

都市部住宅団地のひとり暮らし高齢者における孤独感

安藤孝敏¹⁾, 小池高史²⁾, 高橋知也³⁾

Loneliness among the elderly living alone in an urban housing complex

Takatoshi Ando, Takashi Koike, Tomoya Takahashi

目的: 本研究の目的は、都市部の住宅団地に居住するひとり暮らし高齢者に対して簡便な AOK 孤独感尺度を用いて孤独感の測定を行い、孤独感の関連要因を検討することであった。

方法: データは横浜市 A 区にある住宅団地に居住するひとり暮らし高齢者 250 名を対象として郵送法により実施された調査から得られた。調査項目は、AOK 孤独感尺度、基本属性と健康度、自治会などへの参加を含む社会関係などであった。調査対象者の 55.6%にあたる 139 名から回答が得られ、有効回答が得られた 128 名を分析対象とした。

結果: AOK 孤独感尺度の α 係数は.86 と高い値であり、尺度の信頼性が再度確認できた。尺度の平均得点には、男女差がみられ、女性に比べ男性は孤独を強く感じていた。階層的重回帰分析の結果、別居子家族と会う頻度が少ない者、友人と会う頻度が少ない者で AOK 孤独感尺度の得点が高かった。

結論: 本研究の結果から、都市部の住宅団地に居住するひとり暮らし高齢者においても選択的で互酬的である友人との関係が孤独感と強く関係することが分かった。

キーワード: 孤独感、ひとり暮らし高齢者、住宅団地、関連要因、ソーシャル・ネットワーク

高齢者の孤独感は、生活満足度やモラルと同様に、well-being の重要な指標 (Larson, 1978) であり、孤独感の状態とその関連要因を明らかにすることは社会老年学において重要な課題であるといえる。一般に、高齢者は他の年齢の人たちに比べて孤独であり、特にひとり暮らしをしている高齢者は孤独であると思われる。しかし、孤独感を最初に定義して、体系的に孤独感の研究に取り組んだ Peplau & Perlman (1982) は「高齢者＝独居＝孤独」という三段論法が誤っていると主張している。高齢になるとひとり暮らしの割合が増加するのは事実だが、必ずしもひとり暮らしによって孤独感が強くなるという実証的な資料がないと指摘している。藤原 (2012) は、ひとり暮らし高齢者の孤独感に関する研究をレビューして、アメリカの研究ではひとり暮らし高齢者は孤独ではないことが明らかにされていると述べている。このレビューの中で、日本で実施された 8 つの研究成果をとりまとめて高齢者の孤独感の強さを評価しているが、高齢者が孤独を強く感じているという結論は下せないし、高齢者の孤独感が他の年齢に比較して必ずしも強いとは言えないと述べている。地域在宅

¹⁾ 横浜国立大学大学院環境情報研究院

²⁾ 九州産業大学国際文化学部

³⁾ 東京都健康長寿医療センター研究所

の高齢者における孤独感の関連要因を検討した長谷川・岡村・安藤・児玉・古谷野（1994）では、ソーシャル・ネットワークに関する変数が孤独感に影響を及ぼし、その中でも特に、友人・知人との関係が強く影響すると報告されていた。友人・知人との関係は、兄弟や親戚よりも選択的かつ多様で、互酬的な交換（reciprocal exchange）を多く含み、高齢者の孤独感を低下させるという先行研究の知見と一致すると考察されていた。安藤・小池・高橋（2016）は、都市部のひとり暮らし高齢者を対象に実施した調査から、ひとり暮らしの男性高齢者が孤独感を強く感じていること、男女ともに友人との交流頻度が孤独感の低減に大いに寄与すると報告していた。このように、日本においては高齢者の孤独感を検討した研究はそれほど多くはなく、その中でも、特にひとり暮らし高齢者の孤独感に焦点を当てた実証的な研究はほとんどないというのが現状である。

