

地域在住高齢者の 1 日で最も印象的だった作業の満足度と 1 日の満足度, 日頃の活動満足度, 生活満足度の関連

田中帆乃香

key words : 地域在住高齢者, 印象的な作業の満足度, 1 日の満足度, 日頃の活動満足度, 生活満足度

要旨

本研究の目的は, 1 日で最も印象的だった作業 (以下, 印象的な作業) の満足度と 1 日の満足度, 日頃の活動満足度, 生活満足度には関連があるのかを明らかにすることである. 地域在住の 65 歳以上の高齢者に活動日記の記入を依頼し, 136 名から有効回答を得た. 印象的な作業の満足度と 1 日の満足度は活動日記から得た. また, 日頃の活動満足度と生活満足度は, それぞれ日頃の活動満足度尺度と生活満足度指標 Z (Life Satisfaction Index Z) を用いて測定された. 相関分析を行った結果, 対象者個人における印象的な作業の満足度と 1 日の満足度は, 対象者全体の 83.8% (114 名) で相関が認められた. また, 対象者全体においても, 印象的な作業の満足度と 1 日の満足度は, 相関係数 0.86 と高い相関が認められ, 印象的な作業の満足度と日頃の活動満足度は, 相関係数 0.43 と低い相関が認められた. しかし, 印象的な作業の満足度と生活満足度は, 相関係数 0.29 で相関が認められるとはいえなかった. これらの結果より, 印象的な作業の満足度を高めることで, 1 日の満足度や日頃の活動満足度が高められる可能性が示唆された.

はじめに

近年, 高齢化が進み, 日本では平成 30 年 10 月 1 日時点で 65 歳以上の人口は 3558 万人で, 高齢化率は 28.1% である. また, 我が国の平均寿命は, 平成 29 年では男性 81.09 年, 女性 87.26 年と, 前年に比べて男性は 0.11 年, 女性は 0.13 年上回った¹⁾. こうした平均寿命の伸びにより, 長期化した高齢期を充実して過ごせるかどうかが重要になる.

高齢者の生活満足度に関する先行研究で, 運動や社会活動などの活動が生活満足度と相関があると多く報告されている^{2~5)}. そのうち, 岡本の研究²⁾では, 高齢者の活動に着目した日頃の活動満足度尺度を作成している. その中で生活満足度 (LSIK) と日頃の活動満足度の関連について調べており, 生活満足度と日頃の活動満足度には有意な相関が認められたと報告している.

私たちの経験上, 1 日を振り返った際に思い出されるのは, その日の中で最も印象的だった作業であることが多い. また, 吉川も「たった一つでも, とても楽しい気持ちになる作業があれば, その日一日がよい日になることもある」と述べている⁶⁾. そのため, 1 日で最も印象的だった作業 (以下, 印象的な作業) は 1 日の満足度に影響を与えると考えられる. しかし, 印象的な作業が 1 日の満足度に与える影響について明らかにされていない.

また, 印象的な作業には, その人にとって興味のある活動ややりがいを感じる活動が挙げることが多いと考えられる. 岡本が開発した日頃の活動満足度尺度²⁾は, 「楽しめる活動」「やりがいのある活動」「有意義な自由時間」「興味・関心もてる活動」の 4 つの活動の総合的な満足度を調べたものである. この 4 項目と印象的な作業は一致する可能性が高いと考えられる. よって, 印象的な作業の満足度は, 日頃の活動満足度と関連があるのではないかと予想できる.

そこで, 本研究の目的は, 印象的な作業の満足度と 1 日の満足度, 日頃の活動満足度, 生活満足度には関連があるかを明らかにすることである.

方法

本研究では, 地域在住高齢者を対象としたプログラムの効果検証のための研究⁷⁾で得られたデータの一部を活用した.

1. 対象

プログラムの対象は, 地域で自立した生活を送る 65 歳以上の高齢者であった. 対象者の選択基準は 65 歳以上であること, 地域在住であること, ADL が自立していること, 研究への参加に同意すること, 活動日記を自力で記入できることであった. そのプログラムの対象者は三原市の広報誌, 町内会の回覧板, イベントでのチラシの配布により募集し, 基準を満たした

142名が対象であった。本研究では、そのうち、データに欠損のない136名を分析対象とした。136名中、男性は35名、女性は101名で、収入のある仕事をしている者は29名であった。また、分析対象者の平均年齢は72.6±5.8であった。

