

高齢者による地区活動を活性化する要因の検討

松岡 文子・齋藤 茂子・小田美紀子・山下 一也
伊藤 智子・松本亥智江・長島 玲子・井上 千晶
井山 ゆり*・和田 悦子**・福間 紀子***
原田 孝行****

概 要

本研究の目的は、65歳以上の要介護状態にない高齢者を対象とした質問紙調査から、地区活動の支援経験が、身体的健康状態、自己効力感などの心理的健康状態とどのように関連しているかを明らかにし、地区活動の活性化のための要因を考察することである。

調査の結果、地区活動の支援を「現在している」と回答した人や友人・隣人との交流が頻回にある人は自己効力感が高く、活動能力にも影響していることが明らかになり、自己効力感を高く維持していくことは、地区活動の支援を積極的に行えることにつながると考えられた。

今後は地区活動の支援のあり方や参加の仕方の工夫と意味づけをしていくことで、自己効力感の維持につながり、地区活動の活性化につながると思われた。

キーワード：高齢者、地区活動、自己効力感、質問紙

I. はじめに

急速に少子高齢化の進むわが国において、「老老介護」が逃れられない現状となっている。そのような中、2000年よりスタートした介護保険制度は見直され、2006年度より予防重視型のシステムへと転換が図られた。高齢者の社会活動を活性化させ、元気高齢者を増やしていくことが必要である。

2007年度から、島根県立大学短期大学部（出雲キャンパス）と出雲市は、協働で地域の実情に合わせた総合的な介護予防共同事業に着手している。2007年度は出雲市のA地区をモデル地区とし、地区活動の支援者である地区スタッ

フ、行政、地区社会福祉協議会、高齢者あんしん支援センタースタッフ、短大部スタッフが協働して認知症予防プログラムを軸に教室を展開した。この事業は最終的には地区スタッフを中心とした展開となることをめざしている。

前田ら（前田，1995）は高齢者が意欲的に社会的な活動に参加できる要因として自己効力感を取り上げている。そこで今回、地区活動の支援経験の違いが、身体的健康状態、自己効力感などの心理的健康状態とどのように関連しているかを明らかにし、地区活動の活性化をはかるための示唆を得たので報告する。

II. 用語の定義

- 1) 地区活動とは出雲市との協働で行った介護予防教室やA地区福祉ネットワーク（公民館活動、ふれあいサロンを含む）などのことで、無償で行っている活動をさす。個人、集団の限定はしない。
- 2) 地区活動の支援とは実施・開催のために支

*元島根県立大学短期大学部出雲キャンパス

**出雲市役所佐田支所市民福祉課

***出雲市役所介護保険課

****出雲市役所平田支所産業振興課

本研究は、平成19年度介護予防教室事業として出雲市より助成をうけて実施した。

援・調整的に関わっていることをさし、単に参加者として存在する場合は地区活動の支援とはみなさない。

Ⅲ. 研究方法

1. 調査対象

A地区在住の65歳以上の要介護状態にない高齢者227名である。地区活動の支援者は、65歳未満の場合も考えられるが、比較検討を行いたいため、今回は65歳以上に限定した。

2. 調査方法

1) 無記名自記式による質問紙を対象者全員に送付し、記入後返送する郵送法とした。

2) 調査項目

- ①基本属性として年齢、性別、職業の有無と種別を問い、友人・近隣との交流頻度を「ほぼ毎日」、「週に1～2回」、「月に1～2回」、「年に数回」、「まったくない」の5段階で回答を求めた。その後、「月に1～2回」と「年に数回」、「まったくない」を「たまに・ほとんどない」と読みかえまとめた。
- ②地区活動の支援経験の有無については「現在している」、「したことはあるが今はしていない（以下、したことがある）」、「したことがない」の3段階とし、現在している、あるいはしたことがあると回答した場合にはその内容（複数回答可）を問うた。地区活動の支援頻度、地区活動を支援することへの感情、今後の地区活動の支援への意向を多肢択一で尋ねた。
- ③身体的健康状態を知るために古谷野ら（古谷野, 1987）による老研式活動能力指標（以下、活動能力）を用いた。これは手段的自立5項目、知的能動性4項目、社会的役割4項目の3つの下位因子で構成された13項目から成る指標で、回答は「はい」、「いいえ」の2件法で行い、「はい」と回答した場合に1点を、「いいえ」と回答した場合に0点を与え、得点が高いほど活動能力が高いことを示す。
- ④心理的健康の測定には健康度自己評価とローゼンバーグの自尊感情尺度、老人用一般性自己効力感尺度（以下、自己効力感尺

