

平成30年9月4日現在

機関番号：31101

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2015～2017

課題番号：15K03945

研究課題名(和文) 高齢者の生活の質を維持・向上させる自動的心理プロセスに基づいた認知習慣の研究

研究課題名(英文) A study of system1-based cognitive habits which may improve the quality of life among elders

研究代表者

渋谷 泰秀 (Shibutani, Hirohide)

青森大学・社会学部・教授

研究者番号：40226189

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,400,000円

研究成果の概要(和文)：高い生活の質や幸福感に関連している生活習慣について2回の社会調査結果を分析した。生活の質に関連する認知習慣としては、人生のマネジメント方略が重要であった。この習慣は、能動的な選択、受動的な選択、最適化、補償で構築され、これらの習慣は高齢者において日常生活の質に影響を及ぼしていることが明らかとなった。しかし、抽象性の高い幸福感は、生活の実務に関連するマネジメント方略より、人間関係全体の健全性に関連する自己効力や社会の全般的理解に関連する選挙や政治への関心と関連性が見られた。消費者脆弱性及び詐欺脆弱性は、高齢者の生活の質及び幸福感を脅かす要因として重要であることが明らかとなった。

研究成果の概要(英文)：Data from the two surveys conducted in this study were analyzed for evaluating for finding the beneficial habits in improving the quality of life and happiness among elders. The SOC model was identified as the important factor for improving the quality of life. The SOC model consists of four elements, the elective selection, loss-based selection, optimization, and compensation. Each component found to contributes for improving different part of the quality of life. However, more abstract concept such as happiness was more closely related to concepts with wider spectrum such as the self-efficacy and interest in the election and politics than the concrete daily life strategy like the SOC model. The consumer vulnerability and fraud vulnerability were identified as threatening factors for the quality of life and happiness.

研究分野：心理学

キーワード：生活の質 高齢者 幸福感 生活習慣

1. 研究開始当初の背景

加齢による認知能力の低下は、高齢者の生活の質の劣化に関連していることは、多くの先行研究で明らかとなっている。この問題に対する対策として、加齢による認知能力の機能低下を最小限に抑えることが考えられてきた。しかし、人間の認知能力のスペクトラムは広く、どのような認知能力の保持がどのように生活の質や幸福感に関連しているのかに関する研究は少ない現状であった。

人間の認知プロセスには、自動的で直観的な「システム 1」と意図的で努力を必要とする演繹的な「システム 2」があり、日常生活の多くはシステム 1 に依存していると考えられている。演繹的システム 2 は、人間特有の能力であると考えられているが、努力を要すること、記憶と関連していること、能力の容量が限られていることなどからシステム 2 は加齢とともに低下することが知られている。一方、習慣化して毎日繰り返し行う生活部分に関しては、システム 1 を使用することにより、機能性を維持できる場合が多くあるとの研究報告が少なからず存在する。また、認知的な努力を必要とする作動記憶などを用いるシステム 2 の機能とは異なり、認知習慣などに代表される自動的なプロセスであるシステム 1 は加齢に影響されない可能性が報告されている。

我々（澁谷・渡部）の研究では、高齢者の生活の質において、無意識にできる行動は、機能性が保たれていることが多く、機能性の維持により自己効力が向上し、習慣化された行動は生活の質全般の維持に貢献していることが明らかとなっている。先行研究を統合すると、次の 2 項についての十分な証拠が存在する； 認知

習慣の獲得は、高齢者の生活の質の維持・向上に役立つ、認知習慣が身につくと、もし認知症などの問題が起こった場合でも、生活

の質を維持できる可能性がある。

2. 研究の目的

本研究は、高齢者の生活の質を維持・向上させる認知的習慣を複数同定し、その認知的習慣が効果を発揮するコンテキストとの関連性を明らかにする。高齢者の認知習慣と生活の質、幸福感、自己効力、情動的加齢、及び意思決定方略などとの関連性を説明する。生活の質の維持・向上に役立つ認知習慣獲得のために必要な方略を提供する。これら 3 つの目的を、我々が研究してきた社会調査の手法を用いて達成する。現在、Web を頻繁に用いる世代が高齢者世代に入ってきていることから、Web 調査及び Web を実施する。

