単身中高年者の社会的孤立予防に向けた世代間オンラインコミュニケーションの検討

代表研究者	村山　陽	東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加とヘルシーエイジング研究チーム　係長
共同研究者	山崎　幸子	文京学院大学　人間学部心理学科　教授
共同研究者	長谷部　雅美	聖学院大学　心理福祉学部心理福祉学科　准教授

1 問題と目的

急速な高齢化の進展を背景にして一人暮らし中高年者の社会的孤立が深刻な社会問題として取りざたされている(河合,2013)。中高年者の社会的孤立(家族やコミュニティとの接触が少ない状態)が心身の健康に及ぼす有害な影響は多くの研究で示されている(Courtin et al.,2017)。 こうした現状に際して、申請者らは社会的孤立の解消には様々な世代の友人・知人との互恵的なつながり(互助)が重要であることを明らかにしてきた(Murayama,Y. et al.,2015)。しかし、社会資源が乏しい単身中高年者は他者との関係が築きにくい上に心理的な障壁があることが予測される。さらに今日の新型コロナウイルス感染症の世界的な大流行を背景にして、社会的行動の制限に伴う単身中高年者による社会参加の機会の喪失はより深刻な問題になっている(Goethals et al.,2020)。そのため単身中高年者の社会的孤立予防の視点から、ICT 利活用を通した社会的ネットワークの構築を促す支援策を検討することが喫緊の課題である。

ICT を介したコミュニケーションは、対面接触でのコミュニケーションを補完する役割があることが指摘されている(総務省,2018)。インターネットを通したコミュニケーションは、対面での接触に比べて身体機能低下の影響を受けにくいため、友人や知人、職場の同僚といった非親族との社会関係の縮小を防ぐうえで有用であることが示されている(澤岡他,2014)。中高年者の ICT (情報通信技術)利用に関する先行研究では、インターネット利用と孤立との関連が検討されており、その中でも中高年者の孤立感を軽減するには、コミュニケーションツールとして ICT の活用が効果的であることが示されている(Chet et al.,2016; Nowland et al.,2018)。中高年単身者は家族と同居する高齢者に比べて友人や知人からのサポートを用いる傾向(Phillips et al.,2008; Stahl et al.,2017)が認められており、ICT の活用がより効果的であると考えられる。ただし、社会的孤立予防の観点から、単身中高年者のオンラインコミュニケーションについてほとんど検討されていない。

そこで本研究では、単身中高年者が ICT の利活用を通して様々な世代の友人や知人とのコミュニケーション(以下、世代間オンラインコミュニケーション)関係を成立させるプロセスとパターンを把握し、それが孤立や心身の健康に及ぼす影響とその要因を明らかにする。

2 研究方法と結果

上記の研究設問を検証するため、単身中高年者を対象にした面接調査(研究 1)および単身中高年者を対象にした質問紙調査(研究 2)を行った。以下に、2 つの研究の結果および考察をまとめる。

2-1 研究 1.

（１）目的

社会とのつながりが乏しい単身中高年者において SNS を通した他者との関係構築による孤立予防が期待される一方,どのようなつながりが形成されているのか検討されていない。そこで SNS を利用した他者とのつながり方のパターンの特性を明らかにすることを目的にした。

（２）方法

2021 年 12 月から 2022 年 1 月にかけて単身中高年者を対象にオンライン半構造化面接調査を実施した。調査会社(クロスマーケティング社)に登録している 50～79 歳の調査モニター13,846 名の中から、性別 2 区分(男/女)×年代 3 分(50 代/60 代/70 代)× SNS 利用 2 区分（知人・友人とのやりとりが週 1 回以上/週 1 回未満）の 12 区分において合計で 45 名を抽出した。

リサーチクエスチョンとして、①日ごろから親しくしている人とのSNSによるやりとりについて、その人の属性、やりとりの内容、きっかけや経緯、②SNS を利用することについての考え方、についてそれぞれ尋ねた。1回のインタビュー時間は50分程であり、研究協力に同意を得られた上でICレコーダーにより録音し、それを逐語記録として書き起こしたものをデータとして使用した。

分析手法について、ライフコースを通じたSNSによるつながりのパターンの分析には時間経過に伴う行動や思考の変容を環境要因とともに可視化して捉えることを特徴とする複線径路等至性モデル(TEM)を用いた。TEM は個々人の多様な径路が収束する等至点 (EFP)までの行動や思考の時間的変化を図示(TEM 図)して捉える質的分析法である(Sato, T et al.,2014)。複線径路からEFPに至るまでには、社会的な文脈のために多くの人が経験するObligatory Passage Point (OPP)と径路選択の分かれ道となる分岐点 (BFP)があり、その背後にはEFPへ至るように働く力である社会的ガイド(SG)と等至点から遠ざけるように働く力である社会的方向づけ(SD)が影響する。さらに、選択しなかった仮想的な径路としてPolarized EFP(PEFP)が組入れられる。

本研究では始点をSNSの利用開始とし、EFPを【関係性の維持】、PEFPを【関係性が断たれる】とした。ただし協力者のSNS利用のきっかけや社会的背景も様々であるため、総和したTEM図では複雑になりすぎて個々人の径路が読み取りにくくなることが考えられる。そこで、本研究では関係性の維持に至るまでの分岐点と必須通過点に焦点をあてて類型化した上で、各パターンのTEM図を作成してその特徴を見出すことにした。

実際の分析手順として、先ず個々人のインタビューデータの意味を解釈しながら内容ごとに切片化し、それぞれの内容を簡潔に示す見出しを与えた。次いで、始点からEFPまでの出来事や思いを時系列に並べて1人1枚のTEM図を作成した。

“SNSを利用することについての考え方”の分析には、KJ法(川喜田,1970)を参考に記述内容が似ているもの同士をグループ化し、その後でカテゴリー名をつけていくボトムアップによる分類を行い、最終的にカテゴリー名および定義とともに分析ワークシートを作成した。分析内容の妥当性を高めるために作成されたTEM図は研究所スタッフ2名によりデータを読み返しながら確認作業が行われた。

