

■企画連載■ 地域看護に活用できるインデックス



高齢者の社会活動

平野 美千代

北海道大学大学院保健科学研究所

日本地域看護学会誌, 24 (1) : 41-44, 2021

I. はじめに

近年の高齢者は過去の高齢者に比べ健康度が高い¹⁾ことが報告されている。また、高齢者を年齢で区分することに医学的・生物学的に明確な根拠はなく、65歳という暦年齢をもって高齢者と定義することを改める提言もなされている²⁾。人生100年時代が到来するといわれる現在、高齢者が健康を維持し、地域社会のなかで活気ある生活を営むことが期待される。

社会活動は高齢者の健康に寄与し、生活を豊かにするものである。先行研究にて、社会活動は高齢者の認知機能³⁾、運動機能⁴⁾、心理機能⁵⁾の向上のほか、幸福感の向上⁶⁾、生きがいの獲得と維持⁷⁾といった心理的well-beingに効果を示すことが報告されている。社会活動は高齢者の健康的な生活を導き、さらに地域への社会貢献や地域社会への活力になり得るものと考えられる。

II. 高齢者の社会活動

社会活動は研究者により多様に定義され、統一されたものはない。そのなかでもよく用いられているのが、橋本らの「家庭外での対人活動」⁸⁾という定義である。また、岡本は社会活動を「地域で実施される集団的活動とし、対人活動は家庭外で行われる家族・親族を越えた関わり」⁹⁾とし、社会活動の内容と活動を通じて接する他者を明確化している。近年では、井上らが社会活動を「高齢者が他者とのつながりを持ち、社会に参加して行う行動」¹⁰⁾とし、対人活動を具体化し、社会への参加を明示

している。

社会活動は高齢者の心身機能により活動が異なる。要支援認定を受けた高齢者（以下、要支援高齢者）の社会活動は、「家族および家族以外の身近な人との相互交流や集団・組織への参加」¹¹⁾と定義され、かかわる対象に家族が含まれているのが特徴である。要支援高齢者の社会活動に関する研究¹²⁻¹⁴⁾では、要支援高齢者は手段的日常生活動作の低下により活動範囲が縮小し、活動の範囲や内容が健康な高齢者とは異なることが指摘されている。

社会活動の概念の関係性を図1に示す。社会活動は性別による違いが¹⁵⁾報告されているが、性別を問わず共通するものが存在すると考えられる。また、健康な高齢者と要支援高齢者においても、社会活動は共通したものと異なるものが存在するといえる。次章の指標の紹介で

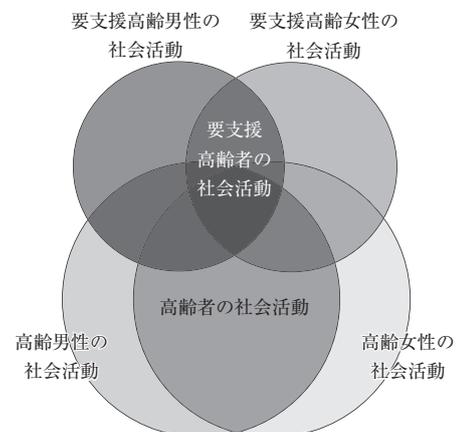


図1 高齢者の社会活動の関係性

表1 高齢者における社会活動状況の指標⁸⁾ およびいきいき社会活動チェック表¹⁶⁾

高齢者における社会活動状況の指標	いきいき社会活動チェック表
個人的活動	個人活動
近所づきあい	近所つきあい
近所での買い物	生活用品や食料品の買い物(近所での買い物)
デパートでの買い物	デパート
近くの友人訪問	近くの友人・友達・親戚を訪問
遠方の友人訪問	遠方の友人・友達・親戚を訪問
国内旅行	国内旅行
外国旅行	外国旅行
お寺参り	お寺参り(神社仏閣へのお参り)
スポーツ	スポーツや運動
レクリエーション	レクリエーション活動
社会的活動	社会参加・奉仕活動
地域行事	地域行事(お祭り・盆踊りなど)への参加
町内会活動	町内会や自治会活動
老人会活動	老人会(老人クラブ)活動
趣味の会の活動	趣味の会など仲間うちの活動
奉仕活動	奉仕(ボランティア)活動
特技などの伝承活動	特技や経験を他人に伝える活動
学習的活動	学習活動
老人学級	老人学級・老人大学への参加
カルチャーセンター	カルチャーセンターでの学習活動
市民講座	市民講座・各種研修会・講演会への参加
シルバー人材センター	シルバー人材(能力活用)センター活動
仕事	仕事
仕事	収入のある仕事についていますか