孤独感に関するこれまでの研究の多くは、Russell, Peplau & Cutrona（1980）が開発した改訂版 UCLA 孤独感尺度を使用している。これは 20 項目からなる尺度であり、4 件法で回答するようになっており、20 点から 80 点の範囲の合計得点で孤独感の強弱が評価されるようになっている。測定する尺度が開発されたことにより孤独感の研究が進展したのは事実であるが、改訂版 UCLA 孤独感尺度には単一次元か多次元かという次元性の問題、項目表現の方向性と孤独感の区別の交絡の問題、信頼性と妥当性の問題などが指摘されていた。そこでこれらの諸問題を解決するために、Russell（1996）は第 3 版 UCLA 孤独感尺度を作成し、高齢者を対象とする場合の信頼性と妥当性を確認している。この第 3 版は日本語にも翻訳され、高齢者を対象に実施された調査において、信頼性と妥当性を有していることが報告されている（舩田・田高・臺，2012）。しかし、高齢者を対象とする大規模な調査では、多岐にわたる内容を調査することがふつうであり、20 項目であっても多いといえ、より少数の項目で孤独感を評価する尺度が好ましい。安藤・長田・児玉（2000）は、改訂版 UCLA 孤独感尺度をもとに、大規模な調査にも容易に使用できる簡便な 10 項目からなる AOK 孤独感尺度を作成している。中高年者を対象に AOK 孤独感尺度を用いて孤独感を測定し、孤独感の関連要因も検討され、その結果として、この尺度の信頼性と構成概念妥当性が確認された。

以上の指摘した点を踏まえて、本研究では、これまでほとんど検討されていないひとり暮らし高齢者の孤独感を明らかにすることとし、都市部の住宅団地に居住するひとり暮らし高齢者に対して簡便な AOK 孤独感尺度を用いて孤独感の測定を行い、その関連要因を検討することが目的であった。今回、特にこの一つの住宅団地に着目したのは、次の 2 つの理由からである。一つ目は、高齢化率が高く、都市部の「限界集落」と表現されるような状況となり、そこで生活するひとり暮らし高齢者の孤独感を把握することに意味があると考えたこと、二つ目は、近隣および友人・知人との社会関係のあり方などがある程度、団地内を想定し限定的に考えることができたからである。

方法

1. データ

本研究で用いたデータは、横浜市 A 区にある住宅団地に居住するひとり暮らし高齢者を対象に実施された郵送法による自記式質問紙調査（一部、訪問回収を含む）から得られた。調査対象者は、2012 年 12 月末時点で、住民票からひとり暮らしであると判断された 65 歳から 84 歳の高齢者 250 名であった。調査は委託調査会社により 2013 年 2 月～3 月の 1 ヶ月半の期間に実施され、調査対象者の 55.6%にあたる 139 名より回答が得られた。得られたデータについてクリーニングの作業を行い、有効回答が得られた 128 名を分析対象とした。

上記の住宅団地は高度経済成長期の最中にあった 1964 年（昭和 39 年）4 月に入居が開始された集合住宅群であり、全 33 棟（中層）、1,160 戸を有する大規模住宅団地である。団地内人口は 1,895 名で世帯数 1,100 世帯、高齢化率は 35.9%に達しており、これは横浜市全体の高齢化率 20.0%を大きく上回っている（厚生労働省, 2012）。団地を含む周辺地域の都市化および団地住民の高齢化に伴い、スーパーマーケットやコンビニが撤退・閉店したために生活の利便性が大幅に低下し、団地の住民は所謂「買い物難民」として、メディアにも取り上げられたことがある。現在は、住民自らも運営に関わる NPO 法人が設立され、あおぞら市（生鮮品販売会）の開催、同法人による見守り交流サロン設置をはじめとする支援サービスの提供が行われるなどにより、住宅団地の住環境改善が図られている。

