

Title	デジタル社会にける高齢者の社会参加と社会的孤立の関連性について —高齢者間の「お金中心」から「心豊か中心」の社会構築に向けて—
Author(s)	于, 宛荻
Citation	
Issue Date	2023-09
Type	Thesis or Dissertation
Text version	author
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10119/18721">http://hdl.handle.net/10119/18721</a>
Rights	
Description	Supervisor: 林 幸雄, 先端科学技術研究科, 修士(知識科学)

修士論文

デジタル社会における高齢者の社会参加と社会的孤立の関連性について  
—高齢者間の「お金中心」から「心豊か中心」の社会構築に向けて—

YU Wandu

主指導教員 林 幸雄

北陸先端科学技術大学院大学  
先端科学技術研究科  
(知識科学)

令和5年8月

## Abstract

As the COVID-19 pandemic prolongs and the severity of large-scale natural disasters and international instability increases, the societal values are greatly unsettled. People have come to prioritize maintaining a state of "happiness", "well-being" and overall physical and mental health more than ever before. The aging population and the issue of lonely deaths in Japan have a negative impact on the happiness of elderly individuals. These social problems are also related to the low internet usage rate and ownership of digital devices among the elderly. Elderly individuals who can use computers and smartphones to access the internet have more opportunities for social participation and tend to have more friends compared to those who cannot use such technology. They can also enrich their cultural experiences through video sites and e-books. Generally, there are long-lasting and fleeting forms of happiness, and the satisfaction derived from relative goods, such as money, status, or possessions that can be compared with others, differs from the satisfaction derived from non-relative goods, such as health, autonomy, or freedom, which cannot be easily compared with others. In other words, it seems that achieving a well-balanced state where each of these elements is interconnected is crucial for experiencing happiness, and having social connections and interactions plays a significant role in that regard.

When elderly individuals distance themselves from the digital society, there is a risk of social isolation progressing. Social isolation not only diminishes the happiness of the elderly themselves but may also lead to various problems such as mutual dependence between older and younger generations, the erosion of values regarding the sanctity of life, stagnation in consumption among younger generations, and the acceleration of declining birth rates. The information gap can become a matter of life and death when the health condition of the elderly deteriorates. Factors that deeply contribute to the happiness felt by the elderly are strongly correlated with "warm interactions with close people" and "frequency of being thanked." When they are recognized and appreciated by those around them, they no longer feel inadequate and become more conscious of their own self-worth.

This research places emphasis on the happiness of elderly individuals and investigates practical issues through social surveys to explore solutions for serious social problems from the following perspectives. Firstly, it is believed that there is a tendency to prioritize spiritual fulfillment and sustainability over material wealth. Secondly, many elderly individuals may face challenging circumstances such as decreased income and social isolation, or a lack of support from others. Conversely, some may use the internet to develop new hobbies, establish close connections with distant neighbors, become aware of issues in their immediate surroundings, actively participate in society, and encounter diverse opinions. This can lead to a moderation of their thinking, improvement in maintaining their health, and enhancement of their autonomy. Consequently, people may shift their focus towards self-transcendence and pay more attention to social issues and their resolutions, guided by a foundation of altruism. This could potentially lead to the realization of a sustainable and happy elderly life.

# 目次

第1章 はじめに .....	7
1.1 目的.....	7
1.2 現状の社会的な背景.....	10
1.2.1 少子高齢化 .....	10
1.2.2 高齢化—高齢人口の増加.....	11
1.2.3 少子化—低い出生率の持続 .....	11
1.2.4 デジタル技術の普及 .....	12
1.2.5 意識転換.....	13
第2章 「お金中心」と「心豊か中心」 .....	15
2.1 「お金中心」生活 .....	15
2.2 「心豊か中心」生活.....	15
2.3 高齢者生活幸福度 .....	17
2.4 仮説.....	20
第3章 研究方法 .....	21
3.1 調査方法： .....	21
3.2 アンケートの質問 .....	24
3.3 アンケート調査から得られたデータ集計と分析 .....	26