3. 研究の方法

本研究は、社会調査を用いてデータを収集し、仮説を検証する実証的研究である。調査地区は、青森市、秋田市、八戸市とし、選挙人名簿からランダムにサンプルを抽出し（青森市 100 名（青森市は同時期に他の社会調査を実施のため 100 名以上のサンプルを抽出することができなかった）、秋田市 200 名、八戸市 200 名、その総サンプル 500 名に往復はがきで調査研究の依頼を行い、拒否されなかった 370 名に調査票とウェブ調査参加に関する情報を送付した。往復はがきによる調査参加の可否等は、青森市の拒否及び住所不明者は 33 名、秋田市の拒否及び住所不明者は 46 名、八戸市の拒否及び住所不明者は 51 名で、総計で 130 名のサンプルには調査票が送付されなかった。

調査票の回収は、調査票に回答した研究参加者は郵送で回収した。ウェブで回答した研究参加者の回答はウェブ上で回収した。青森市の有効回収数は 41 票（有効回収率 41%）、秋田市の有効回収数は 93 票（有効回収率 46.5%）、八戸市の有効回収数は 89 票（有効回収率 44.5%）であった。この調査は研究期

間の2年目に実施されたが、調査票の回収は総数で223票と予想の300票を割り、少なかったことから、研究計画の記載に沿って、最終年度である3年目に、追加調査を実施した。追加調査は高齢者を対象とした研究であるため、高齢者70名のみを対象と実施した。

調査票の内容は、年齢、性別、教育歴などの一般的デモグラフィックの6項目の他に我々の過去の研究で使用した、生活の質（家族関係、友人関係、仕事関係、収入、健康関連、居住環境の6下位尺度を含む18項目）、幸福感（6項目）、自己効力感（16項目）、バルデスのSOCモデル（48項目）、社会認知に関する項目（14項目）、認識認知的能力の確認項目（10項目）、日常生活の方略（16項目）、医療環境（18項目）、未来展望（10項目）、日常の習慣関連項目（19項目）、政治及び選挙への関心（9項目）、詐欺脆弱性（9項目）の約190項目で構成されていた。

追加調査の調査票は、本調査の調査票の結果を受けて改善された項目及び認知検査をインタビューで実施した。更に、インタビューに加えて、詐欺脆弱性（消費者としての脆弱性）、批判的思考態度、意思決定方略、認知的構造欲求、自己効力感などを盛り込んだ紙媒体の調査票のみを用いて実施した。

4. 研究成果

本研究は、幸福感と生活の質を従属変数として、自己効力感、人生のマネージメント方略、社会に関する理解、未来展望、日常習慣（メモ取り、人間関係の重要性、日常のコンピテンシーなど）を独立変数として、社会調査を実施した。主な結果は、下記のとおりである。

(1) 幸福感に貢献する要因：幸福感は、特に理由が思い当たらないが、自分が幸福であると感じる、漠然とした幸福感と定義し、6項目で構成される幸福感尺度で測定した。幸福感を向上させる要因として、関連すると考えられてきた変数（研究方法参照）との関連

性を相関分析、因子分析、信頼性分析等を実施した結果、非高齢者と高齢者で、重要性のレベルは異なるとしても、およそ同様の要因が幸福感に影響を及ぼしていることが明らかとなった。特に、「人間関係を重要視する価値観」(6項目尺度)両年齢グループで幸福感と高い相関係数を示した(非高齢者(.35)高齢者(.38))。また、非高齢者では、自己効力の下位尺度である「失敗に対する不安」(.54)が高い相関を示した(高齢者では.35)。非高齢者と高齢者の共通の要因として、上記の要因が挙げられるが、相違点として重要であると考えられる点は、非高齢者では日常生活のマネージメント方略が幸福感に重要な関連を示しているが、高齢者では具体的な生活の質(家族関係、友人関係、仕事関係、収入、健康、居住環境など)を直接的に影響する方略が、概念的には抽象性の高い幸福感に強い影響を及ぼしていないことである(図1参照)。非高齢者の幸福感は、非高齢者と比較して、具体的な性格の質とより高い関連性がある。この相違は、今後研究を進めていくべき点である。また、設問の内容から明確であるとも考えられるが、高齢者で幸福感が高い研究参加者は、自分はまだ若いと考えている人が多かった。非高齢者ではそのような関係は観察されなかった。更に、幸福感は自力で達成できると考えている非高齢者は、高齢者と比較して多かった。上記の2項の視点は、非高齢者の幸福感の構成要素と高齢者の幸福感の構成要素が異なるとする先行研究と一致する知見であった。

