.04	-0.21
10	犬との生活を続けるために自分の将来の健康を考える	**0.60**	0.00	0.09	0.20
11	犬は私に，自分が必要とされていると感じさせる	**0.59**	-0.02	0.19	0.01
12	いつも犬が中心にいて家族を結び付けている	**0.53**	0.01	0.15	0.14
13	犬という育む対象がいることにやりがいを感じる	**0.47**	-0.05	0.37	0.16
14	犬にはどんな感情も安心して吐露できる	**0.46**	0.04	0.15	0.05
15	犬の存在で孤独を感じずにいられる	**0.46**	-0.06	0.22	0.21
Factor 2.	犬を介した新たなつながりの創出 (Cronbach's alpha = 0.90)				
16	地域において，犬を介して顔を合わせる人と挨拶をするようになる	0.01	**0.83**	0.08	-0.01
17	犬を介して老若男女問わず話せるきっかけになる	-0.01	**0.82**	-0.08	0.19
18	地域において，犬を介していつも顔を合わせる人がいることにつながりを感じる	0.03	**0.70**	0.14	0.06
19	犬を介して接点のない人との交流が生まれる	0.13	**0.60**	-0.13	0.28
Factor 3.	犬による生活の活性化 (Cronbach's alpha = 0.74)				
20	生活や仕事において犬という逃げ場ができる	-0.10	0.00	**0.66**	0.10
21	犬の世話で生活リズムが整う	0.07	-0.09	**0.61**	0.14
22	犬との生活がトレーニングやリハビリになる	-0.19	0.19	**0.53**	0.27
23	犬がいることで家族の生活に刺激が生まれる	0.29	0.18	**0.46**	-0.26
Factor 4.	犬を介した既存の交流の促進 (Cronbach's alpha = 0.82)				
24	犬に関連した知人の世話をする	0.06	0.15	0.00	**0.69**
25	犬を通して自分への関心が寄せられることに喜びを感じる	0.00	-0.02	0.30	**0.62**
26	犬の飼育により既知の友人との交流が深まる	0.00	0.39	0.04	**0.57**
因子寄与率		12.83	1.25	0.96	0.73
因子間相関	1	1.00	0.65	0.69	0.58
	2		1.00	0.52	0.48
	3			1.00	0.49
	4				1.00

注：太字は因子負荷量が0.4以上の項目

下位尺度と属性・飼育形態の重回帰分析の結果、性別と経済状況、犬とかかわる時間、散歩頻度、犬の存在の捉え方が健康アウトカムの得点に関連していることが示された。

表 4. 犬飼育による健康アウトカムの下位尺度得点と属性の重回帰分析

N=234

	Dependent Variables									
	Factor 1 犬による自己存在の肯定		Factor 2 犬を介した新たなつながりの創出		Factor 3 犬による生活の活性化		Factor 4 犬を介した既存の交流の促進		全体得点	
Independent Variables	β	P-value	β	P-value	β	P-value	β	P-value	β	P-value
性別	-0.185	0.009	-0.207	0.002	-0.127	0.063	-0.097	0.159	-0.186	0.009
経済状況	0.126	0.073	0.253	0.000	0.053	0.440	0.138	0.044	0.164	0.020
R^2 (*P*-value)	0.055 (0.004)		0.111 (0.000)		0.020 (0.123)		0.030 (0.041)		0.068 (0.001)	

表 5. 犬飼育による健康アウトカムの下位尺度得点と飼育状況の重回帰分析

N=234

	Dependent Variables									
	Factor 1 犬による自己存在の肯定		Factor 2 犬を介した新たなつながりの創出		Factor 3 犬による生活の活性化		Factor 4 犬を介した既存の交流の促進		全体得点	
Independent Variables	β	P-value	β	P-value	β	P-value	β	P-value	β	P-value
自分にとっての犬の存在	0.321	0.000	0.112	0.065	0.090	0.197	0.161	0.015	0.263	0.000
1日で犬とかかわる時間	0.272	0.000	0.237	0.000	0.163	0.020	0.260	0.000	0.282	0.000
散歩頻度	-0.080	0.219	-0.302	0.000	-0.183	0.008	-0.203	0.002	-0.179	0.007
飼育頭数	0.055	0.391	-0.001	0.982	0.082	0.228	0.162	0.013	0.074	0.261
R^2 (*P*-value)	0.225 (0.000)		0.176 (0.000)		0.082 (0.002)		0.183 (0.000)		0.221 (0.000)	

（4）調査結果とコミュニティ生成支援プログラムの骨子の検討

①調査結果の検討

犬の飼育により、【自己存在の肯定】をはじめ、【犬の飼育による新たなつながりの創出】や【犬を介した既存の交流の促進】が可能になることで、地域や地域住民との共同体感覚を得たり、高めたりできる可能性がある。

本調査においては、全体として地域に定住し戸建に住む安定した住民層が多かったが、その中でも、犬飼育者の特性として戸建の持家の家庭が多く、長く定住していること、同居者がいることなどが挙げられた。このことは「犬飼育あり群」が、開発されて一定の期間が経過した新興住宅地や長く住んでいる住民が多い地域においても、安定した住民層として、地域の交流の拡がりの核として活躍できる可能性を示唆するのではないかと考えられる。

