



# 韓国におけるハイキング活動者の社会的支援に関する研究 : 中年者と高齢者の世代間比較

朴, 永[キュン]

山口, 泰雄

---

**(Citation)**

神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要, 4(1):63-71

**(Issue Date)**

2010-09

**(Resource Type)**

departmental bulletin paper

**(Version)**

Version of Record

**(JaLCD0I)**

<https://doi.org/10.24546/81002637>

**(URL)**

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/81002637>



## 韓国におけるハイキング活動者の社会的支援に関する研究 - 中年者と高齢者の世代間比較 -

### A study of the social support among hikers in Korea - A comparison between the middle-aged and elderly -

朴 永 炅\* 山 口 泰 雄\*\*  
 Young-kyung PARK\* Yasuo YAMAGUCHI\*\*

The purpose of this study is to compare differences between the middle-aged and elderly hikers around Seoul region of Korea with respect to the frequency of hiking, health condition, quality of life and social support required for hiking. Four hundred sixty one middle-aged and 134 elderly hikers were surveyed with questionnaires. Chi-square for cross tabulations, t-test and factor analysis showed significant differences between the two age groups. The middle-aged group was more experienced in hiking and showed higher frequency of the activity and quality of life, while the elderly group showed higher degree of addiction. Hiking had substantial impact on health condition in both age groups. For the middle-aged group, availability of information and hiking spots in close proximity affected their hiking activity as important factors. As for the elderly group, information on health care and implemental supports such as transportation were important factors for their involvement in hiking. In addition, social supports from friends, fellow hikers or family members seem to support hikers by helping to solve difficulties in daily life.

Key words: hiking, social support, middle-aged & elderly, Korea

#### 1. 緒言

近年、生活レベルの向上や医療技術の進歩などにより人間の平均寿命は急速な伸びを示し、世界の総人口に占める65歳以上の人の割合(高齢化率)は2000年6.9%が2050年には16.4%にまで上昇するものと見込まれている(UN, 1994)。また、韓国の高齢化率は、これまでに例を見ない速さで進んでいる。韓国のメディアによると、2000年には7.1%で高齢化社会(ageing-society)、2019年には14.4%で高齢社会(aged-society)となり、2026年には23.1%で超高齢社会(super-aged society)を迎えると予測されている(東亜日報, 2003.10.21面)。

これらの問題に対し、緊急かつ積極的に取り組まなければならない課題が数多く生じている。加齢にともなう心身の機能低下による寝たきりや認知症のような健康問題が増え、生活習慣病をもつ者が増加すると共に、稼働機会の喪失や扶養義務役割の喪失による社会・心理的な孤立感により生活の質が低下し、高齢期において健康を保持することは難しい状況であり、様々な社会問題を生み出している。このような背景をもとに、高齢期のスポーツ活動と生活満足度に対する関心が高まってきている。山口ら(1996)は、生活満足度とス

ポーツ・余暇活動との関係を分析した“Brown & Frankelのモデル”を追試し、日本における独自の規定要因を加えた修正モデルを検証している。その結果、スポーツ実施は余暇の満足度を通して高齢期の生活満足度に強い影響を及ぼし、中でも小づかいの多さが生活満足度を高めていることを明らかにした。また、高齢者のスポーツ実施者は中年期にすでに定期的にスポーツ活動に親しんでいる者が多く、中年期におけるスポーツ参加が高齢期のスポーツ習慣の形成に影響を及ぼしていることからスポーツ活動においても退職前学習が有効であると提言している。

中高齢者にとって、健康な状態を維持しながら老いていくことは重要な課題である。近年では、それを可能にする方法や条件として、高齢者の人間関係や社会的ネットワーク、社会的支援などに関心が寄せられてきた(中山ら, 1999; Lee, 1999)。これらの研究は主に、家族、友人、地域住民などを対象として、社会心理学の理論に基づいて行われているが、スポーツの領域でも同様に、高齢者の身体機能の低下や社会・経済的役割の喪失、孤独感などの問題により、社会的支援と余暇活動や身体活動などの実証的調査や研究がなされている(中山ら, 2002)。高齢者が身体活動やスポーツ活動へ参加す

\* コリア国際学園

\*\* 神戸大学大学院人間発達環境学研究科教授

(2010年3月31日 受付)  
 (2010年7月15日 受理)

ることと得られるとされる効用は、健康・体力づくりといった身体的側面のみならず、生きがいづくりといった心理的側面や、仲間づくりや外部社会との交流の場といった社会的側面にまで及ぶと言われている (Gottlieb, 1983)。McPherson (1994) は、高齢者に対し家族、友人、地域社会からの社会的な支援と社会活動の参加に適切な機会を提供すれば、身体的に活発な生きがいができることを報告している。Lee (1998) は、運動参加に対して人的サポートが及ぼす有意な影響だけでなく、運動参加の動機と重要な他者からの社会的支援との関連について明らかにしている。社会的支援とは、インフォーマルな他者からなされる支援という認識が一般化しているが、このような人的支援以外にも、公的機関からの社会的なサービスも当然含まれる。McPherson (1994) は、高齢者の身体活動場面における社会的支援を問題にする際、人的支援以外にも環境的な支援も考えるべきであり、このような支援を含めた全体的な社会的支援の必要性を指摘している。

