

令和 6 年 6 月 12 日現在

機関番号：83903

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2018～2023

課題番号：18K03056

研究課題名(和文)「人生における目的」が心身の健康に及ぼす影響とメカニズムに関する学際的縦断研究

研究課題名(英文) The effect of purpose in life on psychological and physical health: an interdisciplinary longitudinal study

研究代表者

西田 裕紀子 (Nishita, Yukiko)

国立研究開発法人国立長寿医療研究センター・研究所 老年学・社会科学研究センター・副部長

研究者番号：60393170

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,200,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は地域住民を対象とする縦断調査より、「人生における目的(Purpose in life)」の加齢変化及び、心身の健康に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。主な研究成果として、(1)「人生における目的」は、横断的には40歳以降上昇してその後低下し、縦断的には加齢に伴い負の傾きが大きくなること、その切片及び傾きには、全年代を通じて大きな個人差があることが示された。(2)「人生における目的」は、心身の健康や健康行動の変数と有意な関連を示した。(3)「人生における目的」の高さは、その後の生存に影響した。以上より、「人生における目的」が心身の健康や長寿と関連する可能性が示された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

2023年の日本人の平均寿命は男性81歳、女性87歳となり、延伸した寿命をいかに過ごすかを考えることは、個人や社会にとって重要な課題である。最近では、介護予防事業として「生きがいと健康づくり」の講座が多く開催されているが、生きる目標や生きがいが心身の健康に及ぼす効果に関する学術的な研究は少ない。本研究は「人生における目的」という心理学的な構成概念を用いて、それらを検証する点で有意義である。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study was to clarify the age-related changes in purpose in life and its effects on psychological and physical health, based on a longitudinal survey of community dwelling adults. The main findings of the study are as follows: (1) As the age-related change in purpose in life, cross-sectionally, it increased after the age of 40 and then decreased; longitudinally, the negative slope increased with age; and the intercept and slope showed large individual differences across all age. (2) Purpose in life was significantly associated with physical and mental health and health behavior variables. (3) Higher purpose in life affected subsequent survival. These results indicate that purpose in life might be associated with both psychological and physical health and longevity.

研究分野：生涯発達心理学

キーワード：人生における目的 中高年者 エイジング 学際的研究

1. 研究開始当初の背景

加齢にとともに、一般的に身体的・生理的機能は低下していく。また、仕事役割からの引退や近親者との死別などの社会的な喪失に直面する可能性も高い。このようなネガティブとも取れるエイジングの様相とともにより良く歳を重ねていくためには、どのような心のもちようが重要だろうか。本研究課題では、より良い加齢のための心理的資源になり得る概念として「人生における目的 (Purpose in life)」に着目する。

「人生における目的」は生きる目標や人生の方向性をもっているという感覚である。Ryff (J Pers Soc Psychol, 1989) が、人間発達や自己成長に関する理論的背景から、「心理的に良い状態」の構成要素として「人生における目的」を定義し (図 1)、尺度構成を行って以降、その年代差や関連要因に関して多くの実証研究が行われている (Ryff & Singer, J Happiness Stud, 2008; Schanowitz & Nicassio, Int J Behav Med, 2006)。特に、最近の動向として着目すべきは、「人生における目的」を独立変数として、心身の健康や寿命に及ぼす効果を検証する研究が増えていることであろう。例えば、高齢期に「人生における目的」が高い場合、脳卒中や心筋梗塞の発症率が低く (Kim et al., J Psychosom Res, 2013)、複数の慢性疾患があっても身体全体の炎症は抑制される (Friedman & Ryff, J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci, 2012)。また、「人生における目的」が高い高齢者は、死後の剖検により脳内でアルツハイマー病の病理学的進行を認めていても、認知機能を高く維持していることが報告されている (Boyle, et al., Arch Gen Psychiatry, 2012)。

これらの結果は、「人生における目的」がエイジングをより良く経験するための重要な資源となる可能性を示唆していると言えよう。しかしながら、学際的、縦断的な研究からの検証は未だ少なく、日本人中高年者の「人生における目的」の長期的な加齢変化と個人間変動や、「人生における目的」が心身の健康の維持に果たす役割に関してはほとんど明らかになっていない。

