



HOKKAIDO UNIVERSITY

Title	高齢者の社会参加と孤独感の関係に関する多面的検討：性別と志向性を考慮した統合研究
Author(s)	松崎, 由莉
Degree Grantor	北海道大学
Degree Name	博士(保健科学)
Dissertation Number	甲第16824号
Issue Date	2026-03-25
DOI	https://doi.org/10.14943/doctoral.k16824
Doc URL	https://hdl.handle.net/2115/99669
Type	doctoral thesis
File Information	Yuri_Matsuzaki_abstract.pdf, 論文内容の要旨 https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/



学位論文内容の要旨

博士の専攻分野の名称：博士（保健科学）

氏名：松 寄 由 莉

学位論文題名

高齢者の社会参加と孤独感の関係に関する多面的検討：性別と志向性を考慮した統合研究

1. 緒言

孤独感（Loneliness）は多くの高齢者が経験する主観的な感情であり、身体機能の低下、活動量の減少、認知機能の低下、抑うつ、さらには死亡リスクの上昇など、心身の健康に対する多面的なリスク因子であることが数多くの研究で報告されている。そのため、孤独感の軽減は高齢者の健康維持における喫緊の課題である。

これまで孤独感の重要な予測因子として孤立が注目され、社会参加を促すプログラムが孤独感の軽減に有効であることが示されてきた。しかし、孤独感の主観的な感情であるのに対し、孤立は客観的な状態を指す概念であり、両者は関連するものの同一ではない。実際に孤立していなくても孤独感を抱く高齢者が存在することが報告されており、単に社会参加の「量」を増やすだけでは孤独感の軽減に十分でない可能性がある。

そこで本研究では、社会参加と孤独感の関係を多面的に検討するため、2つの研究を実施した。研究1では、社会参加の種別および性別差に焦点を当て、社会参加に対する性別の影響を明らかにすることで、孤独対策における男女差を検討した。研究1の結果は社会活動に参加しているにもかかわらず孤独感が高い高齢者が一定数存在することを浮き彫りにした。そこで研究2では、このような社会活動への参加と孤独感の乖離に着目し、独自志向性や、個人にとって価値のある一人で行う活動および他者で行う活動の遂行状況など、個人の志向性や主観的側面に着目し、社会参加と孤独感の関連を明らかにすることを目的とした。

2. 研究1：日本人高齢者における孤独感と社会参加—社会参加に対する性別の影響—

先行研究より、社会参加が孤独感を軽減し得ることは示されているが、孤独感の予防に寄与する具体的な社会参加の種別や形態、さらには性別による影響については十分に解明されていない。本研究の目的は、日本の高齢者において、性別ごとに社会参加の種別が孤独感に及ぼす相対的影響を明らかにすることである。

北海道のある地方都市に在住する65～79歳の高齢者381名（男性175名、女性206名）を対象に、性別に基づいて層別化したうえで、孤独感に対する基本的属性、心理的要因、社会参加の影響を階層的重回帰分析にて分析した。階層的回帰分析の結果、男性の孤独感には町内会活動、集団運動、および抑うつと有意に関連していた。これらの活動への参加を通して社会的役割や責任を維持することが、孤独感の軽減に寄与する可能性が示唆された。

一方で女性においては、孤独感に有意な影響を及ぼす特定の社会参加の種別は認められなかったが、相関分析では、女性の孤独感が男性よりも多様な社会参加の種別と関連していることが示された。以上より、女性においては特定の活動への参加よりも、多様な社会活動への参加機会の

確保が孤独感の軽減に重要であることが示唆された。したがって、孤独予防には性別に応じた介入，すなわち男女それぞれの社会的役割や参加形態，ニーズを考慮した個別化支援が必要であると考えられる。

3. 研究 2：社会活動レベルが高いにもかかわらず孤独感が高い高齢者の特徴

本研究の目的は、社会活動に参加しているにもかかわらず孤独感が高い高齢者の特徴を、独自志向性や個人にとって価値のある活動（一人で行う活動および他者で行う活動）の遂行状況に着目して明らかにすることである。65 歳以上の高齢者 1,106 人を対象に、孤独感、社会活動への参加、独自志向性、個人にとって価値のある活動の遂行状況、抑うつ傾向を評価した。孤独感と社会参加との関係に基づき、(1) 社会参加しているにもかかわらず孤独感が高い群、(2) 社会活動への参加量と孤独感が相関している群、(3) 社会参加していないにもかかわらず孤独感が低い群の 3 群（カットオフ ± 0.75 SD）に分類し、一元配置分散分析 (ANOVA) を実施した。さらに、社会活動への参加量と孤独感の不一致に影響を及ぼす要因を検討するため、構造方程式モデリング (SEM) を行なった。ANOVA の結果、社会活動への参加量が多いにもかかわらず孤独感が高い群は、一人の時間を好む傾向をもち、個人にとって価値のある活動の遂行状況（一人で行う活動・他者で行う活動の双方）が低いことが示された。また、抑うつ傾向も高かった。SEM の結果、一人を好む傾向が高いほど、価値のある他者との活動の遂行状況が低下し、それが一人で行う活動の遂行状況の低下を引き起こし、抑うつの増加を介して孤独感の増大につながるモデルが支持された。

これらの結果は、孤独対策においては、社会活動への「参加量」だけでなく、活動の質や個人の内面的価値観を考慮する必要性を示している。また、他者と過ごす時間だけでなく、一人で過ごす時間の質を高める介入の重要性も示唆された。

4. 考察および結論

本研究は、社会参加と孤独感の関係における性別差と、社会参加量と孤独感の不一致をもたらす個人要因を明らかにした。その結果、男性では社会的役割を伴う活動が、女性では多様な社会参加の機会が孤独感の軽減に寄与する可能性が示された。また、一人で過ごす時間を好む高齢者では、過度な社会参加がかえって個人にとって価値のある活動の遂行状況を低下させ、孤独感を高める可能性があることが示唆された。

今後の孤独対策では、社会活動への参加量の増加のみならず、性別の特性を踏まえた社会参加の種別や形態の検討や、個人の志向性や価値観を考慮した支援が求められる。