度）を用いた。健康度自己評価については「非常に健康」、「まあ健康」、「あまり健康でない」、「健康でない」の4段階で問い、健康度を高く認識している方から4～1点を配点し得点化した。自尊感情については「あてはまる」、「ややあてはまる」、「どちらともいえない」、「ややあてはまらない」、「あてはまらない」の5段階で尋ねた。自己効力感尺度（前田, 1995）は、行動の積極性5項目、失敗への不安3項目、能力への自信4項目、体力・記憶力の維持4項目、社会活動への意欲3項目の5つの下位因子で構成された19項目から成る。回答は「はい」、「いいえ」の2件法とし、自己効力感を高く認知していることを示す回答に1点を、低く認知していることを示す回答に0点を与えるもので、得点範囲は0～19点となる。

3. 倫理的配慮

本調査は、鳥根県立大学短期大学部研究倫理審査委員会の承認を受けて実施した。具体的には以下のように行った。

- 1) 関係機関の長に対し個人情報を使用する旨の承諾をとった。その後A地区在住の65歳以上の要介護状態にない高齢者を所轄する支所の保健師により選定した。
- 2) 対象者には研究目的、研究協力が自由意思であること、質問紙調査は無記名で行い個人が特定されないこと、また、関係機関の長に承諾を得て個人情報を使用している旨を明記した依頼文書と質問紙、返信用封筒を送付し、質問紙の返送をもって同意を得たとした。

4. 分析方法

性別、年齢、健康度自己評価、友人・隣人交流頻度などの基本属性について単純集計を行い、地区活動経験との関連を χ^2 検定およびKruskal Wallis検定を行った。地区活動の支援経験の違いによって活動能力、自己効力感、自尊感情、健康度自己評価に違いがあるかについて一元配置の分散分析を行い、等分散性が成り立っている場合はBonferroniの多重比較を、等分散性が成り立たない場合はKruskal Wallis検定を行った。年齢、活動能力、自己効力感、自尊感情の各得点についてはPearsonの相関関係

表1 基本属性

項目	カテゴリー	全体 n = 115	地区活動支援経験			P値
			今している	過去にしていた	していない	
性別	男	43 (37.4)	14 (12.2)	10 (8.7)	19 (16.5)	0.018 * ^A
	女	72 (62.6)	8 (7.0)	23 (20.0)	41 (35.7)	
年齢		74.7 ± 6.6	70.2 ± 3.6	75.6 ± 6.6	75.8 ± 6.8	0.002 ** ^B
健康度自己評価		2.7 ± 0.7	2.9 ± 0.4	2.7 ± 0.6	2.6 ± 0.8	0.119 ns ^B
友人・隣人交流	毎日	56 (48.7)	14 (12.2)	21 (18.3)	21 (18.3)	0.037 * ^A
	週に1～2回	37 (32.2)	4 (3.5)	7 (6.1)	26 (22.6)	
	たまに、ほとんどない	22 (19.1)	4 (3.5)	5 (4.3)	13 (11.3)	
今後の地区活動参加への意向						
	参加する	51 (62.2)	19 (23.2)	21 (25.6)	11 (13.4)	0.001 ** ^A
	参加しない、できない	31 (37.8)	2 (2.4)	12 (14.6)	17 (20.7)	

値はn (%) または Mean ± SD, 欠損値は除く

A: χ^2 検定, B: Kruskal Wallis 検定

*: p<0.05, **: p<0.01, ns: not significant

表2 地区活動の経験との関連

項目	全体 n = 115	地区活動支援経験			P値
		今している	過去にしていた	していない	
老研式活動能力	12.1 ± 1.6	12.5 ± 0.9	12.4 ± 1.2	11.7 ± 1.9	0.014 * ^A
手段的自立	4.9 ± 0.5	5.0 ± 0.0	4.9 ± 0.4	4.8 ± 0.7	0.077 ns ^A
知的能動性	3.7 ± 0.7	3.7 ± 0.6	3.7 ± 0.5	3.6 ± 0.9	0.855 ns ^A
社会的役割	3.4 ± 1.0	3.8 ± 0.5	3.7 ± 0.8	3.1 ± 1.2	0.003 ** ^A
老人一般自己効力感	9.2 ± 5.3	12.4 ± 5.0	8.7 ± 4.7	8.0 ± 5.2	0.005 ** ^B
行動の積極性	2.9 ± 1.7	3.9 ± 1.7	2.7 ± 1.6	2.5 ± 1.5	0.006 ** ^B
社会的活動への意欲	1.3 ± 1.2	2.2 ± 0.9	1.3 ± 1.2	1.0 ± 1.1	0.000 *** ^B
自尊感情	35.0 ± 6.4	36.9 ± 6.3	35.2 ± 6.3	34.1 ± 6.4	0.285 ns ^B