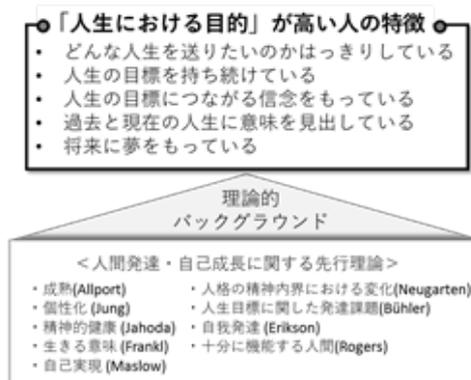


図1 「人生における目的 (Purpose in life)」とは (Ryff, et al., J Pers Soc Psycho, 1989; Ryff, et al., Curr Behav Neurosci Rep, 2016)

2. 研究の目的

本研究では、「人生における目的」の長期的な加齢変化とその個人差及び、心身の健康に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。

3. 研究の方法

【研究コホート】

申請者らは 1997 年より、学際的な縦断研究である「国立長寿医療研究センター・老化に関する長期縦断疫学研究 (National Institute for Longevity Sciences -Longitudinal Study of Aging : NILS-LSA)」を実施している (Shimokata et al., J Epidemiol, 2000)。対象は年齢と性で層化無作為抽出された 40~79 歳 (初参加時) の地域住民約 2,300 名であり、これまでに約 2~3 年間隔で全 8 回の縦断調査を行ってきた。本研究の申請期間内には追跡調査 (第 9 次調査) を行い、「人生における目的」、心理的・身体的健康、背景因子のデータ収集及び縦断データベースの構築を行う (図 3)。

【本研究の対象者】

本研究の主眼である「人生における目的」の尺度 (後述) は、第 6 次調査以降の調査に含まれる。従って本研究では第 6 次調査をベースライン (以下 BL) とし、「人生における目的」尺度に回答した中高年者 2,289 名 (40~89 歳: 男性 1166 名・女性 1123 名: 表 1) を対象とする。解析の際は、これまでに蓄積済みの第 6 次~第 8 次調査データと本研究期間に収集する追跡調査 (第 9 次調査) の 4 時点のデータを用いる (図 2)。

表1 本研究の解析対象者

年齢 (BL)	男性	女性	合計
40-49	257	262	519
50-59	273	249	522
60-69	276	270	546
70-79	265	248	513
80-89	95	94	189
合計	1,166	1,123	2,289



図 2 NILS-LSAの概要と本研究の対象者

※各調査のnは、脱落者分を補充後の対象者数である。

【変数】

・人生における目的 (表 2) : 心理的ウェルビーイング尺度より 8 項目 (西田, 教心研, 2000)

α 係数は、第 6 次調査 (BL) 0.89、第 7 次調査 0.90、第 8 次調査 0.90、第 9 次調査 0.90 であった。解析に際して、8 項目の平均得点 (得点可能範囲 1~6 点) を求めた。

・基本特性 : 年齢、性、教育年数、婚姻状況、居住形態、就業状況、Body Mass Index、喫煙習慣、疾患既往歴 (心疾患、脳卒中、高血圧、糖尿病、脂質異常症の既往)

・心理的健康 : 抑うつ (CES-D)、生活満足感 (LSI-K)、認知機能 (WAIS-R 知識、符号)

・身体的健康 : 身体機能 (握力、普通歩行速度)、主観的健康感、死亡情報 (人口動態調査の 2 次利用申請)

・健康行動 (BL のみ) : 総エネルギー摂取量 (3 日間の食事秤量記録調査による)、身体活動 (ライフコーダーによる歩数/聞き取りによる余暇身体活動量)

表2「人生における目的」尺度

私はいつも生きる目標を持ち続けている
自分がどんな人生を送りたいのか、はっきりしている
私は、自分が生きていることの意味を見出せない*
私の人生は退屈で、興味がわからない*
私は、自分の将来に夢を持っている
私は現在、目的なしにさまよっているような気がする*
私の人生にはほとんど目的がなく、進むべき道を見出せない*
本当に自分のやりたいことが何なのか、見出せない*