・高齢者における社会活動状況の指標：回答選択肢は「いつも」「ときどき」「なし」とし、仕事のみ「あり」「なし」とする。「いつも」または「ときどき」と回答した項目数を計算する。得点範囲は、個人的活動0～10、社会的活動0～6、学習的活動0～4、仕事0、1である。

・いきいき社会活動チェック表：回答選択肢は「時々またはいつもしている」「していない」とし、仕事のみ「あり」「なし」とする。「ときどきまたはいつもしている」「あり」を1点、「していない」「なし」0点で換算する。得点範囲は、個人活動0～10点、社会参加・奉仕活動0～6点、学習活動0～4点、仕事0～1点である。

は健康な高齢者と要支援高齢者の社会活動尺度それぞれについて紹介する。

Ⅲ. 指標の紹介

1. 高齢者の社会活動を測定する尺度

研究や実践で多く用いられているのは、橋本らの「高齢者における社会活動状況の指標(以下、社会活動指標)」である(表1)。この指標は社会活動を個人的活動(10項目)、社会的活動(6項目)、学習的活動(4項目)、仕事(1項目)の4側面にとらえ、側面ごとに活動の実施状況を測定する。回答選択肢は仕事のみ「あり」「なし」、それ以外の20項目は「いつも」「ときどき」「なし」となっている。質問項目は単純明快であり、回答選択肢も具体

表2 地域高齢者における社会活動尺度¹⁰⁾

項目	
地域への寄与	交通安全や防犯に関する活動 環境美化等のまちづくりに関する活動 高齢者の支援に関する活動
自己の啓発	体操やスポーツ等の身体的活動 趣味の会など文化的活動 同居者以外との会食や茶話

回答選択肢は「過去に一度もない」1点、「過去半年以前にある」2点、「過去半年以内にある」3点、として換算する。合計得点範囲は6～18点である。

的な頻度を問わない簡便性を重視した設計になっている。社会活動指標は再現性、感度、妥当性が検証されている⁸⁾。

尾島らは、社会活動指標の4側面の順序や名称などを若干改訂した「いきいき社会活動チェック表」と高齢者の社会活動判定表を開発した(表1)¹⁶⁾。回答選択肢は仕事のみ「あり」「なし」、それ以外の項目は「ときどきまたはいつもしている」「していない」となっている。本チェック表は「ときどきまたはいつもしている」「あり」を1点、「していない」「なし」を0点で換算し、点数を算出後、高齢者の社会活動判定表にて活発度を判定することができる。いきいき社会活動チェック表は再現性、感度、妥当性が検証されている¹⁶⁾。

なお、社会活動指標およびいきいき社会活動チェック表は1990年代に開発されているため、実際に使用する際には、対象地域の状況や高齢者の社会活動の現状に留意する必要があると考える。

2016年、井上らは、地域在住高齢者の社会活動の指標を明確化した定量化可能な尺度として「地域高齢者社会活動尺度」を開発した(表2)¹⁰⁾。本尺度は「地域への寄与」「自己の啓発」の2因子6項目で構成され、回答選択肢は「過去に一度もない」1点、「過去半年以前にある」2点、「過去半年以内にある」3点として得点換算する。尺度の信頼性、妥当性は検証されている¹⁰⁾。本尺度の「地域への寄与」は、高齢者が他者、地域、社会へ貢献していく活動から構成され、地域や社会との結びつきを強める活動が抽出されている。

