

高齢者の生きがいの高め方に関する研究

～梶原町松原地区を対象として～

1210414 岡田 紗英

高知工科大学 経済・マネジメント学群

1. 概要

典型的な中山間地域であると言える梶原町松原地区では、進学や就職などがきっかけとなって若い世代が町外へ出ていってしまい、地区の高齢化が進んでいる。そこで、本研究では、アンケート調査を通して、松原地区に住む高齢者が感じている生きがいや不安を明らかにし、その結果をもとに高齢者が生きがいをさらに感じることのできるような機会や場の提案を行った。その結果、松原地区に住む高齢者は、家族や友人、地域の人々と交流することに満足感や生きがいをより感じていることや他の人から感謝された時に生きがいを感じていることなどが分かった。また、地域の人との交流頻度が多く、頼れる人が周りにいても、近い将来頼れる人がいなくなってしまう、一人きりになってしまう不安を抱えていることや自分自身や配偶者の健康や介護が必要になる未来を心配している人が多くいたことから、後継者世代との交流の場を設ける、サテライトサービスへの参加の更なる呼びかけ、高齢者が必要とされていると実感できる機会を作ることの3つを改善策として提案した。

2. 背景

現在の日本では、高齢者単身世帯が増加傾向にある。内閣府が示したデータによれば、65歳以上がいる世帯は2,492万7千世帯（2018年時点）であり、これは全世帯（5,099万1千世帯）の48.9%にあたる。また、昭和55年は、世帯構成全体の半数を、三世代世帯が占めていたのに対し、平成30年は夫婦のみの世帯が一番多く、全体の約3割を占めている。さらに、高齢者のみの単身世帯も合わせて見ると半数以上を占めていると言える。

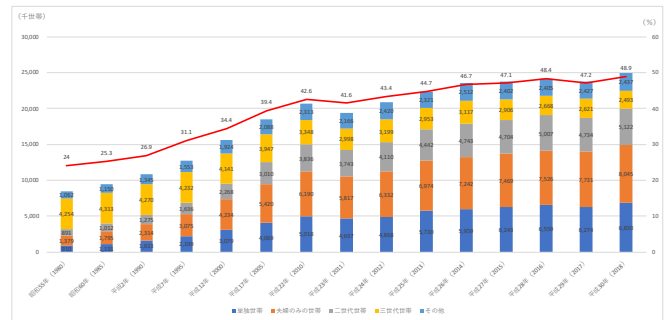


図1：65歳以上がいる世帯数

※折れ線グラフは全世帯に占める65歳以上がいる世帯の割合（右目盛）（令和2年版高齢社会白書をもとに作成）

高齢者の単身世帯は1980年の時点で、65歳以上の人口割合において、65歳以上の単身世帯が占める割合は男性で4.3%、女性では11.2%であったのに対し、2015年になると男性は13.3%、女性では21.1%まで増加している。また、これらの割合は年を追ってさらに増加していくと考えられている。

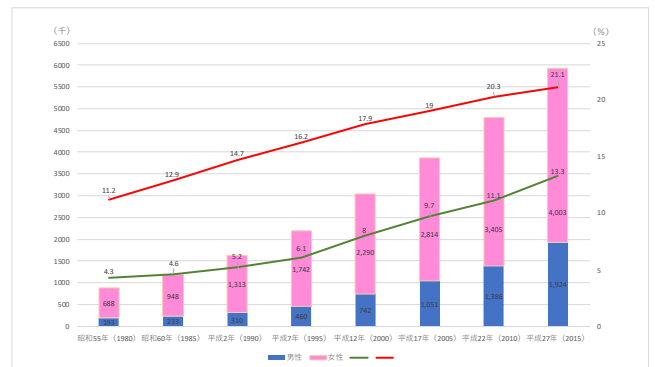


図2：65歳以上の一人暮らしの者の動向

※折れ線グラフは一人暮らしの者の65歳以上に人口に占める割合（右目盛）赤：女性 緑：男性

（令和2年版高齢社会白書をもとに作成）

高齢化が進行すると、地域に様々な問題が生じ、結果的に地域の衰退へと繋がっていく。

その中で、現在では高齢者と社会との繋がりが希薄化してしまうことにより、健康問題だけでなく精神疾患が原因となり、亡くなってしまふ高齢者がいることも問題の一つとなっている。また、高齢化の進行により、高齢者の介護の割合が増えてしまうことで、高齢者自身の医療負担が増えるだけでなく、保険料の支払によって地方財政が危機に瀕してしまう可能性も出てくる。

生きがいを持つことは、認知症の予防に繋がるとともに、2016年にアメリカの医学雑誌である『Psychosomatic Medicine』に掲載された記事において、「人生に生きがいを持っている人は、死亡率が生きがいを持たない人の約5分の1であった」ことが明らかとされた。さらに、他の調査においても「人生に高い目的意識を持っている人は、心血管疾患や死亡のリスクが低く、寿命や健康寿命が長い」という結果が出ている。そこで、高齢社会を生き抜いていくためには高齢者自身が「自立」していることが求められ、それぞれが生きがいを持って生活していくことが極めて重要であると考えられる。