\* 逆転項目

\* 「全くあてはまらない」~「非常にあてはまる」の6件法

【解析】

「人生における目的」の加齢変化と個人差の検討については、「人生における目的」を目的変数、年齢、年齢の 2 次項、経過年数、それらの交互作用項を固定効果、個人の切片と傾きを変量効果とする線形混合モデルを用いた。「人生における目的」と心身の健康および健康行動との横断的関連については、年齢、性、教育年数を調整した偏相関係数を算出し、縦断的関連については、線形混合モデルを用いて「人生における目的」と心身の健康の諸変数の各個人の傾きを算出後、年齢、性、教育年数を調整した偏相関係数を算出した。「人生における目的」が生存に及ぼす影響については、基本特性を調整した Cox 比例ハザードモデルを用いた。

【倫理的配慮】

国立長寿医療研究センター倫理・利益相反委員会の承認を得た (1368-3)。

4. 研究成果

(1) 対象者の基本特性

対象者の BL の基本特性を表 3 に示す。その後の第 7 次調査には 1977 名 (86.37%)、第 8 次調査には 1799 名 (78.59%)、第 9 次調査には 1465 名 (64.00%) が参加した (平均追跡年数 7.93 ± 3.87 年)。

表3 BLの基本特性(平均±SD/N(%))

	40歳代 (n=519)	50歳代 (n=522)	60歳代 (n=546)	70歳代 (n=513)	80歳代以上 (n=189)
年齢 (歳)	44.44 ± 2.65	54.83 ± 2.83	64.26 ± 2.93	74.33 ± 2.81	82.47 ± 2.27
性	257 (49.52)	273 (52.30)	276 (50.55)	265 (51.66)	95 (50.26)
教育年数 <sup>a</sup> (年)	14.10 ± 2.19	13.50 ± 2.32	12.32 ± 2.63	11.24 ± 2.73	10.32 ± 2.47
婚姻状況	448 (86.32)	480 (91.95)	495 (90.66)	399 (77.78)	111 (58.73)
居住形態	20 (3.85)	24 (4.60)	28 (5.13)	54 (10.53)	44 (23.28)
就業状況	456 (87.86)	451 (86.40)	285 (52.20)	92 (17.93)	25 (13.23)
Body Mass Index	22.38 ± 2.92	23.06 ± 3.33	22.82 ± 2.89	22.74 ± 2.86	22.08 ± 2.99
喫煙習慣	92 (17.73)	98 (18.77)	68 (12.45)	48 (9.36)	11 (5.82)
心疾患既往	1 (0.19)	10 (1.92)	19 (3.48)	56 (10.92)	30 (15.87)
脳卒中既往 <sup>b</sup>	4 (0.77)	5 (0.96)	21 (3.85)	43 (8.38)	25 (13.23)
高血圧既往	40 (7.71)	99 (18.97)	187 (34.25)	252 (49.12)	114 (60.32)
糖尿病既往	8 (1.54)	28 (5.36)	64 (11.72)	59 (11.50)	19 (10.05)
脂質異常症既往	46 (8.86)	96 (18.39)	150 (27.47)	129 (25.15)	46 (24.34)
抑うつ (CES-D) <sup>c</sup> (点)	7.41 ± 7.24	7.16 ± 6.82	6.36 ± 6.37	8.31 ± 7.66	8.25 ± 7.34
生活満足感 (LSI-K) <sup>d</sup> (点)	5.20 ± 1.96	5.22 ± 1.91	5.50 ± 2.02	4.85 ± 2.30	4.38 ± 2.24
知識 (WAIS-R) <sup>e</sup> (点)	17.23 ± 4.99	18.74 ± 5.26	17.28 ± 5.52	14.74 ± 5.74	13.69 ± 5.61
符号 (WAIS-R) <sup>f</sup> (点)	74.41 ± 11.04	70.18 ± 11.08	58.32 ± 11.38	44.01 ± 11.96	36.77 ± 9.76
歩行速度 (m/s)	1.45 ± 0.17	1.44 ± 0.16	1.41 ± 0.16	1.30 ± 0.18	1.17 ± 0.19
握力 (Kg)	34.35 ± 9.92	33.63 ± 10.10	30.03 ± 9.08	26.58 ± 7.91	22.88 ± 6.24
主観的健康感 <sup>g</sup> (点)	2.52 ± 0.72	2.68 ± 0.64	2.62 ± 0.69	2.80 ± 0.67	2.96 ± 0.66
総エネルギー摂取量 (kcal)	2063.34 ± 441.96	2066.97 ± 406.50	2051.59 ± 396.85	1912.87 ± 368.70	1811.13 ± 353.96
歩数 (歩)	9130.34 ± 3158.92	9415.19 ± 3280.16	9053.89 ± 3608.48	7380.63 ± 3406.81	5822.34 ± 2720.94
余暇身体活動量 (METs*hr/hr)	0.03 ± 0.05	0.05 ± 0.07	0.09 ± 0.11	0.10 ± 0.12	0.08 ± 0.11
人生における目的	4.20 ± 0.90	4.31 ± 0.87	4.40 ± 0.83	4.36 ± 0.84	4.29 ± 0.86