2. 調査項目

調査では、基本属性として性別、年齢、学歴、配偶関係、暮らし向きを尋ねた。学歴は最終卒業学校を尋ね、標準的な就学年数に換算した。暮らし向きは経済状況に関する主観的評価について 5 件法（「大変ゆとりがある」～「大変苦しい」）で回答を求めた。健康度については健康度自己評価を用い、4 件法（「よい」「まあよい」「あまりよくない」「よくない」）で回答を求めた。

社会関係（会や団体などへの参加を含む）に関する項目は、近所づきあいの程度、自治会などへの参加の程度、別居子家族と会う頻度、友人と会う頻度を尋ねた。近所づきあいの程度は、4 件法（「訪問」「立ち話」「あいさつ」「つきあいはない」）で回答を求め、「あり」と「ない」の 2 つ選択肢に整理した。自治会などへの参加の程度は、4 件法（「とても積極的に参加している」～「ほとんど参加していない」）で回答を求め、「参加している」と「参加していない」の 2 つの選択肢に整理した。別居子家族と会う頻度、友人と会う頻度については、「まったくない」～「週に 6, 7 回（ほぼ毎日）」の 8 つの選択肢に、該当する人が「いない」を加えて尋ねた。

孤独感については、安藤ほか（2000）が作成した 10 項目からなる AOK 孤独感尺度を用いた。本尺度の得点範囲は 0～10 点であり、得点が高いほど孤独感が強いことを表す。無回答が 2 項目以内の場合には、当該項目について「孤独を感じる」方への回答をしたものとみなして再コードし、尺度得点を算出した。無回答が 3 項目以上の場合には尺度得点を欠測とした。なお、この尺度は中高年者を対象に実施された調査において、単次元の等質な項目で構成されており、その妥当性と信頼性が確認されている（安藤ほか, 2000 ; 安藤ほか, 2016）。

3. 分析

孤独感の関連要因の分析には階層的重回帰分析を用い、AOK 孤独感尺度の得点 y を従属変数、独立変数として、第 1 段階で基本属性と健康度に関する変数、第 2 段階で社会関係に関する変数を投入した。第 1 段階で投入した変数は、性別、年齢、学歴、配偶関係、暮らし向き、健康度自己評価の 6 変数であった。第 2 段階で投入した変数は、近所づきあいの程度、自治会などへの参加の程度、別居子家族と会う頻度、友人と会う頻度の 4 変数であった。性別、配偶関係、暮らし向き、健康度自己評価、近所づきあいの程度、自治会などへの参加の程度はダミー変数で表し、「男性」「離死別・配偶者あり」「ゆとりがある」「健康状態がよい」「近所づきあいあり」「自治会などに参加している」に 1 を与えた。別居子家族および友人と会う頻度については、「まったくない」と「いない」を 0、「月 1 回よりすくない」～「週に 6, 7 回（ほぼ毎日）」に 1 から 7 の数値を割り当てた。階層的重回帰分析はすべて

の変数で欠測のない者としたので、分析対象者は 111 人であった。

4. 倫理的配慮

調査への協力は回答者の自由意志であり、回答しなくても不利益などを被ることはないこと、回答は統計的に処理され、調査結果から個人が特定されることはないこと、調査内容および個人情報、調査主体と委託調査会社が責任をもって管理し、研究目的以外に利用することがない等を依頼書および調査票の表紙に明記し、回答の返送をもって同意したものとみなした。

結 果

1. 回答者の特徴

表 1 には回答者の特徴を示している。回答者の性別内訳は男性 59 人(46.1%)、女性 69 人(53.9%)、平均年齢は 73.9 歳であった。ひとり暮らし高齢者の配偶関係は死別(42.2%)が最も多かったが、未婚(25.8%)も少なからずいることが指摘できる。学歴および暮らし向きは、都市部の住宅団地であることを反映して、高等学校以上(77.0%)が多く、ふつう(62.2%)とゆとりがある(7.9%)で 7 割が良好な暮らし向きであった。健康度は、自記式質問紙調査に回答できたことから、よい(27.6%)とまあよい(52.8%)と自己評価したものが 8 割であった。

