

平成 30 年 6 月 20 日現在

機関番号：32657

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2017

課題番号：15K00887

研究課題名(和文)高齢者の幸福感向上を目指した遠隔共食会話の構造分析と心理効果の対応関係の解明

研究課題名(英文)Elucidation of relation between psychological effect and structure of video-mediated co-eating aiming at improvement of elderly parent's subjective well-being

研究代表者

徳永 弘子(TOKUNAGA, Hiroko)

東京電機大学・システムデザイン工学部・研究員

研究者番号：00747321

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,600,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、高齢の親と離れて暮らす子供が定期的に遠隔共食を行うことにより、高齢の親の主観的幸福感が向上することを実証的に示し、その要因を明らかにする。

離れて暮らす3組の家族に協力を依頼し、2ヶ月間の遠隔共食会話実験に参加してもらった。定期的に遠隔共食を行い、映像を収録するとともに、高齢の親から得た毎日の主観的幸福感の評価、3回のインタビュー会話から、遠隔共食会話が「気分」「体調」「明日への意欲」の向上に寄与することを示した。その結果から、遠隔共食コミュニケーションが高齢の親にとって自己達成感、自己肯定感、子供との関係維持の場として機能し、主観的幸福感に影響を及ぼす認知構造モデルを提案した。

研究成果の概要(英文)：In this paper, we clarify the effects of video-mediated co-eating experiences between elderly parents and their independent families and whether they can improve parents' subjective well-being. We recruited three pairs of families living apart to participate in remote co-eating conversation experiments for two months. Videos of regular remote co-eating were recorded, then, interviewed conversations, and questionnaires of everyday subjective well-being, such as "distinctive mood" "physical condition" "motivation for tomorrow" on elderly parents were evaluated. From the results, we propose a cognitive structural model that shows how distant co-eating helps elderly parents achieve self-fulfillment and self-affirmation and strengthens their relationships with their children, affecting subjective well-being.

研究分野：ヒューマンコミュニケーション

キーワード：共食 コミュニケーション支援 高齢者 主観的幸福感 映像会話システム

1. 研究開始当初の背景

我が国では近年核家族化が進み、65歳以上の高齢者のみの世帯が増加傾向にある。一方、若年夫婦は共働きが多く、帰宅後に家事や子供の世話に追われる。高齢の親側も子供たちの忙しい生活に障らないよう、用事があるとき以外は自分からの電話を遠慮し、さらに一人暮らしの高齢者が孤立しがちになる。こうした現状から高齢者のコミュニケーション支援は重要な課題と言える。

高齢者のコミュニケーション支援のニーズの高まりは、これまで各自治体や民間の調査により指摘されている。特に一人暮らしの高齢者は、一人で食事を摂る「孤食」を余儀なくされるが、孤食は、偏食や欠食を招き、それによりQoLの低下、抑うつ傾向に陥るといった心理的要因との関連が報告されている。一方で食卓を囲みながら会話を楽しむ習慣は、人の精神的安定に機能することが知られているが、食事中の行動と精神的効果の関連は調べられていない。

2. 研究の目的

高齢者と遠隔に住む家族が共に食事をしながら会話を楽しむ(共食会話)行為が、高齢者の心理的安定に及ぼす影響を分析し、一人暮らし高齢者の幸福感醸成のメカニズムを解明する。幸福感とは意欲、安心で心が満ち足りている状態を指し、人のQoL(Quality of Life)の大きな要素に位置づけられる。離れて暮らす高齢者とその子供の間で継続的な共食会話が高齢者の幸福感に繋がると仮定し、繋がり感・満足感などの心理的要因と人の行動原理との対応関係を明らかにする。コミュニケーションの観点から人間科学、心理学の分析手法を横断的に用い、得られた結果をエビデンスとして、高齢者の幸福感のメカニズムを解明する。

本研究は、一人暮らし高齢者の孤立、疎外感の軽減に寄与し、QoLの維持向上に貢献すると考える。

3. 研究の方法

(1) データの取得

3組の親子にデータ収集に協力してもらった。具体的には、A親子(母:71歳、千葉県在住。娘:44歳、東京都在住)、B親子(父:76歳、東京都在住。娘:46歳、神奈川県在住)、C親子(姑:81歳、茨城県在住。嫁:55歳、千葉県在住)の3組である。それぞれの自宅にiPadを置き、2か月の調査期間を設け、親子間で6~7回の遠隔共食をしてもらった。定期的なインタビュー、毎日の生活記録の記入、毎食の食事写真撮影、共食場面の映像収録を依頼した。

