



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生活動作（ADL）の量的・質的研究

石澤, 伸弘

(Degree)

博士 (学術)

(Date of Degree)

2005-03-25

(Date of Publication)

2013-01-16

(Resource Type)

doctoral thesis

(Report Number)

甲3334

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/D1003334>

※ 当コンテンツは神戸大学の学術成果です。無断複製・不正使用等を禁じます。著作権法で認められている範囲内で、適切にご利用ください。



【 213 】

氏 名・(本 籍)	石澤 伸弘	(山形県)
博士の専攻分野の名称	博士(学術)	
学 位 記 番 号	博い第549号	
学位授与の 要 件	学位規則第5条第1項該当	
学位授与の 日 付	平成17年3月25日	

【 学位論文題目 】

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
と日常生活動作(ADL)の量的・質的研究

審 査 委 員

主 査	教 授	山口 泰雄
	助教授	長ヶ原 誠
	教 授	小田 利勝
	教 授	平川 和文
	助教授	松岡 広路

論文内容の要旨

氏名 石澤 伸弘

専攻 人間形成科学専攻

指導教官氏名 山口 泰雄 教授

論文題目 (外国語の場合は、その和訳を併記すること。)

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生活動作(ADL)の量的・質的研究

論文要旨

I. 研究目的

本研究の目的は、まず最初に一般的な高齢者の運動・スポーツ実施状況が生活満足度を与える影響を明らかにして、一般的高齢者の傾向を把握し、次に、後期高齢者に対象を限定して、量的及び質的なアプローチを用いてケーススタディを行い、後期高齢者の生活満足度を規定する要因を運動・スポーツ活動とADLに着目して明らかにする。そして最終的にはこれからの後期高齢者を対象としたヘルスプロモーションの一資料となることである。

II. 第1章

1. 調査方法

本研究の調査は1999年10月から11月にかけて行われた。研究対象は神戸市の老人大学である「神戸市老眼大学」の学生とし、集合面接による自己記入方式で調査票調査を実施した。サンプル数1,782に対して、有効回収数は1,573票(男性606票、女性967票)で、回収率は88.3%であった。

2. 分析方法

本研究に用いる7つの変数と操作定義は、以下のとおりである。本研究の従属変数である生活の満足度は山口らがカナダ・フィットネスライフスタイル研究所によるカナダ・フ

ィットネス調査において適用した尺度を採用した(山口ら,1992)。この尺度は2回のカナダ・フィットネス調査において使用されており、その妥当性については十分な検討がなされている。生活の満足度は、7項目のクオリティ・オブ・ライフを構成する項目を「満足している」から「満足していない」までの5段階尺度で評定し、それぞれ「5」～「1」点を与え、等間隔尺度を構成するものとした。「生活満足度」は上記7項目の満足度の総和による合成変数とした。

つぎに各独立変数の操作定義について説明を加えると、まず、年齢は実数値をそのまま使用して分析を行った。健康状態は対象者の現在の健康状態であり、「全く健康である」から「病気がちである」で測定された4段階尺度に「4」～「1」点を与え、点数化を施した。友人の存在は、日頃付き合いをしている気の合った友人の存在をきいたもので、「友人がいる」を1、「いない」を0としたダミー変数を使用した。余暇の満足度はBrownとFrankelが開発した12項目からなる尺度を用い、各項目に対する満足度を「満足している」から「満足していない」までの5段階尺度で評定し、それぞれ「5」～「1」点を与え、等間隔尺度を構成するものとした(Brown & Frankel,1993)。「余暇満足度」は上記12項目の満足度の総和による合成変数とした。運動実施状況は、対象者の過去1年間の日頃の運動やスポーツ活動の実施頻度で、「週3日以上」から「しなかった」で測定された5段階尺度にそれぞれ「5」～「1」点を与え、点数化を施した。満足感・楽しさ経験では、おこなった運動・スポーツ活動にどの程度満足感や、楽しさを感じたかをきいたもので、「非常に感じた」から「全く感じなかった」までの4段階尺度で評定し、ここでも「4」～「1」点を与え、点数化した。このようにして抽出した6つの独立変数について、さらに全体的な関連を見るために相関マトリックスを作成した。その後、抽出された6つの独立変数に対し、生活満足度を従属変数として重回帰分析を行い、重相関係数、決定係数、標準偏回帰係数を算出し、サンプルの生活満足度に対する各変数の規定力を分析、検討した。

3. 結果の要約

第1章の結果は以下のようにまとめられる。

- 1) 男女高齢者の生活満足度を強く規定する要因として「健康状態」と「余暇満足度」があげられるということが明らかになった。
- 2) 女性においては、「友人の存在」も生活満足度を規定する重要なファクターとなっていることが明らかになった。
- 3) 高齢者の生活満足度を規定する要因として、男女共に「運動実施状況」という量的な要因より、「満足感・楽しさ経験」という質的な要因の方が高い数値を示し、これにより、量的な要因より、質的な要因の方が生活満足度により強く影響を及ぼしているということが明らかになった。

