

健常高齢者の外出行動と外出意欲の促進に関する研究

A Study on Facilitation of Active Elderly People's Travel Behavior and Motivation to Go Out

学籍番号 47-116810

氏名 河内 萌未 (Kawauchi, Moemi)

指導教員 石川 徹 准教授

1. はじめに

日本が今日直面している少子高齢化は他の先進国でも例を見ないほどの速度で進行している。内閣府¹⁾によれば、わが国の高齢化率は平成24年に23.3%に到達し、平成72年(2060年)には39.9%に達することが予想されている。また急激な高齢化に伴って、介護を必要とする高齢者が増加していくことも懸念される。厚生労働省の「介護保険事業状況報告書」²⁾では、2010年時点では16.6%だった第一号被保険者(65歳以上の高齢者)の要介護認定率も、2055年には25.5%にまで増加すると予想されている。このように深刻化する高齢化の対策として、内閣府は「高齢社会対策大綱」³⁾において、高齢者は「支えが必要な人」であるという概念を取り払い、今後は高齢者が国民の一人として自立した生活を送ることができる環境づくりの必要性を指摘している。

既往研究においては、外出行動を「生活の質」を支える重要な一要素と捉える視点から、高齢者の外出行動を調べた例が数多く存在する。水野⁴⁾や吉村ら⁵⁾は、加齢によって外出頻度は低下しても、買い物をする場所や友人・知人の家といった特定の場所への外出希望は低下しないことも明らかにしている。

しかし、これら既存の研究は外出行動の実態調査に留まり、高齢者の外出行動に対する心理的な要因(積極的な外出への意向はあるのか、外出に満足しているのか)を含めた実証的な分析はまだ見られない。そこで本研究では、外出行動に影響を与える心理的な要素の一つとして「外出意欲」

に着目し、健康な高齢者を対象に、①外出意欲が実際の外出頻度へ及ぼす影響、②年齢による外出意欲の変化、③外出意欲の高い高齢者の特徴について定量的に分析することを目的とする。また、得られた結果をもとに健常高齢者の外出意欲と外出頻度を促進する方法に対する示唆を考察する。

2. 研究の方法

2.1 調査対象地

本研究では、高齢者の自立と外出行動を調べるという目的を念頭に、都心から約30kmに位置する千葉県柏市を対象地として選択した。国土交通省は「平成23年度版首都圏白書」⁶⁾において2030年までに首都圏郊外部での著しい高齢者率の増加を警告しており、特に柏市を含む千葉県西部は85歳以上の高齢者の単独世帯数が35年前の6倍以上になると予測されている地域である。

2.2 被験者と調査方法

過去の研究^{4),5)}により、外出時の疲れや介助の必要性など、身体的な条件が外出の阻害要因になっていることはある程度明らかになっている。そのため本研究では、身体的な制限が外出阻害の要因にならない健常高齢者を対象に調査する。今回は、千葉県柏市周辺に居住する健康な高齢者によって構成される地域団体「サロンやまびこ」と「東葛柏福祉会」の協力のもと、2度の直接訪問によるアンケート調査を行った。調査概要を表1に示す。なお本研究では健常高齢者を対象としているため、身体的健康度の自己評価は相対的に高めに出るであろう点に留意し、分析・考察を行う。

2.3 アンケートの質問項目

第1回目のアンケート調査は加藤・星⁷⁾による高齢者の外出行動の構造モデルを参考に、①社会的参加度、②精神的健康度^{注1)}、③身体的健康度、④外出能力に関わる質問を作成した。さらに⑤外出意欲に関わる質問(水野⁴⁾の研究を参考に本研究で考案)を加え、計21問の質問項目^{注2)}について身体的健康度以外の質問項目は5段階のリッカート尺度で回答してもらった。また6つの外出先への外出頻度も5段階評価で回答してもらい、最後に被験者の属性についての質問も含めた(表2)。

第2回目のアンケート調査では外出意欲の高い高齢者の特徴を把握するため、衣食住・交流といった生活に関わる質問と、Schwartz⁹⁾の価値観という心理的要素に関わる質問を用い、7段階評価で回答してもらった(表3)。

3. 外出意欲の影響分析

3.1 外出行動の確認的因子分析

アンケート調査で得られた126人分の有効回答サンプルを使用し、加藤・星⁷⁾の先行研究に基づく仮説モデルを確認的因子分析により検証した。社会的参加度は地域・近隣住民との関わり、精神的健康度は高齢者の主観的老化度、身体的健康度は物理的な歩行への影響、外出能力は実態の外出に対する活動能力、そして外出意欲は外出行動への意向を示す。

