

令和 5 年 6 月 9 日現在

機関番号：17401

研究種目：若手研究

研究期間：2018～2022

課題番号：18K17663

研究課題名（和文）地域の見守りに活かす「独居高齢者のフレイル早期発見のための地域活動参加意思尺度」

研究課題名（英文）'A Scale of Intention to participate in Community Activities for Early Detection of Frailty in Older Adults Living Alone.' For Community Monitoring

研究代表者

金森 弓枝（Kanamori, Yumie）

熊本大学・大学院生命科学研究部（保）・助教

研究者番号：70781920

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 2,600,000円

研究成果の概要（和文）：本研究の目的は、地域組織活動への参加によって健康を維持していると考えられる独居高齢者において、健康は相互交流を基盤にどのように維持されているのか、その構造を明らかにすることである。地域組織活動に参加する独居高齢者6名と家族同居高齢者6名に半構成面接調査を実施した。データは、質的統合法(KJ法)で分析した。結果、地域組織活動での相互交流は、独居高齢者に精神的充足感を提供し、彼らの平凡になる恐れのある生活の中に知的刺激を加えることで認知的にメリハリのある日常をもたらしていた。以上のことから、独居高齢者が地域組織活動を通して維持する健康とは、生活のコントロールそのものであることが示唆された。

研究成果の学術的意義や社会的意義

本研究の成果は、民生委員や福祉協力員がまだ地域組織活動参加に至っていない独居高齢者に対し、地域組織活動への参加を働きかける際の意味付けの強化に役立てることができる。また、地域で活動する専門職が介護保険法の地域支援事業に基づく訪問等によって、社会との繋がりが脆弱で虚弱への移行が予想される独居高齢者や、その予備群への関わりを持つ際に必要とされる健康維持の観点からの参加促進の根拠を具体的に得ることに寄与し、まだ参加していない者への参加の動機付けに資することができる。そして、このことは、独居高齢者が住み慣れた自宅や地域で今の生活を続けていくことに貢献する。

研究成果の概要（英文）：This study investigated older people living alone who maintain their health through interactions in activities conducted by community organizations. Semi-constructed interviews were conducted with six older adults living alone and six older adults living with their families who participated in community organizations. Data were analysed qualitatively using the KJ method. Interaction in community organisation activities provided older adults living alone with a sense of spiritual fulfilment. And the addition of intellectual stimulation to their potentially mundane lives brought about a cognitively fuller life. These findings suggest that the health maintained by older adults living alone through interaction in community organisations is the very control over their lives.

研究分野：公衆衛生看護学

キーワード：独居高齢者 地域活動 健康維持 健康

1. 研究開始当初の背景

現在、わが国では独居高齢者割合が増加している。独居高齢者の半数以上が、将来、病気や要介護状態になることへの心配を抱えるとともに、病気や事故などで生活スタイルに変化が生じることを不安視している¹⁾。また、将来の日常生活自立度の低下は家族等の同居者がいる高齢者に比べて大きく^{2,3)}、独居高齢者は健康維持に関わる独自の課題を抱えていることが推察される。一方で、自立した生活を送る者が7割おり⁴⁾、できるだけ長く自分のライフスタイルで単身生活を維持したいという意思も持っていることから⁵⁾、地域の保健医療福祉活動従事者は、独居高齢者が健康を維持しできるだけ長く望む生活を続けられるよう支援することが重要である。

飯島は、虚弱(フレイル)の始まりは、社会とのつながりの喪失であると示している⁶⁾。また、浅野らも高齢者の健康度の向上については社会参加が重要であると指摘し⁷⁾、社会参加による活動量の増加は精神的・身体的健康度の上昇につながると述べている⁸⁾。他方、地域組織活動は、独居高齢者に友人や知人の増加や互助関係の構築、QOLの向上などのアウトカムをもたらす⁹⁻¹¹⁾。地域組織活動への参加により生じる相互交流は総体的に健康維持に寄与していると推察される。よって、独居高齢者の健康維持支援においては地域組織活動の相互交流に着眼することが有効であると考えられるが、現状、相互交流が健康維持に関わる様相を具体的に明らかにした知見は見当たらない。そのため、本研究では、地域組織活動に参加している独居高齢者が相互交流を基盤にどのように健康を維持しているのか、その構造を明らかにする。これにより、独居高齢者が健康、すなわちフレイル予防の観点からどのように地域組織活動への参加に対する意思を醸成しているのか把握することができ、独居高齢者の地域組織活動に対する参加意思の尺度開発に向けた基礎資料を取得できると考える。