また、本研究では福祉環境が整っている梶原町を対象とする。その中で、松原地区は梶原町中心部から距離が離れた、買い物や文化活動に不便を強いられているだけでなく、地域医療も週1回と生活を送るうえで困難を伴っている。その不便性を有する松原地区を対象とすることは、今後の日本の高齢化社会に対する会を得る事につながるものと考えられる。

3. 目的

本研究では、梶原町松原地区に住む高齢者が感じている生きがいの実態を明らかにするとともに、高齢者が更なる生きがいを獲得できるような場や機会の提案を行う。

なお、本研究で分析する生きがいとは、広辞苑に定義されている①生きるはりあい②生きていてよかったと思えるようなこととする。

4. 研究手順

本研究は以下の手順で行う

- ① 高齢者に関する統計調査
- ② 高齢者の生きがいに関する既往文献調査
- ③ 高齢者の生きがい形成の要因の分析
- ④ 梶原町の福祉政策の現状と課題の調査

5. 梶原町について

梶原町は高知県高岡郡に属し、四国山地の西端に位置しており、町面積の91%を森林が占めている。また、標高が約1400m、東西の幅が

約25kmに及ぶ日本三代カルストの一つである四国カルストを有しており、その標高の高さから『雲の上の町』と呼ばれている。

梶原町の人口は3,346人でそのうちの約半数を65歳以上が占めている（令和2年12月1日時点）。

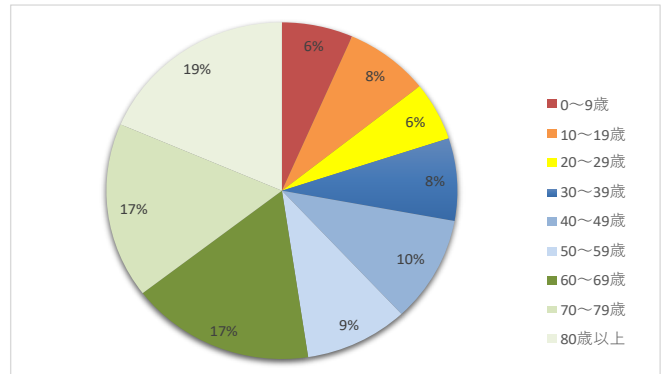


図3：梶原町の年齢別人口割合

（高知県推計人口、人口動態及び推計世帯数（令和2年12月1日現在）をもとに作成）

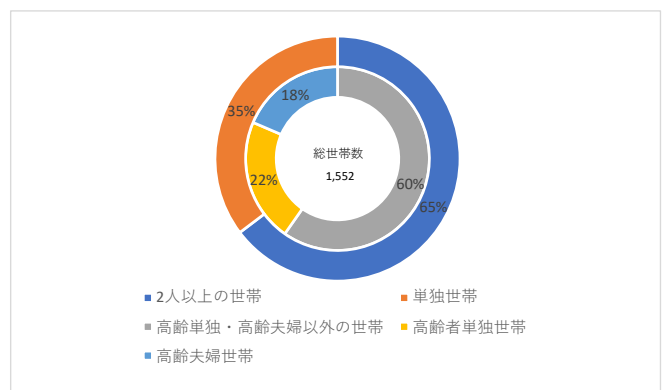


図4：梶原町の世帯構成割合

（平成27年国勢調査をもとに作成）

梶原町の一般世帯の総数は1,552世帯であり、その中で65歳以上の世帯員がいる一般世帯は960世帯である。一般世帯のうち世帯人員が1人で構成されている世帯は548世帯であるのに対し、65歳以上の単独世帯は337世帯であり、65歳以上の単独世帯が、単独世帯の総数の半数以上を占めている。また、世帯人員が夫婦のみで構成されている世帯は448世帯あり、高齢夫婦のみの世帯は288世帯である。こちらも、2人の世帯人員で構成されている一般世帯の半数以上にあたる。

また、梶原町は四万川地区、越知面地区、西地区、東地区、初瀬地区、松原地区の6つの地区に分けられている。

今回の調査対象である松原地区は、梶原町の中心部に出るのに車で約40～50分程かかり、道も険しく、買い物に関しては行商などを利用している人も多い。

また、松原地区は観光資源として久保谷セラピーロードを所有している。久保谷セラピーロードでは、森林セラピーによって血圧の低下や、ストレス状態を抑えるといった効果が得られることから、セラピーロードの散策を行う他に、カロリー計算された地元食材を使った料理の提供、医師による健康に関するアドバイスを得られるイベントを行なっている。

6. 梶原町の福祉政策の概要

6-1 梶原町で行われている福祉政策

- ・ 集落活動センター推進事業
高齢者や障害者が、外出の機会が少なくなることが原因となって孤立してしまい、地域の中で孤独感を深めてしまう場合があるという課題に向き合うために、小さな拠点づくりや集落センターの全区開所を行い、一人ひとりが生きがいを有する地域づくりなどを行っている。
- ・ お元気発信
お互いに支え合える地域づくりや、“健康で長生き”に地域ぐるみで取り組む、できにくいことが増えたとしても、安心して暮らせるようにするために、自宅の電話機能を利用した能動的な安否確認などを行っている。
- ・ 複合福祉施設 YURURI ゆすはら