(2) アプローチ

インタビュー会話の分析

遠隔共食を開始する前、1か月後、2か月後のインタビュー会話を書き起こす。会話内容を詳細に分析する。これにより離れて暮らす親子のコミュニケーションニーズを掘り起こし、遠隔共食会話が親子のコミュニケーションにもたらす効果を概念図に整理する。

主観的幸福感の分析

親の生活記録に記入された、6項目の主観的幸福感(Subjective well-being)への評価を分析する。遠隔共食を始める前と1カ月が経過した評価の比較から、遠隔共食が親の内部状態に及ぼす影響を定量的に示す。

遠隔共食会話シーンの映像分析

遠隔共食中の親子の会話を直接分析する。親子間で交わされる会話中のトピックから親の主観的幸福感を向上させる要因を探り、認知構造モデルとして説明する。

4. 研究成果

(1) 取得したデータ

2か月間の遠隔共食実験において、3組の協力者6人からそれぞれ、生活記録を61日分(図1)、食事写真を183枚(1日3食×61日分)(図2)、期間中3回(1回あたり1時間)のインタビュー音声、3回の遠隔共食映像(図3)を取得した。

なおC親子に関してはデータの一部に欠損が生じていたため、定量的な分析については、A親子、B親子のデータを用いた。

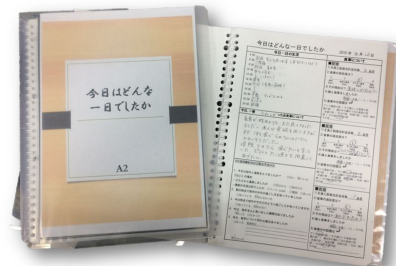


図1 毎日の生活記録帳

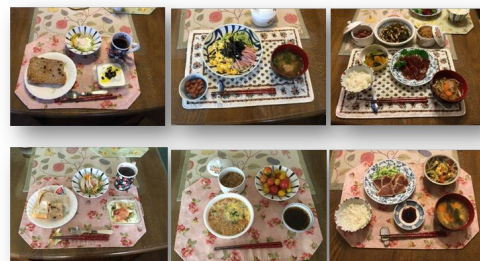


図2 毎食の写真



子供家族の様子を見ながら食事する両親



両親の様子を見ながら食事する子供家族
図3 遠隔共食場面の映像

(2) 「遠隔」「共食」環境が親子のコミュニケーションにもたらす効果の検討

A 親子の母と娘、B 親子の父と娘の、インタビュー内容を検討する。初回訪問時のインタビューから得られた「日頃のつながりについて」、1カ月経過時、2カ月経過時に聞き取った「遠隔で繋がることについて」「会話の場が食事であることについて」に関する発言を書き起こし、分析した。

A 親子のインタビュー結果

「日常のつながりについて」の発言を見ると、母親は孫と会う機会を月に1度作っており、会った時には食事に出かけたいと述べていた。しかし、娘の忙しさを気遣って、あまり長居はしないように心がけているようであった。娘も年をとってきた親の様子は気になるが、忙しさのあまり連絡を取る機会を逃しているとのことであり、親子は、互いに連絡を取り合うことへのニーズを抱えていると考えられた。「遠隔で繋がることについて」「会話の場が食事であることについて」に関しては、母親は出かけなくても孫の顔が見られるし、食べていると話題が豊富であるとのことであった。遠隔共食は目の前に食べ物があるので、毎回、お互いの食事を見せ合っているとのことだった。娘は日常の様子を見せ合えるし、食事の時間だから家族が集まりやすいと述べていた。特に普段の用事は、母親との電話で済ませるので、家族同士が揃っている食卓は、息子や父も入った会話ができるのは良いとのことであった。