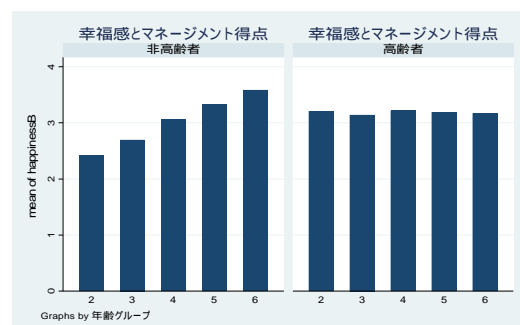


図1 幸福感とマネージメント方略

(2) 家族関係に貢献する要因：高齢者は未来展望及び「高齢者はまだ若い」といった自己概念、医療サービスに関する満足度などの要因が家族関係との関連性では重要な要因である(相関係数：.20 ~ .29)。

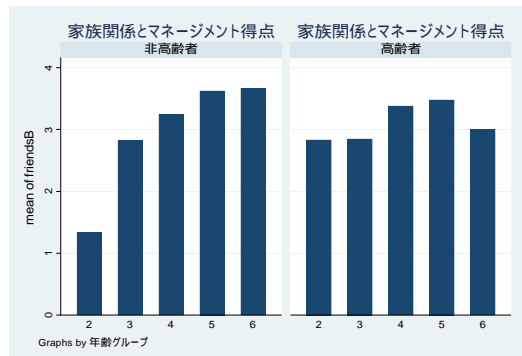


図2 家族関係とマネージメント方略

非高齢者においても、高齢者と同様の要因が影響を及ぼしていたが、ライフマネージメント方略(選択・最適化・補償)は、最も重要な要因であった。これは、高齢者は他の家族などに対する責任が減少した事によると考えられる(図2参照)。

(3) 友人関係に貢献する要因：自己効力、マネージメント方略、自己責任感、人間関係の重要性の認識などが、高齢者と非高齢者の両グループで重要な要因であることが明らかとなったが(相関係数：.27 ~ .48)、友人関係とマネージメント方略との関連性は、非高齢者の方が顕著な傾向が見られた。

(4) 仕事関連事項に貢献する要因：仕事に関する要因では、幸福感や家族関係などと同様に高齢者と非高齢者で自己効力感の影響を及ぼしているが、仕事に関する要因の特徴としては、

非高齢者では自己効力感がより強い関連性を示した(非高齢者で.46 ~ .62)。マネージメント方略は、両グループで仕事との関連性が見られたが、特に高齢者ではマネージメント方略がより強い関連性を示した(高齢者で相関係数：.57 ~ .58)。

(5) 収入と関連する要因：収入と関連する要因としては、自己効力感及びマネーメン

ト方略は、非高齢者及び高齢者で中程度の相関を示したが(.19 ~ .34)、自己責任感及び人間関係の重要性との関連性は両グループで比較的高かった(相関係数：.31 ~ .42)。また、高齢者において、メモをとる習慣に非高齢者(.13)と比較して高い相関(.46)が見られたことは、高齢者においては補償行動の一つとしてメモを取る習慣を身に付けていることを示すもので、マネージメント方略の具体例と考えられる(補償行動との相関係数：.30)。