2. 方法

研究デザインは横断研究である。本研究では印象的な作業の満足度、1日の満足度、日頃の活動満足度、生活満足度の4つのデータを使用した。実施手順を図1に示す。地域在住の高齢者に、活動日記(図2)を用いて、印象的な作業の満足度と1日の満足度を1週間毎日記入してもらった。週1回の講座に来た時にそれぞれの満足度を表にうつして提出してもらった。それを3週間実施し、活動日記を3週間記入し終わった翌日に日頃の活動満足度尺度とLSI-Zを実施した。活動日記とは、日々の生活の中で行っている作業の経験や満足度を記録し、視覚化するためのツールである。活動日記を記入した3週間のうち1週目は練習期間とし、印象的な作業の満足度と1日の満足度は活動日記の2~3週目のデータを使用した。

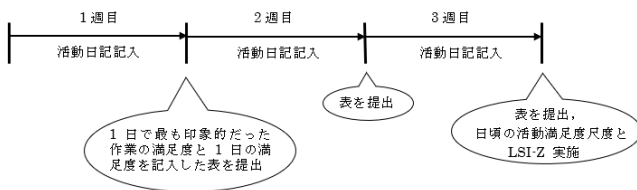


図1. 実施手順

1) 印象的な作業の満足度

印象的な作業の満足度は、1日で最も印象的だった作業を1つ選択し、その作業の満足度を1:とても不満~5:とても満足の5段階で評価し、毎日活動日記に記入することとした。

2) 1日の満足度

1日の満足度は、5段階のフェイススケールを用いて評価し、毎日活動日記に記入することとした。

図2. 活動日記の記入例

3) 日頃の活動満足度

日頃の活動満足度は、岡本が作成した日頃の活動満足度尺度⁴⁾を用いて評価した。日頃の活動満足度尺度は、高齢者が自由になる時間に行う活動に着目したもので、「楽しめる活動」、「やりがいのある活動」、「有意義な自由時間」、「興味・関心がもてる活動」の4項目で構成されている。得点範囲は4~20点であり、得点が高いほど日頃の活動満足度が高いことを示す。

4) 生活満足度

生活満足度は、生活満足度指標Z(Life Satisfaction Index Z:以下、LSI-Z)で評価した。LSI-Zは、高齢者の生活満足度の程度を「日々の生活から楽しみを得る」、「人生を意味あるものとみなして人生を受け入れる」、「人生の主要な目標の達成を感じる」、「肯定的な自己像をもつ」、「幸福で楽観的な態度と気分を維持する」の5因子13項目で測定する。得点範囲は0~26点であり、得点が高いほど生活満足度が高いことを示す。

3. 統計解析(分析方法)

1) 個人における印象的な作業の満足度と1日の満足度の関連

対象者個人における印象的な作業の満足度と1日の満足度の関連を調べるために、Spearman検定で各対象者の2週間分の印象的な作業の満足度と1日の満足度の相関係数を求めた。

2) 印象的な作業の満足度と1日の満足度、日頃の活動満足度、生活満足度の関連

印象的な作業の満足度と1日の満足度の関連を調べるために、各対象者の印象的な作業の満足度の2週間の平均と各対象者の1日の満足度の2週間の平均を算出し、全対象者の2つの値の関連をSpearman検定で調べた。

印象的な作業の満足度と日頃の活動満足度の関連を調べるために、各対象者の印象的な作業の満足度の2週間の平均を算出し、算出した値と日頃の活動満足度の関連をSpearman検定で調べた。

印象的な作業の満足度と生活満足度の関連を調べるために、各対象者の印象的な作業の満足度の2週間の平均を算出し、算出した値とLSI-Zの得点の関連をSpearman検定で調べた。

4. 研究倫理

研究内容について説明を行い、同意が得られた者に実施した。また、研究によって、個人が特定されることはないこと、いつでも中止できること、それによって不利益を被ることはないことを伝えた。

結果

1) 個人における印象的な作業の満足度と1日の満足度の関連

個人における印象的な作業の満足度と1日の満足度の関連を分析した結果を表1と図3に示した。個人における印象的な作業の満足度と1日の満足度の相関係数を求めると、相関係数が0.5以上0.7未満であったのは全体の18.4%であり、相関係数が0.7以上1.0未満であったのは全体の56.6%であった。また、相関係数が1.0であったのは全体の8.8%であった。すなわち、相関係数が0.5以上であったのは全体の83.8% (114名) であった。

表1. 印象的な作業の満足度と1日の満足度の関連

相関係数	n	%
$0 < r < 0.2$	0	0
$0.2 \leq r < 0.5$	22	16.2
$0.5 \leq r < 0.7$	25	18.4
$0.7 \leq r < 1.0$	77	56.6
$ r = 1.0$	12	8.8