韓国政府は、ソウルオリンピック以後、国民の「するスポーツ」への欲求が増大したことにより、様々なターゲット・グループに対するスポーツ活動の支援事業を発表するなど、スポーツ振興に大きな力を注いでいる (朴ら, 2009)。中でも、中高齢者の参加の割合が最も高いハイキング活動に関しては、第1・2・3次国民体育5ヶ年計画 (1993～2007) と「生活体育ビジョン2010」を通して、山岳環境やハイキングコースの整備に取り組んでいる。韓国は地理的に複数の山脈が存在し、自宅や職場から歩いて通えるという活動の場所の近接性だけでなく、交通手段による利便性がハイキング活動の人気の高さと密接に関係していると考えられる。例えば、ソウル中心の南山周辺に居住している主婦や中年者は実際に「身近な場所」でハイキング活動を楽しんでいる。また、ハイキング活動に影響を与えている主な要因として、近隣の友人・仲間・家族から得られる人的支援のほか、身近にハイキング活動の場所やコースがあること、ハイキング活動を行う山やコースへの交通手段、ハイキングを行うための利用手続きの簡潔さ、ハイキング活動及び健康に関する情報が得やすいことの重要性が明らかになった (朴ら, 2009)。

韓国の中高齢者の生涯スポーツの関心は高い。2004年に文化観光省が行った国民生涯スポーツ参加実態調査によれば、中高齢者のスポーツ参加率は、週1回以上が44.1%であり、実施している種目は、ハイキング46.2%、体操20.3%、ウォーキング6.3%の順であった。実際にハイキング活動を行っている中高齢者の数は明らかにされていないが、北漢山国立公園の年間利用者数が1988年の56,213名から2004年には5,411,000名 (国立公園管理公団, 2007) に増加していることから、ハイキング活動に参加する中高齢者は急激に増加していると推測される。中高齢者にとってハイキング活動は手軽で人気の高いスポーツ活動であるにもかかわらず、参加者の属性や活動の規定要因に関する研究は少ない。また、中高齢者のハイキング活動と社会的支援や生活満足度の関連に関する研究は行われていない。ハイキング活動が中高齢者の生活にもたらす影響を解明することは、韓国の生涯スポーツを考える上で非常に意義のあることだと考えられる。

土肥ら (1995) は、中高齢者の世代間比較から、余暇生活における満足度の重要性や中年期の余暇活動の充実が高齢期の余暇生活に影響を及ぼすことを明らかにしている。また、山口 (1996) は、ス

ポーツ実施と余暇活動の志向には世代差があることを明らかにしている。このことから中年者と高齢者の世代間比較を行うことは、今後韓国の超高齢化社会に備える上でも重要となることが考えられる。したがって、本研究の目的は、ハイキング活動の実施状況と健康意識、生活満足度、および活動実施に必要とされる社会的支援について、中年者と高齢者の違いを明らかにすることである。

## 2. 研究方法

### 1) 調査の概要

筆者らは、これまでに韓国ソウル市周辺で行われているハイキング活動について、以下のことを明らかにしてきた (朴ら, 2009)。ソウル周辺で行われているハイキング活動は3つに分けられる。1つ目は、ソウルの北部に位置する国立公園の北漢山 (836.5m) 周辺、2つ目は、ソウル市内の中心部に位置している都市自然公園の南山 (265m) 周辺、3つ目は、南部に位置する都市自然公園の冠岳山 (629m) 周辺である。また、ハイキング活動は、「参加形態」、「組織化」、「認可」の3つの視点から説明することができる。つまり、活動者がハイキング活動のためのグループに所属して活動を行っているのか (参加形態)、そのグループはどのような構造的特徴を持っているのか (組織化)、そしてそのグループはどのように評価されているのか (認可) という視点である。本研究は、この研究の成果を枠組みとして、ハイキング活動から得られる便益に着目して行った研究である。

調査は、2007年3月22日から4月2日にかけて、ソウル近辺でハイキング活動を行っている友情山岳クラブの役員と会員、また、国立公園の北漢山、都市自然公園の冠岳山及び南山において、インフォーマルグループに所属、あるいは個人参加でハイキング活動を行っている40歳以上の461名の中年者と65歳以上の134名の高齢者を対象に自記式集合調査法を用いた質問紙調査を行った。

表1 調査対象及び方法

クラブ 山の名	調査方法	調査対象	調査日
友情山岳 クラブ	質問紙調査	山岳クラブの役員 及び会員	2007年3月22日 ～4月2日
冠岳山	質問紙調査	インフォーマルグループ 及び個人参加者	2007年3月22日 ～4月2日
北漢山	質問紙調査	インフォーマルグループ 及び個人参加者	2007年3月22日 ～4月2日
南山	質問紙調査	インフォーマルグループ 及び個人参加者	2007年3月22日 ～4月2日

本研究における主な調査の内容は次のとおりである。生活満足度に関しては、BrownとFrankelモデルを翻訳し山口ら (1996) が採用した7項目。ハイキング活動の経験や実施頻度などのハイキング実施については、山口ら (1996) と (財) 日本体育協会スポーツ医・科学専門委員会 (1997) を参考に2項目、また、のめり込み意識については、(財) 日本体育協会スポーツ医・科学専門委員会 (1997) を参考に作成した4項目。社会的支援は、中山 (2002) を参考に作成した14項目である。また、日本体育協会スポーツ科学専門委員会の報告書 (1996) によると、中高齢者の各スポーツ活動に対する意識や態度、当該スポーツ活動に対するのめり込み意識の度合いとして分析し、三者ののめり込み意識の比較を行った。その結果、三者ともスポーツ活動に対する生きがい、練習優先などの