分析の結果、 $\chi^2/df=1.20$ 、CFI=0.94、RMSEA=0.04であった。一般的に非常に良好とされるモデルの適合指標の目安は χ^2/df は1以上5未満、CFIは0.95以上、RMSEAは0.05未満とされていることから、同モデルの適合度が良好な値を示すことが示され、アンケートで使用した計21個の観測変数を5つの因子に分類できることが確認された。仮説モデルを図1に示す。有意水準は5%に設定し、有意なパスを実線で、非有意なパスを点線で示す。

表1 アンケート調査の概要

	調査: 第1回目	調査: 第2回目
調査地域	千葉県柏市	
調査対象	サロンやまびこ 東葛柏福祉会の参加者	東葛柏福祉会の参加者
調査方法	質問紙法	
調査日時	2012年11月12日 (サロンやまびこ) 2013年1月12日 (東葛柏福祉会)	2013年5月13日
回収数	148人	48人
有効回答数	126人(88%) 男性: 45人(36%) 女性: 77人(61%) 不明: 4人(3%)	45人(97%) 男性: 27人(60%) 女性: 18人(40%) 不明なし
平均年齢	73.2歳	72.1歳

表2 第1回目アンケート調査の内容

	日常の活動状況に関する質問	外出頻度に関する質問
社会的参加度	1. 地域への親しみ	外出頻度
	2. 住民と付き合い	
	3. 地域の活動参加度	
	4. 緊急時の近所に助けを求められる	
精神的健康度	5. おしゃれに気を配るのが億劫*	高齢者の属性に関する質問
	6. 他人と付き合いが面倒*	
	7. 人よりも病気になるやすい*	
	8. 精神的な活力にあふれている	
	9. 以前より疲れやすくなった*	
身体的健康度	10. 治療を受けている病気の数	年齢
	11. 身体の痛みの有無と歩行への影響**	性別
	12. 過去の1年間の転倒経験と歩行への影響***	住所
外出能力	13. 徒歩での移動可能距離	私用の移動手段の有無
	14. 階段の利用を避けたい**	自動車
	15. 公共交通機関の利用不安*	自転車
	16. 外出への転倒不安*	同居者との関係
外出意欲	17. 若い頃と比較した外出意欲	同居者の要介護レベル
	18. 外出頻度の満足感	注*) 得点の大きいほうがより良い状況を表すよう得点を反転
	19. 現在、行きたいと思う場所	注**) 3段階評価
	21. 自宅滞在希望*	注***) 4段階評価
	22. 将来の外出意欲	

表3 第2回目アンケート調査の内容

		Schwartzの価値観
服装	1. 外出時の服装への関心	伝統的
	2. 他人の服装への関心	
	3. ファッション流行への関心	
	4. 自分らしさこそおもしろい	
食生活	5. 食事を一緒にするひとがいる	利己的
	6. 食事の栄養バランスへの気配り	
	7. 食事の時間を楽しんでいる	
	8. 規則正しい食生活	
住環境	9. 定住志向	変化志向的
	10. 家への愛着	
	11. 最寄りのバス停まで近いと感じる	
	12. 最寄りの駅まで近いと感じる	
交流	13. 快眠できている	利他的
	14. 娘・息子と会う頻度への満足感	
	15. 孫と会う頻度への満足感	
	16. 友人と会う頻度への満足感	
	17. ひとりで過ごす時間の好き好み	年齢
		性別

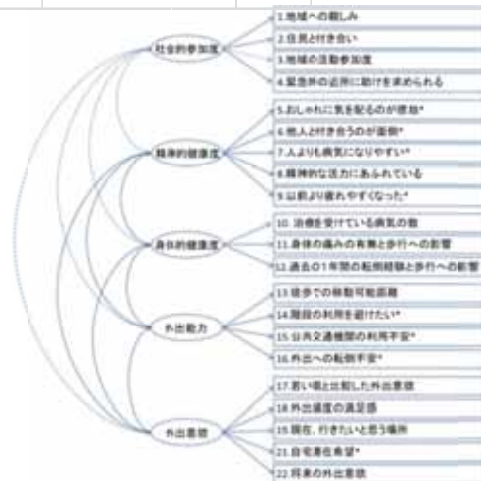


図1 確認的因子分析による検証結果

3.3 各因子と外出頻度のパス解析

上記モデルの十分な適合性が検証されたことを踏まえ、図1の各因子と外出頻度の関係を調べるため、多重指標モデルを用いてパス解析を行った(表4)。

分析の結果、精神的健康度・外出能力・外出意欲と外出頻度の間に関連性を確認できた。既往研究では精神的健康度・外出能力が高い人は外出頻度も高いという傾向はある程度明らかになっていたが、今回の結果から、外出意欲の向上により外出頻度が高まる可能性が明らかになった。また外出意欲の高い人の中でも、外出頻度に対する満足度が高く、家にいるよりも外出することを好む人は、趣味や余暇活動での外出頻度が高い傾向も確認された(図2)。