a:40歳代1名欠損 b:50歳代1名欠損

得点可能範囲 c:0-60 d:0-9 e:0-29 f:0-93 g:0-5

(2) 「人生における目的」の加齢変化と個人差

「人生における目的」の加齢変化に関して、線形混合モデルの推定値 (固定効果の解) を表 4、5 歳区切りの BL 年齢と経過年数を代入して作成したグラフを図 3 に示す。年齢、年齢の 2 次項、経過年数に加えて、年齢と経過年数の交互作用項が有意であり、BL の年齢によって傾きが異なることが示された。各 BL 年齢の傾きを推計すると、40 歳で-0.01 (p=.002)、50 歳で-0.01 (p<.001)、60 歳で-0.01 (p<.001)、70 歳で-0.02 (p<.001)、80 歳で-0.03 (p<.001) であり、加齢に伴い負の

傾きが大きくなっていた。また、「人生における目的」の加齢変化の個人差を検討するために、固定効果と変量効果から予測した個人の切片と傾き（最良線形不偏予測量）と、ベースラインの年齢による分布を図4に示す。どの年代においても、切片、傾きには幅広い個人差があることが明らかとなった。

表4 線形混合モデルの推定値(固定効果の解)

	$\beta$	SE	$p$
切片	4.4013	0.0251	<.0001
年齢(BL)	0.0047	0.0014	0.001
年齢2次項	-0.0004	0.0001	0.000
経過年数	-0.0114	0.0022	<.0001
年齢×経過年数	-0.0004	0.0001	0.004
年齢2次項×経過年数	0.0000	0.0000	0.175

\*年齢は60歳で中心化した。

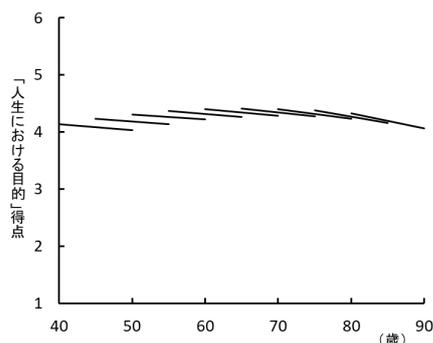


図3 「人生における目的」の加齢変化  
\*5歳区切りのBL年齢と経過年数を代入して作成

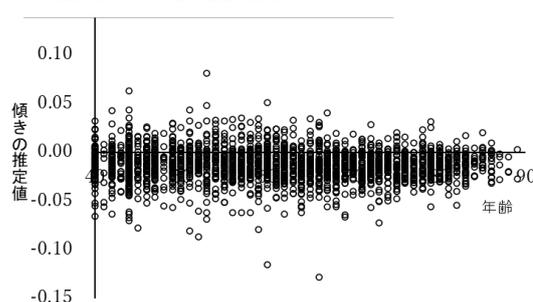
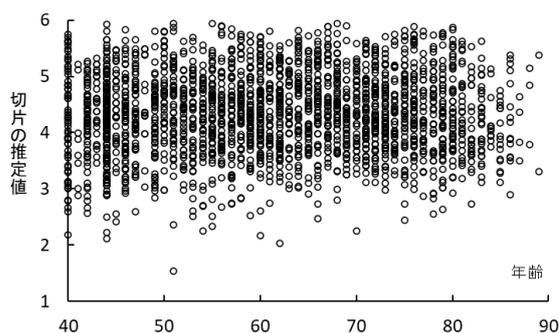