2. 研究の目的

地域組織活動への参加によって健康を維持していると考えられる独居高齢者において、健康は相互交流を基盤にどのように維持されているのか、その構造を明らかにする。

3. 研究の方法

(1) 研究対象

本研究の対象者は、独居高齢者6名、家族同居高齢者6名である。

(2) 用語の定義

「地域組織活動」は、住民が健康課題の解決について、個人としての取り組みに留まらず、地域の問題としてその解決に取り組むための組織的な活動手段であり、高齢者サロンや見守りボランティア、自治会などの住民組織を基盤に住民によって主体的に取り組まれる健康づくりを目的とした活動のことである。「健康維持」は、QOLを高めるために身体的・精神的・社会的側面から自己をコントロールすることとする。

(3) データ収集期間 平成31年2月

(4) データの収集方法

A市在住の独居高齢者6名、家族同居高齢者6名に半構成個別面接調査を行った。面接では、地域組織への参加を基盤にした相互交流が健康維持にどのように貢献しているのかを明らかにすることを目的に、活動では、今までに誰とどんな交流があったか、その交流はどんなふうに変化していったか、地域組織活動に参加することは、自分の健康にどのように役立っていると思うか、などを尋ねた。インタビュー時間は独居高齢者が最短48分～最大65分の平均57分、家族同居高齢者が最短48分～最大56分の平均51分で、内容は本人の同意を得た上でICレコーダーにて録音し、逐語録を作成した。

(5) データ分析の方法と手順

データ分析は、質的統合法(KJ 法)にて行った。まず独居高齢者の 6 例(N1～N6)と家族同居高齢者 6 例(N7～N12)の合計 12 例について個別分析を行い、その後独居高齢者 N1～N6 の個別分析から得られたラベルを使用して総合分析を行った。また、家族同居高齢者についても同様に N7～N12 の個別分析から得られたラベルを使用して総合分析を行った。

(6)妥当性の確保

分析のプロセス及び結果の妥当性については、大学の公衆衛生看護学分野で 15 年以上教育研究を行っている専門家とのディスカッションや質的統合法(KJ 法)研修会への参加、及び当該分析法専門家からのスーパーバイズによって担保している。

(7)倫理的配慮

対象者には、研究目的や方法、個人情報取り扱いと保護、研究への参加は自由意思によるものであること、協力に同意後も自由に協力を中止し同意を撤回できること等について紙面と口頭で説明を行った。日本赤十字九州国際看護大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。(承認番号 18 - 023)

4. 研究成果

(1) 独居高齢者 6 名の概要(表 1)

独居高齢者 6 名(N1～N6)は、男性 3 名、女性 3 名の計 6 名で、年齢は最少 68 歳、最高 85 歳で、平均は 75.7 歳であった。

表 1 研究対象者(独居高齢者 6 名)の概要

	年齢	性別	居住歴	独居年数	独居理由	参加している地域組織活動	活動年数
N1	80 歳代	女	55 年	7 年	配偶者と死別	高齢者サロン	9 年
N2	70 歳代	女	29 年	1 年	配偶者と死別	高齢者サロン、見守りボランティア	11 年
N3	70 歳代	男	36 年	3 年	配偶者と死別	老人クラブ、まちづくり委員会	10 年
N4	80 歳代	女	26 年	13 年	配偶者と死別	老人クラブ、見守りボランティア	7 年
N5	60 歳代	男	31 年	2 年	配偶者と死別	自治会、高齢者サロン	7 年
N6	70 歳代	男	12 年	6 年	配偶者と離別	自治会、老人クラブ、見守りボランティア	2 年