B 親子のインタビュー結果

「日常のつながりについて」は孫が思春期でかつ部活が始まってからは、だんだん疎遠になっていると感じているようであった。娘も親を心配しているが、日頃の行き来は近くに住む妹に頼っているとのことであった。よって、B 親子も、会う回数を増やすことへの願望を持っていると考えられた。こうした状況の中、「遠隔で繋がることについて」は父親にとって孫の顔が見られるので、嬉しいとのことであった。また「会話の場が食事であることについて」は、父親は食事中、娘が作った料理にコメントすることを楽しんでいる様子であった。娘は食事後に息子の塾の送迎があり忙しいが、食事中はみんながゆっくり座れるので話すのには良い環境であるとのことであった。

以上2組の親子のインタビュー内容を概観した。家族ごとに生活スタイルが異なるが、孫が大きくなると学業が忙しくなり、娘も働いていると、行き来する回数が減っていること、それに対して憂いを感じていること、遠隔共食においては、会話中に食事を見せ合っていること、食事が家族を集め一定の時間の会話を楽しむ場として機能している点が共通に言及されていた。

会話もたらす コミュニケーション効果

こうした親子のコミュニケーションニーズに対し映像会話システムと食卓が何を解決しているのかについて、それぞれの環境が持つ特性より検討した。

はじめに、遠隔共食会話が達成される仕組みを図4の通り整理した。今回利用した環境の特性として、映像会話システムは遠隔地に住む家族同士をつなぐことで時間の共有を実現し、互いの画面を通して生活空間の一部を見せ合い、眺めることを可能にしている。食事は人が生きるために必須の行為であり、食卓はその場に居合わせる家族が自然に集まる場所である。すなわち“食べる”という習慣そのものが家族を集めることに機能していると考えられる。これらの環境のもと、顔を見せ合う機会の減少、連絡のタイミングを逸する親子に遠隔共食がもたらした結果は、「出かけなくても顔が見られるし普段の様子がわかる」「目の前に食事という話題があるので会話が気楽にできる」「家族みんなが集うので話題が豊富である」というものであった。

この結果に対し、まずなかなか会いに行く時間が取れないという問題は、映像会話システムが解決していることは言うまでもない。遠隔地に住む親子の生活の1シーンを時間共有させたことが、“会えない”問題を解決したものと考えられる。さらに前述の通り、

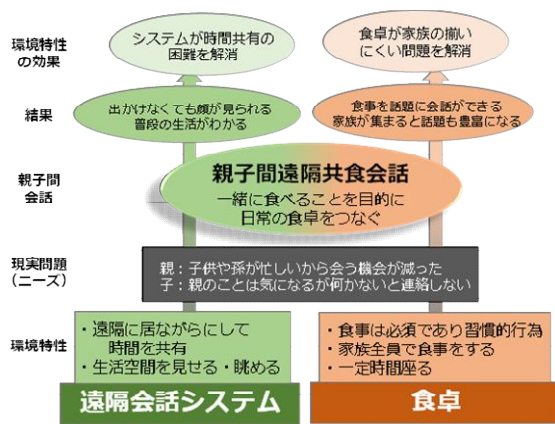


図4 遠隔共食環境がコミュニケーションにもたらす効果の概念図

出会いの場を食卓に設定することは、食事という習慣的行為が家族を集める機能を持ち、食べ物が話題を提供していた。以上、映像会話システムと食事の環境特性は、親子が時間共有することの難しさと、家族みんなが一堂に揃いにくい問題を解消したと考えられる。

(3) 遠隔共食が親の主観的幸福感(SWB)に及ぼす影響

主観的幸福感への評価分析

A 親子の母親, B 親子の父親の生活記録に基づき、遠隔共食をしていない1~2週目(非遠隔共食期間)、遠隔共食をした7~8週目(遠隔共食期間)のSWB評価を比較した。

SWBに関する質問項目は6項目で、主観的健康度、生活充実感、生活意欲など主観的幸福感に関する質問を用意した。具体的には、今日の気分はいかがでしたか(気分)、今日の体調はいかがでしたか(体調)、今日接した方との人間関係に満足されましたか(人間関係)、今日は充実した一日でしたか(充実感)、今日は他人の役に立ったと感ずることがありましたか(存在意義)、明日やりたいことはありますか(明日への意欲)である。

回答には、VAS (Visual Analogue Scale) 方式を用いた。10cmのスケールを用意し、左端を最もネガティブな評価、右端を最もポジティブな評価とした。該当する程度に印をつけてもらい、スケールの左端から印がつけられた点までの距離(mm)を定規で計測し、数値を各質問項目への評点として記録した。