図5：YURURI ゆすはらの外観

表1は、梶原町のレベル別の要介護者数を示したものである。要介護レベル1の人が51名、レベル2の人が43名いるにも関わらず、梶原町には今まで要介護レベルが3以上の人が入ることのできる施設しかなかった。しかし、YURURI ゆすはらでは、要介護レベルが1、2の人でも利用できるようなデイサービスなどが取容されている他に、町民の方々が交流することのできる場として町民交流室や高齢者向けのフィットネスクラブなどが併設されている。

表1：梶原町のレベル別要介護者数（人）
(介護保険事業状況報告(年報)平成30年をもとに作成)

要介護レベル1	51
要介護レベル2	43
要介護レベル3	41
要介護レベル4	46
要介護レベル5	38

- ・ 要介護レベル1
手段的日常生活動作（買い物・金銭管理・内服薬管理・電話利用）でどれか一つ、毎日介助が必要となる方や、日常生活動作（食事・排せ・入浴・掃除）においても、歩行不安定や下肢筋力低下により一部介助が必要な方が対象となる。
- ・ 要介護レベル2
手段的日常生活動作や日常生活動作の一部に毎日介助が必要となる方、日常生活動作を行うことはできるが、認知症の症状がみられており、日常生活にトラブルのある可能性がある方も対象となる。
- ・ 要介護レベル3
杖や歩行器、車いすを利用している自立歩行が困難な方で、手段的日常生活動作や日常生活動作で、毎日何かの部分でも全面的に介助が必要な方が対象となる。
- ・ 要介護レベル4
移動には車いすが必要となり、常時介護なしで日常生活を送ることができない方、全面的に介護を行う必要はあるものの、会話が行える状態の方が対象となる。胃瘻や点滴で食事介助の必要性がない方は、全面的な介護が必要でないと判断され、要介護4に該当することがある。
- ・ 要介護レベル5
ほとんど寝たきりの状態であり意思の伝達が困難で、自力で食事が行えない状態の方、また、日常生活すべての面において常時介護をしていないと生活することが困難な方が対象となる。

デイサービスゆりり

入浴、食事、機能訓練やレクリエーションなどの日帰りの介護サービスを提供しているほか、自宅で過ごしている人の外出の機会を増やす交流の場にもなっている。

生活支援ハウス

独立して生活するには不安のある方に、住まいや生活相談などのサ

サービスを提供している。例として、梶原町では冬に雪が降るため、雪かきなどを自分の力で行うことのできない高齢者などが越冬目的で利用することが挙げられる。しかし、施設への入居順番待ちなどの特例を除き、6ヶ月が基本的な入居期間の上限となっている。

6-2 サテライトデイサービスの概要

表2：松原地区のサテライトの年間予定表

	月日	場所	内容
令和2年	4月1日	松原ふれあいセンター	
	5月7日	〃	
	6月3日	〃	松原診療所医師による健康教室
	7月1日	〃	七夕飾り
	8月5日	〃	
	9月2日	〃	
	10月7日	〃	
	11月4日	〃	松原診療所医師による健康教室
	12月2日	〃	クリスマスツリーづくり（こども園園児交流）
	令和3年	1月6日	〃
2月3日		〃	バザー
3月3日		〃	

梶原町の地区ごとの取り組みの一つとしてサテライトデイサービスというものがある。これは、梶原町で地区ごとに行われている高齢者のデイサービスボランティアであり、松原地区では女性が約20名、男性が約4名参加をしている。松原地区のサテライトでは、健康診断や100歳体操、昼食会を行っている。また、年に数回、松原診療所の医師による健康教室を行っており、その他にも、12月には、梶原こども園の園児たちとクリスマスツリーの飾り付けを行ったり、園児たちによるレクリエーションの鑑賞をしたりしている。



図6：松原地区サテライトデイサービスの様子

現在は、新型コロナウイルスの影響により、サテライト自体の参加者も減少しており、感染者数の増加も相まってサテライト自体の開催が難しくなっている。

しかし、サテライトに参加し、会話をすることや食事を共にするなど地域のひととの交流を楽しみにしている高齢者もいることや、社会

参加やコミュニケーションをとることが介護予防にも繋がることから、話し合いを重ねることによって、全面的に開催中止にするのではなく、新型コロナウイルスの感染が拡大しているこのような状況下でもサテライトが実施できるような方法を探して開催している。

7. 松原地区高齢者の生きがい調査の概要

松原地区に住む高齢者に紙面でのアンケート調査を行った。

アンケート調査の概要

目的：松原地区に住む高齢者の生きがいや日常生活における不安な点などの実態を明らかにする

対象：梶原町松原地区に住む50歳以上の男女

回答：29部

(男性：8人 女性：21人)

調査項目

- 回答者の性別、年齢、世帯構成
- 日常生活における満足度、その理由
- 日常生活の中で生きがいになっている事
- 日常生活の中で不安に感じている事
- 地域住民との交流頻度
- サテライトデイサービスへの参加経験の有無、またその理由
- 高齢者を対象とした福祉政策や行政サービスに関する意見
- 梶原町や松原地区に対する意見