（３）結果

現実世界での関係から SNS 上の関係維持に至る過程には 1 つのパターン (①Offline to Online パターン:n=20、②Online to Offline パターン:n=13)が抽出された。以下に各パターンについて記す。また、図1と図2にTEM図結果の一部を示す。

Offline to Online パターン　現実世界での関係からSNS上の関係が構築されて維持されるパターンである。SNSのタイプとしてLINE利用(n=34)が最も多く、次いでFacebook (n=9)、Twitter (n=4)、mixi (n=2)の順で多かった。Offline to Onlineパターンは、さらに3つのタイプ (a.つながりの再構築：n=5,b.つながりの維持：n=20,c.連絡手段：n=17)に分類された。

a.つながりの再構築は、青年・成人期に親しかった友人・知人との断絶したつながりがSNS利用により再び構築されてつながるタイプである。例えば、周囲の進めでFacebookを始めたところ、かつての米国人の同僚のFacebookを偶然見つけ、メッセージを送ったことから再び交流が始まった事例や、LINEを登録したところ「知り合いかも」リストに高校の同級生がいるのを見つけ、そこから度々会って交流をしている事例が見受けられた。

b.つながりの維持は、中高年期に親しかった職場の同僚や友人・知人とのつながりが希薄になったつながりがSNS利用により途切れることなく維持されるタイプである。例えば、退職後も元同僚とLINEでのやりとりは続けており、旅行の話や会社の話をするなど交流が続いている事例が見られた。

c.連絡手段は、現在も続いている親しい知人・友人との関りの中で、日程調整等を連絡する手段として利用しているタイプである。例えば、趣味で行っている畑作の仲間とLINEを交換し、畑に行く時間の調整や様々な情報交換を行っている事例が認められた。

Online to Offline パターン　SNS上での関係から現実世界の関係が構築されて維持されるパターンである。SNSのタイプとしてFacebook(n=7)が最も多く、次いでLINE (n=3)、ブログ (n=2)、mixi (n=2)、ゲームチャット(n=2)の順で多かった。Online to Offlineパターンは、さらに3つのタイプ (d.共通の関心事から発展：n=10、e. 相談支援から発展：n=1,f. オンラインゲームから発展：n=2)に分類された。

d. 共通の関心事から発展は、オンライン上で同じ関心事を持つ他者との接触から信頼関係を構築し、そこからオンラインとオフラインを相互に行き来した交流に発展するタイプである。例えば、ある劇団のファンサイトからmixiで同じ劇団の仲間とつながり、そこから一緒に観劇をしたり集まって飲み会をする等して関

係を発展させている事例や、Facebook に投稿した馴染みのお店に「いいね！」をしてくれた人を、自身の音楽活動のコンサートに誘い、そこから Facebook を閉鎖した今でも時折あって食事に行くなど交流が続いている事例が見られた。

e. 相談支援から発展は、オンライン上で相談支援を行うなかで他者との信頼関係を構築し、そこからオンラインとオフラインを相互に行き来した交流に発展するタイプである。例えば、フィリピンで日本語教師の手伝いをしていた経験があり、帰国後にフィリピンの留学生から Facebook 上で相談を受け、その後に実際に会って交流をしている事例が認められた。

c. オンラインゲームから発展は、オンラインゲームの中でのチャット等を通して他者との信頼関係を構築し、そこからオンラインとオフラインを相互に行き来した交流に発展するタイプである。例えば、オンラインゲームの中で自分を助けてくれた人にチャットでお礼を言ったことからゲーム内で様々なメッセージを送るようになり、今では 3 ヶ月に 1 回程会って話をしたり LINE を通したメッセージ送り合ったりする関係に展開している事例が見られた。その他に、オンラインゲームの中で攻略をするために相手に連絡を取ったことがきっかけに親しくなり、お互いの連絡先を聞いた上でお土産を送ったり実際に会って話したりするなどの交流が続いている事例が見受けられた。

つながり方のパターンと SNS 利用意識　SNS 利用意識は 7 つ(交友関係の選択化、オンライン上での信頼構築、オンラインコミュニケーションへの違和感、見知らぬ人への抵抗感、個人情報流出の懸念、オン・オフの差別化、関係の煩わしさ)に分類された。SNS 利用による他者とのつながり方と SNS 意識との関連を検討するために、つながり方のパターンと SNS 利用意識とのクロス表を作成した(表 1)。その結果、 Online to Offline パターンでは，〝交友関係の選択化“〝オンライン上での信頼構築″等の SNS 上で少数かつ深いつながりを求める傾向が見られた。Offline to Online パターンは、 “オンラインコミュニケーションの違和感″、〝見知らぬ相手への抵抗感等の SNS への不安や違和感が特徴的に示された。″コミュニケーションの違和感″、〝見知らぬ相手への抵抗感″、〝個人情報流出の不安″等の SNS への不安や違和感が特徴的に示された。