また、本研究では、先行研究の知見に反して、身体的健康度と外出頻度の関係が非有意であった原因として、今回は健康な高齢者を対象としたため、身体的健康度の観測変数に相対的にばらつきが小さかったことが考えられる。

表4 外出頻度へのパス係数(標準化係数)

因子	パス係数	CMIN/df	CFI	RMSEA
社会的参加度 <-> 外出頻度	0.09	1.2	0.97	0.03
精神的健康度 <-> 外出頻度	.52	1.1	0.97	0.03
身体的健康度 <-> 外出頻度	0.19	1.0	1.00	0.00
外出環境 <-> 外出頻度	.51	1.1	0.97	0.03
外出意欲 <-> 外出頻度	.90	1.4	0.85	0.05

注) 5%水準で有意なものを太字で示す



図2 外出意欲と外出頻度の多重指標モデル

4. 年齢による外出意欲の変化

続いて、高齢者を前期高齢者と後期高齢者に分け、両者の外出行動の特徴を調べた(表5, 表6)。スピアマンの順位相関係数により、外出意欲に関する6つ質問項目に対する回答と各外出先への外出頻度の相関を調べた結果、前期高齢者にとっては「家に

いるよりも外出したい」、「若い頃よりも外出したい」といった積極的な外出の意志や、「現在、行きたい所がたくさんある」といった外出先の魅力が外出行動を高める動機付けになっており、特に日用品以外の買い物や余暇への外出頻度が高い傾向がある。これらの場所は、他の外出先に比べ比較的自宅から離れた場所にあり、外出先の候補も複数あると考えられる。これより、前期高齢者にとっては、彼らが魅力的と感じる場所を提案し、それらの情報を提供することができれば、外出意欲を促進できる可能性があると言える。一方、後期高齢者は、「外出への満足感」や「将来もできるだけ外出し続けたい」という長期的な意向が外出行動を高める動機付けとなっている。また外出先も趣味活動や日用品の買い物など居住地周辺にまとまっている。よって、後期高齢者にとっては、新しい外出先を提案することよりも、慣れ親しんだ地域内での習慣的な外出行動を重視する方が、彼らの外出意欲促進に寄与すると考えられる。

表5 74歳以下:外出意欲と外出先の相関係数

	若い頃	満足感	行きたい所	外出機会	在宅意向	将来
日用品	.148	.112	.014	-.096	.179	-.016
日用品以外	.382**	.104	.329**	-.082	.125	-.047
病院	.001	-.118	.077	.261*	.125	.092
知人の家	.056	.191	.304*	.074	-.029	.191
趣味活動	.062	.186	.213	-.154	.163	.163
余暇	.327**	.208	.252*	-.186	.080	.080

注) 5%水準で有意なものを太字で示す

**、相関は、1%水準で有意

*、相関は、5%水準で有意

表6 75歳以上:外出意欲と外出先の相関係数

	若い頃	満足感	行きたい所	外出機会	在宅意向	将来
日用品	.326	.437*	.188	-.187	.197	.261
日用品以外	-.008	.229	-.141	-.127	.097	-.434
病院	.525**	.121	.617**	.291	-.017	-.017
知人の家	-.015	.425*	-.335	-.368	.269	.394
趣味活動	.267	.514**	.298	.255	.695**	.695**
余暇	.196	.169	.041	.426*	.186	.243

注) 5%水準で有意なものを太字で示す

**、相関は、1%水準で有意

*、相関は、5%水準で有意

5. 外出意欲の高い高齢者の特徴分析

第1回目のアンケート結果を踏まえ、第2回目のアンケート調査では、外出意欲の高い高齢者の特徴を明らかにし、外出意欲・外出頻度を促進する方法に対する示唆を得ることを試みた。具体的には、服装への関心・食生活・住環境・交流状況についての計17問の質問と、Schwartz⁸⁾による価