Ⅲ. 第2章

1. 調査方法

調査対象者については有意抽出法を用い、「神戸市老眼大学」受講生を対象に1999年11月に第一回調査(N=1,590)を、そして8ヶ月後の2000年7月に第二回調査(N=1,565)を質問紙調査にて実施した。本研究ではその中で一回目と二回目両方の調査に協力いただいた268サンプルを分析対象とした。

2. 分析方法

本研究に用いる6つの変数と操作定義は、以下のとおりである。まず、本研究の独立変数となる「実施ステージ」は、対象者の現在の運動・スポーツ実施状況のステージを明らかにしたもので、Marcusら(1992)によって開発され、長ヶ原(1999)によって日本語版の信頼性と妥当性が確認された。一回最低20分以上の運動・スポーツを週3回以上実施することを「定期的実施」と定義して、「定期的継続」、「継続開始」、「不定期実施」、「開始予定」、「非実施」で測定された5段階尺度を点数化した。さらに本研究では「定期的継続」、「継続開始」を活発群に、「不定期実施」を中程度群に、「開始予定」と「非実施」を運動不足群に再分類し、それを更に、1981年と88年に実施されたカナダ・フィットネス調査で用いられた表に倣い、「継続群」、「開始群」、「ドロップアウト群」、「抵抗群」の4パターンに分類した。運動・スポーツ実施の効果をみるために設定した従属変数は以下のとおりである。「生活満足度」はBrownとFrankel(1993)が適用したものを修正した山口ら(1996)の指標を採用した。これは7項目のQOLを構成する項目を「満足している」から「満足していない」までの5段階尺度で評定し、それを点数化した。「健康状態」は対象者の現在の健康状態であり、「全く健康である」から「病気がちである」で測定された4段階尺度を点数化した。「余暇満足度」はBrownとFrankel(1993)が開発した12項目からなる尺度を用い、各項目に対する満足度を「満足している」から「満足していない」までの5段階尺度で評定し点数化した。「歩行状況」は対象者の一日の歩行時間を合計したもので、「30分未満」から「2時間以上」の5段階尺度を点数化した。「主観的幸福感」は対象者の現在の幸福感をきいたもので、Lawton(1975)により開発された17項目の尺度を合成変数化したものである。

3. 結果の要約

第2章の結果は以下のようによまとめられる。

- 1) 定期的な運動・スポーツを継続、開始している人は歩行状況も良好である。運動・スポーツ活動の実施が他の日常生活をも活動的にしている。
- 2) 運動・スポーツ活動を継続、開始している人は自分の現在の健康状況にある程度満足しているが、活動頻度が低下したり、活動をしていない人は健康状況の満足度も低いといえる。

- 3) 余暇満足度の「関心」ではドロップアウトした人が最も値が高かったが、スポーツの社会化理論を考えると、これは「ドロップアウト=離脱」と捉えるのではなく、「ドロップアウト=適合」と解釈する必要がある。
- 4) 本研究では運動実施パターンと生活満足度の間には先行研究とは異なり、密接な関連がみられなかった。
- 5) 運動・スポーツ活動を実施することがそれらの満足度を向上させ、これが相乗効果となって生活満足度を高めるとは本研究の結果からは導き出せなかった。

Ⅳ. 第3章

1. 調査方法

本研究の情報提供者は、神戸市灘区・東灘区在住の在宅後期高齢者(75歳以上)の男女30名(それぞれ15名ずつ)とし、その内15名は日頃、定期的に運動・スポーツに親しんでいる「活動群」であり、残りの15名は6ヶ月以上運動・スポーツを行っていない「非活動群」であった。なお本研究では、ACSM(1998)の基準を参考にして、「一回最低20分以上の活動を週3回以上活動する」者を活動群と規定した。

本研究で用いた言語的・統計的データの収集方法としては対面の個人面接法を採用し、統一した質問紙を用いて面接者が質問して、必要項目だけを情報提供者に提示する手法をとった。本調査は平成13年9月より開始し、翌年2月に終了した。

2. 調査項目

本研究で用いた言語的データの内容は以下のとおりである。まず、「生活環境」は本研究における情報提供者のこれまでの生活環境を職歴や生活状況、家族構成や過去の病歴などから明らかにした。「運動・スポーツ経験」は情報提供者の青年期以前、成人期、中年期の各ライフステージにおける運動・スポーツ経験を聞いたものである。「運動・スポーツ実施状況」は活動群における現在の運動・スポーツ実施状況を具体的な実施種目名と実施頻度の両面から聞き、非活動群には、現在の状況に至った要因、すなわち「運動・スポーツ離脱要因」をたずねた。「疾病罹患状況」では情報提供者の現在の罹患状況をたずねた。また、併せて通院頻度、常用薬の有無についても聞いた。