3.3.1 調査データの収集や集計 .....	26
3.3.2 データ分析：高齢者生活幸福度を可視化する .....	26
3.3.3 SPSS のよる相関分析 .....	27
第4章 実験・評価.....	28
第5章 おわりに .....	38
謝辞.....	40
参考文献.....	41

# 図目次

図 1 老後の生活や社会参加関係図 .....	9
図 2 厚生労働省「日本の人口の推移、人口構造の変化」[1]より .....	12
図 3 総務省（2022）「デジタル社会における経済安全保障に関する調査研究」[20]より .....	13
図 4 幸せの 4 つ因子[21] .....	16
図 5 出典 「シニア女性の幸福に関する意識調査」[22]より .....	18
図 6 シニア女性の幸福に関する意識実態調査より .....	19

# 表目次

表 1 調査対象性別割合 .....	21
表 2 調査対象年齢構成 .....	22
表 3 対応表 .....	28
表 4 スコアの割り当てる .....	31
表 5 相関性分析 .....	35
表 5 相関性分析（続き） .....	36
表 5 相関性分析（続き） .....	37



# 第1章 はじめに

本章では、本研究の主たる目的と、WHOによる「アクティブ・エイジング」の観点から、高齢者になっても生活の質が向上するように、健康、社会参加、そして安全の機会を最適化することに注目して、少子高齢化の諸現状を紹介する[1]。

1.1節では本研究の目的を、1.2節は少子高齢化に関する現状の社会的な背景を説明する。

## 1.1 目的

高齢者はデジタル社会からも離れると、社会的孤立が進展する恐れがある。社会的孤立は、高齢者自身の幸福度を低下させるだけではなく、親世代と子供世代が共倒れする、命の尊さについての価値観の崩壊、若者世代消費の低迷、少子化を加速させるいろいろな問題が生じるかもしれない[2]。健康状態が悪化すると情報格差が生死を分ける [3]。高齢者がしみじみと幸福を感じさせることは「関係の深い人とのあたたかな関わり」「ありがとうと言われる頻度」などとの相関性が高い。或は、周囲から認められ、感謝されると、「自分が情けない」とは思わなくなり、自分自身に価値があることを意識する[4]。

多くの研究[3][4][5][6]から、『社会や他者とつながろうとする動機こそが、シニア層をメディアに向かわせるものである』と指摘されてきた[7]。また、メディアを用いた、あるいは『メディアを通じた直接的・間接的な社会参加はシニア層に幸福感や生きがいを持った生活を送ることを促進する』と示唆している[7]。

一方、デジタル社会における高齢者間の自律分散社会に関する研究は少ない。高齢者間に情報交換とスキルシェアができれば、拝金主義と個人主義などに基づく利己的な行動による不幸を防止でき、経済への依存を低下させて自己超越欲求を追求する、格差が少ない自己組織化生活が実現可能になる。

一方、小寺敦之は、『メディアによる行動代替が必ずしもシニア層の生活満足度を上げるわけではないこと』を指摘した[3]。或いは『メディアが必ずしも「幸福な老い」を促進する役割を果たしていない』とする報告[6]も見られる。そこで、『メディアに対する高い志向性を有している人ほど「幸福な老い」から離れた生活を送っていること、メディアは社会参加ではなくむしろ社会的離脱をサポートするメディアである可能性』も指摘した[8]。これは、『メディアが「幸福な老い」を促進するというこれまでの見方が過度に楽天的である可能性を示唆するものである』[8]が、更なる調査と議論をする必要性があ

ると考えられる。

本研究は、高齢者の幸福度に重点を置き、社会調査により実践的に分析することで、その深刻な社会問題への解決策を以下の観点から探る。

(1) まず、質素な生活は、必要最低限の物やリソースで生活することを指し、質素な生活を選ぶ人々は、物質的な豊かさよりも精神的な充足感や持続可能性に価値を置く傾向があると考えられる[8]。