価値観を尋ねる質問を使用し、外出意欲の質問に対する回答との相関分析を行った。調査には、前回に引き続き、東葛柏福祉会の参加者に協力していただいた。

分析の結果、「家への愛着がある」と回答した人は、外出満足度が高いという傾向があり、「現在、行きたいと思うところがある」、「将来も外出し続けたい」と回答した人は変化志向的な価値観が高い傾向が見られた(表6)。変化志向的価値観に関する質問項目は、「変化や新たな挑戦を受け入れること」や「刺激に満ちた人生や経験を積むこと」への重要度で評価されることから、積極的な挑戦意欲や新しいことへの好奇心が外出への動機付けになっていると考えられる。

また今回と同じ Schwartz の価値観の質問項目を用いて、東京都と柏市に居住する20代から60代の男女を対象に調査を行った先行研究⁹⁾と、地域活動に参加する健全な高齢者を対象にした本研究の統計記述量を比較すると、本研究の価値観への評価の平均が伝統的・利他的は7%、利己的は9%、そして変化志向的は13%高くなっており、本研究の被験者が変化志向的な価値観をより高く重視するという傾向も見られた(表7、表8)。

表6 外出意欲の変数との相関係数

		住環境について	
		10.家の愛着	価値観について 変化志向的 平均
外出意欲	若い頃	.164	.197
	満足感	.322*	.101
	行きたい所	.047	.409**
	自宅在宅意向	.130	.024
	将来	.277	.310*

注) 5%水準で有意なものを太字で示す
*. 相関は、5%水準で有意

表7 既往研究の統計記述量

	度数	最小値	最大値	平均値	標準偏差	分散
伝統的	9423	1	7	5.74	.90	.80
利己的	9423	1	7	4.24	.99	.98
変化志向的	9423	1	7	4.95	1.09	1.18
利他的	9423	1	7	5.80	1.04	1.08

表8 本研究の統計記述量

	度数	最小値	最大値	平均値	標準偏差	分散
伝統的	45	4	7	6.19	0.68	0.46
利己的	45	1	7	4.63	0.89	0.80
変化志向的	45	2	7	5.59	0.77	0.60
利他的	45	4	7	6.22	0.66	0.43

6. 結論

本研究を通じて、外出意欲を高めることが外出行動の促進に効果的であることが確認でき、また年齢を重ねるにつれ外出行動の動機付けとなる要因は変化することを明らかにした。さらに外出意欲の高い高齢者の特徴として、家に愛着をもっていることや、変化志向的な価値観を重視するという傾向がみられた。

本研究は相関分析に留まり、因果関係までを解明することは出来ないため、今後の課題として時間的変化を考慮した分析が挙げられる。しかし、本研究の被験者が積極的に地域の活動に参加する健全高齢者を対象にしたことと、先行研究の記述統計量よりも高い変化志向的価値観を持った人が多かったことを踏まえ、変化志向的価値観が参加者の特徴だとすれば、地域活動を通じて多様な人と関わることで、新しい活動に挑戦することへの機会を増やすことが、外出意欲・外出頻度の促進につながる可能性は十分にあると考える。

注1) 精神的健康度の質問項目の内2問は、小田利勝「日常生活のコンピテンス/ライフ・スキルの測定尺度の開発とその利用」にて作成した項目を使用した。

注2) アンケート調査時は「外出意欲」に関する質問を6項目用意したが、因子分析のモデルの適合度を検討した結果、本研究では5項目のみを分析に使用した。

【参考文献】

- 1) 内閣府：「平成23年度 高齢化の状況及高齢社会対策の現状」(高齢者白書), 2012.
- 2) 厚生労働省：「平成22年介護保険事業状況報告」, 2010.
- 3) 内閣府：「高齢社会対策大綱」, 2012.
- 4) 水野映子：「高齢者の外出の現状・意向と外出支援」, 第一生命経済研究所, ライフデザインサポート, 2004.9.
- 5) 吉村東、菅野利一、志田正男：「郊外住宅団地における高齢者の外出行動とその阻害要因(その2 外出頻度と諸条件との関係)」, 日本建築学会大会学術講演梗概集, pp493-494, 2005.7.
- 6) 国土交通省：「平成21年度版首都圏白書」, 2009.
- 7) 加藤龍一、星旦二：「高齢者にとって階段は本当にバリア(障壁なのか)」、第4章 自立高齢者の外出はどのような構造で規定されているのか、共同経済研究所, 第62号, pp21-24, 2011.
- 8) Schwartz, S.H.: 'Universals in the Content and Structure of Values: Theoretical Advances and Empirical Tests in 20 Countries', Advanced in Experimental Social Psychology 25, pp1-65, 1992.
- 9) 石川徹、浅見泰司：「都市における居住満足度の評価構造に関する研究 -居住属性、価値観、物的環境との関係から-」, 都市計画論文集, 第47巻3号, pp811-881, 2012.