図4 「人生における目的」得点の切片、傾きの年齢分布

目的変数として「人生における目的」得点、固定効果として経過年数、変量効果として個人の切片と傾きを投入した線形混合モデルにより、最良線形不偏予測量を計算した。

### (3) 「人生における目的」と心身の健康および健康行動との関連

#### 横断的関連：

「人生における目的」と心身の健康および健康行動との関連を検討するために、年齢、性、教育年数を調整した偏相関係数を算出した。その結果、心理的健康について、抑うつとは有意な負の関連、生活満足度とは有意な正の関連 ( $r=-0.48, p<.001$ ;  $r=0.48, p<.001$ )、認知機能の一側面である WAIS-R 知識 (一般的な知識量) とは有意な関連を認めず ( $r=0.02, p=.345$ )、WAIS-R 符号 (処理速度) とは有意な正の関連 ( $r=0.09, p<.001$ ) が示された。身体的健康について、握力及び普通歩行速度と有意な正の関連 ( $r=0.11, p<.001$ ;  $r=0.09, p<.001$ )、主観的健康感とも有意な正の関連 ( $r=0.25, p<.001$ ) を示した。健康行動との関連では、総エネルギー摂取量との有意な正の関連 ( $r=0.09, p<.001$ ) 歩数、余暇身体活動量との有意な正の関連 ( $r=0.07, p<.001$ ;  $r=0.13, p<.001$ ) が認められた。

#### 縦断的関連：

「人生における目的」の変化と心身の健康変化の縦断的な関連について検討するために、「人生における目的」の傾きと、抑うつ、生活満足度、WAIS-R 知識、WAIS-R 符号、握力、普通歩行速度、主観的健康感の傾きとの偏相関係数 (BL 年齢、性、教育年数を調整) を算出した。その結果、抑うつ ( $r=-0.23, p<.001$ )、生活満足度 ( $r=0.21, p<.001$ )、WAIS-R 符号 ( $r=0.07, p<.001$ )、握力 ( $r=0.05, p=.013$ )、歩行速度 ( $r=0.05, p=.015$ )、主観的健康感 ( $r=0.16, p<.001$ ) が有意であった。一方、WAIS-R 知識については、有意な関連は認められなかった ( $r=0.03, p=.191$ )。「人生における目的」の傾きと、抑うつ、生活満足度、主観的健康感の傾きの散布図を図5に示す。

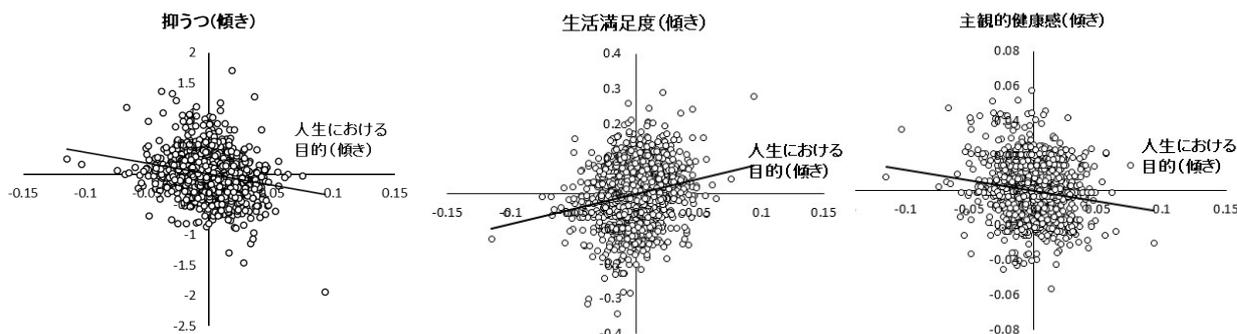


図5 「人生における目的」の傾きと、心身の健康の変数の傾きの散布図  
「人生における目的」と心身の健康の変数について、線形混合モデルにより、最良線形不偏予測量を計算して、傾きを推計して図示した。