(2) 次に、多くの高齢者には収入減少、蓄積が足りない、社会的孤立により頼れる人間がいないなど困難な状況に陥ると考えられる。そのうち、体力の低下を伴い病気で医療費は増加し、加えて消費税の高騰など資産減少になる。また、趣味や生き甲斐が見つけれないと、高齢生活はさらに不幸になる可能性が高いと思われる。図1のように、この現実問題を解決するために、社会は「お金中心」から「心豊か中心」に転換する必要がある[9]。或いは「質素な生活」を目指すように。まずは経済面、生活の質をある程度は維持すると同時に、少量のお金を賢く使う節約の消費を行う[8] べきと考える。

(3) また、インターネットを利用してその他の趣味を作り、遠くの隣人とも緊密に繋がることで、自分の周りの狭い世界に気づき、積極的に社会参加して、多様な意見に触られる。

さらに、図1のように、収入減少、十分な蓄積がない、頼まれる人間が周りにいないなど生活の苦境から簡単に抜け出せない状況に落ちる高齢者に対して、自分の幸福を「地位財に依存」から「非地位財に依存」に移して質素な生活を目指し、積極的に変化に対応すれば、生活の幸福度は向上できると考えられる。例えば、メルカリで中古品の購入、特に、質が良く長く使える商品の購入、なるべく自炊するなどが挙げられる。また、精神的充実も大事である。自分のスキルを他者に教えることや自分がスキルを身に付けたいことを目的として、手暇の時間を活用する。それらによって思想は穏健化して、健康の維持や自主性の向上も可能となる。そこで、人々は自己要求超越して社会問題に注目することで、それらの解決にも注目するようになるかもしれない。利他に基づき、長続きできる幸せな高齢生活が実現可能となる。