また、「自己の啓発」は学習活動という限定的なものではなく、高齢者が生きがいをもって自分を高めようとする活動が抽出されている。2つの因子共に現在の高齢者の特徴や状況を反映していると考えられる。本尺度は都市部に在住する高齢者を対象に開発されたことから、都市以外の地域に適用する場合には慎重さを要すること

表3 要支援高齢者の社会活動尺度¹¹⁾

	項目
友人、近所とのかかわり	近所の人と親しくつきあう 近所の人と世間話をし、情報を得る 友人と手紙や電話で近況を把握しあう 知人で困っている人がいれば自分のできる範囲で助ける お菓子や食べ物を友人にあげる(配る) 近所の人が気さくに声をかけてくれる 気心が知れた友人と楽しい時間を過ごす
家族との親密なつきあい	食事やおしゃべりを通じ家族と楽しい時間を過ごす 同居ないし別居している家族と共にリラックスした時間を過ごす 家族や親族が生活にかかわる作業を手伝ってくれる お菓子や食べ物を家族にあげる(配る)
各種活動での他者とのかかわり	老人クラブや趣味の集まり、デイサービスで他の参加者の活動や様子を眺める 老人クラブや趣味の集まり、デイサービスで参加者と会話を楽しむ 地域包括支援センター職員やデイサービスの職員、ヘルパー等の介護サービス関係者から病気を良くするための情報を得る 地域包括支援センター職員やデイサービスの職員、ヘルパー等の介護サービス関係者から療養に関するアドバイスをもらう

・ 回答選択肢は回答選択肢は「ほぼ毎日」5点、「週1回以上」4点、「1回以上」3点、「年1回以上」2点、「していない」1点、として換算する。15～75点である。

・ 文献11)より筆者が作成

が指摘されている¹⁰⁾。

2. 要支援高齢者の社会活動を測定する尺度

高齢者の社会活動は、身体、認知、心理機能の維持向上、生活満足度の向上に関連する有効な活動である。しかし、健康な高齢者の社会活動を基準に開発された尺度は、要支援高齢者の社会活動は十分に測定できない可能性がある。そこで、平野らは要支援高齢者に特徴的な社会活動を測定できる尺度を開発した¹¹⁾。本尺度は「友人、近所とのかかわり」「家族との親密なかわり」「各種活動での他者とのかかわり」の3因子15項目で構成され、回答選択肢は「ほぼ毎日」5点、「週1回以上」4点、「1回以上」3点、「年1回以上」2点、「していない」1点として得点換算する。尺度の信頼性、妥当性は検証されている(表3)¹¹⁾。

尺度の開発では、要支援高齢者と健康な高齢者の両者を対象に調査を行い、「友人、近所とのかかわり」は健康な高齢者が要支援高齢者より得点が有意に高く、「各種活動での他者とのかかわり」は要支援高齢者が健康な高齢者より得点が有意に高かった。一方、「家族との親密なかわり」は両者の得点に有意な差はみられなかった¹¹⁾。「家族との親密なかわり」は高齢者全般で可能な活動であり、加えて、手段的日常生活動作が低下した要支援高齢者であっても維持できる活動であった¹¹⁾。本尺度は、要支援高齢者という特定集団でありサンプル数

を確保できなかったため一般化に限界があること、また予測的妥当性と反応性が検証できていないことが限界としてあげられる¹¹⁾。

IV. 地域看護学実践における尺度の活用

1点目は、対象者や地域の状況にあわせた社会活動尺度や指標を用いることで、高齢者の社会活動を正しく測定することができる。複数の社会活動に参加した者は社会活動がない者より認知障害のリスクが低くなる¹⁷⁾ことから、社会活動の頻度のほか、種類やその数についても着目することが有効である。

2点目は、対象者の個別ケアに社会活動尺度の活用が可能である。尺度は対象者の社会的側面をアセスメントする際に活用でき、ケアプラン作成時および評価時に尺度を用いて前後比較することで、社会活動の実施状況を数量的に示すことができる。また、社会活動とあわせて、認知機能やWell-being、フレイル等の尺度を加えることで、対象者の状況を多面的にとらえた支援計画をより具体的に検討することが可能となる。

