

高齢者の人とのつながりと「生きがい感」について ～日本・米国の国際比較調査データを用いて～

日本大学商学部教授 塚田典子

1. はじめに

本稿では、高齢者の「生きがい感」を取り上げ、基本属性、主観的健康感や経済的困窮感、人との会話頻度、家族や親族の中で果たす役割や家族以外の近所の人とのつながり、社会活動・ボランティア活動への参加など、特に人との関わりに焦点を当てて、高齢者の「生きがい感」との関連要因について、日本と米国の国際比較調査データを用いて国別に分析した。日本の1,367ケースおよび米国の1,006ケースを対象として、IBM SPSS Statistics Ver.24を用いて分析した。目的変数はQ36の、「あなたは、現在、どの程度生きがい（喜びや楽しみ）を感じていますか。」の回答を「生きがい感」とし、選択肢を「1＝まったく感じていない」「2＝あまり感じていない」「3＝どちらとも言えない」「4＝多少感じている」および「5＝大変感じている」にリコーディングし、数値が高くなるにつれて「生きがい感」も高くなるようにした。

2. 高齢者の「生きがい感」に関連する要因分析

(1) 基本属性と「生きがい感」との関連

① 性 (F 1)、年齢 (F 2) および結婚形態 (F 3)

日本と米国のどちらの国においても、「性」(F 1)や「年齢」(F 2)と、「生きがい感」との関連はみられなかった。

「結婚形態」(F 3)は、「一人身(独身・別居・離婚・死別)」と「配偶者あるいはパートナーと同居(仕事上の別居、健康・介護上の理由での別居を含む)」の2グループに分けてリコーディングし、その2グループ間で「生きがい感」の平均値に差があるかどうか、国別にt検定を行った。その結果、日本・米国ともに、0.1%の有意水準で「配偶者あるいはパートナーと同居」している高齢者の方が「一人身」よりも、「生きがい感」の平均値が統計的に有意に高かった。

② 居住形態 (F 4) および子供の有無 (F 5)

次に、「居住形態」(F 4)と「生きがい感」との関係については、まず、「居住形態」を「単身世帯」とそれ以外の「夫婦二世帯あるいは子や孫などの誰かと同居」の2グループに分けた。そして、その2グループ間で「生きがい感」の平均値に差があるかどうか国別にt検定を行った結果、日本・米国ともに、0.1%の有意水準で「夫婦二世帯あるいは子や孫などの誰かと同居」をしている高齢者の方が「単身世帯」より、「生きがい感」の平均値が統計的に有意に高かった。

同様に、「子供の有無」(F 5)と「生きがい感」との関係についても、子供が有グループと無グループとで「生きがい感」の平均値を国別に分析した結果、日本では、0.1%の有意水準で「子供有」グループが「子供無」グループより「生きがい感」の平均値が統計的に有意に高かったが、米国では、その傾向は見られたものの、統計的に有意な差とはならなかった。

図表1に、以上でみてきた基本属性の各変数と「生きがい感」との統計分析結果をまとめた。図表1に示すように、性別や年齢ではなく、結婚して配偶者あるいはパートナーと同居していること、単身世帯でないこと、また、子供がいる高齢者の方がいない高齢者より、「生きがい感」の平均値が高いことがわかった。

図表1 基本属性と「生きがい感」との関係

		日 本		米 国	
t 検定		平均値	t 値	平均値	t 値
性 別	男性	3.78	-0.085	4.32	-0.535
	女性	3.78		4.35	
結 婚 形 態	配偶者有	3.89	-5.814***	4.50	-5.535***
	配偶者無(別・離・单身)	3.53		4.15	
居 住 形 態	単身世帯	3.35	5.811***	4.19	3.657***
	夫婦世帯・子供や孫と同居	3.88		4.44	
子 供	有	3.84	-5.459***	4.33	-0.723
	無	3.29		4.25	
ピアソンの相関係数(r)					
年 齢		0.011		-0.041	

(***:p<.001)

(2) 主観的健康感、経済的困窮感および人との会話頻度と「生きがい感」との関連

① 主観的健康感 (Q4)

「主観的健康感」(Q4)は、分析に先立ち、「1=病気で、一日中寝込んでいる」「2=病気がちで、寝込むことがある」「3=あまり健康とはいえないが、病気ではない」および「4=健康である」にリコーディングし、数値が大きくなるほど、主観的健康感が高くなるようにした。そして、その「主観的健康感」と「生きがい感」との関係を調べるため、国別にスピアマンの順位相関分析を行った。