値は Mean ± SD

A: Kruskal Wallis 検定, B: 一元配置の分散分析, Bonferroni の多重比較

*: p<0.05, **: p<0.01, ***: p<0.001, ns: not significant

を、健康度自己評価と各項目の得点については Spearman の順位相関関係をみた。

また、友人・隣人との関係と年齢、活動能力、自己効力感、自尊感情の関係について Kruskal Wallis 検定を行った。

解析には、SPSS13.0J for Windows を用い、有意水準は 5% とした。

IV. 結 果

対象者 227 名のうち、回答があったのは 117 名 (回収率: 51.5%) であった。そのうち、年齢

と性別の記載のなかった 2 名分を除いた、男性 43 名 (37.4%)、女性 72 名 (62.6%) の計 115 名分を分析対象とした。

対象者の背景を表 1 に示した。平均年齢は 74.7 歳 (SD6.6) であり、地区活動の支援を現在行っている者は 22 名 (19.1%)、過去に行っていた者は 33 名 (28.7%)、行ったことがない者は 60 名 (52.2%) であった。これは性差がみられた。また、地区活動の支援には年齢差がみられた。

1. 地区活動実践経験との関連

地区活動の支援経験と活動能力指標総合点、

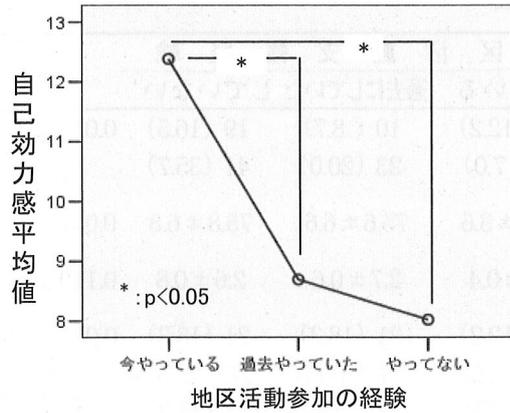


図1 地区活動の支援経験の違いによる自己効力感の平均値の差

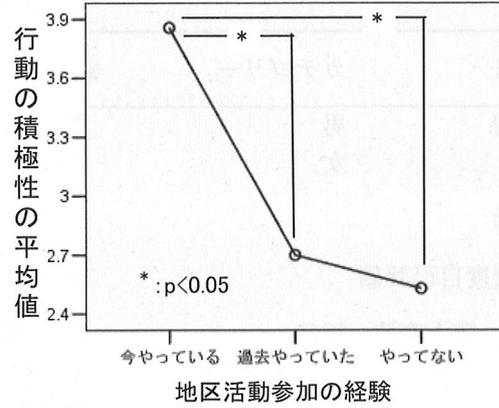


図2 地区活動の支援経験の違いによる行動の積極性の平均値の差

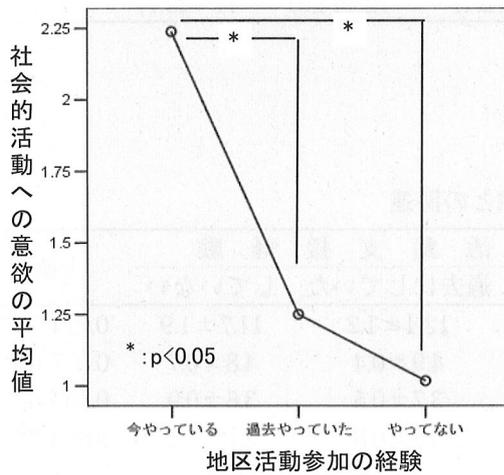


図3 地区活動の支援経験の違いによる社会活動参加への意欲の平均値の差

自己効力感、自尊感情、健康度自己評価の平均点と標準偏差を表2に示した。どの項目も「現在している」、「したことがある」、「したことがない」の順で得点が高かった。自己効力感については「現在している」と「したことがある」、「現在している」と「したことがない」の間に有意差がみられた（いずれも $p < 0.05$, 図1）。地区活動の支援経験と自己効力感の下位尺度である「行動の積極性」と「社会的活動意欲」において有意差がみられた（図2, 図3）。同様に活動能力指標の下位尺度である「社会的役割」とにおいても有意差がみられた（いずれも $p < 0.01$ ）。