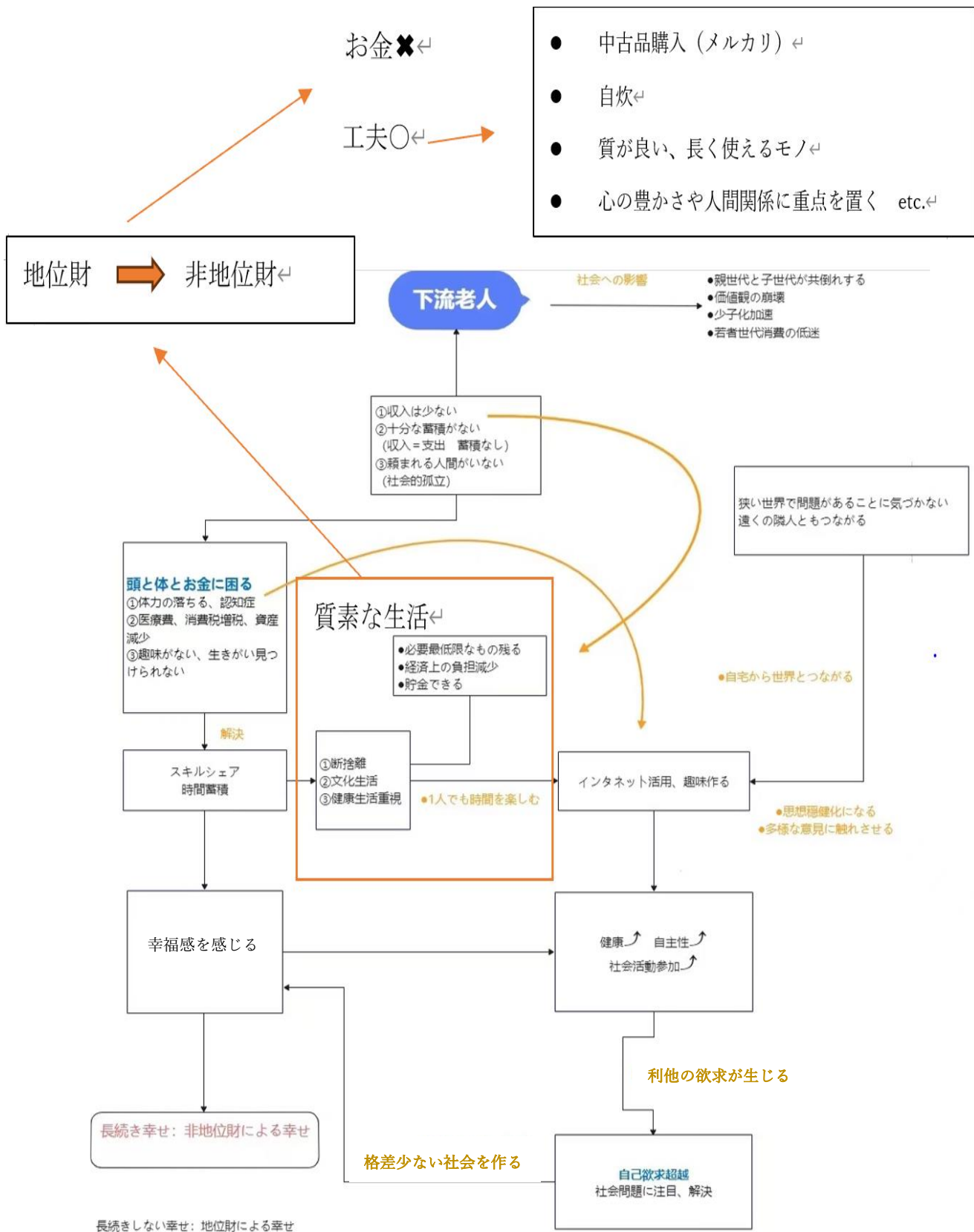


図 1 老後の生活や社会参加関係図[10][11][12][13]

## 1.2 現状の社会的な背景

以下、現状の社会的な背景として、1.2.1では、少子高齢化による経済への影響、健康と医療への影響、社会的支援ネットワークへの影響、教育と文化への影響を説明する。1.2.2では、高齢化—高齢人口の増加を説明する。1.2.3では、少子化による低い出生率の持続を説明する。1.2.4では、デジタル技術の普及を説明する。1.2.5 コロナなどの影響より、個人や社会の意識転換を説明する。

### 1.2.1 少子高齢化

少子高齢化の研究は、世界的に高齢化の傾向が強まり、多くの国が根本的な人口動態の転換期に直面していることから始まった。少子化と平均寿命の伸びに伴い、高齢者の割合が増加し、若年者の割合は相対的に減少している。そのため、社会全体の年齢構成の不均衡を引き起こす。この傾向は、各国の経済、社会、医療制度に広範な影響を及ぼす可能性があり、少子高齢化より起こす課題に対処するためには、より深い理解と解決策が必要である。

過去数十年にわたり、多くの研究機関、政府省庁、国際機関が、少子高齢化問題について広範な調査・研究を行ってきた。例えば、国連の「世界人口見通し」報告書は、世界規模での人口動態の予測・分析を行い、高齢化が各国に与える影響を明らかにして多様な対応策を提示し[14]、多くの国が関連する人口統計報告書や研究結果を発表している。例えば日本では、内閣府の「高齢社会に関する年次報告書」が日本の高齢化の傾向を詳細に分析し、高齢化が社会、経済、医療制度に及ぼす課題が提出された[15]。

日本では、出生率の低下による若年齢者の減少と平均寿命の向上で、人口に占める高年齢者の割合が増加する少子高齢化が進行していく。高齢化は、医療技術の発達した先進諸国では共通した問題であるが、日本の場合は高齢化が少子化と同時に進んでいるため、若年齢者を中心とした人口減少と相まって、急速に進んでいる[16]。