その結果、日本では、「主観的健康感」と「生きがい感」との間に、1%の有意水準で統計的に有意な弱い正の相関が見られ、高齢者の「主観的健康感」が高くなればなるほど「生きがい感」も高くなることがわかった。米国では統計的に有意な相関関係は見られなかった。

② 経済的困窮感 (Q12)

同様に、「経済的困窮感」(Q12)も、「1=困っていない」「2=あまり困っていない」「3=少し困っている」および「4=困っている」とし、数値が大きくなるほど、経済的困窮感が増すようリコーディングをした後、分析に進んだ。そして、その「経済的困窮感」と「生きがい感」との関係について、国別にスピアマンの順位相関分析を行った結果、日本と米国ともに、「経済的困窮感」と「生きがい感」との間に、1%の有意水準で統計的に有意な弱い負の相関が見られ、高齢者の「経済的困窮感」が高くなればなるほど「生きがい感」は低くなることがわかった。

③ 人との会話頻度 (Q26)

次に、「人との会話頻度」(Q26)についても、「1=ほとんどない」「2=週に1回」「3=週に2、3回」「4=週に4、5回」および「5=ほとんど毎日」にリコーディングし、数値が大きくなるほど、人との会話頻度が増すようにして分析に進んだ。そして、「人との会話頻度」と「生きがい感」との関係を調べる為、国別にスピアマンの順位相関分析を行った。

その結果、日本では、「人との会話頻度」と「生きがい感」との間に、1%の有意水準で統計的

に有意な弱い正の相関が見られ、高齢者の「人との会話頻度」が高くなればなるほど「生きがい感」も高くなることがわかった。しかし、米国では統計的に有意な相関は見られなかった。以上の分析結果を、まとめて図表2に示した。

図表2 主観的健康観、経済的困窮感および人との会話頻度と「生きがい感」との相関

	日本	米国
主観的幸福感	0.254**	0.196*** ^{※)}
経済的困窮感	-0.258**	-0.231**
人との会話頻度	0.232**	0.159*** ^{※)}

※相関係数は、0.2以上をもって関係ありとみなした。

(スピアマンの順位相関分析; **: $p<.01$)

(3) 役割や人とのつながりと「生きがい感」との関連

① 家族や親族の中で果たす役割 (Q1)

まず、「あなたは、ご家族や親族の方々のなかで、どのような役割を果たしていますか。」(Q1)の質問に対して、複数で回答してもらった回答の合計数を算出して、「果たす役割の合計数」(0~7点)とした。そして、その合計数の平均値に「生きがい感」の5つの回答間で差があるかどうかを調べるため、一元配置の分散分析を行った。

図表3は、「家族や親族の中で果たす役割の合計数」の平均値を、国別に統計分析した結果を示したものである。図表3に示すように、日本では、「果たす役割の合計数」の平均値と「生きがい感」との間には統計的に有意な差がみられた。また、「果たす役割の合計数」の平均値が増すほど「生きがい感」も高くなる傾向があることがわかったが、米国ではその傾向は見られなかった。

次に、「果たす役割の合計数」の平均値を、日本と米国間で比較するためにt検定を行ったところ、米国の高齢者の方が日本の高齢者より、家族や親族の中で「果たす役割の合計数」の平均値が高いことがわかった(日本の平均値=1.43個、米国の平均値=2.99個; $p<.001$)。

図表3 家族や親族の中で果たす役割の合計数の平均値と「生きがい感」との関係

	まったく 感じていない	あまり 感じていない	どちらとも 言えない	多少 感じている	大変 感じている	F値
日本	0.57	< 1.08	< 1.16	< 1.50	< 1.75	20.579***
米国	2.92	3.39	2.91	3.02	2.96	1.182

(一元配置の分散分析; ***: $p<.001$)

② 家族以外に頼りになる人 (Q27)

次に、「あなたは、病気の時や、一人ではできない日常生活に必要な作業(電球の交換や庭の手入れなど)が必要なとき、同居の家族以外に頼れる人がいますか。」(Q27)の質問に対して、複数で回答してもらった回答の合計数を算出し、その「頼れる人の合計数」(0~4点)の平均値が「生きがい感」の5つの回答間で差があるかどうか調べるため、国別に一元配置の分散分析を行った。