2. 各調査項目の相関関係

各項目との相関関係を表3に示した。活動能力は健康度自己評価、自己効力感と強い相関がみられ、自己効力感の下位尺度である「行動の

表3 各調査項目の相関関係

		相関係数
老研式 活動能力	健康度自己評価	0.284 ^{**A}
	老人一般自己効力感	0.373 ^{**B}
	行動の積極性	0.297 ^{**B}
	社会的活動意欲	0.339 ^{**B}
	自尊感情	0.252 ^{*B}
老人一般 自己効力感	健康度自己評価	0.516 ^{**A}
	老研式活動能力	
	社会的役割	0.394 ^{**B}
	自尊感情	0.603 ^{**B}
	年齢	-0.345 ^{**B}
自尊感情	健康度自己評価	0.226 ^{*A}
	老人一般自己効力感	
	行動の積極性	0.501 ^{**B}
	社会的活動意欲	0.462 ^{**B}
	老研式活動能力	0.259 ^{*B}
健康度 自己評価	老研式活動能力	
	社会的役割	0.343 ^{**A}
	老人一般自己効力感	
	行動の積極性	0.390 ^{**A}
	社会的活動意欲	0.352 ^{**A}

*：相関係数は5%水準で有意（両側）

**：相関係数は1%水準で有意（両側）

^A：Spearmanの順位相関，^B：Pearsonの相関

積極性]、「社会的活動意欲」とも強い正の相関がみられた。また自尊感情とも正の相関がみられた。

自己効力感とは強い正の相関がみられた。また、活動能力の下位尺度の中で「社会的役割」とは強い正の相関がみられた。

表4 友人・隣人との交流頻度と各項目との関連

項目	全体 n = 115	友人・隣人との交流頻度			P 値
		毎日	1～2回/週	たまに・ほとんどない	
年齢	74.7 ± 6.6	73.6 ± 6.3	75.0 ± 6.5	77.0 ± 7.0	0.161 ns
老研式活動能力	12.0 ± 1.6	12.6 ± 0.7	11.7 ± 2.2	11.7 ± 1.3	0.000 ***
手段的自立	4.9 ± 0.5	5.0 ± 0.1	4.7 ± 0.8	4.8 ± 0.6	0.015 *
知的能動性	3.7 ± 0.7	3.8 ± 0.5	3.7 ± 0.8	3.4 ± 1.0	0.289 ns
社会的役割	3.4 ± 1.0	3.9 ± 0.5	3.3 ± 1.0	2.6 ± 1.3	0.000 ***
老人一般自己効力感	9.2 ± 5.3	10.8 ± 5.4	7.7 ± 5.2	7.3 ± 3.6	0.007 **
行動の積極性	2.9 ± 1.7	3.4 ± 1.7	2.2 ± 1.6	2.6 ± 1.1	0.004 **
社会的活動への意欲	1.3 ± 1.2	1.8 ± 1.2	0.9 ± 1.1	1.0 ± 1.0	0.003 **
自尊感情	35.0 ± 6.4	36.5 ± 5.7	33.6 ± 7.3	33.1 ± 5.8	0.090 ns

Kruskal Wallis 検定

* : p<0.05, ** : p<0.01, *** : p<0.001, ns : not significant

自尊感情は自己効力感の下位尺度である「行動の積極性」, 「社会的活動意欲」と強い正の相関があり, また活動能力の下位尺度である「社会的役割」と正の相関がみられた。

年齢は自己効力感と強い負の相関がみられたが, 他の項目とは相関はみられなかった。

3. 友人・隣人との関係との関連

友人・隣人との交流の頻度と各項目との関連を表4に示した。友人・隣人との交流の頻度と活動能力, 特に「社会的役割」において有意差があった (p<0.001)。また, 自己効力感とも有意差があり (p<0.01), 「行動の積極性」, 「社会的活動意欲」(いずれもp<0.01) であった。年齢や自尊感情とは有意差はみられなかった。