(2) 独居高齢者の総合分析の結果

N1～N6 の個別分析から得た合計 102 枚(N1 から 13 枚、N2 から 17 枚、N3 から 20 枚、N4 から 18 枚、N5 から 19 枚、N6 から 15 枚)を元ラベルとしてグループ編成を 6 段階まで行った結果、最終ラベルは 6 枚となり、これらにシンボルマークを付けた。シンボルマークは、〔活動に充実感や心地よさを期待：配慮された運営や身になる企画〕〔成員との友好的系譜を形成：豊富な人生経験が生む思考の幅〕〔成員との友好的系譜の保持：人間関係を円滑に進める社会的スキル〕〔活動による苦慮で心身の余裕を喪失：時間的、心理的活動負担〕〔成員との関係性の中に居場所を感じる安心感：配偶者に代わる心の拠り所〕〔活動刺激による認知的にメリハリのある日常生活：知的刺激の享受〕であった。

次に、〔シンボルマーク〕の〔事柄〕と〔エッセンス〕を用いて叙述化した。地域組織活動での相互交流は、独居高齢者に長年の活動の中で、各人の〔豊富な人生経験が生む思考の幅〕を生じさせ、〔成員との友好的系譜を形成〕を生み出していた。同時に、〔成員との友好的系譜の保持〕のために相手に合わせた距離感のコントロールなど〔人間関係を円滑に進める社会的スキル〕をもたらし、独居高齢者の根底に地域組織〔活動に充実感や心地よさを期待〕する感覚を覚えさせ、〔配慮された運営や身になる企画〕という観点での希望を引き起こしていた。また、このような友好的系譜の積み重ねは、〔活動による苦慮で心身の余裕を喪失〕するほどの〔時間的、心理的活動負担〕が影響しつつも、地域の中に〔配偶

者に代わる心の拠り所)を見出させ〔成員との関係性の中に居場所を感じる安心感〕を生じさせるとともに、[知的刺激の享受]を叶え〔活動刺激による認知的にメリハリのある日常生活〕をもたらしていた。

(3) 家族同居高齢者 6名の概要(表 2)

家族同居高齢者 6名(N7～N12)は、男性 3名、女性 3名の計 6名で、年齢は最少 67歳、最高 79歳で、平均は 72.0歳であった。

表 2 研究参加者(家族同居高齢者 6名)の概要

	年齢	性別	居住歴	同居者	参加している地域組織活動	活動年数
N7	70歳代	男	42年	配偶者	民生委員,高齢者サロン,見守りボランティア	18年
N8	60歳代	女	32年	配偶者	高齢者サロン,見守りボランティア,地域のパトロール	9年
N9	60歳代	女	36年	配偶者	民生委員,高齢者サロン,健康運動教室	15年
N10	70歳代	女	50年	配偶者	老人クラブ,見守りボランティア	15年
N11	70歳代	男	22年	配偶者	環境美化活動,老人クラブ	10年
N12	70歳代	男	40年	配偶者	民生委員,自治会,老人クラブ,高齢者サロン	6年

(4) 家族同居高齢者の総合分析の結果

N7～N12の個別分析から得た合計 103枚(N7から 16枚,N8から 28枚,N9から 13枚,N10から 11枚,N11から 17枚,N12から 18枚)を元ラベルとしてグループ編成を 7段階まで行った。その結果、最終ラベルは 7枚となり、これらにシンボルマークを付けた。シンボルマークは、[主体的に活動に取り組む:人任せにしない][他組織との関係性に配慮:随所に気を回す][組織における自分の在り方:人とのつながりの中の自分][成員との心のつながり合い:他者への意識の向上][配偶者による活動への理解:みんなのために頑張る意思を尊重][活動が生み出す人生の充実感:外出の時間,場所,機会をもたらす地域組織活動][活動に基づく健康管理意識の芽生え:心身の自己コントロール]であった。

次に、[シンボルマーク]の〔事柄〕と[エッセンス]を用いて叙述化を行った。地域組織活動での相互交流は、家族同居高齢者に対し、地域組織活動には[人任せにしない]で〔主体的に活動に取り組む〕態度と〔他組織との関係性に配慮〕し関係[随所に気を回す]ことなどが重要であるという認識をもたらしていた。その結果、常に[人とのつながりの中の自分]という姿勢で〔組織における自分の在り方〕を問うとともに、[他者への意識の向上]を図り〔成員との心のつながり合い〕を生み出すなど自己洞察を生じさせていた。同時に、このプロセスの後ろ盾という形での影響として、地域の[みんなのために頑張る意思を尊重]してくれる〔配偶者による活動への理解〕があった。そして、[外出の時間,場所,機会をもたらす地域組織活動]は〔活動が生み出す人生の充実感〕につながり活動継続に対する意思を引き起こし、〔活動に基づく健康管理意識の芽生え〕を生じさせ[心身の自己コントロール]をもたらしていた。