めり込み意識が高いと報告している。このことから、本研究ではの 示した。めり込み意識を変数に加えることとした。表2には、変数と尺度を

表2 変数と操作定義

変数名	操作定義	尺度		
ハイキング 経歴	ハイキング実施経歴の総和	1. 1年未満 4. 10年—15年未満	2. 1年-5年未満 5. 15年以上	3. 5年-10年未満
ハイキング 頻度	ハイキング実施頻度の総和	1. ほぼ毎日 4. 月に1回程度	2. 週3回程度 5. 年に数回程度	3. 週1回程度
健康状態	対象者の健康状態の総和	1. 全く健康である 4. あまり健康ではない	2. かなり健康である 5. 病気がちである	3. 普通である
世帯構成	対象者の世帯構成の総和	1. 1人世帯 4. 親と子と孫 (3世代)	2. 夫婦だけ 5. その他 (具体的 : )	3. 子供・親と自分(たち, 2世代)
社会的支援	ハイキング実施に関わる 14項目の支援の総和	1. 当てはまらない 4. やや当てはまる	2. あまり当てはまらない 5. 当てはまる	3. どちらとも言えない
のめり込み 意識	のめり込み意識の4項目 の総和	1. 非常にそう思う 4. あまり思わない	2. まあそう思う 5. またく思わない	3. どちらとも言えない
生活満足度	生活満足度を構成する7項目 の満足度の総和	1. 満足している 4. あまり満足していない	2. まあ満足している 5. 満足していない	3. どちらとも言えない

## 2) 分析方法

本研究は、韓国ソウル市でハイキング活動を行っている40歳～64歳の中年者と65歳以上の高齢者の2群間において世代間比較を行い、有意差検定にはクロス集計による $\chi^2$ 検定とt検定を採用した。続いて、社会的支援に関して、中高齢者に分けて因子分析を行い、世代間比較分析を行った。

## 3. 結果と考察

### 1) サンプルの属性

サンプルの属性は、表3に示した。中年者が461名(77.5%)、高齢者が134名(22.5%)であった。中年者において、年齢は50代が約8割を占め、最終学歴は、高校卒業が約半分を占めている。世帯構成

は、2世代以上が約7割を示し、現在の健康状態は、「全く健康」、「かなり健康」が約半分を示している。ハイキングの経歴は、5年以上が約6割であり、ハイキング頻度は、週1回以上が約半分であった。高齢者においては、60代が約6割を示し、最終学歴は、高校卒業以上が約半分を占めている。現在の健康状態は、「全く健康」、「かなり健康」が約6割を示している。ハイキングの経歴は、5年以上が8割を超えている。ハイキング頻度は、週1回以上が約9割を示し、中年者より高齢者がハイキング経歴及び頻度が高い。世帯構成は、2世代以上が60%で最も多く、続いて夫婦だけの世帯が22.7%、親と孫を含む3世代以上が10.8%、最後に一人暮らしが6.4%を示している。

表3 サンプルの属性

項目	カテゴリー	中年者 N %	高齢者 N %	項目	カテゴリー	中年者 N %	高齢者 N %
性別	男性	274 (59.4)	107 (79.85)	健康状態	全く健康である	77 (16.7)	30 (22.3)
	女性	187 (40.6)	27 (20.15)		かなり健康である	156 (33.9)	48 (35.8)
年齢	40歳-49歳	95 (20.6)	-		普通である	196 (42.6)	40 (29.9)
	50歳-59歳	298 (64.7)	-		あまり健康でない	29 (6.3)	16 (12.0)
	60歳-64歳	68 (14.7)	-	病気がちである	2 (0.5)	0 (0.0)	
	65歳-69歳	-	51 (38.0)	ハイキング 経歴	1年未満	75 (16.3)	5 (3.7)
	70歳-79歳	-	70 (52.2)		1年-5年未満	132 (28.6)	20 (14.9)
	80歳以上	-	13 (9.8)		5年-10年未満	107 (23.2)	25 (18.7)
学歴	無学	3 (0.7)	9 (6.7)		10年-15年未満	81 (17.6)	22 (16.4)
	小学卒	21 (4.5)	37 (27.6)	15年以上	66 (14.3)	62 (46.3)	
	中学卒	58 (12.6)	18 (13.4)	ハイキング 頻度	ほぼ毎日	29 (6.3)	42 (31.3)
	高卒	228 (49.5)	34 (25.4)		週3回程度	64 (13.8)	45 (33.6)
	短大・大学	130 (28.2)	24 (17.9)		週1回程度	141 (30.6)	32 (23.9)
	大学院卒	21 (4.5)	12 (9.0)		月に1-2回程度	168 (36.5)	15 (11.2)
世帯 構成	1人世帯	24 (5.2)	14 (10.4)		年に数回程度	59 (12.8)	0 (0.0)
	夫婦だけ	78 (16.9)	59 (44.0)				
	2世帯	323 (70.1)	33 (24.6)				
	3世帯以上	36 (7.8)	28 (21.0)				

2) ハイキング活動者における世代間比較

(1) ハイキング経歴の世代間比較

図1は、ハイキング経歴を世代間で比較したものである。中年者の経歴は、「1年未満」が16.3%、「1年-5年未満」が28.6%であり、以下「5年-10年未満」が23.2%、「10年-15年未満」が17.6%、「15年以上」が14.3%であった。5年以上長期間続けている割合は約6

割を示している。また、高齢者の経歴は、「1年未満」が3.7%、「1年-5年未満」が14.9%であり、「5年-10年未満」が18.7%、「10年-15年未満」が16.4%、「15年以上」が46.3%であった。5年以上長期間続けている割合は約9割を示し、中年者より高齢者の方が活発であり、統計的な有意差がみられる。また、 $\chi^2$ 検定を行った結果、0.1%の水準の有意な差が見られた。