V. 考 察

前田ら (前田, 1995) は高齢者が意欲的に社会的な活動に参加できる要因として, 自己効力感を取り上げている。そして, 今回使用した老人用一般性自己効力感尺度の「行動の積極性」, 「社会的活動への意欲」の得点が高いほど自己効力感のレベルは高いと述べている。さらに, 「社会的活動への意欲」を高く認知している場合には, 社会的な場面で自己の遂行を高く評価する傾向にあるとしている。

今回の調査結果から, 地区活動の支援者は自己効力感, 特に「社会的活動への意欲」が高く認知されており, 活動能力にも影響しているこ

とが明らかになった。自己効力感が高いから, 地区活動を支援できるのか, 地区活動を支援することで自己効力感が高く認識されるのかは本調査では明らかにできなかったが, 自己効力感を高く維持していくことは, 地区活動の支援を積極的に行えることにつながると考えられる。

自己効力 (Bandura, 1995) は制御体験 (成功体験), 代理体験, 社会的説得 (言語的説得), 生理的・感情的状態の4つの主要な影響力 (情報源) によって育てていくことができるといわれている。地区活動を支援することで, 携わった事業の成功や満足感は制御体験として, 友人・知人などのモデルとなる人の体験談は代理体験として, 周囲の勧め・励ましなどは社会的説得として体験する機会が多いと思われる。したがって, 地区活動の支援者の自己効力感が高いということにつながっているのではないだろうか。

現在地区活動を支援しているか否かによって健康度自己評価, 自尊感情に大きな違いはないが, 年齢とは有意差がみられたこと, 自己効力感と年齢にも負の相関がみられることから, 加齢ということが地区活動の支援に影響していると考えられる。園部ら (園部, 2008) は仕事を辞める以前のボランティア活動への参加が高齢になってからの活動に影響すると推測している。

本調査で今後の地区活動の支援への参加意向を尋ねたところ, 「積極的に参加したい」, 「で

できれば参加したい」、「誘われれば参加したい」と答えた者は62.2%おり、その中で現在地区活動に支援者として携わっていない人が1割以上含まれている。地域活動は退職後の社会的役割として機能することが考えられるため、できるだけ早い時期から、地区活動の内容や支援者としての役割などの情報提供の機会や、実際に地区活動の支援に携われる機会を持つことができれば、若い支援者の確保につながる可能性があると思われる。また、年齢に関係なく現在地区活動を支援している人から、具体的な体験談、特に成功体験などを聞かせてもらうことにより、地区活動に興味を持っている潜在的な人材を発掘できる可能性もあると思われる。

一方で年齢を重ねていくことは避けられず、加齢に伴い身体的機能の低下やあらゆる疾患の罹患率が高くなる可能性があるのは事実である。それに伴い社会的役割を果たしにくくなったり、自ら辞退することも考えられる。地区活動の支援をなぜ今行っていないのかという理由を尋ねていないため、詳細について述べることができないが、加齢に伴って自己効力感が低くなることや、地区活動に支援者として携わらない、あるいは携わることができないことは仕方のないことなのだろうか。

村山ら(村山, 2007)は行政養成型ボランティアである健康推進員という組織の中で、経験年数の多い推進員が、まとめ役としてのノウハウ等を伝達する機会を設けることは、次世代のリーダーシップをとれる人材を育成する上で有用だとしている。今まで支援者として携わってきた人は、次世代へ自分の経験を伝え、教育的に関わるという形で社会へ貢献できるのではないだろうか。また、そのような機会を設けることで、社会との繋がりを再度意識でき、各人の得意な分野や、これまでの経験を活かしたりと、支援の仕方や関わり方を工夫することで、自己効力感や活動能力の維持や急激な低下を防ぐことにつながる可能性があると思われる。

島貫らは(島貫, 2007)ボランティア活動に参加する人はそれ以外の一般高齢者に比べて健康度やQOLが高かったり、他者との社会関係が充実していることが推測されるとしている。今回の調査で、友人・隣人との関係と自己効力

感に関連があったことから、社会とのつながりを維持していくことが自己効力感の維持にもつながり、地区活動にも影響するのではないだろうか。そのため、様々な理由から地区活動に支援的に関わっていくことが困難になってきた場合は、支援者としての関わり方を工夫していくと同時に参加者として地区活動に関わるという方向へ移行していくことも大切だと考える。