- 経済への影響：

少子高齢化は、経済的に広範な影響を及ぼす。研究者たちは、人口の高齢化が経済成長、労働市場、社会保障制度、財政の安定などについて各国にどのような影響を与えるかに注目している。多くの研究が、少子高齢化は労働供給不足を招き、経済成長の可能性を低下させると述べた。一方、医療や年金などの社会福祉支出を増加させる可能性もあると強調していた。これらの研究は、経済政策や社会福祉厚生政策の改革の重要な基礎となる[17]。

- 健康と医療への影響：

高齢者人口の増加は、医療サービスや高齢者ケアに対する需要が増加してい

るため、少子高齢化が医療資源の配分、医療サービスの品質、高齢者の健康状態にどのような影響を与えるかが主に研究され、高齢者のための医療を改善し、医療制度の持続可能性を計画するのに役立っている[18]。

- 社会的支援ネットワークへの影響：

高齢者人口の割合が増えるとともに、社会的支援ネットワークの重要性は高まり続けている。研究者たちは、高齢者のニーズを満たし、彼らの社会的統合と幸福を促進するための社会的支援ネットワークの構築と運営に焦点を当て、高齢者人口を支える社会環境と社会政策を構築するための理論的基礎を提供している[19]。

- 教育と文化への影響：

少子高齢化は教育と文化の分野にも影響を及ぼす。若年層の割合が減少する中、教育資源の配分や文化・イノベーションの継承が課題となり、少子高齢化が教育制度や文化産業の発展にどのような影響を与えるかに注目した対処策が探られている[20]。

### 1.2.2 高齢化—高齢人口の増加

2025年には、75歳以上の人口が全人口の約18%となり、2040年には高齢化率（65歳以上）の人口が全人口の約35%となる。また、図2より、2070年の高齢化率は39%の水準になると推定されている[21]。先進諸国の高齢化率を比較して見ると、日本は昭和55（1980）年代までは下位、平成2年代（1990）にはほぼ中位であったが、平成17（2005）年には最も高い水準となり、今後も高水準が続くと見込まれている[22]。さらに、医療技術の進歩と生活水準の向上により、人々の平均寿命が延び、高齢人口の比率が増加していくと予想されている。

### 1.2.3 少子化—低い出生率の持続

数十年間に女性の社会的役割の変化、教育や就業の機会の拡大、結婚や出産観念の変化や高額な教育費用、結婚後の女性の失業率の上昇、育児支援の不足などの問題により、出生率に大きな影響を与えている[16]。