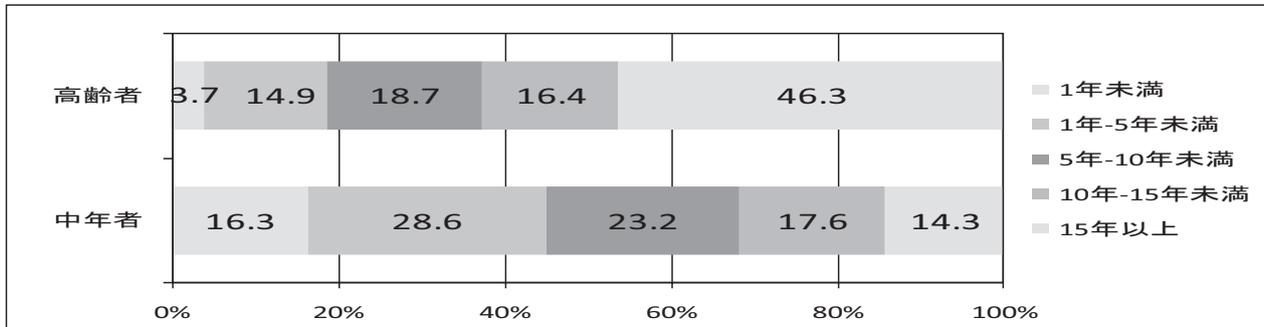


図1 世代別におけるハイキング活動の経歴  $\chi^2=70.096$  d.f.=4  $p<.001$

(2) ハイキング頻度の世代間比較

図2は、ハイキング頻度を世代間で比較したものである。中年者の頻度は、週3回程度が最も多く36.4%、続いて週1回ほどが30.6%で約7割を示している。高齢者の頻度は、週3回程度が33.6%、ほぼ毎日が31.3%、続いて週1回ほどが23.9%で約9割が

週1回以上定期的に参加している。ハイキング頻度も経歴の結果と同様に、中年者より高齢者の方が活発であり、統計的な有意差がみられる。また、 $\chi^2$ 検定を行った結果、0.1%水準の有意な差が見られた。

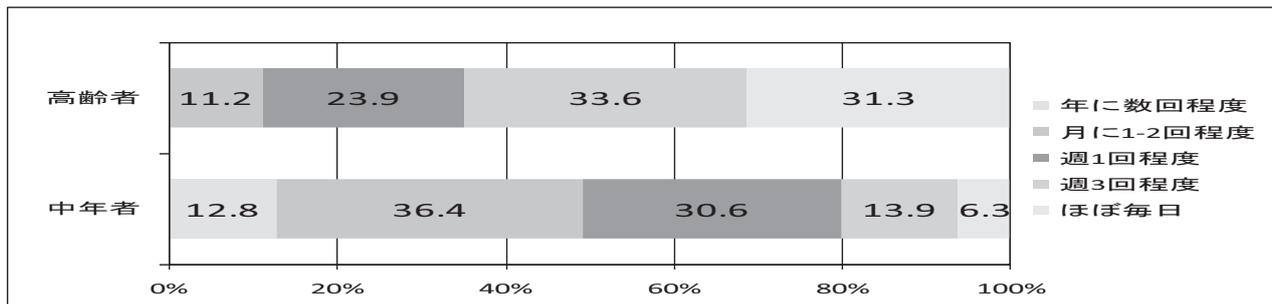


図2 世代別におけるハイキング活動の頻度  $\chi^2=116.874$  d.f.=4  $p<.001$

(3) のめり込み意識の世代間比較

図3は、ハイキング活動へののめり込み意識を世代間比較した結果を示している。高齢者は「ハイキング活動は最高の生きがい」、「多少の出費はやむをえない」、「仕事や家のことよりハイキングを優先する」そして「ハイキングは絶対に休むべきでない」の4項目

すべてにおいて、高齢者より中年者ののめり込み意識が上回っている。このことから、ハイキング活動は韓国で中高齢者に人気の高い運動・スポーツ活動であるが、特に中年者が熱中して行っている活動であると言える。のめり込み意識の4項目全体での  $a$  係数は .501 であった。

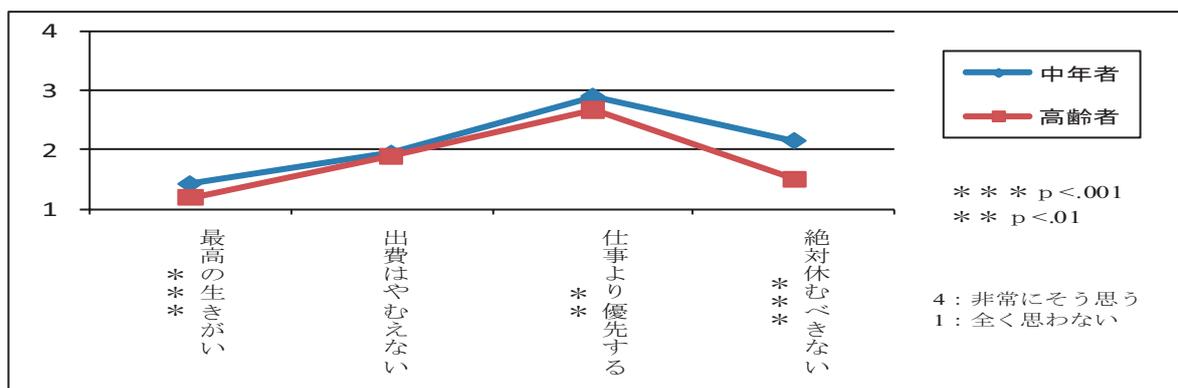


図3 世代別におけるのめり込み意識

(4) 社会的支援の世代間比較

図4は、社会的支援における世代間比較をした結果を示している。「施設がそろっている」、「身近にいつでも山登りに挑戦ができる」、「指導者がいてくれる」と「近隣の友人が支援してくれる」の4項目を除いた残りの10項目は、高齢者の平均値が中年者を上回って

いる。すなわち、高齢者は中年者より多くの「道具的支援」や「情報的支援」、「情緒的支援」、そして「人的支援」を受けているといえる。この結果は、韓国の独特の儒教の理念である父子有親、長幼有序等の倫理意識が社会での人間関係の形成につながっていると思われる。社会的支援の14項目全体での $\alpha$ 係数は.834であった。