8. アンケート結果

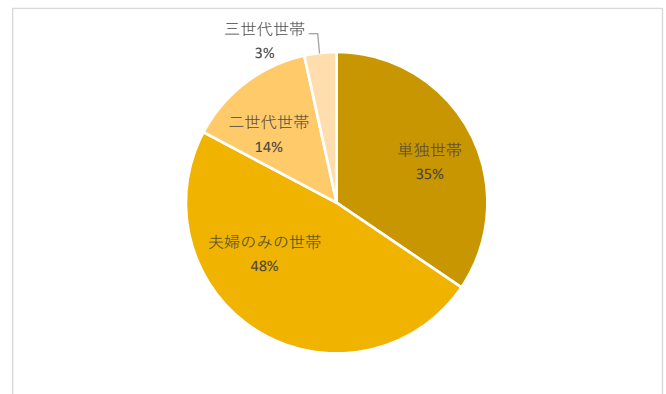


図7：回答者の世帯構成

回答者の世帯構成は、単独世帯が10名、夫婦のみの世帯が14名、親あるいは子供と一緒に暮らしている二世帯世帯が4名、三世帯世帯

が1名であった。

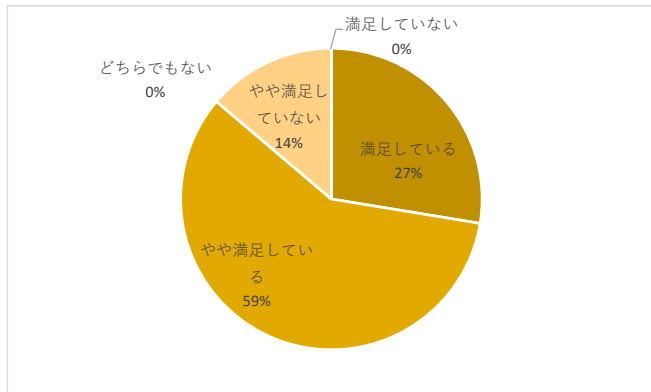


図8：日常生活における満足度

次に、日常生活における満足度について回答してもらったところ、満足していると回答した人が8名、やや満足していると回答した人が17名で、満足している、やや満足していると回答した人が全体の8割以上を占めていた。また、やや満足していないと回答した人が4名いたが、満足していないと回答した人はいなかった。

さらに、満足している、やや満足していると回答した人に理由を選択してもらったところ、回答した人の約7割以上が、頼れる人が周りにいることや、家族や友人、近隣住民と十分な交流が取れていることなど、対人関係に関する満足感を持っていた。また、自分の健康状態が満足度に影響していると回答した人が約半数いたことや、地域で安心して暮らせるような環境があるということに満足感を得ている人も同程度いることがわかった。

その他と回答していた人は、通院中であったとしても自分で動ける状態であるという理由であった。

また、日常生活に対してやや満足していない、満足していないと回答した人にも同じように理由を選択してもらったところ、頼れる人が周りにいないことや、家族や友人、近隣住民と十分な交流が取れていないと感じているが、地域の福祉政策や行政サービスが充実していないと感じている人は少ないことがわかった。また、松原地区から栲原町の中心街に出るまで車で約40分～50分程かかることや、その道が険しいことも影響し、道路・交通の便が悪いと回答していた人もいた。また、その他と回答していた人は、少人数地区では自治体など個人が負担する役割が多すぎると回答していた。

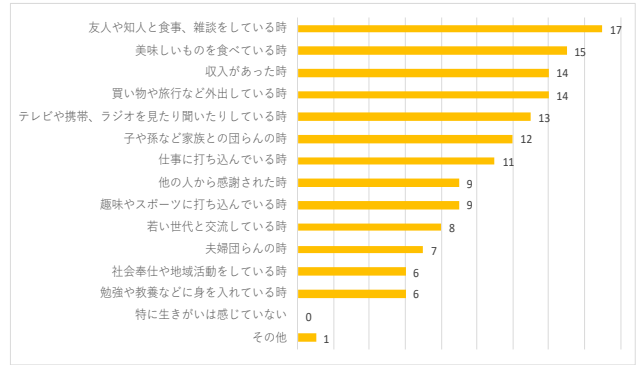


図9：生きがいを感ずる瞬間(人)

生きがいを感ずる瞬間を回答してもらったところ、友人や知人と食事をしていいる時と回答した人が約半数以上いた。他にも、子や孫など家族との団らんの時などを選んだ人が多かった事から、日常生活における満足度と同様に人と関わること満足感を得ている人が多くいることがわかった。これは、松原地区が中心街から離れていることや、道も険しく移動手段も限られており、遠出をすることが容易ではないことから、必然的に地域内で過ごすことが多くなることも影響しているのではないかと考えた。

また、美味しいものを食べている時や、収入を得た時と並んで、買い物や外出をしている時と回答している人が約半数いた。他にも、人から感謝された時や社会奉仕や地域活動をしている時と回答した人もいたことから、自分自身が役に立っていると感ずることも高齢者の生きがいに繋がっていることがわかった。