(4) 「人生における目的」が生存に及ぼす影響

BLの「人生における目的」がその後の生存に及ぼす影響について、BL直後の3年間で死亡が確認されず、使用変数に欠損のない2253名を対象とする解析を行った。「人生における目的」は、平均値±1標準偏差の得点に基づき3群（低・中・高）に分類し、生存状況には、厚生労働省人口動態調査の2次利用による2017年12月31日までの死亡日のデータを用いた。

対象者の追跡状況を図5に示す。平均追跡年数は8.2±1.1年（最大9.4年）であり、追跡期間中に死亡した者は118名（5.2%）であった。Cox比例ハザードモデルにより低群を基準としたときの死亡リスクを推計した結果、高群のハザード比が有意であり（HR 0.62, 95% CI 0.34-0.99, p=0.039）、低群に比して高群では死亡リスクが低かった。一方、中群のハザード比は有意ではなかった（HR 0.69, 95% CI 0.38-1.25, p=0.225）。

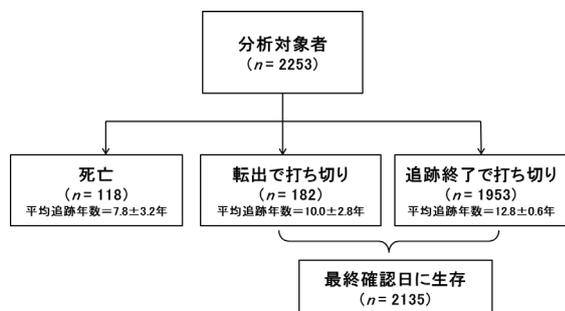


図5 追跡状況

表5 「人生における目的」とその後の死亡リスク

	n	死亡n	調整ハザード比 (95%信頼区間)	p-value
人生における目的				
低群	358	26	reference	-
中群	1504	74	0.69 (0.38-1.25)	ns
高群	391	18	0.62 (0.34-0.91)	*

ns = non significant, \*p<0.05

BLの基本特性を調整したCox比例ハザードモデルによる

(5) 考察

2023年の日本人の平均寿命は男性81.05歳、女性87.09歳となり、延伸した寿命をいかに過ごすかを考えることは、個人だけでなく社会にとっても重要な課題である。最近では、Midlife in the United States (MIDUS), Rush Memory and Aging Project, English Longitudinal Study on Aging等の加齢に関する研究において「人生における目的」が心身の健康にポジティブな影響を及ぼすことが報告されており、人生目標を追求するプログラムにより「人生における目的」を向上させる介入研究 (Lighten Up! Friedman et al., Aging Ment Health, 2017) も始まっている。また、国内では、介護予防事業の一環として「生きがいと健康づくり」の講座が多く開催されているが、「生きがい」に統一した定義を与えることは難しく、生きる目標や生きがいが心身の健康に及ぼす効果に関する学術的な研究は少ない。

本研究では、「人生における目的」の長期的な加齢変化とその個人差及び、心身の健康に及ぼす影響を明らかにすることを目的とした。主な研究成果は下記のとおりである。

①「国立長寿医療研究センター・老化に関する長期縦断疫学研究 (NILS-LSA)」第9次調査を実施し、「人生における目的」及び心身の健康、基本特性の変数を含む4時点、約10年間の縦断データベースを構築した。②「人生における目的」の加齢変化として、横断的には40歳以降上昇してその後低下すること、縦断的には加齢に伴い負の傾きが大きくなることが示された。さらに、「人生における目的」の切片及び傾きには、全年代を通じて個人差があることが明らかになった。③「人生における目的」は、心身の健康や健康行動の一部の変数と横断的、縦断的に有意な関連を示した。④「人生における目的」の高さは、その後の生存に影響することが示された。