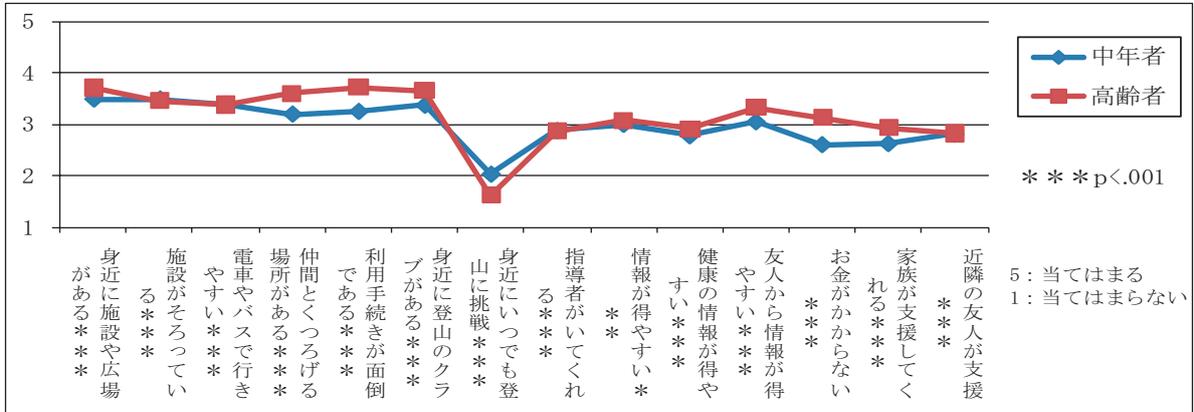


図4 世代別における社会的支援

(5) 生活満足度の世代間比較

図5は、生活満足度を世代間比較した結果を示している。7項目のうち、「家族との人間関係」を除いて、残りの「社交や交流」、「余暇活動」、「生活環境」、「経済的側面」、「健康状態」、そして「生活全体」の6項目は全て高齢者の満足度が上回っている。生活満足度の7項目全体での $\alpha$ 係数は.884であった。

暇活動」、「生活環境」、「経済的側面」、「健康状態」、そして「生活全体」の6項目は全て高齢者の満足度が上回っている。生活満足度の7項目全体での $\alpha$ 係数は.884であった。

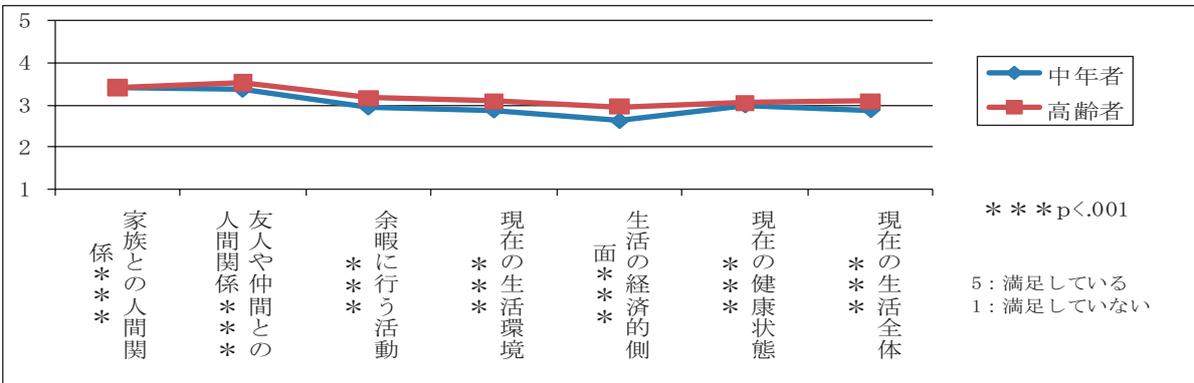


図5 世代別における生活満足度

3) 社会的支援における因子分析の世代間比較

表4と表5は、社会的支援の14項目に関して因子分析を用いて世代間比較した結果を示している。回転にはバリマックス回転を用いた。因子負荷量は0.4以上、固有値1.0以上であることを基準として因子抽出を行った。その結果、それぞれ4因子が抽出された。表4は、社会的支援に関する中年者の因子分析の結果を示している。第1因子は、情報や健康に関する因子が構成されており、「ハイキングの情報支援」と命名した。第2因子は、ハイキング利用手続

や経費に関する因子が構成されており、「ハイキングの道具的支援」と命名した。第3因子は、近隣の友人や家族に関する因子が構成されており、「ハイキングの人的支援」と命名した。第4因子は、コースや交通手段に関する因子が構成されており、「ハイキングの環境支援」と命名した。4因子の累積寄与率は61.9%であった。

表4 中年者における社会的支援の因子分析

因子名	項目	因子負荷量			
ハイキングの 情報支援	ハイキングに関する情報が得やすい	0.798			
	ハイキングをすると健康に関する情報が得やすい	0.789			
	友人からいつでもハイキングの情報が得やすい	0.64			
ハイキングの 道具的支援	ハイキングを行う為に利用手続きが簡単		0.791		
	ハイキングの山には仲間とくつろげる場所がある		0.735		
	ハイキングを続けるためにはお金が掛からない		0.581		
	ハイキングの用具がそろっている		0.486		
ハイキングの 人的支援	ハイキングを参加するために近隣の友人が支援			0.839	
	ハイキングに誘ってくれる仲間がいる			0.788	
	ハイキングを参加するために家族が支援			0.684	
	ハイキングを行う際、リーダーがいてくれる			0.414	
ハイキングの 環境支援	身近にハイキングの場所やコースがある				0.837
	身近にいつでもハイキング活動に挑戦できる				0.802
	ハイキングの山やコースへは交通手段が便利				0.597
寄与率 (%)		34.4	12.3	8.1	7
累積寄与率 (%)		34.4	46.7	54.9	61.9