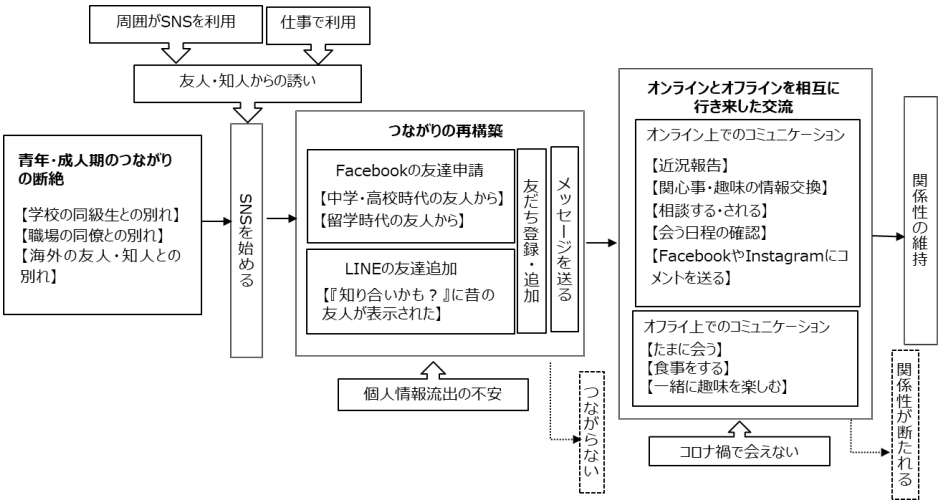


図 1. a. つながりの再構築の TEM 図

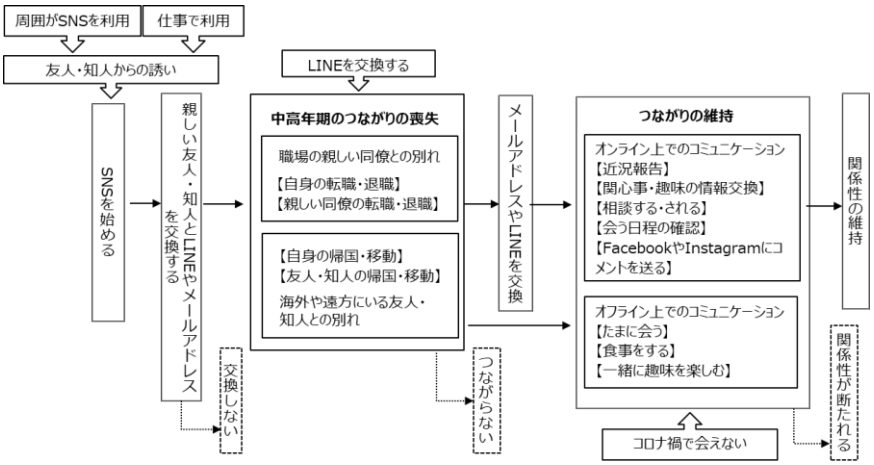


図 2. b.つながりの維持の TEM 図

表 1. つながり方のパターンと SNS 利用意識

	Online to Offline (n=13)			Offline to Online (n=30)		
つながり方パターン / SNS利用意識	共通の関心事からの発展 (n=10)	オンラインゲームからの発展 (n=2)	相談支援からの発展 (n=1)	連絡手段 (n=17)	つながりの維持 (n=20)	つながりの再構築 (n=5)
交友関係の選択化	5			4	6	1
オンライン上での信頼構築	5	2	1	1		1
オンラインコミュニケーションへの違和感				3	6	3
見知らぬ人への抵抗感	1			5	5	
個人情報流出の懸念	1			2	2	
オン・オフの差別化	2			1	1	
関係の煩わしさ					1	

注）値は発言数

2-2 研究 2.

（１）目的

研究 1 の結果に基づき単身中高年者におけるオンラインを通した多世代とのコミュニケーション(以下、多世代オンラインコミュニケーション)には、コミュニケーション志向性による違いが影響するのではないかと想定し、オンライン・対面コミュニケーション志向性尺度(以下、オンライン・対面志向性尺度)を作成する。その上で、「孤立状態」であっても、「多世代オンラインコミュニケーション」により「心の健康」が維持される仮説モデル(図 3)を想定し、この検証を目的とした。

（２）方法

2023 年 3 月に調査会社(株式会社クロス・マーケティング)に登録している 40 代から 70 代の単身者 1,900 人(男性 1,240 人, 女性 660 人) を対象者とし、オンライン・アンケート調査を実施した。対象者をリクルートする条件について、首都圏の 1 都 3 県(東京都, 埼玉県, 神奈川県, 千葉県)在住者とした。予定のサンプル数(1,900 サンプル)の回答を得た段階で調査を終了した。

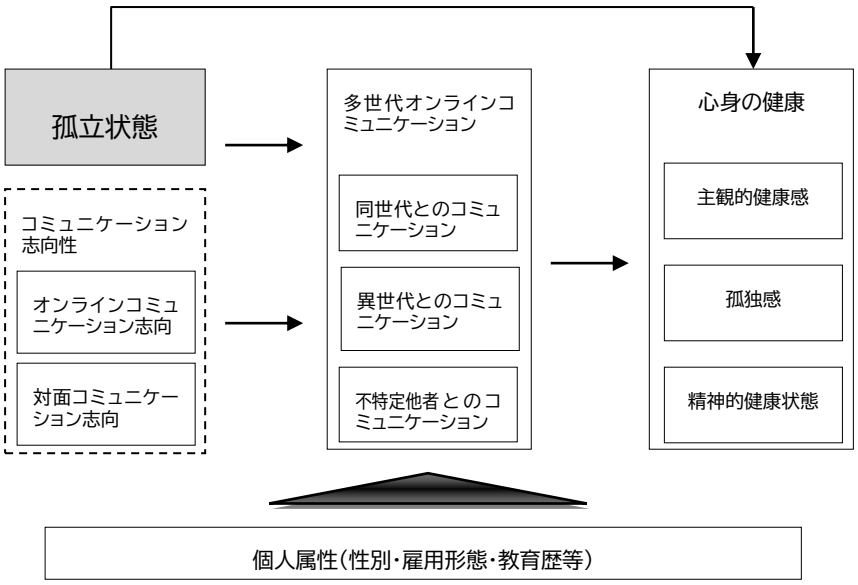


図 3. 仮説モデル

（２）－１． 調査項目

1) 基本属性

性別、年齢、雇用形態、教育歴、婚姻歴、子どもの有無について尋ねた。

2) 社会的孤立状態

a.別居の家族・親戚、b.職場・仕事関係の方、c.友人・近所の人、についてそれぞれ日頃から頼りにし親しくしている人数を 4 件法で尋ねた。本研究では、a～c の合計が 0 人の場合を孤立群、それ以外を非孤立群とした(孤立群=1, 非孤立群=0)。

3) 心身の健康

孤独感の測定には､孤独感尺度短縮版 3 項目 3 件法(Igarashi,2019)を用いた｡本尺度は Hughes et al(2004)の孤独感尺度短縮版の邦訳版であり、その妥当性についても検証されている。精神的健康状態の測定には日本語版 WHO-5 精神的健康状態表簡易版(以下, WHO-5 とする)を使用した(Awata et al, 2007; 岩佐他, 2007)。WHO-5(Psychiatric Research Unit, 2016)は、世界保健機関により開発された地域高齢者の精神的健康の評価を目的とした尺度である。身体的健康状態の測定には主観的健康感 1 項目を使用し、「健康ではない」(1 点)から「とても健康」(4 点)までの 4 件法で回答を求めた。