(5) 考察

本研究の結果から、独居高齢者は地域組織活動での相互交流を基盤に次のように健康維持を行っていることが示唆された。地域組織活動での相互交流は、独居高齢者に精神的充足感を提供し、彼らの平凡になる恐れのある生活の中に知的刺激を加え、認知的にメリハリのある日常を実現することにより健康維持に寄与していた。谷口らは知的活動によって前頭葉認知機能が改善する可能性を示唆しており¹²⁾、平凡になりがちな日常生活の中に知的刺激が組み込まれることによって、認知面にメリハリを持った生活をもたらされるのではないかと考えられた。また、このことは「認知症予防や将来の健康に役立つ」という言葉で対象者が語っていた。一方、先行文献によれば、身体機能の低下は認知機能の低下に影響を与えるとされるが¹³⁾、認知機能の低下が身体機能の低下に直接的に影響を与えるとする知見は見当たらない。しかし、認知機能の低下が閉じこもり¹⁴⁾の要因となって要介護に移行したり¹⁵⁾、注意力の低下が原因となり転倒した結果¹⁶⁾、骨折するケースがあり¹⁷⁾、認知機能の低下は間接的に身体機能の低下につながっている現状は否定できない。本研究の対象は、普段から地域組織活動に参加することによって、閉じこもり

や転倒が起因となり身体機能に低下が生じた高齢者に身近に接する経験があるため、このことが認知機能の低下を予防して身体機能を維持しようとする発想に結び付き、認知的にメリハリのある日常生活によって身体的健康をコントロールしようとする意識に転じたものと考えられる。

また、以上の内容が独居高齢者の独自性を反映したものであるか確認するため、家族同居高齢者の結果と比較した。両者の相違点は、地域組織活動の相互交流は家族同居高齢者には活動によって生じる自己実現に起因した精神的充足感をもたらす、活動継続のための健康管理意識を芽生えさせ、心身のコントロールを行うことによって QOL のコントロールを引き起こしていたが、独居高齢者には認知的にメリハリのある生活をもたらす、生活の在り方を起点に QOL のコントロール生じさせていたことであった。つまり、独居高齢者にとっての健康維持とは、今の生活を継続するための生活コントロールそのものであり、独居高齢者にとっては独居生活を続けることができることが、健康の維持と同じ意味を持つという特性が示唆された。そのため、独居高齢者が地域組織活動を通じて健康を維持しようとする際には、生活の在り方という視点をあわせて持つことが重要である。