なお、非遠隔共食期間と遠隔共食期間において、ネガティブな出来事、あるいはポジティブな出来事が、継続して起きた場合、その期間のSWB評価の偏りに影響することが考えられる。そこで生活記録に記載された日記内容が肯定的/否定的のどちらに捉えられるか、第三者の視点から評価を行った。評価者は筆者のうち2人と大学生2人計4人が、日記の内容を4件法にて評点をつけた(否定的(1

点)から肯定的(4点))。非遠隔共食期間と遠隔共食期間において、1日ごとに評価者4人の評点平均を比較したところ、A 親子, B 親子共に有意な差は認められなかった(母親: $t(22)=0.52, n.s.$ 、父親: $t(22)=0.58, n.s.$)。

遠隔共食と主観的幸福感の関連

そこで、非遠隔共食期間と遠隔共食期間それぞれにおいて出来事に起因する差は無いと見なし、SWBの平均得点を比較した。結果を図5に示す。図5の通り、母親は『気分』($t(22)=4.20, p<.01$)、『体調』($t(22)=2.56, p<.05$)、『明日への意欲』($t(22)=3.01, p<.01$)の評価が、父親は『気分』($t(22)=2.58, p<.05$)、『体調』($t(22)=3.29, p<.01$)、『存在意義』($t(22)=2.71, p<.05$)、『明日への意欲』($t(22)=4.36, p<.01$)の評価が遠隔共食期間において有意に高い結果となった。このことから、継続的な遠隔共食は日々の気分、心身の健康、生活意欲の向上に貢献していることが示された。

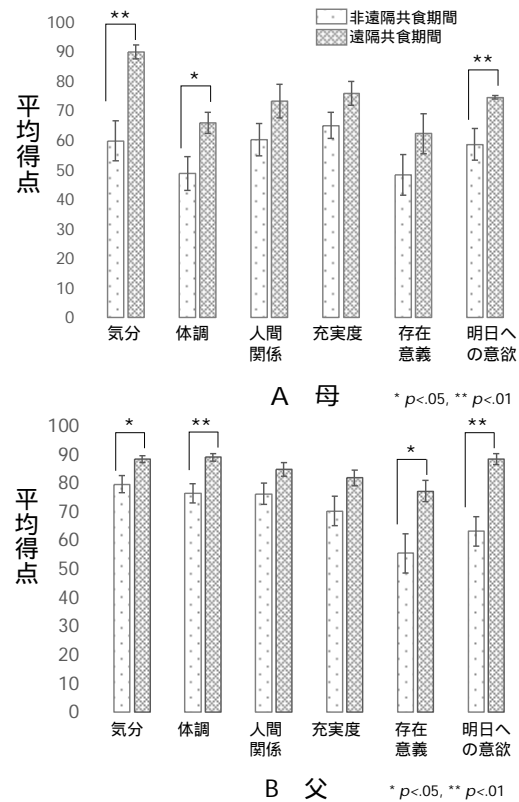


図5 非遠隔共食期間と遠隔共食期間におけるSWB平均得点の比較

(4) 遠隔共食コミュニケーションと親の主観的幸福感の関連

遠隔共食のどのような要因によって母親と父親のSWB評価が向上したのか、実際の遠隔共食会話の内容を事例的に検討した。

遠隔共食会話の様子を収録した映像を分析した。会話内容を書き起こし、トランスクリプトを詳細に分析したところ、いくつかの注目すべき点が抽出された。

A 親子の共食会話分析

映像共食が介された冒頭において、娘が食事メニューを紹介していた。ここでは単に夕食のメニューを紹介する会話がなされているが、娘のメニュー紹介には、息子と二人で夕食の一品を作ったこと、室内で栽培した葉物が食べられる程度に成長していること、近隣の人におかずのお裾分けをいただく付き合いがあることなどの情報が含まれていた。こうした子供や孫の様子や情報を知り得ることは、夫婦二人きりの母親の生活には刺激になると考えられる。

また、母親が最近のボランティア活動の様子を娘に語るシーンである。自己について語ること（自己開示）は、他者から見られている自分を意識する客観的自覚状態をつくり、自己概念を明確化する機能がある。母親にとって、近況を言葉に出して語る行為は自己の内部を整理する機会になっていると考えられる。また娘からの「いいんじゃない」「そうゆうことあるね」などの支援的な返答は、母親の自己達成感や自己肯定感を得る要因になっている可能性がある。