4) 対面・オンラインのコミュニケーション志向性

50-70 代単身者 46 人を対象に実施した面接調査(研究 1)で示された「対面とオンライン上でのコミュニケーションについての考え」の記述をもとに 20 項目を作成した(ex. オンライン上の人間関係よりも現実での人間関係を重視したい, 現実よりもオンライン上の人間関係の方が気をつかわなくすむ)。

5) 多世代とのオンラインコミュニケーション

3 つの年代 (a.同世代の人、b.年下の人(自分より 6 歳以上は年下の人)、c.年上の人 (自分より 6 歳以上年上の人)、d.年齢不明(オンライン上のため)および 3 つの間柄 (e.別居の家族・親戚、f.友人・近所の方、職場・仕事関係の方、g.会ったことはないが、オンライン上でやりとりをしている方について、それぞれオンライン上でメッセージやコメントなど文字を使ったやりとりがある頻度を 7.ほぼ毎日から 0.まったくない、までの 8 件法で尋ねた。

本研究では、a.同世代の e.別居の家族・親戚 (両親・子ども・孫を含む) と f.友人・近所の方、職場・仕事関係とのコミュニケーション頻度の合計を項目数で除した値を「特定同世代オンラインコミュニケーション得点」、異世代(b 年下・c.年上)の e.別居の家族・親戚 (両親・子ども・孫を含む) と f.友人・近所の方、職場・仕事関係とのコミュニケーション頻度の合計を項目数で除した値を「特定異世代オンラインコミュニケーション得点」、f.会ったことはないが、オンライン上でやりとりをしている他者(a.同世代・b 年下・c.

年上・d.年齢不明)とのコミュニケーション頻度の合計を項目数で除した値を「不特定他者とのオンラインコミュニケーション得点」、としてそれぞれ使用した。

（２）－２．分析方法

対象者の基本属性を確認した上で、対面・オンラインのコミュニケーション志向性尺度の因子構造を明らかにするため探索的因子分析(最尤法・プロマックス回転)を行った。因子分析の結果をもとに、Cronbach のα係数を算出し、内的整合性を検証した。次に相関分析を行い各変数間の関連について確認した後で、孤立状況とコミュニケーション志向性が単身者の心身の健康(孤独感、WHO5、主観的健康)に与える影響、およびそれを媒介するオンラインコミュニケーションとの関連を明らかにするために、2つの年代(40-50代,60-70代)に分けた多母集団同時分析を行った。

（３）結果

調査対象者の特性とその記述統計量　対象者の属性は表2に示す。調査対象者の内、孤立群が2割程、非孤立群が8割程であった。χ^2検定により孤立群と非孤立群別に性別と年代の割合の差を検討した。性別では、女性(12.0%)よりも男性(27.2%)の方が孤立群の割合が高かった(χ^2値=58.25, p<.01)。年代では、60-70代(17.6%)よりも40-50代(26.3%)の方が孤立群の割合が高かった(χ^2値=21.21, p<.01)。多世代とのオンラインのコミュニケーションの平均得点をみると、特定同世代オンラインコミュニケーションが 1.60(標準偏差:1.75)と最も高く、次いで特定異世代オンラインコミュニケーションが 1.04(標準偏差:1.40)、不特定他者とのオンラインコミュニケーションが0.56(標準偏差:1.28)であった。

表2. 対象者の属性

性別	男性	1240 (65.3)
	女性	660 (34.7)
年齢		58.32 ± 7.86
教育歴	中卒	46 (2.4)
		537 (28.3)
		382 (20.1)
		935 (49.2)
雇用形態 (非正規雇用)		910 (49.2)
婚姻歴 (未婚者)		1005 (52.9)
子どもの有無 (有)		462 (24.3)
孤立状況 (孤立群)		416 (21.9)

対面・オンラインのコミュニケーション志向性

対面・オンラインのコミュニケーション志向性20項目について因子分析(最尤法・プロマックス回転)を行った結果、「オンラインコミュニケーション志向(以下、オンライン志向)」と「対面コミュニケーション志向(以下、対面志向)」の2因子が抽出された(表3)。4群(40-50代孤立群・60-70代孤立群より40-50代非孤立群・60-70代非孤立群)ごとにα係数を算出したところ、対面志向でα=.90～.95、オンライン志向でα=.88～.95となりいずれの群でも高い内的一貫性が示された。そこで、対面志向因子の全10項目の合計を項目数で除した値を「対面志向得点」、オンライン志向因子の全8項目の合計を項目数で除した値を「オンライン志向得点」としてそれぞれ使用した。

表 3. コミュニケーション志向性尺度の因子分析結果（主因子法・プロマックス回転）

Factor and itme	Factor loading	α
Factor 1:オンラインコミュニケーション志向		.92
14.オンライン上でのコミュニケーションは、現実感がない	.82	
17.オンライン上の人間関係は、表面的なものだ	.80	
13.相手の表情が見えないオンライン上のコミュニケーションに不安を感じる	.80	
20.オンライン上では相手が何を思っているのか分かりにくい	.80	
3.オンライン上で知り合った人には、本音を話すことができない	.77	
7.現実の人間関係とオンライン上の人間関係は、全く別のものだ	.75	
9.オンライン上でのコミュニケーションでは、相手の雰囲気や空気感を共有できない	.74	
2.オンライン上の人間関係よりも現実での人間関係を重視したい	.72	
4.オンライン上の人間関係は現実の人間関係よりも煩わしい	.70	
6.知人や友人であっても、重要なことはＳＮＳやメールよりも直接会って話したい	.67	
1.オンライン上で知り合った人と、対面で会うことには抵抗がある	.66	
Factor 2:対面コミュニケーション志向		.90
10.知人や友人には話せないことでも、オンライン上で知り合った人には話せることがある	.85	
8.オンライン上では、様々な属性の人たちに出会えて楽しい	.79	
15.現実よりもオンライン上の人間関係の方が気をつかわなくすむ	.73	
19.友人や知人の紹介や仲介があれば、オンライン上で知り会った人でも信用できる	.71	
5.オンライン上では、ありのままの自分でいることができる	.66	
18.オンライン上では、現実の自分とは違う自分をみせることができる	.63	