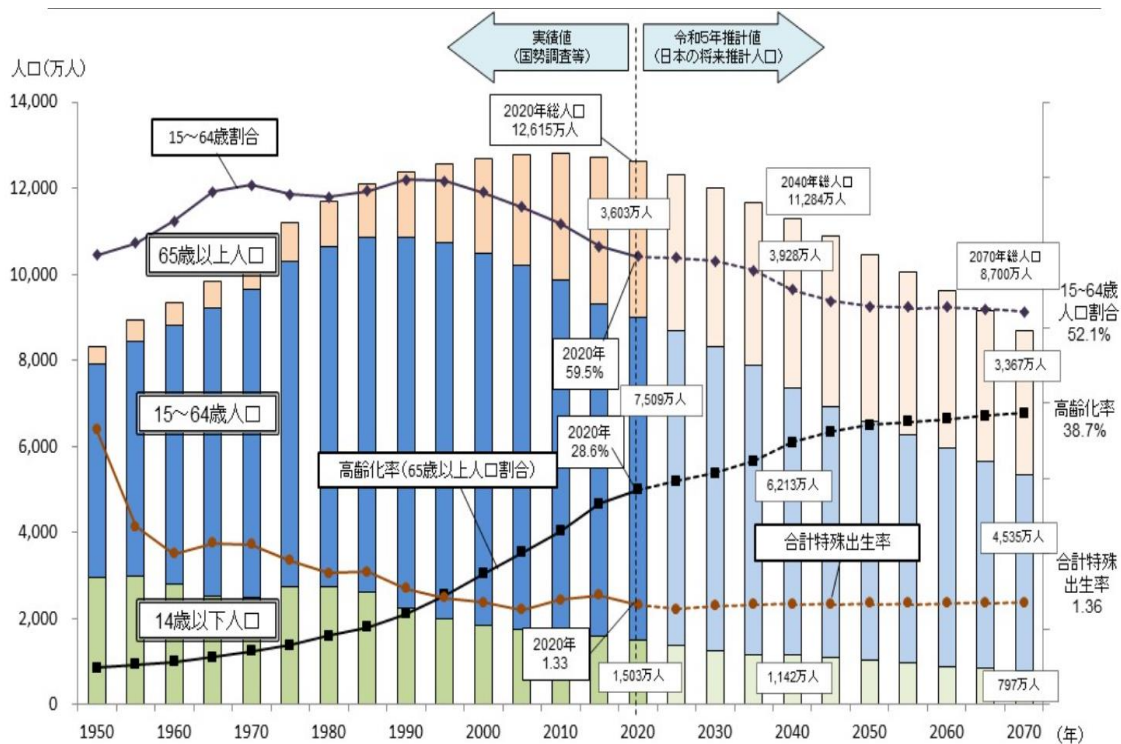


図 2 厚生労働省「日本の人口の推移、人口構造の変化[21]より

### 1.2.4 デジタル技術の普及

20 世紀後半、デジタル技術は急速に発展し、日常生活に広く普及した。総務省による令和 4 年版白書では、個人の年齢階層別にインターネット利用率は、13 歳から 59 歳までの各階層で 9 割を超えているが、60 歳以降年齢階層が上がるにつれて利用率が低下する傾向があると述べている[16]。デジタル技術における過去 50 年間の変化は、1973 年－1985 年頃のアナログ通信・放送の時代から 1985 年－1995 年頃—通信・放送市場の発展と新たなサービスの登場、1995 年－2005 年頃—インターネットと携帯電話の普及、2005 年－2015 年頃—ブロードバンド化とモバイル活用の拡大、2015 年—現在まで ICT の社会・経済インフラとしての定着と表現されている。これらは、社会の様々な領域に影響を及ぼし、生活の多くの側面を変えてきた[16]。便利さや効率性の向上とともに、新たな課題や倫理的な問題も浮き彫りになっている。技術の進歩と共に、私たちの生活も変化し

