

高齢者のQOLに対する余暇活動参加の影響

○佐橋 由美 (樟蔭女子短期大学)

Quality of Life, 生活満足度, 余暇活動参加, 余暇満足度

【目的】

高齢化が急速に進む中、福祉、社会-経済的施策とともに、個人的なレベルにおける生き方の問題が議論されなければならない状況である。人生80年、老後の余暇7万時間余の時代に、高いQOLを維持しながら生活するsuccessful agingの考え方は、余暇研究にとっても重要な視点である。

これまで、高齢者におけるQOLやSubjective Well-beingの問題を余暇活動との関連において研究してきたのは、主にGerontologyの領域であった。Havighurst (1957, 59, 61) やLemonら (1972) の研究を緒として、『活動理論』の主要命題……対人・社会接触において高い活動性を維持していることはよい適応につながる……の実証を試みる研究が数多く行われ、理論を支持する報告も多い。しかし、これらの研究は、命題検証の手續きに厳密さを求めたため、“活動”を自由時間での社会参加、対人接触などいわゆる社会的活動に限定する傾向があった。多様な余暇活動を、専ら対人・社会接触の量や人間関係の質(例えばフォーマル-インフォーマル)を基準として、分類し取り扱ってきたように思われる。

一方、余暇研究の領域では、ここ十数年の間に高齢者を対象とした研究が活発化し、Gerontologyの研究アプローチを適用し、多様な(社会的活動に限定されない)余暇活動への参加がQOLやWell-being向上にどの程度貢献するか、影響度を算定する研究も行われるようになってきた。Grandallら (1977)、Ragheb & Griffith (1982)、Sneegas (1986)、Kelly (1987)、Riddik & Stewart (1994)、Lawton (1994) などの研究がその流れに位置づけられるであろう。

本研究は、それら先行研究を踏まえ、高齢者対象の調査データをもとに以下の分析を行うことを目的とした。

- ①余暇活動参加度(量的側面)、さらには活動の結果生じる余暇満足度(質的側面)とQOL指標との相関分析を行い、余暇活動と高齢者のQOLレベルの関連を検討する。
- ②多変量解析を適用し、余暇活動関連変数がQOLに及ぼす影響の程度を、基本属性、社会経済状況、健康、社会的活動性指標などとの比較により、相対的に評価する。

【方法】

<対象>愛知県下の中規模都市O市在住の60歳以上の男女。特に、市主催の高齢者大学受講者と地域の公民館を中心に活動するクラブのメンバー。

<調査の手續き>高齢者大学開講時に、調査用紙を配布。調査用紙は主として郵送で回収された。クラブメンバーについては、世話役を通じて調査票を配布、活動時に回収した。

<調査時期>平成5年9月-10月

<分析データ>基本的には留置調査であり、多種の指標がもり込まれたため、記入不備が多く認められた。本研究では、欠損のないデータのみを用いた(N=529)。基本属性を表1に示す。

<用いた主要なる測定>

(1) QOL指標としての生活満足度

生活満足度の測定にはWood et al. (1969) が提唱する、L S I A (Neugarten et al. 1961) の短縮版、Life Satisfaction Index Z (13項目, 得点範囲0-26, $\alpha = 0.741$) を用いた。

(2) 余暇関連変数

①余暇活動参加：日常的余暇活動
10領域に対し、「非常によくする」から「しない」の4段階で回答。参加度の高いものから順に4点～1点を配点し、数量化を図った。加えて、非日常的活動として、過去1年間の宿泊旅行の回数。

②余暇満足度：Ragheb & Beard (1980)のLeisure Satisfaction Scale (Short-form)を修正して用いた。LSS原尺度は「心理的」側面、「教育的」側

面、「社会的」側面等6つの下位尺度、24項目からなるが、本研究では「美的」側面の4項目を除外し、また、5段階評定のところ、高齢者の負担を考慮し「非常によくあてはまる」から「まったくあてはまらない」の4段階評定とする修正を行った(得点範囲20-80, $\alpha = 0.937$)。

③余暇重視度：「余暇活動はあなたの生活の中でどの程度重要な位置をしめていますか」の質問に対し、「非常に重要」から「まったく重要でない」の4段階で回答する。それぞれに4～1点を配点。

(3) 対人・社会接触

①社会参加：地域の活動、老人会、奉仕的活動、会合などの組織的活動への参加頻度

②友人との交流：会話や趣味を一緒に楽しんだりする親しい友人との交流頻度

①②とも「週3回以上」から「月1回未満」の6段階評価、それぞれ6～1点を配点。

③家族との交流：「十分にできている」から「できていない」の4段階評価

④孤独感：対人・社会関係の充実を心理的な面からとらえるために、対立概念と想定される「孤独感」を測ることとした。孤独感の測定には、UCLA孤独尺度(Russell et al., 1980)の短縮版を用いた(得点範囲4-16)。孤独感が強い場合は、低得点を示すように配点されている。