注) 因子分析除外項目：11.オンライン上で知り合った人であっても、信頼関係を築くことはできる, 12.オンライン上であれば、いつでもどこからでもコミュニケーションができて便利だ,16.現実の友人・知人には、オンライン上での自分を見せたくない

仮説モデルの検証

表 4 に示す変数間の相関分析の結果をもとに、仮説モデル(図 3)に従い各従属変数群を設定した仮説モデルの検証を行った。

孤独感を従属変数として想定した 40-50 代・60-70 代の 2 群による多母集団同時分析を行った。要因間にパスを設定し有意ではないパスは消去して分析し、最終的に全てのパスが有意になるまで検証を繰り返し行った。採用したモデルの適合度は、χ^2=32.174、 p=.458、 GFI=.997、 AGFI=.987、 NFI=.990、 RMSEA=.002 となり、モデルの妥当性が示されたと判断した。分析の結果(図 4)をみると、いずれの年代群ともに孤立状況は、オンラインコミュニケーション(特定同世代)、オンラインコミュニケーション(特定異世代)、オンラインコミュニケーション(不特定他者)に対して有意な負のパスが見られた。また、オンライン志向からオンラインコミュニケーション(特定同世代)、オンラインコミュニケーション(特定同世代)、オンラインコミュニケーション(不特定他者)に対して有意な正のパス、対面志向からオンラインコミュニケーション(不特定他者)への有意な負のパスがそれぞれ見られた。次に、いずれの年代群ともに対面志向から孤独感への有意な正のパス、オンラインコミュニケーション(不特定他者)から孤独感への有意な正のパスが見受けられた。また、60-70 代において孤立状態から孤独感への有意な正のパス、オンラインコミュニケーション(特定異世代)とオンラインコミュニケーション(特定同世代)から孤独感への有意な負のパスがそれぞれ認められた。

次に WHO-5 を従属変数として想定した 40-50 代・60-70 代の 2 群による多母集団同時分析を行った。要因間にパスを設定し有意ではないパスは消去して分析し、最終的に全てのパスが有意になるまで検証を繰り返し行った。採用したモデルの適合度は、χ^2=35.491、p=.398、GFI=.997、AGFI=.987、NFI=.989、RMSEA=.005 となり、モデルの妥当性が示されたと判断した。分析の結果(図 5)をみると、40-50 代においてオンラインコミュニケーション(特定異世代)およびオンライン志向から WHO5 への有意な正のパスがそれぞれ認められた。60-70 代では、オンラインコミュニケーション(特定同世代)から WHO5 への有意な正のパスが認められた。

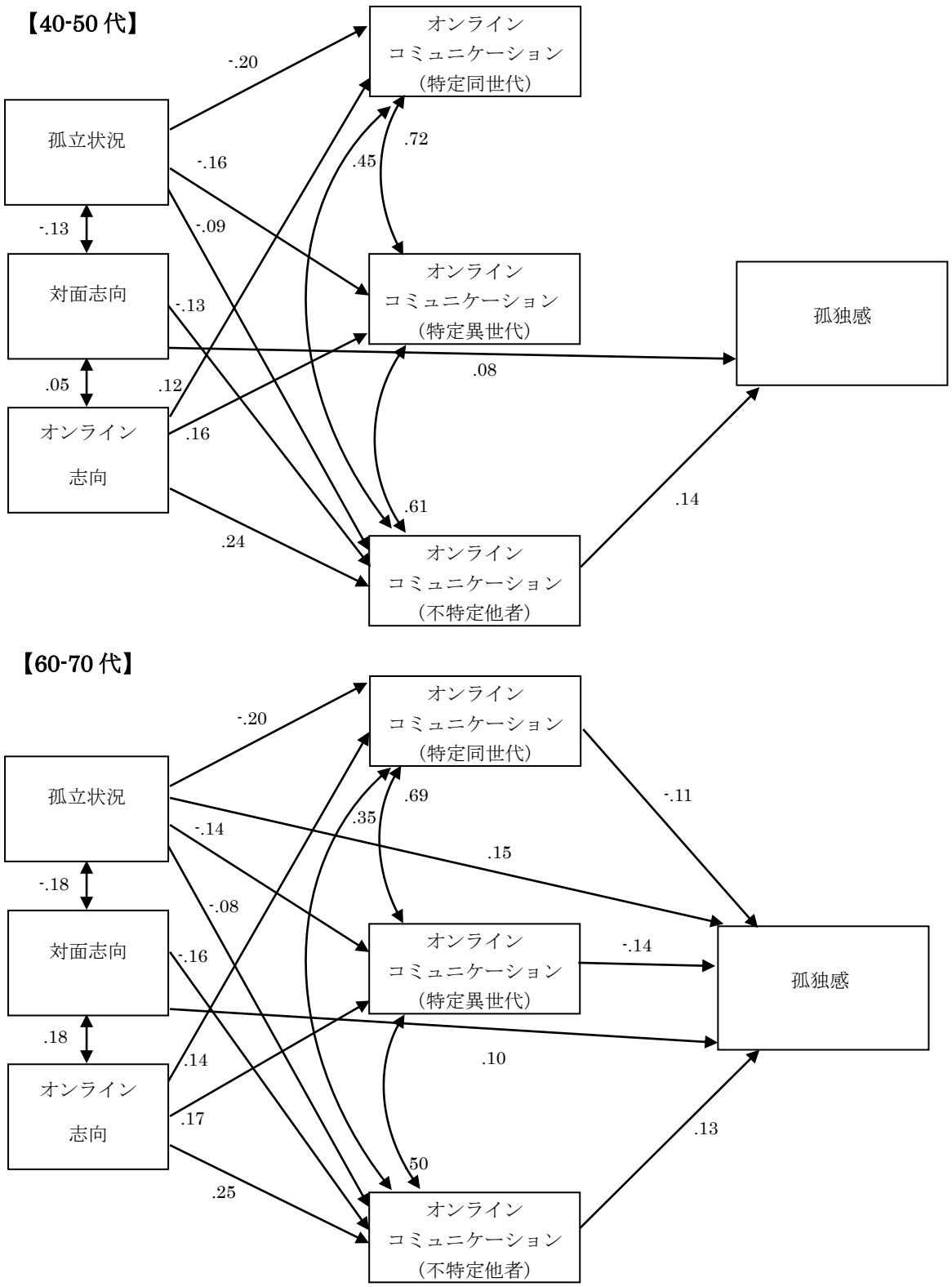
最後に主観的健康感を従属変数として想定した 40-50 代・60-70 代の 2 群による多母集団同時分析を行っ