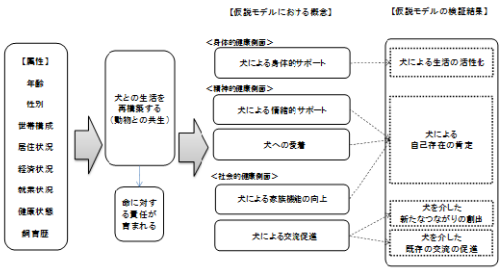

図 2. 地域における動物との共生モデル

②コミュニティ生成支援プログラム試案

公衆衛生看護活動において、これまでの地域づくりは、保健事業に自主的に参加するような健康に関心がある人や自主グループの参加者、民生委員、食生活改善委員、愛育班のメンバーなど「健康志向性」の高さということを念頭に、健康リーダーシップをとれる人材を核に展開していくという活動が行われてきた。しかし、これからの地域づくりにおいては、広範なネットワーク化による、つながりの拡散ということが人々のコミュニティへの所属意識を高め、同時に個々の考える健康感や安寧を高めていくのではないだろうか。その文脈では犬の飼育者に代表されるような、「つながり志向性」の高さに焦点をあて、ネットワーク化の核になる人材にアプローチしていく必要がある。

具体的な犬飼育者の活躍可能性として、地域づくり、ネットワークづくりのプレーヤーとして積極的な参画を促し、また地域の健康弱者（高齢者、子ども、障害者、外国人など）の見守りのゲートキーパーとなってもらうことが期待できる可能性がある。予備調査および本調査の結果から、犬の飼育者同士の気遣い合いや連帯感、サポート、また地域への所属意識の高さ、貢献意向の高さなどが示されたことから、たとえば散歩で見かけなくなった高齢者の体調悪化や孤独死、地域内の問題の早期発見・対処につながる可能性があり、地域の中で犬飼育者が活躍できる機会がより期待できる。

プログラム試案として、対象設定は、より犬の飼育によるベネフィットを得ていると考えられる中高年女性に設定し、同居者の有無は問わない。プログラムは週 1 回 2 時間程度で、連続 4 回（4 週間）行う。1 回目は犬の飼育と健康へのベネフィットについての講話と、飼育者同士の飼い主・犬紹介や飼育体験の共有を行い、2 回目はそれぞれの生活習慣に焦点をあて、飼育者同士がどのようなライフスタイルが可能なのかを共有し気づきあうことでそれぞれの生活の活性化を目的とする。3 回目は地域の中での犬の飼育について、飼い犬と共にフィールドワークワークを行い、犬飼育者や飼育集団がまちにとってどのような存在か、どのような作用がある

かを考える。4 回目は犬飼育者という仲間同士で地域にどのような参加や貢献ができるかをグループワークで考え、共有することで、地域への所属意識や貢献意向を高めることを目指す。

③結論

向老期・高齢期の人々の自己存在の肯定を高め生活を豊かにするための伴侶として、また地域の人と人とをつなぎ合わせ交流を生み出す手段として、人々の生活における犬の存在役割は高いと考えられ、看護職はその健康側面への効果を認識し、動物との共生に基づく地域におけるネットワーク形成や、地域づくりへの主体的な住民参加を促進するための推進役として犬飼育者と協働し、新たな保健活動の開拓に取り組む必要があることが示唆された。

[引用文献]

1）ペットフード工業会,2008
2）Stallones, L.: Companion Animal and Health of the Elderly, People, Animals, Environment 8(4), 18-19, 1990.
3）本岡正彦，小池弘人，南出正樹，鈴木忠，小板橋喜久代：犬による動物介在療法の生理的効果と運動療法への応用の可能性，看護学雑誌，66（4），360-367，2002.
4）宮村春菜，野中健一：犬の散歩と地域社会，ヒトと動物の関係学会誌 14，37-43，2004.

５．主な発表論文等

（研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線）

〔雑誌論文〕（計 1 件）

①小林真朝、犬の飼育から人々が得るもの、聖路加看護大学紀要、査読有、39 巻、2013 年、1－9.
http://hdl.handle.net/10285/9845

〔学会発表〕（計 5 件）

①小林真朝、中高年者における犬の飼育と健康認識と地域参加の関連、第 20 回ヒトと動物の関係学会学術大会、2014 年 3 月 9 日、東京.
②小林真朝、中高年地域住民における犬の存在の捉え方に関する検討、日本ヒューマン・ケア心理学会学術集会第 15 回大会、2013 年 7 月 6 日、東京.
③小林真朝、動物の看護・ヒトの看護、第 46 回比較心身症研究会シンポジウム（招待講演）、2013 年 6 月 1 日、東京.
④小林真朝、犬の飼育により得られる健康アウトカム、第 19 回ヒトと動物の関係学会学術大会、2013 年 3 月 10 日、東京.
⑤Maasa Kobayashi, Relationships among Companion Animal Owners and Non-Owners in Daily Life, 15th East Asian Forum of Nursing Scholars, 2012.02.23, Singapore.

６．研究組織

(1)研究代表者

小林　真朝（KOBAYASHI, Maasa）
聖路加国際大学・看護学部・助教
研究者番号：00439514