表 1 回答者の特徴

変数		全体 (n = 128)
性別	男性	59 (46.1)
	女性	69 (53.9)
年齢 (平均±標準偏差)		73.9±5.70
学歴	中学校	29 (23.0)
	高等学校	64 (50.8)
	短期大学・専門学校	19 (15.1)
	大学	13 (10.3)
	大学院	1 (0.8)
配偶関係	既婚	3 (2.3)
	離別	38 (29.7)
	死別	54 (42.2)
	未婚	33 (25.8)
暮らし向き	ゆとりがある	10 (7.9)
	ふつう	79 (62.2)
	苦しい	38 (29.9)
健康度自己 評価	よい	35 (27.6)
	まあよい	67 (52.8)
	あまりよくない	23 (18.1)
	よくない	2 (1.6)

() 内は%

欠測により、各変数の合計が 128 にならないものもある

2. AOK 孤独感尺度の信頼性

AOK 孤独感尺度の信頼性係数（ α 係数）を算出したところ、.86 であった。10 という項目数を考慮しても、これは十分に高い値であり、この尺度が今回の調査対象者においても信頼性を有することが確認できた。

3. 都市部住宅団地のひとり暮らし高齢者の孤独感

表 2 に示したように、都市部の住宅団地に居住するひとり暮らし高齢者の AOK 孤独感尺度の平均得点は 3.46 であった。男性と女性で平均得点に違いがあり、女性（2.79）にくらべて男性（4.25）で有意に高かった。年齢については、70 歳代で平均得点の高低がみられ、加齢とともに孤独感が強くなるという一定の傾向ではなかった。学歴では高等学校未満（3.00）に比べてそれ以上（5.00）で平均得点が有意に高かった。

表 2 AOK 孤独感尺度の平均得点（平均値±標準偏差）

全体		3.46±3.13 (122)
性別	男性	4.25±3.09 (56)
	女性	2.79±3.03 (66)
		<i>F</i> 6.94**
年齢	65～69 歳	3.48±2.94 (40)
	70～74 歳	5.08±3.03 (26)
	75～79 歳	2.13±2.54 (32)
	80～84 歳	3.46±3.58 (24)
		<i>F</i> 4.64**
学歴	高等学校以上	3.00±3.01 (92)
	高等学校未満	5.00±3.17 (28)
		<i>F</i> 9.25**
配偶関係	配偶者あり	4.00±5.66 (2)
	離別	3.84±3.10 (37)
	死別	2.65±2.88 (51)
	未婚	4.28±3.27 (32)
		<i>F</i> 2.14
暮らし向き	ゆとりがある	2.50±2.99 (10)
	ふつう	3.55±3.09 (74)
	苦しい	3.62±3.27 (37)
		<i>F</i> 0.55
健康度自己評価	よい	3.24±3.08 (99)
	よくない	4.39±3.24 (23)
		<i>F</i> 2.55

() 内はサンプル数

F は 1 要因分散分析による

** $p < .01$

4. 都市部住宅団地のひとり暮らし高齢者の孤独感に関連する要因

表 3 には階層的重回帰分析の結果を示してある。基本属性に関する変数だけを投入した第 1 段階では、重相関係数が有意ではなく、分析モデルが成り立たなかった。第 1 段階の変数に加えて、社会関係に関する変数を投入した第 2 段階で、有意な寄与率の増加 (.416) が認められた。第 2 段階の最終分析モデルにおいて重相関係数も有意であり、投入された独立変数全体で説明できる従属変数の分散の比率（自由度調整済み R^2 ）は 45.5%であった。