B 親子の共食会話分析

B 親子の食事中の会話において、娘が、以前、父親に作ってもらったもつ煮が子供たちに好評だったという話をする場面があった。父親にとって自分が作った手料理を孫たちがまた食べたがっているというのは嬉しいリクエストであり、自己肯定感の創出につながると考えられる。さらにその話をきっかけに次回の約束の話に発展していた。近々に会える話は関係維持や一体感を覚えるものと考えられる。また、娘の長男が画面に映ったことで、父親が部活について尋ねている。今は中間テスト期間で部活は休み中であること、これから塾の面接があるといった生活の様子が娘から伝えられた。こうした情報共有の有無やその量は、社会的つながりの指標になり、一体感を得るものと考えられる。

会話内容による主観的幸福感向上に関わる要因の分析

共食中の会話内容には、「子や孫の新鮮な話題」「自己の近況整理」「情報共有・共感」「子や孫からのポジティブな評価」「次の約束」などが含まれていた。こうした話題に触れることが、日常生活に対する刺激、自己達成感、子供家族との一体感、自己肯定感、関係維持といった親の内部状態に効用をもたらしたと考えられる。この効用が、今回 SWB

の調査項目に挙げた「気分」「体調」「存在意義」「明日への意欲」といった評価を押し上げる要因になったものと考えられる。

以上の遠隔共食中の会話内容が親の心的状態にいかなる効用をもたらし、主観的幸福感へ影響したのかについて、認知構造モデルとして図6のように整理した。

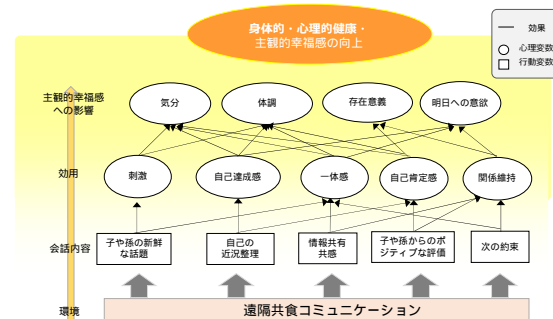


図6 遠隔共食コミュニケーションの場における認知構造モデル

(5) まとめと本研究の限界

今回3組の親子の協力を得て、2組のデータを分析、報告した。この2組の親子にとって遠隔共食会話はコミュニケーションニーズの解決の一端を担ったものと考えられた。それは、遠隔共食期間の後半で親のSWBが向上したことにも裏付けられた。しかし、今回は親子が良好な関係にあること、互いに連絡を取りたい気持ちを持っていたことが前提にある。親子関係の機微はその家庭によりさまざまで、食卓を映像会話システムで繋ぐことが、生活の中にどのような位置づけになるかは未知数である。

ここで今回、生活記録のデータの不足により取り上げなかったC親子について触れておく。C親子は義理の親子(姑と嫁)であるが、非常に仲が良い。行き来も頻繁で電話をかけることに関しては、成人している孫が毎日行っている。C親子にインタビューしたところ、遠隔共食で映像が見られるのはありがたいが、互いの日常生活は十分わかっており、あえて食卓を繋ぐ必要性は見いだせないということであった。

また、一般的に孫が幼い場合には、親子間で「孫に会う楽しみ、成長ぶりを見せる楽しみ」という動機があるかもしれない。その場合においても、あえて会話の場が食卓である必要はないと推測される。したがって、本報告で示した遠隔共食会話の効果は、コミュニケーションに対してニーズを抱えている一部の親子に限定したものに過ぎない。しかし、今回の協力者のように、子供が働いていて忙しさを気遣って連絡を控えている、孫が思春期で家族の会話に積極的に参加することが難しい、といった環境の親子にとっては、遠

隔共食が、実際に対面して共食をするコストを減らし、コミュニケーションのサポートとして一定の評価を与えるものとする。

今後はより多くの事例を取り上げ、遠隔共食の可能性を検討する必要がある。さらに親とつながる子供の内部状態を詳細に調べる必要がある。コミュニケーション支援として、親子双方が満足感、幸福感を得ることが望ましい。今回は2カ月という短い期間であったが、今後は長期にわたるデータ収集が必要であり、引き続き、離れて暮らす親子のコミュニケーション支援として遠隔共食の効果と限界を探っていく。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計 4 件)