【結果の概要】

1. QOL指標としての生活満足度

以下目的変数として用いる生活満足度の基本統計量を表2に示した。また、13項目のLSIZ得点についての報告は認められないため、筆者が行ったスポーツ愛好者を対象とした調査の結果(Mean=19.79, S.D.=4.56, N=517)と比較すると、本調査対象者の得点はかなり低いものとなっている。

表2. 年齢段階別の生活満足度得点、及び各年齢段階における性別の満足度得点

年齢段階	N	Mean	S.D.	男		女		N	Mean	S.D.	t値
				Mean	S.D.	Mean	S.D.				
60-69 歳	213	16.68	5.49	16.00	5.70 (104)	17.32	5.19 (109)				n. s.
70-79 歳	260	16.33	5.10	16.24	5.17 (127)	16.41	5.03 (133)				n. s.
80歳以上	56	16.25	5.56	16.27	5.21 (30)	16.23	5.94 (26)				n. s.
全体	529	16.46	5.31	16.15	5.39 (261)	16.76	5.21 (268)				n. s.

表1. 調査対象の基本属性

項目	カテゴリー	男 (%)	女 (%)	合計 (%)
年齢	60-69 歳	104 (39.8)	109 (40.7)	213 (40.3)
	70-79 歳	127 (48.7)	133 (49.6)	260 (49.1)
	80歳以上	30 (11.5)	26 (9.7)	56 (10.6)
世帯類型	一人暮らし	8 (3.1)	28 (10.4)	36 (6.8)
	本人+子供+子供家族(他)	19 (7.3)	99 (36.9)	118 (22.3)
	夫婦のみ	88 (33.7)	43 (16.0)	131 (24.8)
	夫婦+子供+子供家族	146 (55.9)	98 (36.6)	244 (46.1)
職業	有	42 (16.1)	17 (6.3)	59 (11.2)
	無	219 (83.9)	251 (93.7)	470 (88.8)
教育歴	小学校(旧)	148 (56.7)	147 (54.9)	295 (55.8)
	中学+高校+専門学校(旧)	80 (30.7)	111 (41.4)	191 (36.1)
	短期高校+新制大学	33 (12.6)	10 (3.7)	43 (8.1)
合計 (%)		261 (100)	268 (100)	529 (100)

2. 余暇活動参加

以下表3は、性別の余暇活動参加のレベルを示している。設定された10の余暇活動領域のうち、t検定、 χ^2 検定どちらにおいても性差の認められたのは7領域であり、余暇生活のスタイルは男女では異なっているようである。男性の参加度が高いのは、「読書」「社会的活動」「屋外・自然の中での活動」「スポーツ・運動」「娯楽」であり、女性の参加度が上まわった領域は「芸術・教養的活動」「創作活動」であった。概して男性は、フォーマルな人間関係、社会参加の機会を提供する活動への参加、さらには、身体活動・スポーツ活動へのより積極的参加が特徴と考えられる。逆に、女性は身体活動量が少なく、基本的には個人で行う教養的活動、創作活動などに熱心なようである。

表3. 領域別の余暇活動参加度

活動領域	全 体		男		女		t 検定	(χ^2 検定)
	Mean	S. D.	Mean	S. D.	Mean	S. D.		
マスメディア	2.88	0.75	2.95	0.70	2.81	0.80	*	n. s.
読書	2.32	0.80	2.41	0.76	2.23	0.82	*	*
社会的活動	2.29	0.87	2.48	0.88	2.12	0.83	**	**
屋外・自然の中での活動	2.95	0.69	3.05	0.65	2.85	0.72	**	*
スポーツ・運動	1.90	0.88	2.03	0.88	1.78	0.86	**	**
文化・芸術鑑賞	2.06	0.83	2.04	0.79	2.08	0.87	n. s.	n. s.
芸術・教養的活動	2.05	0.93	1.92	0.87	2.16	0.97	**	**
創作活動	2.25	0.89	2.11	0.89	2.38	0.88	**	**
娯楽	2.09	1.03	2.23	1.03	1.96	1.01	**	**
外出・ショッピング・行楽	2.78	0.70	2.73	0.73	2.83	0.67	n. s.	n. s.