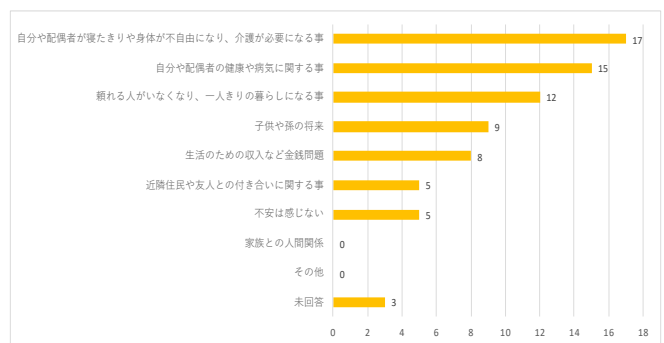


図10：日常生活で不安に感ずること(人)

反対に、日常生活で不安だと感ずることを選択してもらったところ、自分や配偶者の健康に関することや介護が必要になることなど健康状態に関する項目を選んだ人が約半数いた。また、生活のための収入などの金銭問題と回答した人は、この先、医療費や介護費が必要になってくるということも影響しているのではないかと考えた。他にも、交流頻度に関係なく、頼れる人がいなくなり、一人きりの暮らしになることを心配している人も多くいることがわかった。また、未回答者が3名いた。

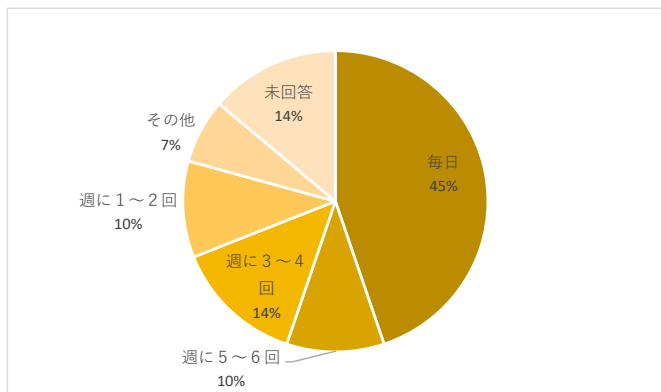


図11：地域のひととの交流頻度

地域のひととの交流頻度（1日5分以上他の人と会った、会話をした）について回答してもらったところ、毎日と回答した人は13名、週に5~6回と回答した人は3名、週に3~4回と回答した人は4名、週に1回~2回と回答した人は3名だった。また、その他と回答した人は月に1、2回程度、今は新型コロナウイルスの感染の危険性があるため交流を控えているという回答もあった。未回答者は4名だった。

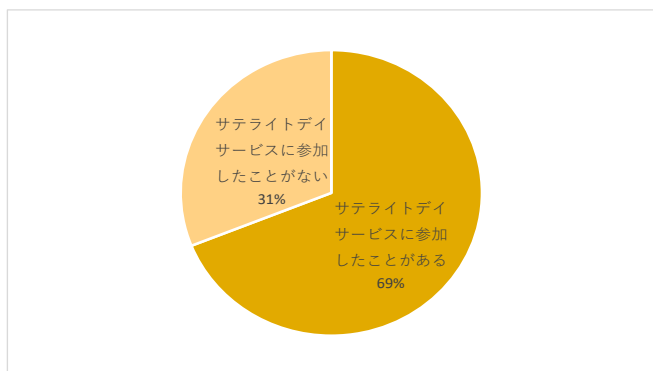


図12：サテライトデイサービスに参加経験の有無

アンケートに回答してもらった29名のうち、サテライトに参加したことがあると回答した人は20名、参加したことがないと回答した人は9名であった。

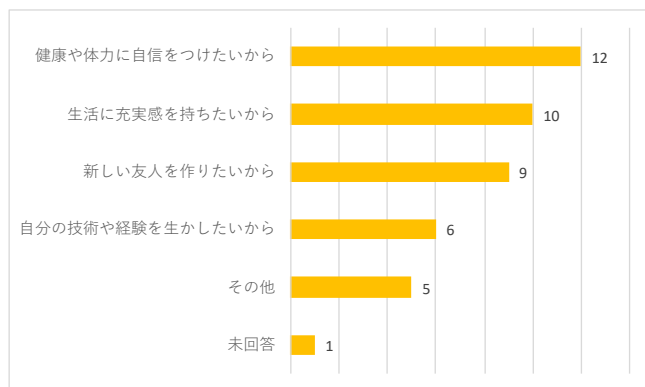


図13：サテライトに参加している理由（人）

サテライトに参加している理由の中で最も多かったのは、健康や体力に自信をつけたいからという理由であり、次に多かったのは、生活に充実感を持ちたいから、新しい友人を作りたいからという回答であった。

その他にも人に会うことができ、血圧を測ってもらえることもできる、他の人に誘われたから、地域の方の健康作りや見守り、送迎などに携わっているからと回答した人がいた。また、未回答者が1名いた。