すべての変数を投入した第 2 段階で有意な関連が認められた変数は、別居子家族と会う頻度、友人と会う頻度であった。すなわち、別居子家族と会う頻度が少ない者、友人と会う頻度が少ない者で AOK 孤独感尺度の得点が高かった。

考 察

本研究では、AOK 孤独感尺度を用いて、都市部の住宅団地に居住しているひとり暮らし高齢者の孤独感を測定し、孤独感に関連する要因を検討した。この尺度は中高年者の男女を対象に実施された研究（安藤ほか、2000；安藤ほか、2016）において、その信頼性が確認されていた。今回は、65 歳～84 歳の後期高齢者を含むデータで検討したところ、 α 係数は.86 であり、十分な信頼性が再度確認された。この結果を含めて、これまでの尺度の信頼性に関する複数の知見は、AOK 孤独感尺度が高齢者の孤独感の測定に際して有用な道具であることを示すものである。

都市部の住宅団地のひとり暮らし高齢者における AOK 孤独感尺度の平均得点は、男女で大きく異なり、女性 (2.79) に比べて男性 (4.25) で高かった。この男女差は安藤ほか (2016) が報告した都市部のひとり暮らし高齢者の AOK 孤独感尺度のデータ (男性 3.14, 女性 1.48) と同じであり、ひとり暮らしの男性高齢者は女性にくらべて孤独を強く感じていることを示している。孤独感にみられる男女差について、安藤ほか (2016) は、男性には未婚者と離別者が多く、家族がいないことや元の家族との関係がうまく維持できないこと、その結果として、社会関係も疎になりがちであると考察しており、今回の結果も同様に考えることは可能であろう。この結果に加えて、今回のデータは男女とも平均得点は 1 点以上高く、孤独感がさらに強いということであった。高齢化率が高く、高齢世帯も多い、都市部の「限界集落」といわれる調査対象団地の傾向を示したものと推察できるが、今回のデータだけでは断定できない。

関連要因の分析において、すべての変数を投入した第 2 段階で、有意な関連が認められたのは社会関係に関する変数の別居子家族と会う頻度と友人と会う頻度であった。この結果は、長谷川ほか (1994) の報告した別居子、近隣、友人・知人のソーシャル・ネットワークが高齢者の孤独感に対して有意な関連を持つという知見と合致するものであった。また、特に友人との関係が孤独感に強く影響 ($\beta = -.534$) するという結果も同じであった。社会関係の中でも、規範的に統制される親族よりも、選択的で互酬的である友人との関係がひとり暮らし高齢者における孤独感の低減に大いに寄与するという重要な知見といえる。

今回は調査対象地および対象者を限定して調査したので、得られたデータの数はそれほど多くなかった。そのために、関連要因の分析において性別などの基本属性と健康度で有意な関連がみられなかった。今後は、規模の大きな調査により、ひとり暮らし高齢者に加えて、高齢の夫婦のみ、子どもの家族と一緒に住んでいる三世代などの他の居住形態とも比較して、高齢者の孤独感を詳細に検討することが必要であろう。

表3 都市部住宅団地のひとり暮らし高齢者における孤独感の関連要因：階層的重回帰分析の結果

変数		全体 (n = 111)		
		標準偏回帰係数 (β)		相関係数 (r)
		第1段階	第2段階	
基本属性に関する 変数	性 (→男性)	.215*	.029	.223**
	年齢	-.028	.005	-.084
	学歴：就学年数	-.061	.003	-.087
	配偶関係 (→離死別・あり)	-.128	.042	-.172*
	暮らし向き (→ゆとりがある)	-.042	-.013	-.045
	健康度自己評価 (→よい)	-.106	-.116	-.079
社会関係に関する 変数	近所づきあいの程度 (→あり)		-.115	-.357**
	自治会などへの参加 (→参加している)		-.119	-.419**
	別居子家族と会う頻度		-.214*	-.312**
	友人と会う頻度		-.534**	-.633**
重相関係数		.296	.710**	
自由度調整済み R^2		.035	.454	
ΔR^2			.416**	

* $p < .05$ ** $p < .01$

1) AOK 孤独感尺度 10 項目の内, 無回答が 1 項目であった 7 人, 2 項目であった 1 人の計 8 人は再コード処理をし, 尺度得点を算出した.