※相関係数が0.5未満は $p > .05$, 相関係数が0.5~0.64未満は $p < .05$, 相関係数が0.64以上は $p < .01$ であった。

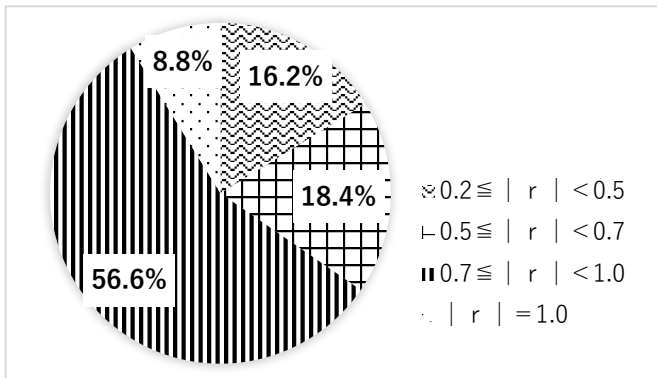


図3. 印象的な作業の満足度と1日の満足度の個人における相関係数 (N=136)

2) 印象的な作業の満足度と1日の満足度, 日頃の活動満足度, 生活満足度の関連

印象的な作業の満足度と1日の満足度, 日頃の活動満足度, 生活満足度の関連を分析し, その結果を表2に示した。印象的な作業の満足度と1日の満足度における相関係数は0.86であった ($p < .01$)。印象的な作業の満足度と日頃の活動満足度における相関係数は0.43であった ($p < .01$)。印象的な作業の満足度とLSI-Zの得点における相関係数は0.29であった (p

$< .01$)。図4に印象的な作業の満足度と1日の満足度の散布図, 図5に印象的な作業の満足度と日頃の活動満足度の散布図, 図6に印象的な作業の満足度と生活満足度の散布図を示した。

表2. 印象的な作業の満足度, 1日の満足度, 生活満足度との関連 (相関係数)

	印象的な作業の満足度
1日の満足度	0.86
日頃の活動満足度	0.43
LSI-Z	0.29

※いずれも $p < .01$ であった。

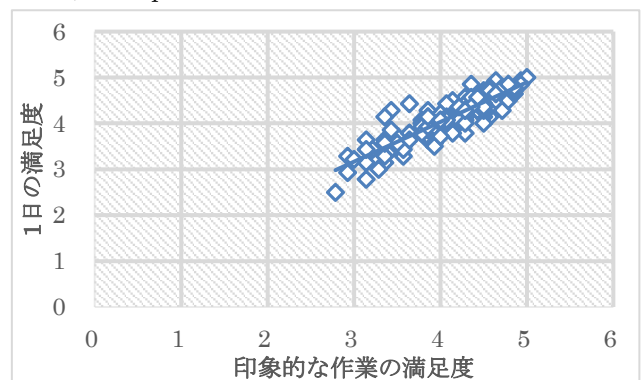


図4. 印象的な作業の満足度と1日の満足度

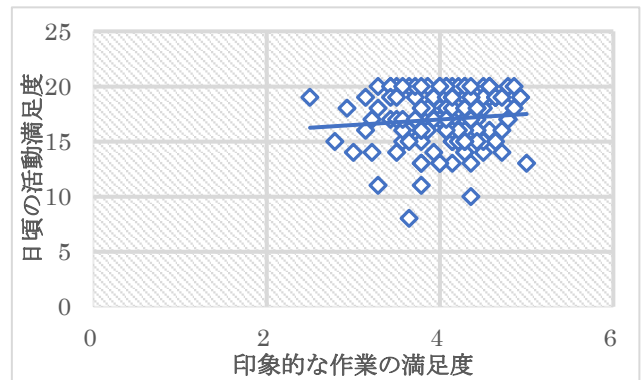


図5. 印象的な作業の満足度と日頃の活動満足度

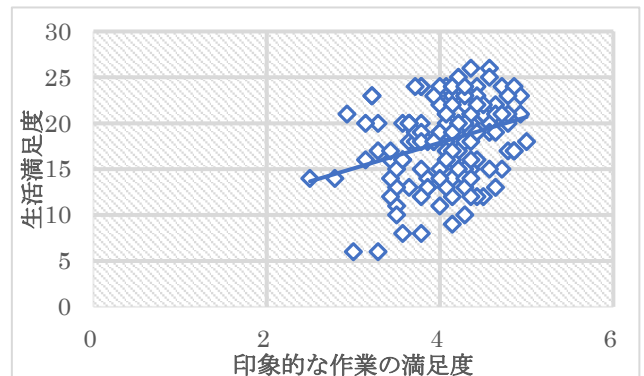


図6. 印象的な作業の満足度と生活満足度

考察

1) 個人における印象的な作業の満足度と1日の満足度の関連

本研究では、対象者個人における印象的な作業の満足度と1日の満足度は、対象者全体の83.8%（114名）で相関が認められた。この結果より、多くの人が印象的な作業と1日の満足度を関連づけて考えており、1日を振り返った際に、その日の中で印象的だった作業を思い出している可能性が高い。