3点目は、社会活動は高齢者の健康度にかかわらず、すべての高齢者に期待されている活動である。社会活動尺度は事業対象者や担当地区、対象地域等、さまざまな集団に活用ができ、対象となる集団や地域の特徴を理解できることが可能である。事業の場合は尺度を事業評価

や支援内容の効果検証にも活用できるであろう。さらに、対象集団内での個々人の社会活動の相対的位置を示すことも可能であり、集団における個別支援にも役立つと考える。担当地区や対象地域で用いた場合、地域の高齢者の社会活動の実態を把握でき、資源の創出や地域づくりに必要な基礎的なデータとして示すことができると考える。

以上のことから、社会活動尺度は地域看護学実践において、ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチの両方に活用可能である。また、ケアや事業評価では前後比較することで、社会活動の効果をより正確に示すことができるであろう。

【文献】

- 1) 秋山弘子：長寿・健康・経済のリンクが鍵。東京大学高齢者社会総合研究機構，2030年超高齢未来，68-78，東洋経済新報社，東京，2010。
- 2) 荒井秀典：高齢者の定義について。日本老年医学雑誌，56(1)：1-5，2019。
- 3) Choi Y, Park S, Cho KH, et al.: A change in social activity affect cognitive function in middle-aged and older Koreans; analysis of a Korean longitudinal study on aging (2006-2012). *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 31(8)：912-919, 2016.
- 4) Buchman AS, Boyle PA, Wilson RS, et al.: Association between late-life social activity and motor decline in older adults. *Archives of internal medicine*, 169(12)：1139-1146, 2009.
- 5) Nakanishi N, Tatara K: Correlates and prognosis in relation to participation in social activities among older people living in a community in Osaka, Japan. *Journal of Clinical Geropsychology*, 6(4)：299-307, 2000.
- 6) Menec VH: The relation between everyday activities and successful aging: a 6-year longitudinal study. *The journals of gerontology, Series B, Psychological sciences and social sciences*, 58(2)：74-82, 2003.
- 7) 岡本秀明：市川市における高齢者の活動と心理的well-beingの関連。和洋女子大学紀要，50: 41-53, 2010。
- 8) 橋本修二・青木利恵・玉腰暁子他：高齢者における社会活動状況の指標の開発。日本公衆衛生雑誌，44(10)：760-768, 1997。
- 9) 岡本秀明：高齢者の社会活動とそれに対するフェルト・ニーズ (felt needs)；実証的研究の提案。生活科学研究誌，4: 281-295, 2005。
- 10) 井上彩乃・田高悦子・白谷佳恵他：地域在住高齢者における社会活動尺度の開発と信頼性・妥当性の検討。日本地域看護学会誌，19(2)：4-11, 2016。
- 11) Hirano M, Saeki K, Ueda I: Development of a social activities scale for community-dwelling older people requiring support. *Nursing Open*, First published: 26 July 2020.
- 12) 平野美千代・佐伯和子・河原加代子：要支援にある独居の前期高齢女性の社会活動の特徴。日本在宅ケア学会誌，14(2)：66-75, 2011。
- 13) 平野美千代・河原加代子・佐伯和子：要支援高齢女性の社会活動尺度の開発。日本地域看護学会誌，17(2)：19-27, 2014。
- 14) 平野美千代・佐伯和子・上田 泉他：要支援認定を受けた高齢男性の社会活動とその目的。日本公衆衛生学雑誌，64(1)：14-24, 2017。
- 15) Gagliardi C, Spazzafumo L, Marcellini F, et al.: The outdoor mobility and leisure activities of older people in five European countries. *Ageing & Society*, 27: 683-700, 2007.
- 16) 尾島俊之・柴崎智美・橋本修二他。いきいき社会活動チェック表の開発。公衆衛生，62(12)：894-899, 1998。
- 17) Gleib DA, Landau DA, Goldman N, et al.: Participating in social activities helps preserve cognitive function : an analysis of a longitudinal, population-based study of the elderly. *International Journal of Epidemiology*, 34(4)：864-871, 2005.