・秋谷直矩, 「介護」『人工知能・ロボットと労働・雇用をめぐる視点: 科学技術に関する調査プロジェクト報告書』国立国会図書館, 2018, 査読有, pp.50-56,
<http://www.ndl.go.jp/jp/diet/publication/document/index.html>

・秋谷直矩, 人びとの実践における『行為の理解可能性の公的な基準』の探求, 看護研究, 査読無, 50(4), 2017, pp. 330-334
<https://doi.org/10.11477/mf.1681201396>

・秋谷直矩, ビデオカメラを用いたエスノメソドロジー研究の展開: 機材の発展と研究法の進展, 質的心理学研究, 査読無, 16, 2017, pp.10-12,
<http://iss.ndl.go.jp/books/R100000002-100000412718-00>

・徳永弘子, 武川直樹, 木村敦, 孤食と共食における食事動作のメカニズム-食事の形態がもたらす心理的影響との関連に照らして-, 日本食生活学会誌, 査読有, 27, 2016, pp. 167-174
http://doi.org/10.2740/jisdh.27.3_167

〔学会発表〕(計 11 件)

・紺野遥, 徳永弘子, 武川直樹, 日根恭子, 遠隔共食コミュニケーションが子供と離れて暮らす高齢者の主観的幸福感の向上に影響する要因の分析, 電子情報通信学会 HCS 研究会, 2018

・徳永弘子, 紺野遥, 日根恭子, 武川直樹, 離れて暮らす子供との遠隔共食が親の主観的幸福感にもたらす要因の多角的検討, 2017 年度日本認知科学会第 34 回大会, 2017

・紺野遥, 徳永弘子, 武川直樹, 日根恭子, 離れて暮らす子どもとの遠隔共食が高齢者の食事満足度と QOL に及ぼす影響, 電子情報通信学会 HCS 研究会, 2017

・徳永弘子, 斎藤博人, 武川直樹, 大島直樹, 遠隔地家族間のコミュニケーションを引きだす食卓メディアの構築 ~ 調理動

作情報の抽出に必要な室内センサーの検討 ~ 電子情報通信学会 CNR 研究会, 2017
・徳永弘子, 秋谷直矩, 武川直樹, 中谷桃子, 高齢者のコミュニケーション支援に向けた遠隔の親子間共食会話の事例分析, 日本認知科学会第 33 回大会, 2016

・徳永弘子, 中谷桃子, 秋谷直矩, 武川直樹, 非同居の高齢者と子供家族の食事場面共有によるコミュニケーション効果の検討, 日本食生活学会第 52 回大会, 2016

・徳永弘子, 中谷桃子, 秋谷直矩, 武川直樹, 互いに離れて住む高齢の夫婦と子供との遠隔共食会話の事例報告 ~ 2 か月間の生活記録とインタビューからわかる共食の効果 ~, 電子情報通信学会 HCS 研究会, 2016

・秋谷直矩, ケアをめぐる相互行為分析の射程と可能性, 第 42 回日本保健医療社会学会大会ラウンドテーブルディスカッション, 2016

・秋谷直矩, エスノメソドロジーにおける信頼論の展開, 応用哲学第 8 回研究年次大会ワークショップ, 2016

〔図書〕(計 1 件)

・水川喜文・秋谷直矩・五十嵐素子編, ハーベスト社, ワークプレイス・スタディーズ: 働くことのエスノメソドロジー 2017, 総ページ数 309

〔産業財産権〕

出願状況 (計 0 件)

取得状況 (計 0 件)

6. 研究組織

(1) 研究代表者

徳永 弘子 (TOKUNAGA, Hiroko)
東京電機大学・システムデザイン工学部・研究員
研究者番号: 00747321

(2) 研究分担者

秋谷 直矩 (AKIYA, Naonori)
山口大学・国際総合科学部・講師
研究者番号: 10589998

(3) 連携研究者

武川 直樹 (MUKAWA, Naoki)
東京電機大学・システムデザイン工学部・教授
研究者番号: 20366397