図表4は、その分析結果を示したものである。図表4に示すように、日本では「頼れる人の合計数」と「生きがい感」との間には、0.1%の有意水準で統計的に有意な平均値の差がみられた。また、「頼れる人の合計数」の平均値が増すほど「生きがい感」も高くなる傾向がみられたが、米国ではこの関係は見られなかった。

次に、日本と米国間の「頼れる人の合計数」の平均値を比較するためt検定を行ったところ、米国の高齢者の方が日本の高齢者より、頼れる人の合計数の平均値が高いことがわかった(日本

の平均値=1.03人、米国の平均値=1.41人； $p<.001$ ）。

図表4 家族以外に頼れる人の合計数の平均値と「生きがい感」との関係

	まったく 感じていない	あまり 感じていない	どちらとも 言えない	多少 感じている	大変 感じている	F 値
日本	0.52	< 0.88	< 0.94	< 1.04	< 1.19	9.782***
米国	1.46	1.31	1.19	1.35	1.48	1.708

(一元配置の分散分析；***: $p<.001$)

③ 近所の人との付き合い (Q28)

近所の人との付き合いについては、「あなたは、ふだん、近所の人とは、どのようなお付き合いをなさっていますか。」(Q28)の質問に対して、複数で回答してもらったその回答の合計数を算出し「近所の人との付き合いの合計数」(0～8点)とした。そして、その合計数の平均値が「生きがい感」の5つの回答間で統計的に有意な差があるかどうか一元配置の分散分析を行った。図表5は、その分析結果を示したものである。

図表5に示すように、日本も米国も、0.1%の有意水準で、「近所の人との付き合いの合計数」と「生きがい感」との間には統計的に有意な平均値の差がみられた。また、「近所の人との付き合いの合計数」の平均値が増すほど「生きがい感」も高くなる傾向が見られた。次に、日本と米国間の近所の人との付き合いの合計数の平均値をt検定で比較分析すると、米国の高齢者の方が日本の高齢者より、近所の人との付き合いの合計数の平均値が高いことがわかった(日本の平均値=1.8個、米国の平均値=2.21個； $p<.001$)。

図表5 近所の人との付き合いの合計数の平均値と「生きがい感」との関係

	まったく 感じていない	あまり 感じていない	どちらとも 言えない	多少 感じている	大変 感じている	F 値
日本	1.22	< 1.52	< 1.59	< 1.87	< 2.02	11.680***
米国	1.46	< 1.67	< 1.88	< 2.12	< 2.41	5.915***

(一元配置の分散分析；***: $p<.001$)

④ 社会活動・ボランティア活動 (Q30)

「社会活動・ボランティア活動の参加数」(Q30)については、13の活動項目の選択肢の中から、複数回答で答えてもらったその回答の合計数を0～13点で算出し、「生きがい感」の5つの回答間でその合計数の平均値に統計的に有意な差があるかどうかを分析した。

図表6は、その検定結果を示したものである。図表6に示すように、日本・米国ともに、0.1%の有意水準で「社会活動・ボランティア活動への参加合計数」の平均値に統計的に有意な差がみられた。また、日本・米国ともに、ややその傾向から外れる個所があるものの、「社会活動・ボランティア活動への参加合計数」が多くなるほど、「生きがい感」も高くなる傾向があることがわかった。

また、「社会活動・ボランティア活動への参加合計数」の日本と米国間の平均値の差をt検定で分析したところ、米国の高齢者の方が日本の高齢者より、社会活動・ボランティア活動への参加の合計数が3倍以上多いことがわかった(日本の平均値=0.65個、米国の平均値=2.10個； $p<.001$)。

図表 6. 社会活動・ボランティア活動への参加合計数の平均値と「生きがい感」との関係

	まったく 感じていない	あまり 感じていない	どちらとも 言えない	多少 感じている	大変 感じている	F 値
日本	0.39	0.33	< 0.38	< 0.68	< 1.05	19.876***
米国	1.77	1.07	< 1.24	< 2.04	< 2.36	6.002***

(一元配置の分散分析；***:p<.001)

⑤ コロナ禍の拡大で影響があった人とのかかわり (Q43)