* p<.05 ** p<.01

3. 余暇活動と生活満足度の関連

表4-1. L S I Z 得点と領域別参加度の相関

	マスメディア	読書	社会的活動	屋外・自然	スポーツ	芸術鑑賞	芸術・教養活動	創作活動	娯楽	外出・行楽
男	.133*	.143*	.239**	.169**	.101	.162**	.128*	.188**	.107	.178**
女	.155*	.155*	.275**	.230**	.216**	.209**	.256**	.089	.139*	.271**
全	.136**	.142**	.238**	.190**	.148**	.187**	.200**	.146**	.113**	.226**

表4-2. L S I Z 得点とL S S 得点の相関

	心理的	教育的	社会的	リラクゼーション	身体的	total
男	.330**	.450**	.379**	.296**	.270**	.408**
女	.416**	.480**	.422**	.405**	.378**	.484**
全	.369**	.463**	.402**	.350**	.319**	.444**

各領域の参加度と生活満足度の関連は、殆どが有意であったが、一般的な相関係数の解釈基準からすると“弱い”相関に留まるものであった。敢えてその相関関係に意味を見出すとすれば、男性ではとりわけ、「社会的活動」が生活満足度のレベルを有効に規定しているといえるであろう。女性では「社会的活動」「外出・ショッピング・行楽」「芸術・教養的活動」などの参加度が高い人ほど、生活満足度も高いといえそうである。男女共に社会的活動の参加度とQOL指標の相関が最も強いことは、活動理論支持の一因となろうか。

一方、活動の結果生じる余暇満足度は、生活満足度とかなり強い相関を示していた。下位尺度をみ

ると、男女共に教育的側面、社会的側面の相関が強くなっている。教育的側面は“物事に対する知識を増やす”、“新しい事に挑戦する”、“人を理解する”等の項目からなっている。高齢者にとって、余暇の場で興味・関心、学習意欲が高く維持されていることが、QOLを高く保つとりわけ重要な要因となっていることは注目に値する。

4. QOLに影響する要因の重回帰分析的検討……余暇関連変数の貢献度の評価

上述の相関分析では、余暇関連変数と生活満足度の1対1の関係を問題としたが、ここでは、4つの余暇関連変数に加え、10の属性及び生活状況変数を説明変数として設定し、生活満足度を目的変数とする重回帰分析を行った。変数相互の関連をも込みにした場合の、余暇関連変数の目的変数への影響力を相対的に評価することが目的である。

表5. 生活満足度を目的変数とした重回帰分析の結果

変数	説明変数	男			女			全体		
		r	β	係数の検定	r	β	係数の検定	r	β	係数の検定
基	年齢	0.055	0.113	*	-0.101	-0.027		-0.025	0.031	
礎	職業	-0.079	0.010		-0.088	-0.013		-0.071	0.017	有:1 無:2
的	同居者	0.030	0.018		-0.015	-0.009		-0.008	-0.009	有:1 無:2
要	教育歴	-0.011	-0.080		-0.011	-0.132	*	-0.010	-0.090	* 小:1 他:2
因	収入	0.108	0.098		0.088	0.108	*	0.094	0.095	* 400万円未満:1
	健康状態	0.303	0.108		0.271	0.063		0.284	0.087	* 400万円以上:2
対	社会参加	0.205	0.123	*	0.138	-0.004		0.161	0.046	
人	友人との交流	0.172	0.012		0.251	-0.008		0.210	0.013	
接	家族との交流	0.308	0.160	**	0.335	0.226	**	0.313	0.191	**
触	孤独度	0.342	0.233	**	0.405	0.214	**	0.377	0.235	**
余	余暇満足度	0.408	0.244	**	0.484	0.374	**	0.444	0.298	**
暇	余暇活動重視度	0.288	0.048		0.334	-0.014		0.313	0.033	
活	宿泊旅行	0.192	0.103		0.296	0.153	**	0.240	0.120	**
動	余暇参加度	0.292	0.009		0.353	0.020		0.316	0.002	
		$R^2 = 0.342$			$R^2 = 0.420$			$R^2 = 0.363$		

性別の分析結果をみると、生活満足度に有意に影響する要因は若干異なっているが、「家族との交流」「孤独度」「余暇満足度」は両群に共通して最も影響度の強い要因であった。これらはサンプル全体の分析でも影響度の強さでは上位三位を占めており、他の変数に比して安定的で、QOL予測に有効な変数であるといえる。特に「余暇満足度」は標準偏回帰係数(β)からみると、男女別、サンプル全体での分析いずれにおいても生活満足度に最も強く影響している。また、余暇関連変数の中では「宿泊旅行」の回数が有効な予測変数であり、女性では第4位、全体でも4位にランクされている。男性の場合の β 係数は有意ではなかった。余暇活動参加度(10領域を加算した新たな指標)は、単相関を見る限り有効な予測因と思われたが、余暇満足度との内部相関が強い(男;0.535, 女;0.632)こともあって、目的変数への影響力は抑制されたものとなった。

「家族との交流」「孤独」等の余暇以外の要因の影響は見逃せないが、生活全体に占める余暇生活の比重の大きさ、重要性を認めるには十分な結果と思われる。また、余暇関連変数の中ではどの程度頻繁に、あるいは多く参加するかといった量的側面よりも、自身の価値観や要求水準に照らして、現状をどの程度満足いくものにとらえるかという質的側面の方が、QOLに強く影響することが明らかになった。