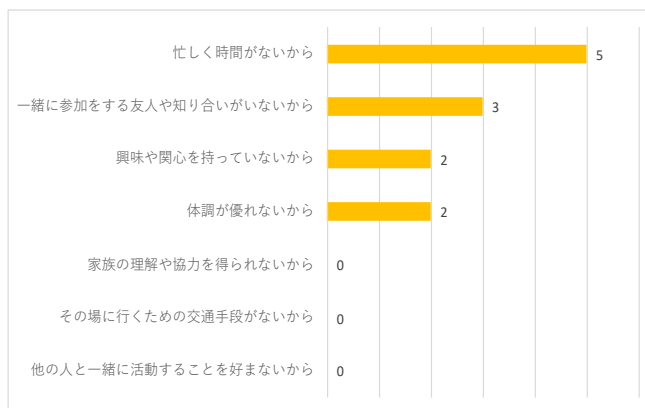


図14：サテライトに参加していない理由（人）

サテライトに参加していない人が選択した理由として最も多かったのは、忙しく時間が取れないからというものであった。

次に多かったのは、一緒に参加する友人や知り合いがないという回答であり、中には、興味や関心がなく、単純に参加するのが嫌だと感じている人もいた。

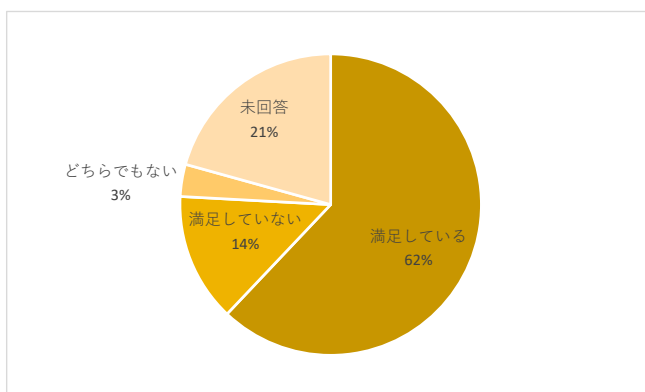


図15：地域の福祉政策や行政サービスへの満足度

地域の福祉政策や行政サービスに満足していると回答した人は18名、満足していないと回答した人は4名、どちらでもないと回答した人が1名いた。また、未回答者が6名いた。

満足している理由

- ・必要とすることを行政に相談すれば、対応してもらえるから

- ・相談したら一応話を聞いてもらえるから
- ・福祉が充実しているから
- ・独居などの方々に対しての注意が行き届いている、動いてくれていると感じるから
- ・行政はできる限りのことをしてくれていると思うから
- ・社会福祉協議会の職員の方や保健師の方も訪問してくれていて、今のサービスで満足しているから

満足していない理由

- ・身体不自由者が行動するための手段がないから
- ・生活力及び不健康者に対する人々の見栄
- ・福祉の施設が松原区内になく、時間をかけて栲原町に出ないといけないから
- ・勉強などを目的に中心街へ行きたくとも、時間がわかり、道が悪いと感じるから

今回行ったアンケートから、栲原町が行っている福祉政策や行政サービスに対して満足していると回答した人が半数以上を占めており、不満を持っている人はあまり見受けられなかった。しかし、満足していない点としていくつか挙げられていた中で目立っていたのは、交通手段や交通整備に関するものであった。

9. 松原地区に住む高齢者の生きがいの特徴分析

次に、高齢者の生きがいの傾向について、男女別、交流頻度別で傾向を分析した。

男女別

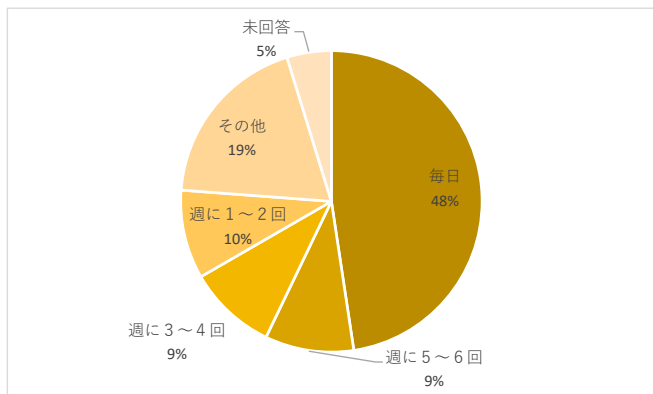


図 16 : 地域のひととの交流頻度 (女性)

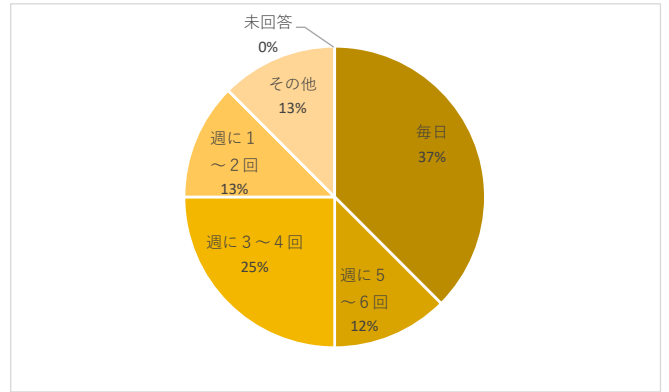


図 17 : 地域のひととの交流頻度 (男性)