本研究の調査にご協力いただきました横浜市 A 区にある住宅団地に居住するひとり暮らし高齢者のみなさま方に深く感謝申し上げます. 本研究は, 日本学術振興会の科学研究費助成事業(基盤研究 C: 都市部の団地に暮らす高齢者の社会的孤立, 課題番号: 23530654, 研究代表者: 安藤孝敏)を受けて実施された.

文 献

- 安藤孝敏・小池高史・高橋知也 2016 都市部のひとり暮らし高齢者における孤独感の関連要因 横浜国立大学教育人間科学部紀要Ⅲ(社会科学), **18**, 1-9.
- 安藤孝敏・長田久雄・児玉好信 2000 孤独感尺度の作成と中高年における孤独感の関連要因 横浜国立大学教育人間科学部紀要Ⅲ(社会科学), **3**, 19-27.
- 藤原武弘 2012 独居高齢者の孤独感—その要因と支援 公衆衛生, **79**, 693-696.
- 長谷川万希子・岡村清子・安藤孝敏・児玉好信・古谷野亘 1994 在宅老人における孤独感の関連要因 老年社会科学, **16**, 46-51.
- 厚生労働省 2012 神奈川県横浜市「安心生活創造事業」公田町団地 (UR 賃貸住宅) の見守り活動の取り組み 第 11 回安心生活創造事業推進検討会・参考資料 2 厚生労働省社会・援護局地域福祉課 2012 年 6 月 19 日
<http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000002dpfa-att/2r9852000002dpmf.pdf>
- Larson, R. 1978 Thirty years of research on the subjective well-being of older Americans. *Journal of Gerontology*, **33**, 109-125.
- 舛田ゆづり・田高悦子・臺 有桂 2012 高齢者における日本語版 UCLA 孤独感尺度 (第 3 版) の開発とその信頼性・妥当性の検討 日本地域看護学会誌, **15**, 25-32.
- Peplau, L.A., & Perlman, D. 1982 *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: John Wiley & Sons. (ペプロー L. A.・パールマン D. 加藤義明 (監訳) 1988 孤独感の心理学 誠信書房 東京)
- Russell, D. D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. 1980 The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminate validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, **39**, 472-480.
- Russell, D. W. 1996 UCLA loneliness scale (version3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, **66**, 20-40.

Loneliness among the elderly living alone in an urban housing complex

Takatoshi Ando¹⁾, Takashi Koike²⁾, Tomoya Takahashi³⁾

1) Research Institute of Environment and Information Sciences, Yokohama National University

2) Faculty of International Studies of Culture, Kyushu Sangyo University

3) Tokyo Metropolitan Institute of Gerontology

Objectives : The purpose of this study was to assess loneliness among the elderly living alone in an urban housing complex using the AOK Loneliness Scale and to investigate factors related to loneliness.

Methods : Data were obtained from 250 elderly living alone in an housing complex of Yokohama city. Survey items included the AOK Loneliness Scale, basic attributes, health status, and social relationships. The mail survey was carried out and completed for 139 (55.6%) of the sample.

Results : Cronbach's coefficient α of AOK loneliness scale was .86, which reconfirmed its reliability. Results of hierarchical regression analysis indicated that scores of AOK loneliness scale were high in following participants: those with a low frequency of meeting friends, and those with a low frequency of meeting children's families that were living separately.

Conclusions : The results indicated that the number of selective and reciprocal friends of the elderly living alone was strongly related to loneliness.

Key words : loneliness, elderly living alone, housing complexes, correlates, social network