今回、国際比較調査の最後の質問 (Q43) で、「新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の拡大により、あなたの生活にはどのような影響がありましたか。」と複数回答で尋ねている。そこで、まず、その質問の 14 個の回答選択肢のうち、特に「人とのかかわり」にマイナスに影響を与えるのではないかと考えられる 7 つの選択肢項目—「仕事をやめた (仕事がなくなった)」「仕事をやる日数や時間数が減った」「ボランティア活動をやめた (中止になった)」「ボランティア活動をする日数や時間数が減った」「旅行や買い物などで外出することが減った」「友人・知人や近所付き合いが減った」「別居している家族と会う機会が減った」を選び、これらの項目を選んだ合計数を算出した。次に、この算出した「コロナ禍で減った人とのかかわりに関する項目合計数」(0～7点)と「生きがい感」の関係をこれまでと同じ統計手法で分析した結果を図表 7 に示した。

図表 7. コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数の平均値と「生きがい感」との関係

	まったく 感じていない	あまり 感じていない	どちらとも 言えない	多少 感じている	大変 感じている	F 値
日本	1.26	< 1.69	1.66	< 2.08	< 2.15	12.065***
米国	2.92	2.76	< 3.47	< 3.53	3.14	3.517**

(一元配置の分散分析；**:p<.01; ***:p<.001)

図表 7 に示すように、日本は 0.1% の有意水準、米国は 1% の有意水準で、「コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数」は「生きがい感」の 5 つの回答間で統計的に有意な平均値の差がみられた。しかし、日本・米国ともに、「生きがい感」が高くなるほど「コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数」が徐々に増えていくという関係は、一部にしか見られなかった。

次に、これまで同様、日本と米国間の「コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数」の平均値の差を t 検定で調べたところ、もともと「人との付き合いの合計数」や「社会活動・ボランティア活動の合計数」が多かった米国が、ここでも日本より、「コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数」の平均値が約 1.6 倍多くなっていた (日本の平均値=1.95 個、米国の平均値=3.21 個；p<.001)。

さて、ここで留意しないといけないのは、「生きがい感」が高かった人が、「コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数」の平均値も高かった、ということである。本分析は 2 変数間の関係をみたもので、因果関係を調べたものではない。もともと、日本・米国のどちらの高齢者も、「近所の人との付き合い」(図表 5) や「社会活動・ボランティア活動への参加の合計数」(図表 6) でみてきたように、「生きがい感」が高い高齢者ほど、人との付き合いや社会活動・ボランティア活動への参加が多いという傾向が見られたため、コロナ禍でこれまでであった人とのかかわりが減ることで、それまでは高かった「生きがい感」に影響が出てくるのではないかと懸念される。そこで、どのような人がコロナ禍の影響をより受けやすいのかについて、深堀り分析を行ってみた。

まず、年齢や性別と「コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数」との関係調べてみたところ、年齢とは統計的に有意な関係は見られなかった。しかし、性別では、日本・米国ともに、

女性の方が男性より「コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数」の平均値が高かった（日本：女性＝2.03 個＞男性＝1.87 個（ $p<.01$ ）；米国：女性＝3.33 個＞男性＝3.06 個（ $p<.05$ ））。

もともと、日本・米国ともに、女性は男性より「配偶者あるいはパートナーと同居」している割合が少なく（日本：女性＝60.1%＜男性＝79.6%；米国：女性＝41.5%＜男性＝62.1%）、単身世帯は多いことが分かっている（日本：女性＝15.2%＞男性＝11.2%；米国：女性＝41.8%＞男性＝27.8%）。従って、「コロナ禍で減った人とのかかわりの項目合計数」が女性に多いということは、一人暮らし、あるいは配偶者等と同居していない女性から、人とかかわる機会がより多く奪われているのではないかと推察される。

次に、コロナ禍で減った人とのかかわりについて、「情報機器の使用」という別の観点からみてみたい。コロナ禍で、人と直接的にかかわることができなくても、情報機器を駆使して人と繋がることができればまだ救われる。今回の調査では、「あなたは、情報機器を使って、どのようなことをされていますか。」（Q34）と尋ねている。そして、「いずれも使わない」を除く8個の選択肢のうち、「ファックスで家族・友人などと連絡をとる」「パソコンの電子メールで家族・友人と連絡を取る」「携帯電話・スマホで家族友人などと連絡をとる（携帯電話のメールを含む）」および「SNS（Facebook、Twitter、Line、Instagram など）を利用する」の4項目は、人に繋がる手段である。そこで、使用している「情報機器の合計数」を0～4点で算出し、国別、性別で平均値の差を分析してみた。