- ・ 男性と女性の回答数に偏りはあったものの、地域のひととの交流頻度に関する質問に対して回答してくれた女性 17 名のうち、約半数以上が毎日地域のひとと交流していると回答していた。男性も女性ほどではないが週の半分は地域のひととの交流を行っていた。
- ・ 男性と女性の回答数に偏りはあったものの、男性よりも女性の方が、生きがいをを感じる瞬間の項目の選択数が多かった。

交流頻度別

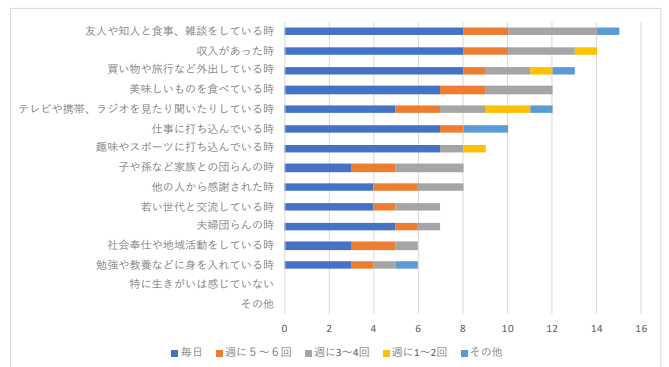


図 18 : 交流頻度別に見た生きがいをを感じる瞬間(人)

- ・ 地域のひととの交流頻度が多い人ほど、生きがいをを感じる瞬間として子や家族との団らんの時、友人や知人と食事、雑談している時など誰か他のひとと関わる瞬間などを挙げていたのに対し、交流頻度の回数が少なくなるにつれて、テレビや携帯、ラジオを見たり聞いたりしている時や仕事に打ち込んでいる時など、1人でできる事のみを生きがいとして挙げていたことが分かった。

10. 松原地区に住む高齢者の生きがい形成の提案

10-1 後継者世代との交流の場

地域の人との交流頻度が多く、頼れる人が周りにいると回答した人でも、頼れる人がいなくなってしまう、一人きりになってしまう不安を抱えていると回答した人は少なくなかったことから、若い世代と交流し、繋がりを作ることで、高齢者自身の行動範囲が狭くなり、身体が制限されてしまった時に、動ける人、頼ることのできる人が自分の周りにいるという事実は高齢者に安心感を与えることに繋がるのではないかと考える。

そこで、地域の資源である久保谷セラピーロードのイベントを使用する他に、お正月に餅つきを行う、節分に豆まきを行うなど季節の催事に関するイベントなどを企画し、地域の人同士で交流できる場をさらに増やしていく必要があると考えた。

10-2 サテライトデイサービスの参加の更なる呼びかけ

アンケートの結果から高齢者は、自分自身や配偶者の健康を心配している人が多くいることがわかった。

そこで、月に一回ではあるものの血圧を測ってもらうことができ、参加している社会福祉協議会の方に相談できる環境や、年に数度、診療所の医師による健康教室が開かれるサテライトに参加する事は、簡易的ではあるが、病院に行かずとも自分たちの健康状態を知る良い機会になると考えられる。他にも、サテライト内で行われている100歳体操やポッチャ、ゲートボールなどに参加し、体を動かすことで、自分自身の健康に対する不安が軽減されることに繋がるのではないだろうか。

サテライト不参加者の中には、忙しく時間がないと回答していた人が多くいたが、中には一緒に参加する友人がいないと回答していた人もいた。そこで、今までに参加したことのある人たちの中には、新しい友人を作るために参加している人も多くいたため、一緒に参加する友人がいない人への参加を促す事は、地域の人との新たな繋がり形成や、今までの繋がりを更に深めることのできる良い機会になるのではないかと考える。

また、アンケートの中で生きがいとして、美味しいものを食べている時だと回答した人も多くいたことから、地元の食材を使った料理が楽しめるバイキングも行っているサテライトに参加する事は地域の人との交流を楽しむことや自分自身の体調に関すること以外での更なる生きがいの形成に役立つのではないかと考える。

2020年は新型コロナウイルスの影響で行うことができなかった

が、サテライトでは旅行も行なっている。そこで、生きがいを感じる瞬間として、買い物や旅行など外出をしている時と回答した人が多くいたことを踏まえ、宿泊を伴わず、高知県内の観光や買い物、食事をするツアーなど、日程を合わせて計画することにより、忙しいと回答していた人も参加できるような機会を設けることで、今まで参加していた人も、初めて参加する人も、さらに生きがいを感じることでできる瞬間を作り出すことができるのではないかと考える。

松原地区で行なっているサテライトの問題点として、他の地区に比べて若い世代など新規の参加者がおらず、サテライト自体の高齢化が進んでいるため、世代交代ができないという点が挙げられる。このような現状を打破するためには、自由参加型であるが故に引き起こされるサテライト自体が持つ閉塞感をなくしていく必要がある。そこで、参加の意思を問う資料の配布に回覧板などを利用するなど、今までサテライトに参加したことがなかった人でも、参加しやすい環境づくりを行なっていく必要があると感じた。