藤原ら(藤原, 2005)は、北米における研究を概観し、高齢者にボランティア活動を勧奨することは新たな地域での健康づくりの方策につながる可能性を示唆している。このことは地区活動の支援者側と参加者側双方の健康づくりになることを示しており、元気高齢者を増やすことにつながっていくと考えられ、地区全体の活性化につながると思われる。そのため、今後はどのように支援者側から参加者側への移行を進めていくか、参加者としての役割はどのようなことかを考え、意味づけをしていくことで、自己効力感の維持につながり、地区活動の活性化につながると思われる。

VI. 結 論

1. 地区活動を支援者として携わっている人や友人・隣人との交流が頻回にある人は自己効力感が高く、自己効力感を高く維持していくことは地区活動の支援を積極的に行えることにつながると思われた。
2. 地区活動を活性化していくために、現在地区活動に支援者として携わっている人は自分の体験談、特に成功体験を周囲へ話していくことにより、地区活動支援に興味を持っている潜在的な人材の発掘につながる可能性がある。
3. かつて地区活動の支援経験がある人は、その経験談を現在の地区活動支援者に話す機会を設けるなど社会貢献の形を変化させることで、自己効力感や活動能力の維持につながる可能性があり、地区全体の活性化にもつながると考えられた。
4. 今後は、加齢とともに地区活動に支援者から参加者として関わることへの移行の仕方とその役割についての意味づけをしていくこと

で地区活動の活性化につながると思われる。

謝 辞

本研究にご理解とご協力をいただきました住民の皆様に、心より感謝いたします。

引用文献

- Bandura, A. (1995): *Self-Efficacy in Changing Societies*, Cambridge University Press, New York./ 本明寛, 野口京子監訳 (1997): 激動社会の中の自己効力, 3-6, 金子書房, 東京.
- 藤原佳典, 杉原陽子, 新開省二 (2005): ボランティア活動が高齢者の心身の健康に及ぼす影響-地域保健福祉における高齢者ボランティアの意義-, 日本公衆衛生雑誌, 52 (4), 293-307.
- 古谷野亘, 柴田博, 中里克治, 芳賀博, 須山靖男 (1987): 地域老人における活動能力の

測定-老研式活動能力指標の開発, 日本公衆衛生雑誌, 34 (3), 109-114.

前田基成, 東條光彦 (1995): 老人の自己効力感に関する研究, 平成5年度日本火災ジェロントロジー研究報告, 89-94.

村山洋史, 田口敦子, 村嶋幸代, 柳修平 (2007): 健康推進員の活動意識-経験年数別での比較-, 日本公衆衛生雑誌, 54 (9), 633-643.

島貫秀樹, 本田春彦, 伊藤常久, 河西敏幸, 高戸仁郎, 坂本讓, 犬塚剛, 伊藤弓月, 荒山直子, 植木章三, 芳賀博 (2007): 地域在宅高齢者の介護予防推進ボランティア活動と社会・身体的健康およびQOLとの関係, 日本公衆衛生雑誌, 54 (11), 749-759.

園部真美, 恵美須文枝, 高橋弘子, 鈴木享子, 谷口千絵, 水野千奈津, 岡田由香 (2008): 地域住民のボランティア活動に対する意識の実態, 日本保健科学学会誌, 10 (4), 233-240.

松岡 文子・齋藤 茂子・小田美紀子・山下 一也・伊藤 智子・松本亥智江
長島 玲子・井上 千晶・井山 ゆり・和田 悦子・福間 紀子・原田 孝行

Activate Factors Associated with Community Activities among the Elderly People

Ayako MATSUOKA, higeko SAITO, Mikiko ODA, Kazuya YAMASHITA
Tomoko ITO, Ichie MATSUMOTO, Reiko NAGASHIMA, Chiaki INOUE
Yuri IYAMA*, Etsuko WADA**, Noriko FUKUMA***
and Takayuki HARADA****

Abstract

The purpose of this study was to investigate activate factors associated with community activities among the elderly people.

We examined their attitude of community activities, physical health indicators, self-efficacy and self-esteem in 115 people over 65 years using questionnaire. As a result, the group of taking an active part in community activities or the group with much interchange with close non-family friends and neighbors has gotten a higher score than non-active groups. Therefore keeping a good condition of self-efficacy related with making an active community.

Key Words and Phrases : elderly people, community activities, self-efficacy, questionnaire

* Ex-The University of Shimane Junior College, Izumo Campus

** The Citizens Welfare Division, Sada Branch, Izumo City Office

*** Long-term Care Insurance Division, Izumo City Office

**** Industry Promotion Division, Hirata Branch, Izumo City Office