<引用文献>

- 1)内閣府. 令和 2 年度高齢社会白書, 第 1 章 高齢化の状況(1). https://www8.cao.go.jp/kourei/whitpaper/w-2019/html/zenbun/s1_1_3.htm
- 2)内閣府. 平成 27 年度 第 8 回高齢者の生活と意識に関する国際比較調査, 単身高齢世帯(一人暮らし高齢者)の生活と意識に関する国際比較 4 か国比較 . https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h27/zentai/pdf/kourei_4_fujimori.pdf
- 3)内閣府. 令和 2 年度高齢社会白書, 第 1 章 高齢化の状況(2). https://www8.cao.go.jp/kourei/whitpaper/w-2020/html/zenbun/s1_1_2.html
- 4)内閣府. 平成 27 年度高齢社会白書, 3 高齢者の健康・福祉. https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2015/html/zenbun/s1_2_3.html
- 5)福田早也香, 山辺茜, 池田亜弓, 他. 農村部の女性独居高齢者が住み慣れた地域で老いていくことに対する思い. 北海道公衆衛生雑誌 2009 ; 23 : 160-166.
- 6)飯島勝矢. 厚生労働科学研究費補助金長寿科学総合研究事業 虚弱・サルコペニアモデルを踏まえた高齢者食生活支援の枠組みと包括的介護予防プログラムの考案および検証を目的とした調査研究 平成 26 年度 総括・分担研究報告書, 2015, 1-30.
- 7)浅野榛菜, 木下美緒, 菊田有美, 他. 地域在住独居高齢者の QOL と社会・生活環境およびソーシャル・キャピタルについて. 北海道公衆衛生学雑誌 2017 ; 31 : 85 - 91.
- 8)厚生労働省. 閉じこもり予防・支援マニュアル(改訂版). <https://www.mhlw.go.jp/topics/2009/05/dl/tp0501-1g.pdf>
- 9)河野あゆみ, 田高悦子, 岡本双美子, 他. 大都市に住む一人暮らし高齢者のセルフケアを確立するための課題 高層住宅地域と近郊農村地域間の質的分析. 日本公衛誌 2009 ; 56 :662-673.
- 10)伊藤ふみ子, 田代和子. 社会的孤立に関わる支援者の観点「一人では対応が困難になっている, 男性独居高齢者の社会的孤立への支援の検討. 淑大看栄紀要 2020; 12 : 69-77.
- 11)工藤禎子. 一人暮らし高齢者の地域での生活における安全の確保. 老年社会科学 2015 ; 37 : 36-41.
- 12)谷口優, 小宇佐陽子, 新開省二, 他. 身体活動ならびに知的活動の増加が高齢者の認知機能に及ぼす影響 東京都杉並区における在宅高齢者を対象とした認知症予防教室を通じて. 日本公衛誌 2009 ; 56 : 784-794.
- 13)山田和政, 大竹卓実, 木村大介. 身体バランス機能および認知機能が要介護度に与える影響. 理療科 2018 ; 33 : 421-424.
- 14)新開省二, 藤田幸司, 藤原佳典, 他. 地域高齢者におけるタイプ別閉じこもり発生の予測因子 2 年間の追跡研究から. 日本公衛誌 2005 ; 52 : 874-885.
- 15)渡辺美鈴, 渡辺丈眞, 松浦尊磨, 他. 自立生活の在宅高齢者の閉じこもりによる要介護の発生状況について. 日老医誌 2005 ; 42 : 99-105.
- 16)村田伸, 津田彰. 在宅障害高齢者の身体機能・認知機能と転倒発生要因に関する前向き研究. 理学療法学 2006 ; 33 : 97-104.
- 17)鈴川芽久美, 島田裕之, 牧迫飛雄馬, 他. 要介護高齢者における転倒と骨折の発生状況. 日老医誌 2009 ; 46 : 334-340.

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 2件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 2件）

1. 著者名 金森弓枝, 守田孝恵	4. 巻 22
2. 論文標題 ケーススタディによる「地域組織活動を基盤に健康を保持する男性独居高齢者の相互交流」	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 リハビリテーション連携科学	6. 最初と最後の頁 23, 29
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 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 金森弓枝, 守田孝恵	4. 巻 70
2. 論文標題 地域組織活動への参加によって健康を維持する独居高齢者の相互交流の構造	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 山口医学	6. 最初と最後の頁 5と16
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 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 -

〔学会発表〕 計4件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 0件）

1. 発表者名 金森弓枝, 守田孝恵, 磯村聡子, 斎藤美矢子, 後藤奈穂
2. 発表標題 地域組織参加を基盤に健康保持を成す女性独居高齢者の相互交流
3. 学会等名 第79回日本公衆衛生学会総会
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 金森弓枝, 守田孝恵, 磯村聡子, 斎藤美矢子, 後藤奈穂
2. 発表標題 地域組織活動への参加を基盤に健康を維持する独居高齢者の相互交流
3. 学会等名 第9回日本公衆衛生看護学会学術集会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 金森弓枝、守田孝恵、磯村聡子、木嶋彩乃、伊藤悦子、後藤奈穂
2. 発表標題 独居高齢者のグループ活動に関する文献レビュー
3. 学会等名 第78回日本公衆衛生学会総会
4. 発表年 2019年

1. 発表者名 金森弓枝、守田孝恵、磯村聡子、木嶋彩乃、斎藤美矢子、伊藤悦子、後藤奈穂
2. 発表標題 独居高齢者の地域組織参加を基盤にした相互交流による健康保持
3. 学会等名 第8回日本公衆衛生看護学会学術集会
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

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

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