以上より、「人生における目的」が心理的、身体的な健康と関連し、それを介して長寿に影響する可能性が示された。今後は、高齢期にも「人生における目的」維持するための方策や、「人生における目的」が心身の健康に及ぼす影響のメカニズムについて、さらに検討する必要がある。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計8件（うち査読付論文 6件/うち国際共著 4件/うちオープンアクセス 6件）

1. 著者名 Takeshi Nakagawa, Yukiko Nishita, Chikako Tange, Makiko Tomida, Rei Otsuka, Fujiko Ando, Hiroshi Shimokata	4. 巻 45
2. 論文標題 Stability and change in well-being among middle-aged and older Japanese	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 International Journal of Behavioral Development	6. 最初と最後の頁 78～88
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1177/0165025420914985	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 -
1. 著者名 Nishita Y, Tange C, Tomida M, Otsuka R, Ando F, Shimokata H	4. 巻 16
2. 論文標題 Positive Effects of Openness on Cognitive Aging in Middle-Aged and Older Adults: A 13-Year Longitudinal Study	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 International journal of environmental research and public health	6. 最初と最後の頁 2072-2081
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.3390/ijerph16122072	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 -
1. 著者名 Chu WM, Nishita Y, Tange C, Zhang S, Furuya K, Shimokata H, Otsuka R, Lee MC, Arai H	4. 巻 174
2. 論文標題 Association of a lesser number of teeth with more risk of developing depressive symptoms among middle-aged and older adults in Japan: A 20-year population-based cohort study	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 Journal of Psychosomatic Research	6. 最初と最後の頁 111498
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1016/j.jpsychores.2023.111498	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
1. 著者名 Sala G, Nishita Y, Tange C, Zhang S, Ando F, Shimokata H, Otsuka R, Arai H	4. 巻 79
2. 論文標題 Differential longitudinal associations between domains of cognitive function and physical function: A 20-year follow-up study	5. 発行年 2024年
3. 雑誌名 The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences	6. 最初と最後の頁 gbad156(6pages)
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1093/geronb/gbad156	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

1. 著者名 Sala G, Nishita Y, Tange C, Tomida M, Gondo Y, Shimokata H, Otsuka R	4. 巻 34
2. 論文標題 No appreciable effect of education on aging-associated declines in cognition: A 20-year follow-up study	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 Psychological Science	6. 最初と最後の頁 527-536
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1177/09567976231156793	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

1. 著者名 Nishita Y, Sala G, Shinohara M, Tange C, Ando F, Shimokata H, Sato N, Otsuka R	4. 巻 171
2. 論文標題 Effects of APOE 4 genotype on age-associated change in cognitive functions among Japanese middle-aged and older adults: A 20-year follow-up study	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 Experimental Gerontology	6. 最初と最後の頁 112036 (7pages)
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1016/j.exger.2022.112036	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

1. 著者名 西田裕紀子	4. 巻 29
2. 論文標題 中高年期の知能の加齢変化とその関連要因 - 加齢に伴い成熟する能力とは -	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 生きがい研究	6. 最初と最後の頁 58-66
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 西田裕紀子	4. 巻 64
2. 論文標題 加齢とともに成熟する能力	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 保健の科学	6. 最初と最後の頁 542-547
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計15件（うち招待講演 2件 / うち国際学会 2件）