た。要因間にパスを設定し有意ではないパスは消去して分析し、最終的に全てのパスが有意になるまで検証を繰り返し行った。採用したモデルの適合度は、χ^2=46.682、 p=.072、 GFI=.996、 AGFI=.983、 NFI=.985、RMSEA=.014 となり、モデルの妥当性が示されたと判断した。分析の結果(図 6)をみると、60-70 代において孤立状況から主観的健康感への有意な負のパスがそれぞれ認められた。さらに、年代の違いに関わらず、オンラインコミュニケーション(特定同世代)から主観的健康感への有意な正のパスが認められた。

表 4.　変数間の相関係数

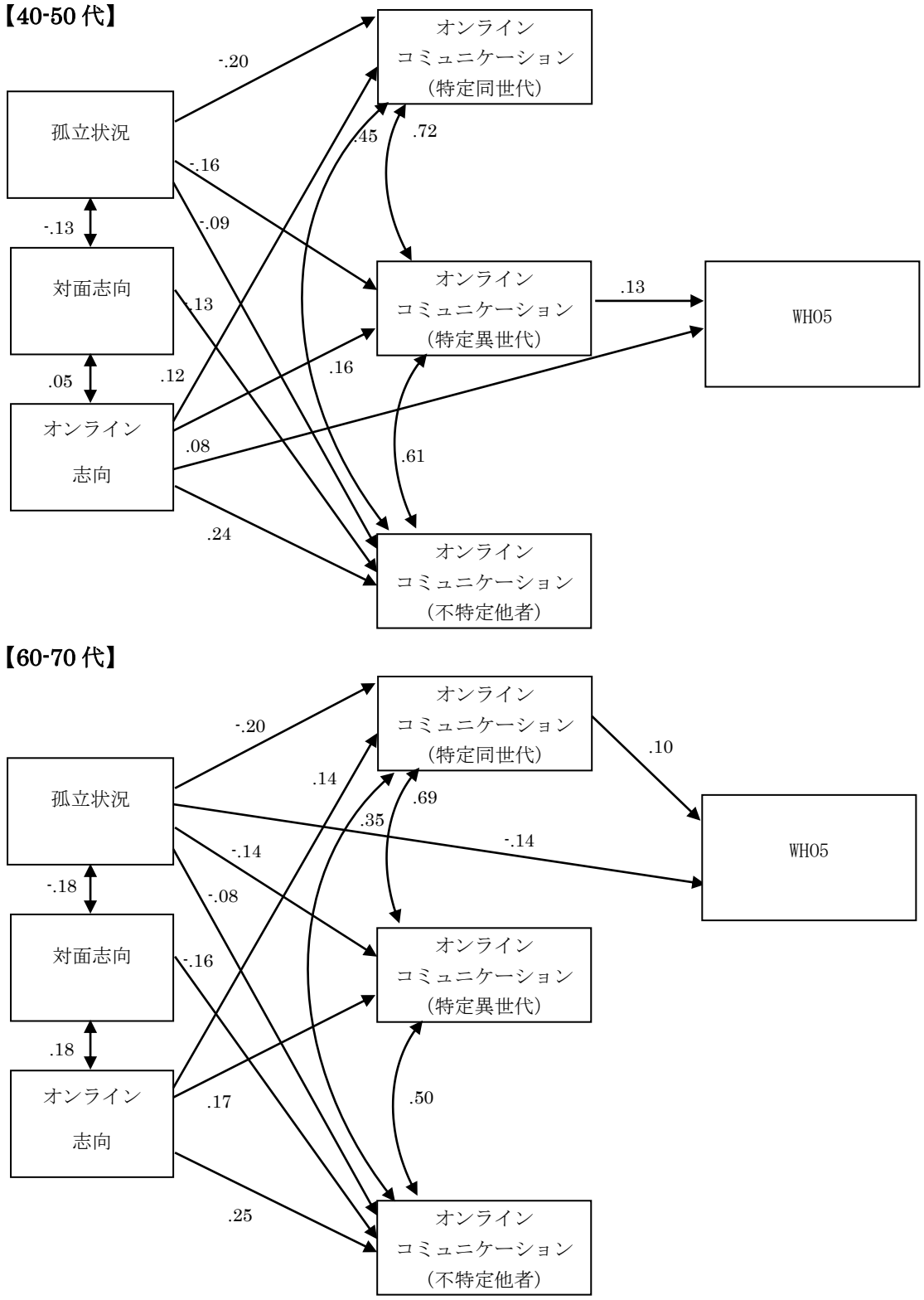
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	孤立状況 (1=孤立/0=非孤立)	-	-.238**	-.191**	-.073*	-.144**	.014	-.037	.052	-.071*
2	オンラインコミュニケーション:特定同世代	-.267**	-	.746**	.449**	.061	.106**	.116**	-.125**	.199**
3	オンラインコミュニケーション:特定異世代	-.208**	.726**	-	.615**	.000	.150**	.108**	-.108**	.211**
4	オンラインコミュニケーション:不特定他者	-.078*	.369**	.522**	-	-.127**	.237**	-.008	.018	.096**
5	対面志向	-.203**	.081*	.029	-.118**	-	.047	.026	.060	.014
6	オンライン志向	-.083**	.160**	.182**	.228**	.182**	-	.058	.027	.104**
7	主観的健康感	-.158**	.158**	.136**	.006	.058	.072*	-	-.312**	.532**
8	孤独感	.178**	-.201**	-.185**	-.005	.040	.037	-.287**	-	-.390**
9	WHO-5	-.183**	.186**	.165**	.078*	.077*	.093**	.488**	-.422**	-