(6) 健康と関連する要因：健康に関連する要因は、非高齢者と高齢者とで相違が見られた。非高齢者においては、自己効力、マネージメント方略、自己責任感、人間関係の重要性の認識(相関係数：.23 ~ .45)が高い相関を示した。しかし、高齢者においては、自分は若いと思う(相関係数：.30)がある程度の相関関係を示した以外には、自己効力(.27)が目立つ関連性であることから、年齢グループとしては健康問題が最も重要な課題であると考えられるが、システムテックな方略が取られていないことを示唆する結果であった。これは、今後、研究を進めていくべき課題である。

(7) 居住環境と関連する要因：生活水準の一部を捉えるとされる居住環境に関連する要因は、非高齢者と高齢者で異なるパターンを示した。非高齢者は、明確に生活のマネージメント方略と中程度の関連性を示したが、高齢者は現実問題を直視する生活のマネージメント方略とは中程度以下の関連性を示した。しかし、両グループにおいて、自己責任感と人間関係の重要性は、比較的高い関連性が見られた(.20 ~ .32)。

(8) 生活の質を向上させる生活習慣：幸福感に関しては、生活のマネージメント方略が中程度の関連性を示したのは、非高齢者のみであった。両グループ共に自己効力感とは中程度の関連性を示したが、高齢者との相関係

数が高い傾向を示した。人間関係の重要性は、両グループで比較的高い相関が見られた（非高齢者 .35, 高齢者 .38）。未来展望と「自分はまだ若い感」は、先行研究においても高齢者にのみ関連性が現れる要因であるが、本研究でも同様の結果となった。

非高齢者は、現実の生活により強い影響を及ぼすと考えられる生活のマネジメント方略と生活の質に関連性が見られ、高齢者の生活の質は、仕事及び友人関係は例外であるが、未来展望及び「自分はまだ若い感」のような感情的な要因により強く影響を受けているパターンが見られた。このパターンは、生活のマネジメント方略が生活の質に影響を及ぼすことは年齢に関係ないと考えられることから、高齢になると生活のマネジメント方略の利用が影響することが少ない生活の質の側面が重要になるとの仮説は可能であるが、高齢者の幸福感と最も相関が高い生活の質の下位尺度は仕事で、高齢者における生活のマネジメント方略と仕事の相関は例外的に高かった（.56 から .58）。このことから、幸福感関連性が高い生活の質の下位尺度の仕事の満足度を向上させるためには、生活のマネジメント方略が重要であることが明らかとなった。

生活の質を低下させる要因としては、非高齢者では、否定的未来電防が生活の質の下位尺度(友人関係、収入、健康)と弱い相関(-.10 ~ -.16)を示した。また、消費者としての脆弱性と関連性が高いと考えられる詐欺脆弱性と生活の質及び幸福感と関連性が確認されている自己効力感との間に弱い負の相関が見られた他は特に重要な要因は見られなかった。しかし、高齢者では、政治及び選挙への関心が自己効力感(-.30)や肯定的未来展望(-.32)と中程度の相関関係を示した。また、政治及び選挙への関心は生活マネジメント方略の選択(-.22)及び最適化(-.20)と弱い負の相関を示した。政治及び選挙への

関心が、現実社会の中でどのような意味を持つかについては本研究の調査では明らかにならない部分であるが、今後、社会の動きに関する認識と生活の質や幸福感が間接的に関連している可能性を共分散構造分析などの確証的分析を用いて確認する予定である。

(9) 追加調査：最終年度に研究計画書に記載した通り、サンプル数が十分ではない場合にはついア調査を実施することとしていたが、その追加調査を70名の高齢者を対象にして実施した(詳細は研究方法参照)。前年度行われた本調査とは異なり、ランダムサンプルでの抽出は行われなかった。また、インタビュー形式で認知レベルの調査の実施に加えて、前年度に実施した調査の改善版の質問票を用いた調査も実施した。この調査は、本調査が生活の質を向上させる要因に焦点をあてた調査であったことから、生活の質を脅かす要因に焦点をあてた調査とした。