1. 発表者名 西田裕紀子
2. 発表標題 より良い加齢のための心理的資源：心理的well-being
3. 学会等名 日本発達心理学会第34回大会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 Nishita Y, Tange C, Tomida M, Otsuka R
2. 発表標題 Higher 'Purpose in life' predicts longevity among community-dwellers: An eight-year follow-up study
3. 学会等名 The 32nd International Congress of Psychology
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 西田裕紀子
2. 発表標題 Psychological well-being：「よりよく生きる」の構成要素
3. 学会等名 日本発達心理学会第33回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 西田裕紀子、丹下智香子、富田真紀子、大塚礼、安藤富士子、下方浩史
2. 発表標題 地域在住中高年者におけるPurpose in lifeと余暇活動の関連
3. 学会等名 第27回日本未病学会学術総会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 西田裕紀子
2. 発表標題 高齢者の心身機能とパーソナリティ
3. 学会等名 日本心理学会第84回大会（公募シンポジウム：日常社会の中のパーソナリティ特性）
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 中川威、西田裕紀子、丹下智香子、富田真紀子、大塚礼、安藤富士子、下方浩史
2. 発表標題 ポジティブ感情は死亡と疾患に影響するか? - 19年間の縦断研究 -
3. 学会等名 日本心理学会第84回大会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 Yukiko Nishita, Chikako Tange, Makiko Tomida, Takeshi Nakagawa, Rei Otsuka, Fujiko Ando, Hiroshi Shimokata
2. 発表標題 Higher 'Purpose in life' predicts longevity among community-dwellers: an eight-year follow-up study
3. 学会等名 32nd International Congress of Psychology (国際学会)
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 西田裕紀子、大塚礼、丹下智香子、富田真紀子、中川威、安藤富士子、下方浩史
2. 発表標題 地域在住中高年者におけるPurpose in lifeが生存に及ぼす影響：8年間の追跡調査
3. 学会等名 第26回日本未病システム学会学術総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 西田裕紀子
2. 発表標題 中年からの心理的発達：高齢期をより良く迎えるために重要な資源とは
3. 学会等名 日本発達心理学会第30回大会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 西田裕紀子
2. 発表標題 本邦におけるpsychological well-being研究の展開：調査研究から実践的なアプローチまで
3. 学会等名 日本心理学会第87回大会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 Yukiko Nishita
2. 発表標題 Psychological resources for aging well
3. 学会等名 IAGG-Asia Oceania Regional Congress2023 (国際学会)
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 西田裕紀子
2. 発表標題 認知機能の加齢変化とwell-being
3. 学会等名 日本発達心理学会第35回大会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 藤井志保, 西田裕紀子, 富田真紀子, 丹下智香子, 久保田彩, 安藤富士子, 下方浩史, 大塚礼
2. 発表標題 地域在住中高年者における自尊感情2側面の縦断変化
3. 学会等名 日本心理学会第87回大会
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 西田裕紀子
2. 発表標題 Aging wellのための3つの秘訣～心理学からのメッセージ～
3. 学会等名 第68 回日本聴覚医学会総会・学術講演会（招待講演）
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 西田裕紀子
2. 発表標題 健康長寿社会における幸せな老い
3. 学会等名 第124回日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会総会・学術講演会（招待講演）
4. 発表年 2023年

〔図書〕 計3件

1. 著者名 西田裕紀子	4. 発行年 2021年
2. 出版社 北樹出版	5. 総ページ数 13
3. 書名 対人援助職のための発達心理学（渡辺弥生（監），藤枝静暁，藤原健志（編））第12章 成人期の発達	

1. 著者名 西田裕紀子	4. 発行年 2021年
2. 出版社 ナカニシヤ出版	5. 総ページ数 10
3. 書名 心理臨床実践のための心理学（森田美弥子，松本真理子，金井篤子（監））第10章 エイジングの心理学（成人期・老年期心理学）	

1. 著者名 西田裕紀子	4. 発行年 2019年
2. 出版社 ミネルヴァ書房	5. 総ページ数 11
3. 書名 公認心理師スタンダードテキストシリーズ 発達心理学（林創 編）老年期	

〔産業財産権〕

〔その他〕

国立研究開発法人国立長寿医療研究センター 研究所 老化疫学研究部 <a href="https://www.ncgg.go.jp/ri/lab/cgss/department/ep/index.html">https://www.ncgg.go.jp/ri/lab/cgss/department/ep/index.html</a>
---

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
研究協力者	大塚 礼  (Otsuka Rei)		

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
研究協力者	丹下 智香子  (Tange Chikako)		
研究協力者	富田 真紀子  (Tomida Makiko)		
研究協力者	安藤 富士子  (Ando Fujiko)		
研究協力者	下方 浩史  (Shimokata Hiroshi)		

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