注）右上半分が 40-50 代、左下半分が 60-70 代
p<.05 **p<.01



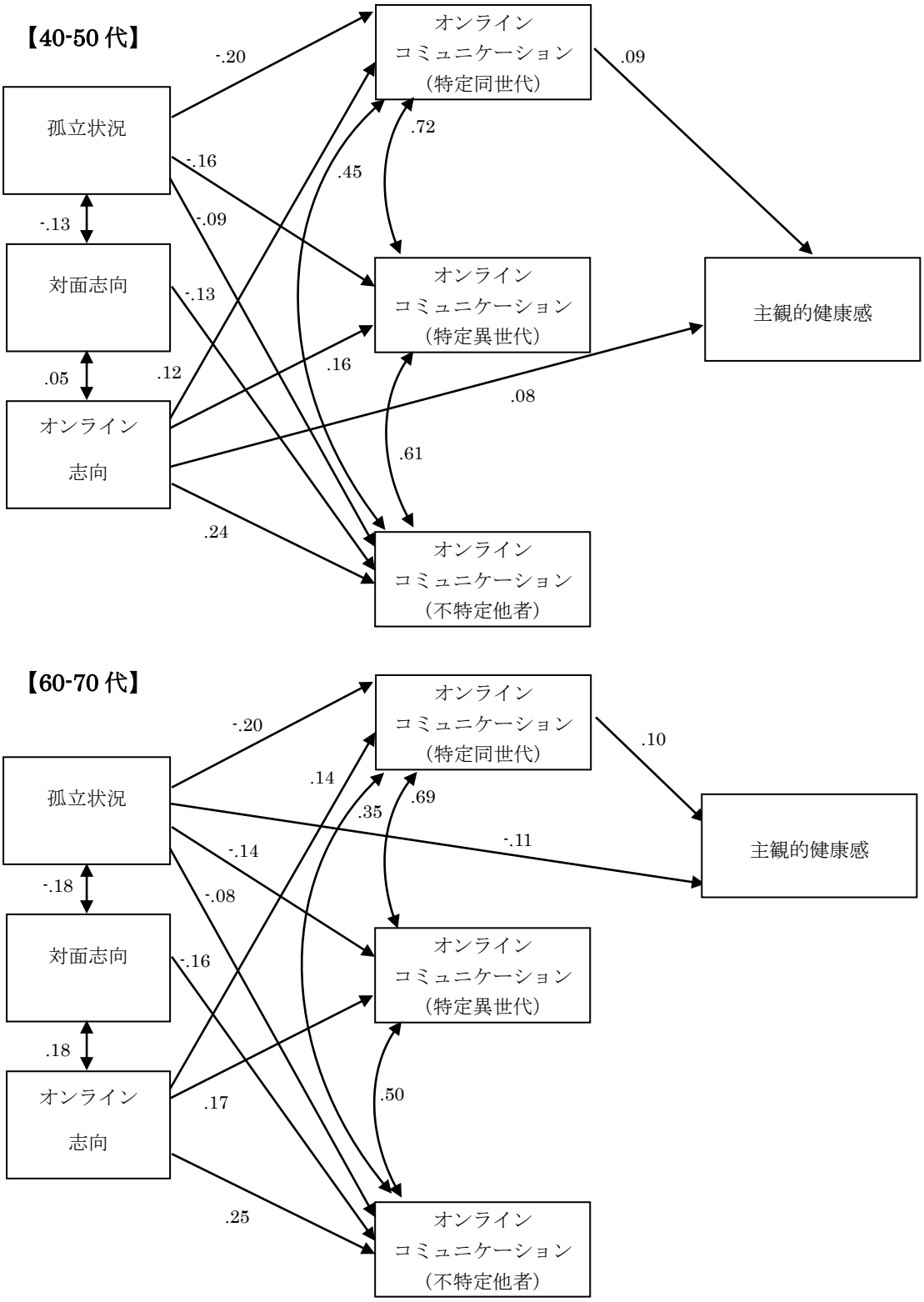
注）値は全て標準化推定値
注）属性（性別・教育歴・未婚経験・雇用形態）、誤差項、共分散は省略し 5%水準で有意なパスのみ表示

図 4.　孤独感を従属変数とした因果モデル



注）値は全て標準化推定値
注）属性（性別・教育歴・未婚経験・雇用形態）、誤差項、共分散は省略し 5%水準で有意なパスのみ表示

図 5.　WHO5 を従属変数とした因果モデル



注）値は全て標準化推定値
注）属性（性別・教育歴・未婚経験・雇用形態）、誤差項、共分散は省略し 5%水準で有意なパスのみ表示

図 6.　主観的健康感を従属変数とした因果モデル

4 まとめ

本研究では、単身中高年者が ICT(情報通信技術)の利活用を通して様々な世代の友人や知人とのコミュニケーション関係を成立させるプロセスとパターンを把握し、それが孤立や心身の健康に及ぼす影響とその要因を明らかにすることを目的とした。インタビュー調査(研究 1)の結果、現実世界での関係から SNS 上の関係が構築されて維持される Offline to Online パターンと SNS 上での関係から現実世界の関係が構築されて維持される Online to Offline パターンがそれぞれ抽出された。そして、Online to Offline パターンでは Facebook 利用が多く，〝交友関係の選択化“〝オンライン上での信頼構築″等の SNS 上で少数かつ深いつながりを求める傾向が見られた。Offline to Online パターンは LINE 利用が多く、〝オンラインコミュニケーションの違和感″、〝見知らぬ相手への抵抗感″、〝個人情報流出の不安″等の SNS への不安や違和感が特徴的に示された。