表5は、社会的支援に関する高齢者の因子分析の結果を示している。本研究において、因子負荷量は、0.4以上を採用することとした。因子分析の結果、4つの因子が抽出された。各因子を構成する項目は、中年者と同じである。4因子の累積寄与率は64%であった。社会的支援に関して中年者と高齢者に分けて因子分析を行った

結果、同じ因子が構成されたのが明らかになった。また、各因子による因子負荷量の強さには違いが見られたが、各因子を構成する項目は同じであった。4因子により、全体のうち中年者は61.9%、高齢者は64%説明できることが明らかになった。

表5 高齢者における社会的支援の因子分析

因子名	項目	因子負荷量			
ハイキングの 情報支援	ハイキングに関する情報が得やすい	0.798			
	ハイキングをすると健康に関する情報が得やすい	0.789			
	友人からいつでもハイキングの情報が得やすい	0.64			
ハイキングの 道具的支援	ハイキングを行う為に利用手続きが簡単		0.791		
	ハイキングの山には仲間とくつろげる場所がある		0.735		
	ハイキングを続けるためにはお金が掛からない		0.581		
	ハイキングの用具がそろっている		0.486		
ハイキングの 人的支援	ハイキングを参加するために近隣の友人が支援			0.839	
	ハイキングに誘ってくれる仲間がいる			0.788	
	ハイキングを参加するために家族が支援			0.684	
	ハイキングを行う際、リーダーがいてくれる			0.414	
ハイキングの 環境支援	身近にハイキングの場所やコースがある				0.837
	身近にいつでもハイキング活動に挑戦できる				0.802
	ハイキングの山やコースへは交通手段が便利				0.597
寄与率 (%)		34.4	12.3	8.1	7
累積寄与率 (%)		34.4	46.7	54.9	61.9

しかし、中高齢者間において、各因子の項目別に因子負荷量が違うことが明らかになった。情報支援において、中年者は、「ハイキングに関する情報が得やすい」、「ハイキングをすると健康に関する情報が得やすい」の順であるが、高齢者は、「ハイキングをすると健康に関する情報が得やすい」、「ハイキングに関する情報が得やすい」の順である。道具的支援において、中年者は、「ハイキングの山やコースへは交通手段が便利」、「ハイキングを行う為に利用

手続きが簡単」、「ハイキングの山やコースへは交通手段が便利」の順である。環境的支援においては、中年者は、「身近にいつでもハイキング活動に挑戦できる」、「身近にハイキングの場所やコースがある」の順であるが、高齢者は、「身近にハイキングの場所やコースがある」、「身近にいつでもハイキング活動に挑戦できる」の順であった。以上のことから、中年者はハイキング活動をレジャー活動の一つとして、高齢者はハイキング活動を健康のための手段として捉えていると考えられる。

#### 4. 結論

本研究の目的は、ソウル市近辺におけるハイキング活動の実施状況と健康意識、生活満足度、および活動実施に必要とされる社会的支援について、中年者と高齢者の違いを明らかにすることでであった。分析の結果、以下の4点の結論が導き出された。

- 1) 中年者のサンプルは、50代が約8割を占め、最終学歴は、高校卒業が約半分を占めている。世帯構成は、2世代以上が約7割を示し、現在の健康状態は、「全く健康」、「かなり健康」が約半分を示していた。高齢者のサンプルは、60代が約6割を示し、最終学歴は、高校卒業以上が約半分を占めている。世帯構成は、夫婦だけが約半分を示し、現在の健康状態は、「全く健康」、「かなり健康」が約6割を示していた。
- 2) ハイキング活動の経歴と頻度において、中年者は、5年以上が約6割であり、週1回以上が約半分であった。高齢者は、5年以上が8割であり、週1回以上が約9割を示し、中年者より高齢者の方がハイキング経歴及び頻度が高い。また、のめり込み意識においては、全ての項目において、高齢者より中年者ののめり込み意識が上回っていた。
- 3) 生活の満足度において、「家族との人間関係」を除いた残りの全ての項目において、中年者より高齢者の満足度が上回っていた。
- 4) 社会的支援において、「身近にいつでも山登り挑戦ができる」と「ハイキングを行う際、指導者がいてくれる」の項目を除いた残りの12項目は、全て高齢者の平均値が中年者を上回っている。中年者と高齢者に分けて因子分析を行った結果、「ハイキングの情報支援」、「ハイキングの道具的支援」、「ハイキングの人的支援」、「ハイキングの環境支援」の4つの同じ因子が抽出された。

#### 5. 論議

本研究は韓国の中年者と高齢者におけるハイキング研究において、以下のような研究視点を投げかけている。

まず、第1点は、ハイキング活動の実施状況、のめり込み意識及び生活満足度で、中高齢者間に世代差が見られることである。韓国の社会は、1990年代以降、ソウルオリンピックの成功や民主化運動の影響により、政治、経済、社会全般に大きな変化がみられる。そうした中、オリンピックの成功による経済的な発展や民主化による自由を経験してから、中高齢者の生活環境やライフスタイルが大きく変化している。中年者の場合、これまでの研究により、中年者の運動・スポーツ実施においては自由時間や経済的側面、および配偶者の理解といった多様な要因が影響していることが明らかになっている。特に、中年女性にとって運動・スポーツ実施は、多様な条件が満足されていなければならない、日常生活において特別な意味を持っているかもしれないという指摘もある。韓国社会は、1960年代以降、伝統的社会から産業社会へと社会が大きく変化し、それに伴い人々の意識も大きく変化した。すなわち、男性は仕事、女性は家事及び育児という伝統的な儒教思想から男女平等社会へと価値観が変化し、そのことが、中年女性の運動・スポーツへの参加を促していると考えられる。

