

独居高齢者の生活行動と「孤独感」に関する研究

代表 山村 崇(早稲田大学高等研究所 講師)

共同研究者 伊藤 日向子(早稲田大学大学院 修士課程)

[研究報告要旨]

近年、高齢者の社会的孤立の深刻化を受けて、都市計画分野においても、高齢者が自立して生活を送るための都市環境構築に注目が集まっている。特に「孤独感」は、早期死亡や深刻な身体障害に影響を及ぼすことが明らかになっており、その解消にむけての方策が求められている。

そうした中、本研究は、都市空間を介した社会との接触が「孤独感」を解消する可能性に着目し、孤独感と関連を有する可能性が高い生活行動特性として「外出行動（特に余暇外出行動）」を取り上げ、孤独感との関係性を検証した。

本研究を通して得られた主な知見は以下の通りである。

- (1) 外出頻度は孤独感と負の相関関係にある。とりわけ「必需交流外出の頻度」「余暇外出の頻度」の高い人は、孤独感が特に小さい傾向にある。
- (2) 「性別」「子どもの有無」「年齢」「健康」が、孤独感と有意な関連を示した。具体的には、女性よりも男性が、子どもを持つ人よりも持たない人が、年齢が高い人よりも低い人が、健康な人よりも身体に衰えを感じている人が、孤独感が高い傾向にある。
- (3) 余暇外出の具体内容に関して、孤独感の小さい人は、「他者との交流を伴う余暇外出」を想起する割合が、孤独感の大きい人よりも高い傾向にある。
- (4) 余暇外出を促進する都市環境に関して、孤独感が小さい人は「仲間との外出のための都市環境」を、孤独感が大きい人は「自然景観の良好な都市環境」を求める傾向がある。

本研究を通して、高齢者が「孤独感」を感じずに過ごすためには、都市空間に出て行って余暇を楽しみ、他者と交流することの重要性が浮き彫りとなった。