質問紙調査(研究 2)の結果からは、オンライン上の人間関係を好む志向性(オンライン志向)がオンラインコミュニケーションの促進要因となる一方、現実の人間関係を好む志向性(対面志向)は不特定他者とのオンラインコミュニケーションの阻害要因になることが示された。さらに、オンラインを通した多世代とのオンラインコミュニケーションが、心身の健康に及ぼす影響が認められた。具体的に、60-70 代では社会的孤立状況であっても、オンラインを通した同世代とのオンラインコミュニケーションにより孤独感や精神的健康の維持向上に寄与することが示唆された。40-50 代では面識がある異世代とのオンラインコミュニケーションがメンタルヘルスの維持向上に寄与することが認められた。また、年代の違いに関わらず、面識がある同世代とのオンラインコミュニケーションが主観的健康の維持向上に寄与していた。他方で、年代の違いにかかわらず不特定他者とのオンラインコミュニケーションは孤独感を高めてしまうことも示唆された。村山ほか(2014)では、中高年者が感じる世代差意識の背景には、共通の話題がないため会話が成立しない不安や価値観の相違があることが示されている。言い換えれば、同世代または近い世代の友人や知人では共通の関心事や話題が多いためオンラインコミュニケーションも発展しやすいと考えられる。

以上の結果から、オンラインコミュニケーションは単身中高年者における社会的孤立による心身の健康への悪影響を軽減する上で有用な手段である一方、オンラインコミュニケーションの成立には SNS への不安や違和感を解消するとともに SNS 上で他者との信頼を構築することに対する志向性を高めることが必要不可欠であることが示された。今後の展開として、本研究で示されたモデルに基づき、孤立・孤独予防策の一環として SNS を通した多世代とのオンラインコミュニケーションについて学ぶプログラムや講座を開催したり、ガイドラインやリーフレットを作成し、それを地域社会で実装することにより単身中高年者の社会的孤立の予防や社会的ネットワークの構築に寄与することが期待される。

【参考文献】

Awata, S., Bech, P., Koizumi, Y., Seki, T., Kuriyama, S., Hozawa, A., …Tsuji, I. (2007). Validity and utility of the Japanese version of the WHO-Five Well-Being Index in the context of detecting suicidal ideation in elderly community residents. *International Psychogeriatrics*, 19, 77-88.

Chen, Y. R., & Schulz, P. J. (2016). The Effect of Information Communication Technology Interventions on Reducing Social Isolation in the Elderly: A Systematic Review. *Journal of medical Internet research*, 18(1), e18. https://doi.org/10.2196/jmir.4596

Courtin, E., & Knapp, M. (2017). Social isolation, loneliness and health in old age: a scoping review. *Health & social care in the community,* 25(3), 799–812. https://doi.org/10.1111/hsc.12311

Goethals, L., Barth, N., Guyot, J., Hupin, D., Celarier, T., & Bongue, B. (2020). Impact of Home Quarantine on Physical Activity Among Older Adults Living at Home During the COVID-19 Pandemic: Qualitative Interview Study. *JMIR aging*, *3*(1), e19007. https://doi.org/10.2196/19007

Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2004). A Short Scale for Measuring Loneliness in Large Surveys: Results From Two Population-Based Studies. *Research on aging, 26(6), 655- 672.*

Igarashi, T. (2019). Development of the Japanese version of the Three-Item Loneliness Scale. *BMC Psychology*, 7:20.
河合克義、菅野道生、板倉香子(2013)社会的孤立問題への挑戦;分析の視座と福祉実践、法律文化社.
川喜田二郎. (1970). 続・発想法. 東京：中公新書.
村山陽、高橋知也、村山幸子、二宮知廉、竹内瑠美、野中久美子、藤原佳典(2014)、高齢者が若者に抱く世代差意識とその対処方略についての探索的研究、日本世代間交流学会、4(1):95-101
Murayama, Y., Ohba, H., Yasunaga, M., Nonaka, K., Takeuchi, R., Nishi, M., Sakuma, N., Uchida, H., Shinkai, S., & Fujiwara, Y. (2015). The effect of intergenerational programs on the mental health of elderly adults. *Aging & mental health,* 19(4), 306–314. https://doi.org/10.1080/13607863.2014.933309
Nowland, R., Necka, E. A., & Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and Social Internet Use: Pathways to Reconnection in a Digital World?. Perspectives on psychological science : a journal of the Association for Psychological Science, 13(1), 70–87. https://doi.org/10.1177/1745691617713052.
Psychiatric Research Unit, WHO Collaborating Center in Mental Health . WHO(Five) Well-Being Index (1998version) Retrieved from https://www.psykiatri-regionh.dk/who-5/Documents/WHO-5%20questionaire%20-%20English.pdf (2023 年 6 月 15 日)
Phillips, D. R., Siu, O. L., Yeh, A. G., & Cheng, K. H. (2008). Informal social support and older persons' psychological well-being in Hong Kong. *Journal of cross-cultural gerontology*,23(1),39–55. https://doi.org/10.1007/s10823-007-9056-0
Sato, T., Yasuda, Y., Kanzaki, M., & Valsiner, J. (2014) From Describing to Reconstructing Life Trajectories: How the TEA (Trajectory Equifinality Approach) explicates context-dependent human phenomena. Wagoner B., Chaudhary, N. & Hviid, P.（Eds.）. Culture Psychology and its Future: Complementarity in a new key（p. 93-104）. Information Age Publishing.
澤岡詩野,袖井孝子,森やす子,荒井浩道(2014)高齢者の非親族との電子メールを介した交流の特性,社会情報学,2(3),15-26.
総務省(2018)情報通信白書(平成 30 年版).
Stahl ST, Beach SR, Musa D, Schulz R. Living alone and depression: the modifying role of the perceived neighborhood environment. *Aging Ment Health*. 2017 Oct;21(10):1065-1071. doi: 10.1080/13607863.2016.1191060. Epub 2016 Jun 7. PMID: 27267633; PMCID: PMC5161727.

（注書き）

〈発　表　資　料〉

題　　名	掲載誌・学会名等	発表年月
単身中高年者におけるSNSを利用した他者とのつながり方:つながり方のパターンとSNS利用意識との関連	日本老年社会科学会　第65回大会	2023年6月17日
孤立状態にある単身中高年者におけるコミュニケーションの志向性の違いによるSNS利用と孤独感との関連	日本応用心理学会 第89回大会	2023年8月26日-27日