現在の高齢者は、第1・2次世界大戦、朝鮮戦争及び戦後の貧困の時代を経験した傍ら、経済発展の中心的な役割を果たした世代であるため、余暇時間を楽しむ余裕がなかったと考えられる。しかし、

21世紀に入り、スポーツへの関心の高まりや様々な運動・スポーツに対する政策により、ハイキング活動に積極的に参加をする機会が増え、これをきっかけに実際に参加し始めたことが生活満足にも大きな影響を与えていると推測される。

さらに、1998年末の「IMF通貨危機」や近年の経済不況という経済問題も中高齢者のハイキング活動に大きな影響を与えたと考えられる。例えば、特に、不景気により家計にあまり余裕が無くなった中年者が、金銭的に負担なく楽しむことができる運動・スポーツとしてハイキング活動に関心を持ったとも考えられる。一方で、本研究の事前調査(朴ら、2009)のため、2005年5月から8月にかけて北漢山、冠岳山、南山において行った中高齢者のハイキング参加者を対象としたインタビュー調査では、「経済的な不況により、職業を失った中高齢者が行く場所がなく山に集まっています」、「家族には会社に行つて来ますと言いつながら山へ向かいます」という声もあり、中高齢者の中には、健康増進の目的以外に、新しい居場所やよりどころとしてハイキング活動を選択している人もいると言える。

ハイキング活動は、韓国で中高齢者に人気の高い運動・スポーツ活動であるが、本研究の結果から、特に中年者ののめり込み意識が強いことが明らかとなった。すなわち、仕事や生活の経済面においてプレッシャーが強かった中年者が、2004年に導入された週休2日制による余暇時間の増加により、ハイキング活動を行う機会を得、実際に参加することによってハイキング活動の魅力を実感し、そのことが活動にのめり込むことにつながっていることが推察される。このような便益は高齢者においても当然もたらされるものであるが、中年者の方がそのインパクトが大きいのと言えるだろう。高齢者だけでなく中年者にとってもハイキング活動が日常生活において重要な位置を占め、それが生きがいになっている傾向が伺える。

2点目は、社会的支援における因子分析を行った結果、中高齢者間に世代差が見られたことである。社会的支援とは、インフォーマルな他者からなされる支援という認識が一般化しているが、このような人的支援以外にも、公的機関からの社会的なサービスも社会的支援に含まれる。McPherson(1994)は、高齢者の身体活動場面における社会的支援を問題にする時、人的支援以外にも環境的な支援が考えられ、このような支援を含めた全体的な社会的支援の必要性を指摘している。本研究の結果から、ハイキング活動における情報支援、道具的支援及び環境支援において、世代差が明らかとなった。また、因子分析を行った結果、中年者と高齢者共に4つの同じ因子が構成されたが、中高齢者間において、各因子の項目別に因子負荷量が違うことが明らかになった。中年者においては、限られている余暇時間を有効に活用する為に、「身近にハイキングの場所やコースがある」、「ハイキングに関する情報が得やすい」、「ハイキングを行う為に利用手続きが簡単」等を優先しているが、高齢者においては、「ハイキングをすると健康に関する情報が得やすい」、「ハイキングの山やコースへは交通手段が便利」の結果から、健康に関する様々な情報支援や居住地からハイキング活動の場所までの交通アクセスが便利であり、交通費及び入場料が掛からないなどの道具的支援が、高齢者のハイキング活動者の増加に大きな要因になると考えられる。また、世代に関わりなく、「ハイキングに参加するために近隣の友人が支援」、「ハイキングに誘ってくれる仲間がいる」、

「ハイキングを参加するために家族が支援」等の結果から、友人、仲間、家族からの人的支援は、ハイキング活動に関するだけでなく、健康のための様々な情報を提供することも含まれている。さらに、日常生活における悩みや問題に対する励ましなどがハイキング活動の支援の要因にもなっていると考えられる。

最後に、本研究のサンプルは世代に関係なく健康意識が高かった。これにはハイキング活動が関連していると考えられる。このような健康に対する意識には、韓国の深い歴史が関連していると考えられる。例えば、韓国は今まで約500回以上、外部から侵略を受けたため（教育人的資源省, 2001）、命を守るという意識が非常に高く、それゆえ、昔から健康を保つ手段として飲食物や漢方薬などが大事にされてきた。加えて、ソウルオリンピックや2002韓日FIFAワールドカップの成功を契機に、国民の「するスポーツ」への欲求が増大し、運動・スポーツが健康増進のキーワードとして取り上げられてきたことが、中高齢者の急激なハイキング参加の誘因要素になり、健康意識を高めていると考えられる。韓国も「人生80年時代」を迎え、仕事から引退した後、いかに幸福な生活を過ごすかは、高齢者だけでなく、今やあらゆる人々が持つ社会的関心事になってきた。このような中、ハイキング活動を行う中高齢者の健康状態の自己認知の高さは、ハイキング参加において注目に値するものであるだろう。

本研究の限界と今後の課題は以下のとおりである。まず、サンプルがハイキング活動に限られていることや高齢者のサンプルが少ないことからサンプリングの対等性の問題があるため、研究結果を中高齢者の生涯スポーツにおける一般的な傾向として解釈するには困難な部分がある。しかし、本研究の結果は、ハイキング活動に参加する中高齢者における活動や社会的支援及び生活満足度に対する研究の基礎的資料として位置づけることが出来ると考えられる。生涯スポーツの一般的な傾向を知るためには、今後さらに、調査対象を複数の運動・スポーツに広げ、各種日間の活動の特性や傾向などの違いに着目して、その違いを明らかにしていくことが重要であろう。また、韓国のハイキング活動の独自性や普遍性を明らかにするために、日本を始めとした諸外国のハイキング参加者との国際比較研究も望まれる。