しかし、約16%の人には相関が認められなかった。その日で印象的だった作業だけが必ずしも1日の満足度にも影響するとは限らない。作業以外に、その日の気候や体調、周囲で起こった出来事など、その他の要因も1日の満足度に影響すると考えられる。そのため、対象者の中には、印象的な作業よりも気候などの他の要因に影響されやすい人がいたと考えられる。

2) 印象的な作業の満足度と1日の満足度、日頃の活動満足度、生活満足度の関連

対象者全体においても、印象的な作業の満足度と1日の満足度は、相関係数0.86と高い相関が認められた。印象的な作業の満足度と1日の満足度は、個人において、対象者全体の約84%で相関が認められたため、全体においても相関が認められたと考えられる。

本結果では、印象的な作業の満足度と日頃の活動満足度は、相関係数0.43と低い相関が認められた。印象的な作業には、興味ややりがいといった要素をもつ作業が挙がることが多いと考えられる。日頃の活動満足度は「楽しめる活動」「やりがいのある活動」「有意義な自由時間」「興味・関心がもてる活動」の4つの活動の総合的な満足度²⁾であるため、2つの満足度には相関が認められたと考えられる。

この結果より、印象的な作業の満足度は、1日の満足度や日頃の活動満足度に影響を与えられられる。つまり、1日の中で何か1つでも印象に残るような満足できる作業をすることで、1日の満足度や日頃の活動満足度を高められる可能性が示唆された。

先行研究では、日頃の活動満足度と生活満足度は相関があると報告されていた⁴⁾。しかし、今回の研究では、印象的な作業の満足度と日頃の活動満足度には相関が認められたが、印象的な作業と生活満足度には相関が認められなかった。印象的な作業の満足度と生活満足度に相関が認められなかったのは、生活満足度を評価したLSI-Zに、今までの人生全体を通して答える質問項目も含まれているため、印象的な作業の満足度は生活満足度に影響しにくいということが理由として考えられる。

今後の課題と展開

本研究の対象者は、大学で開かれた講座に参加した地域在住高齢者で、意欲的な高齢者であった。そのため、本研究の結果は、全ての高齢者に一般化できない。よって、今後は、本研究の対象者と生活環境や地域、性格などが異なる高齢者でも検討する必要がある。また、本研究では、年齢や性別、仕事の有無などの違いを考慮した分析をすることができていない。活動と生活満足度の関連は、性別によって異なる結果がでていた先行研究⁸⁾もあるため、そういった個人の特性も踏まえた分析をすることも有用かもしれない。

文献

- 1) 内閣府. 令和元年版高齢社会白書. 2019.
https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2016/html/zenbun/s1_1_1.html
- 2) 岡本秀明: 高齢者の活動に着目した日頃の活動満足度尺度の作成. 社会福祉学 50 (2) : 45-55, 2009
- 3) 岡本秀明: 高齢者の社会活動と生活満足度の関連 社会活動の4側面に着目した男女別の検討. 日本公衛誌 55 (6) : 388-395, 2008
- 4) 岡本秀明: 高齢者向けの「社会活動に関連する過ごし方満足度尺度」の開発と信頼性・妥当性の検討. 日本公衛誌 57 (7) : 514-525, 2010
- 5) Menec VH : The relation between everyday activities and successful aging : A 6-year longitudinal study. J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci 58 (2) : S74-S82. 2003
- 6) 吉川ひろみ: 「作業」って何だろう—作業科学入門. 医歯薬出版, 東京, 2016, pp. 3
- 7) 高木雅之, 其阿弥成子, 織田靖史, ボンジェペイター: 活動日記を用いた集団プログラムが地域在住高齢者の作業に対する満足度に与える効果—ランダム化比較試験—. 作業療法, 印刷中
- 8) 岡本秀明: 地域高齢者のプロダクティブな活動への関与とwell-beingの関連. 日本公衛誌 56 (10) : 713-721, 2009