まず、日本と米国間の「情報機器の合計数」の平均値の差を検定した結果、日本の高齢者が使用している「情報機器の合計数」の平均値は1.13 個、米国は1.98 個で、米国の方が多かった（ $p<.001$ ）。次は、性別による平均値の差を国別に調べてみた結果、日本は、男性の平均値が1.23 個、女性が1.03 個で男性が多かったが（ $p<.001$ ）、米国では男性は1.99 個、女性は1.96 個で、使用する「情報機器の合計数」の平均値に性差は見られなかった。

今度は、「ファックスでの連絡」「パソコンの電子メールでの連絡」「携帯電話・スマホでの連絡」および「SNSの利用」の各情報機器を使用する割合に性別で差があるかどうか、国別に、 χ^2 検定を行った結果を図表8にまとめた。

図表8 性別・国別にみる人との繋がりを可能にする情報機器の使用割合(%)

	日本(%)			米国(%)		
	男性	女性	χ^2 値	男性	女性	χ^2 値
ファックスで家族・友人などと連絡をとる	9.7	> 6.7	4.041*	8.9	9.1	0.010
パソコンの電子メールで家族・友人と連絡を取る	22.3	> 8.2	52.889***	65.6	61.8	1.574
携帯電話・スマホで家族友人などと連絡をとる(携帯電話のメールを含む)	77.9	76.7	0.281	82.8	79.7	1.567
SNS(Facebook、Twitter、Line、Instagram など)を利用する	13.4	11.9	0.691	41.9	45.6	1.385

(χ^2 検定; *: $p<.05$; ***: $p<.001$)

図表8に示すように、米国では、いずれの情報機器の使用割合においても性差は見られなかったが、日本では、「ファックスでの連絡」($p<.05$)と「パソコンの電子メールでの連絡」($p<.001$)で性差が見られ、男性の方が女性より多く使用していた。特に、「パソコンの電子メールでの連絡」は、男性(22.3%)が女性(8.2%)より、約2.7倍も多く使用していることがわかった。

また、日本でも、「携帯電話・スマホでの連絡」および「SNSの利用」では性差は見られず、男性は約78%、女性も約77%の高齢者が「携帯電話・スマホでの連絡」をしている一方で、「SNSの利用」は男性が約13%、女性が約12%しか利用していないことがわかった。

ここで、米国と比較しながら情報機器全般を見てみたい。図表8からわかるように、「ファックスでの連絡」以外は、日本の高齢者の情報機器の使用割合は米国と比べると、おしなべて低い。特に、「パソコンの電子メールでの連絡」をとる割合は、米国の高齢男性とは約43ポイント、米国女性とは約54ポイントの差が、また、「SNSの利用」においては男性で約29ポイント、女性では約34ポイント差があるなど、2020年時点では日本・米国間で、これらの情報機器の利用割合にまだ大きく差があることが明らかになった。

3. おわりに

今回は分析結果を割愛したが、「総合生活満足度」(Q38)と「生きがい感」の間にも、日本と米国ともに、統計的に有意な正のやや強い相関関係がみられ、高齢者の「総合生活満足度」が高ければ高いほど、「生きがい感」が高くなった(日本:スピアマンのロー=0.555、 $p<0.01$; 米国:スピアマンのロー=0.473、 $p<0.05$)。また、今回は、主に人とのつながりと「生きがい感」との関係調べたが、「生きがい感」は様々な形の人とのつながりと関連しており、これまでもソーシャル・ネットワークの広い方が、QOL(人生の質)が高いことは周知のことであったが、今回、人とのつながりが、生きがい(喜びや楽しみ)を感じることに関連する重要な要因であることが確認された。

さて、高齢社会における諸問題は「女性に集約される」とよく言われる。女性は男性に比べ、もともと配偶者とも死別・離別して単身で暮らしている割合が多く、「生きがい感」が低くなる機会に直面する可能性が高い。そこに加えて、今回、コロナ禍という未曾有のパンデミックが拡大することによって、人とかかわる機会が女性高齢者の方が男性高齢者に比べて、より多く奪われていることがわかった。さらに、余儀なく長引く自宅時間で、頼りになる人とのつながりを可能にする情報機器の使用では、米国との情報格差、また、男女間にも格差(特にパソコンの電子メールによる連絡)が見られ、コロナ禍が長引くことにより、高齢男性より高齢女性の孤立・孤独化の可能性がより高いことが明らかとなった。