10-3 高齢者が必要とされていると実感できる機会を作る

朝日大学が行った『特技を教える高齢者は幸福感が高い〜約2,600人のデータ分析から〜』という研究の結果から前期・後期高齢者ともに「特技や経験を他人に伝える活動」と主観の幸福感が関連していることが明らかになった。また、本研究で行ったアンケートで他の人から感謝された時に生きがいを感じると回答した人がいたことから、それらを結びつけ、梶原こども園や梶原学園の学生たちに高齢者自身が自分の経験を語る場面を設ける他に、セラピーロードの散策や地元食材を使った料理など、松原地区に住み続けているからこそ分かる地域の魅力を伝えられる機会を設けることで更なる生きがいを得られるようになるのではないかと考えた。

11. まとめ

本研究で行なったアンケートの結果より、松原地区在住の高齢者の生きがいの特徴について、以下の通り整理できる。

- ・ 交流頻度が多い人ほど、生きがいをより多く感じていること
- ・ 松原地区に住む高齢者は、家族や友人、地域の人々と交流することに満足感や生きがいをより感じている。その理由として、中心部には図書館やスポーツジム、スーパー、YURURI ゆすはらなど知的な生活を営む環境が整っており、コミュニケーションを図らずとも日々の生活を充実させることができるのに対し、松原地区内にはそのような娯楽施設がないこと及び、中心

部へのアクセスが悪いため、地区内での楽しみを見出す必要があるからではないかと考える。

- ・ 地域の人との交流頻度が多く、頼れる人が周りにいると回答した人でも、頼れる人がいなくなってしまう、一人きりになってしまう不安を抱えている人が少なくないことは、普段交流を持っている相手も高齢者であり、同じように容易に動くことができなくなってしまう可能性があるからではないかと考える。
- ・ 自分自身や配偶者の健康や介護が必要になる未来を心配している人が多くいることは、自分自身の身体の自由が制限される以外にも、収入を得た時に生きがいを感じる人が多くいたことから、介護費や医療費などがかかることも影響しているのではないかと考える。
- ・ 他の人から感謝された時に生きがいを感じることで、他にも社会奉仕や地域活動をしている時と回答した人もいたことから、自分が必要とされていると認識した時に生きがいを感じている事が分かった。

以上のことを踏まえ、本研究では、①後継者世代との交流の場を設ける②サテライトデイサービスへの参加の更なる呼びかけ③高齢者が必要とされていると実感できる機会を作ることの3つを提案する。

12. 課題

本研究では、アンケート回答数が約29件と少なく、男女比に偏りもあった。また、質問に関しては未回答のものも多く見られたため結果の精密性に欠けると言える。

回答者数を増やすだけでなく、選択肢の回答に関する理由についても回答者本人と話し合う中でさらに詳しい内容や問題を知りたいと思った。

13. 謝辞

本研究に関して、お忙しい中ヒアリング調査にご協力頂いた梶原町社会福祉協議会の山口あゆみ様、並びにアンケート調査にご協力頂いた久岡喜美様及び、松原地区にお住まいの方々、そして研究を進める中でアドバイスを下さった馬淵先生に深く感謝致します。

引用・参考文献

【1】健康長寿ネット
(<https://www.tyojyu.or.jp/net/kaigo-seido/kaigo-hoken/kaigodo.html>)

最終閲覧日：2021年3月9日

【2】厚生労働省 介護保険事業報告

(<https://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/osirase/jigyo/18/index.html>) 最終閲覧日：2021年3月9日

【3】雲の上の町 ゆすはら

(<http://www.town.yusuhara.kochi.jp/town/>)

最終閲覧日：2021年3月9日

【4】YURURI ゆすはら

(<http://www.town.yusuhara.kochi.jp/yururi-yusuhara/>)

最終閲覧日：2021年3月9日

【5】高知県介護保険事業状況報告(年報)

(<https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060201/2018091100125.html>) 最終閲覧日：2021年3月9日

【6】100年人生レシピ

(<https://special.nissay-mirai.jp/jinsei100y/hints/k86ws>)

最終閲覧日：2021年3月9日

【7】e-Stat 政府統計の総合窓口 平成27年国勢調査

(<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00200521&kikan=00200&tstat=000001080615&cycle=0&tclass1=000001094495&tclass2=0001094538&tclass3val=0>)

最終閲覧日：2021年3月9日

【8】田村良一 古屋繁 都甲康至『元気な高齢者の生活意識に関する基礎的研究-QOL向上を目的としたサービスデザインの創出に向けて』

【9】野村一貴『高齢者の社会参加に対する意識と参加促進要因の検討：「高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」の二次分析』

【10】吉田浩 陳 鳳明 林 承煥『国民の幸福度に関するアンケート（基本集計結果）』

【11】朝日大学 『特技を教える高齢者は幸福感が高い〜約2,600人のデータ分析から〜』