追加調査では、調査票には本調査で確認した消費者脆弱性と関連すると考えられる詐欺脆弱性、批判的思考態度、意思決定方略、認知的構造欲求などの尺度を用いた。高齢者の生活の質を脅かす批判的思考態度、意思決定方略、認知的構造欲求と批判的思考態度、統制方略(一次的統制、二次的統制)、認知的構造欲求の間には低い相関が見られた(-.17 ~ .37)。二次的統制(5項目)は、性別で異なる分布が見られた(図3参照)。高齢化のプロセスは、身体的・認知的能力の低下を伴うプロセスであることから、統制方略が高齢者の幸福感や生活の質と関連すると考えられるが、追加調査の結果においては、目標設定をフレキシブルに捉え直すことによって対処する方略である二次的統制方略が性別により異なる可能性が示唆された。統制方略は、高齢者の生活の質及び幸福感の研究において研究されるべき尺度である。

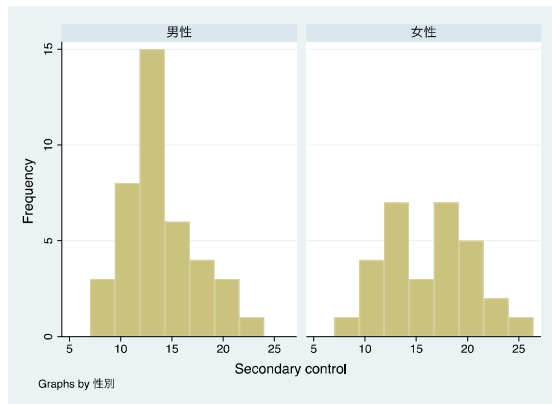


図3 二次的統制方略の性別による相違

高齢者の生活の質は、高齢者の生理学的、心理学的、社会的、経済的な特性と関連しており、現在、このような高齢者自身の特性の変化が継続的に起こっていると考えられる。これからの高齢者は、身体的に若い、経済的にはこれまでの高齢者と比較してバラツキが多くなる傾向が見られることから、高齢者の生活の質や幸福感に関する調査研究は、これからも継続して進められるべきである。

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3件)

- 澁谷 泰秀・渡部 諭・吉村 治正・小久保 温、(2016)「肯定的項目と否定的項目の混在が尺度に及ぼす影響:項目反応理論による社会調査データの分析」、『青森大学附属総合研究紀要』,17(2), 1-13. (査読有)
- 渡部 諭・澁谷 泰秀・吉村 治正・小久保 温、(2015)「秋田県在住高齢者の振り込め詐欺脆弱性の分析」,秋田県立大学ウェブジャーナルA, 第3巻, pp.77-85. (査読有)
- 澁谷 泰秀・渡部 諭・吉村 治正・小久保 温・柏谷 至・佐々木 てる・中村和生・木原博, (2015)「ウェブ調査と郵送調査の直接比較 同一サンプルを用いた回答者特性及び自己効力得点の比較」, 第17巻1号, pp.1-22. (査読有)

[学会発表](計2件)

- 小久保 温・澁谷 泰秀・吉村 治正・渡部 諭, 「社会調査における郵送による質問紙とWebアプリケーションの比較」, 情報処理学会, 第79回全国大会, 2017年3月18日, 名古屋市. (査読有)
- Shibutani Hirohide, (2016). A relationship between the vulnerability

for bank transfer fraud and self-efficacy among elderly people, 31st International Congress of Psychology, Yokohama, Japan. (査読有)

[図書](計0件)

[産業財産権]

出願状況(計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

出願年月日:

国内外の別:

取得状況(計0件)

名称:

発明者:

権利者:

種類:

番号:

取得年月日:

国内外の別:

[その他]

ホームページ等

6. 研究組織

(1)研究代表者

澁谷 泰秀 (SHIBUTANI Hirohide)

青森大学・社会学部・教授

研究者番号: 40226189

(2)研究分担者

渡部 諭 (WATANABE Satoshi)

秋田県立大学・総合科学教育研究

センター・教授

研究者番号: 40240486

吉村 治正 (YOSHIMURA Harumasa)

奈良大学・社会学部・教授

研究者番号: 60326626

小久保 温 (KOKUBO Atsushi)

八戸工業大学・工学部・教授

研究者番号: 50295953

(3)連携研究者

()

研究者番号:

(4)研究協力者

()