次に本研究で用いた統計的データの内容は以下のとおりである。「運動・スポーツ実施状況」は、日頃、定期的に運動・スポーツに親しんでいる「活動群」を「1」点、運動・スポーツ活動を行っていない「非活動群」を「0」点とし、ダミー変数化した。「ADL」得点は「新体力テスト」で用いられている12項目からなるADLテストの成就度を「できる」から「できない」までの3段階尺度で測定したものの総和であり、満点は36点である。「主観的健康状況」は対象者の現在の主観的な健康状態をたずねたもので、自分の健康を「病気がち」から「全く健康」までの4段階尺度を用いて明らかにした。「生活満足度」は生活満足度を構成する7つの項

(氏名 石澤 伸弘 , No5)

目を「満足している」から「満足していない」までの5段階尺度で測定したものの総和であり、満点は35点である。

3. 分析方法

分析方法については、運動・スポーツ実施の有無やADLが生活満足度を規定するまでのcritical pathをより明確化、かつ簡素化するために、統計的データを用いた量的な分析では補いきれなかった細かい部分を、言語的データを用いた質的な分析を併用することで更に詳しく洞察して行った。

4. 結果の要約

第3章の結果は以下のようにまとめられる。

- 1) 後期高齢者において運動・スポーツの実施、非実施が生活満足度に影響を及ぼしている。
- 2) 運動・スポーツ活動を活発に行っている後期高齢者はADLが高く、そのことが生活満足度を高める要因になっていることが確認された。また逆に不活発な後期高齢者はADLが低下し、その結果、生活満足度を下げる要因になっている。
- 3) 不活発な男性後期高齢者の生活満足度は活動的な男女後期高齢者と比べて、有意に低い。
- 4) 後期高齢者のADLは、運動・スポーツと生活満足度の媒介的役割を担うものである。
- 5) 疾病や配偶者の死などで運動・スポーツ活動から離脱したり、活動頻度が低下した後期高齢者は、ADLも低下し、その結果、生活満足度にもマイナスの影響を及ぼしている。
- 6) 疾病罹患などの身体的要因や、配偶者の介護や死といった要因は後期高齢者にとって特に大きな運動・スポーツの阻害要因となる。

氏名	石澤 伸弘		
論文題目	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生活動作(ADL)の量的・質的研究		
判定	(合格)・不合格		
審査委員	区分	職名	氏名
	主査	教授	山口 泰雄
	副査	助教授	長ヶ原 誠
	副査	教授	小田 利勝
	副査	教授	平川 和文
	副査	助教授	松岡 広路

要 旨

学位審査論文を審査した結果は、下記の6点にまとめることができる。

1. 研究の意義、先行研究の検討、仮説モデルの設定、研究方法、考察が論理的に記述されていた。運動・スポーツ実施と生活満足、日常生活動作(ADL)の研究分野においては、後期高齢者を対象にした研究は等閑視されており、本研究は貴重な知見をもたらしている。
2. 本研究は、まず一般的な高齢者の運動・スポーツ実施状況が生活満足度に与える影響を量的分析と縦断的分析により明らかにした上で、後期高齢者を対象にして、量的および質的アプローチを用いてケーススタディを行い、後期高齢者の生活満足度を規定する運動・スポーツ活動とADLの影響を明らかにしている。3つの研究をもとにして、後期高齢者の運動・スポーツ実施とADL、生活満足度における特徴を浮き彫りにしている。
3. これまでの先行研究は、統計的手法を用いた量的分析が多いが、本研究は、量的研究では未知であった運動・スポーツ行動の因果関係を質的アプローチにより解明した点が高く評価できる。その結果、後期高齢者の運動・スポーツ活動へのかかわり方は、早朝登山といった生活密着型運動生活から、組織的スポーツに関わる多様性をもつ活動的な後期高齢者の存在とADLの高さ、およびそれらの生活満足度への高い影響が確認された。

4. 後期高齢者においては、ADL は運動・スポーツ活動と生活満足度の媒介的役割を果たしている。非活動的な後期高齢者においては、疾病罹患などの身体的要因や、配偶者の介護や死といった要因が ADL 低下に影響を及ぼし、運動・スポーツ活動に対しても阻害要因になっている。
5. 後期高齢者の運動・スポーツ活動と生活満足度には性差が明らかになった。男性においては、不活発な男性の生活満足度は活動的な者に比べ、優位に低い。ADL の低下とともに孤立し、生活満足度が低下している。しかし、後期高齢女性においては、不活発になっても生活満足度の低下が少ない。量的分析の結果から、女性では友人の存在が生活満足度に影響を及ぼすことから、ソーシャルネットワークの広がり運動・スポーツ活動の量的低下を補っている。
6. 学位論文の基礎となった 3 編の論文のうち、2 編は学会の論文を審査した論文であり、もう 1 編は紀要に英文で掲載されて論文を和文に加筆されたものである。

本研究は、後期高齢者の生活満足度に及ぼす運動・スポーツ実施と ADL の影響を研究した。特に、高齢者の特徴を量的分析と縦断的分析により明らかにした上で、量的・質的アプローチを用いて、後期高齢者の特徴を明らかにし、独創性が高い価値ある研究である。

よって、審査委員会全員一致で、本論文が博士（学術）の学位を得るに値すると認める。