## 6. 引用・参考文献

1. Burn-Jang, Lim (1991):生涯スポーツの意義及び必要性, スポーツ科学, 第36号:1-6.
2. 文化観光省(2004):国民生涯スポーツ参加実態調査, 文化観光省.
3. Cobb, S (1979): Social support as a moderator of life stress, *Psychosomatic Medicine*, 38: 32-41.
4. Chun - Sun, Park (2000): 家族のソーシャルサポートが高齢者の健康に関する研究, 延世大学大学院, 修士学位論文.
5. 東亜日報 (2003年10月2日, 1面): 韓国高齢化速度世界1位: 新聞記事.
6. Dong - Won, Lee (1984): 都市主婦のソーシャルサポートに対する調査 - 家族の関係を中心で -, 梨花女子大学韓国文化研究院論文, 44: 7-36.
7. Eun - Kyung, Kim (1991): 高齢者の社会的支援と精神・情緒的健康状態, 中央医学, 60 (8): 703-714.
8. Eun - Sun, Choi (1995): 高齢患者が自覚する家族サポート, 孤独感と健康状態との関係, 慶姫大学大学院, 修士学位論文.
9. Gotlieb, B. (1983), Social support and strategies, *Guideline for mental health practice*. Beverly Hills, 11-42.
10. Hong - Goo, Lee (1998): 生活体育参加と社会的支援の関係, 博士学位論文, ソウル大学大学院.
11. House, J. S. & Kahn, R. (1995): Measures and Concepts of Social Support, In Sheldon Cohen & S. Leonard Syme (Eds.), *Social support and health*, NewYork: Academic Press, Inc. : 83-108.
12. 石澤伸弘 (2004): 後期高齢者の生活満足度に影響を及ぼす運動・スポーツ活動と日常活動動作 (ADL) のケーススタディ, 体育学研究, 第49 (4): 305-319.
13. (財)健康・体力づくり事業財団 (2000): 高齢者の運動と生活満足度に関する調査研究, 29-34.
14. (財)日本体育協会 (1997): 平成8年度日本体育協会スポーツ医科学研究報告, 中高年者のスポーツ参加をめぐる多様化と組織化に関する社会科学研究, 1: 42-58.
15. Jin-Gyo, Seo (1999): 余暇・スポーツ活動とソーシャルサポート及び心理的關係, 韓国体育学会誌, 38 (2): 145-157.
16. Jong - Gil, Lee (1992): 生涯スポーツ活動と生活満足の関係, ソウル大学大学院, 博士学位論文.
17. Jong - Young, Lee (1999): 余暇活動に対する余暇認識と余暇関連ソーシャルサポート及び健康の關係, 韓国体育学会誌, 11: 227-244.
18. Joo-U, Hong (1999): 高齢者の自己尊重感及びソーシャルサポートが精神健康及ぼす研究, 梨花女子大学大学院, 修士学位論文.
19. 海老原修 (1980): コミュニティ・スポーツの社会的機能について - コミュニティ形成に果たす役割の検討, レクリエーション研究, 8: 41-50.
20. 国立公園管理公団 (2007): 国立公園利用者実態調査, 国立公園管理公団.
21. 教育人的資源省 (2001), 韓国の歴史, 国際教育振興院.
22. McPherson, B. D. (1994): *Aging as a social process, An introduction to individual and populational aging*. Toronto: Butterworths.
23. 中山健・川西正志・守能信次 (2002): 社会的支援と社会的ネットワークとが高齢者の身体活動実施に与える影響に関する研究. スポーツ社会学研究, 10: 72-85.
24. 西島尚彦・市村国夫・野田洋平・野田文子 (1996): 高齢者の健康・スポーツライフの評価, 日本体育学会第47回大会号: 26-32.
25. 朴永奭・山口泰雄 (2009): 韓国における高齢者のハイキング活動者の社会的支援に関する研究 - ソウル周辺のケーススタディ -, 神戸大学大学院人間発達環境学研究所紀要, 2: 103-110.
26. Riddick, C. C. and Stewart, D. G (1983): An Examination of the Life Satisfaction and Importance of Leisure in the Lives of Older Female Retirees, A comparison of blacks to whites. *Journal of Leisure Research* 26 (1): 75-87.
27. Sang - Goo, Lee (1998): 高齢者の余暇・スポーツ参加とソーシャルサポート及び主観的關係, 韓国体育学会誌, 37 (4):

160-174.

28. Seong - Chul, Lee (1996) : 高齢者の運動・スポーツ活動と生活満足の関係, ソウル大学大学院, 博士学位論文.
29. Sin-Uk, Gang (1997) : 生涯スポーツ参加とソーシャルサポート関係, 韓国体育学会誌, 36 (2).
30. Tardy, C. H (1985) : Social support measurement, *American Journal of Community Psychology*, 13 : 187-202.
31. 土肥隆・高見彰・山口泰雄 (1996) : 高齢期の余暇活動に関する中年者と高齢者の世代間比較, 体育科学研究 5 : 155-162.
32. 統計庁 (2005) : 人口住宅総調査, 統計庁
33. UN (1994) : The sex and age, Distributions of population.
34. 山口泰雄・土肥隆・高見彰 (1996) : スポーツ・余暇活動とQOL - 中高年齢者の世帯間比較 - スポーツ社会学研究 4 : 34-50.
35. 山口泰雄 (2002) : 高齢者スポーツの現状と課題 - アクティブ・シニアのすすめ -, 体育の科学 52 (10) : 759-762.
36. Young - Kyung Park & Yasuo Yamaguchi (2006) : A Study of Involvement in Hiking and Mountain Climbing Focusing on Social Support Among Korean Elderly. 2006 Conference of the European Society for Sociology of Sport, Finland, Paper abstract : 38.