続けている（図3）。

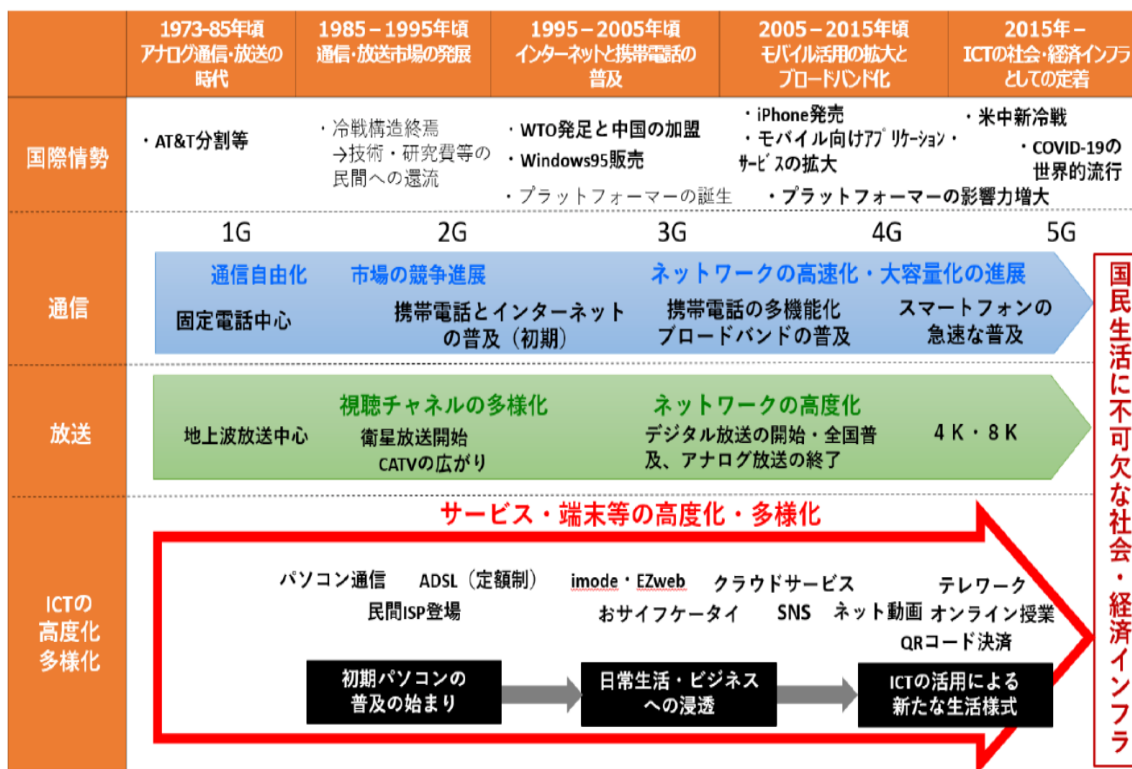


図3 総務省（2022）「デジタル社会における経済安全保障に関する調査研究

[23]より

### 1.2.5 意識転換

長期化するコロナ禍、大規模な自然災害や国際情勢の不安定さが深刻化すると共に、社会全体の価値観が大きく揺らいでいる。以前より、一人ひとりが「幸せ」「ウェルビーイング」「心身とも」に良い状態を維持することを重視するようになった[24]。日本国内の高齢化率は28.8%に達し、65歳以上の一人暮らし者は増加傾向にあり[25]、「少子高齢化」「単身世帯」「家族意識変容」「核家族化」などの問題から、孤独死または高齢者の社会的孤立が深刻化すると、高齢者の生活の幸福度に悪い影響を与える。こうした社会問題の発生は、高齢者の間でインターネット利用率が低いこと、あるいはデジタル機器の所有率が低いことにも関係がある。パソコンやスマートフォンでネットを活用できる高齢者は、使えない高齢者と比較すると、社会参加の機会も多く友人も多い。動画サイトや電子書

籍で文化面も充実する[26]。一般に幸福には長続きせと長続きしない幸せがあり、お金、地位または所有権など他人と比べられる地位財と、健康、自主性または自由など他人と比べられない非地位財から得られる満足も違うと思われる[3]。「シニア女性の幸福に関する意識調査」より、幸せの形成要素は「他者と自己」「お金と時間」「社会と家庭」「遊びと学び」「過去と今と未来」であることが指摘された[27]。即ち、それぞれの要素が全体的にバランス良くつながっている状態が重要で、社会と多くの縁や関わりがあると幸せになるようである。



## 第2章 「お金中心」と「心豊か中心」

本章では、「お金中心」生活と「心豊か中心」生活の区別や、それに関する期待について説明する。さらに、生活幸福度を向上させるために、「心豊か中心」を実現する可能性や、高齢者幸福度の現状を述べる。

### 2.1 「お金中心」生活

「お金中心」生活とは、物質的な享受に重点を置く生活である。すなわち、個人が物質的な富、高級品、物質的な享受に焦点を当てる生活様式である。この生活様式では、高品質の製品やサービスを追求し、高級ブランドを追い求め、豪華な旅行や高級消費を追求することが強調される。

物質的な享受に重点を置く生活は、高価な車、高級住宅、ファッションブランドの服、宝石などを購入して自分の社会的地位や富を示すことができる。ただし、物質的な享受に重点を置く生活様式にはいくつかの潜在的な問題がある。物質的な享受を過度に追求すると、金銭の浪費や不要な消費、過度の支出が生じる可能性がある。また、物質的な富への過度な依存により、人間関係や精神的成長、社会参加、個人の幸福感など、他の重要な価値や生活の側面を軽視することもある。

### 2.2 「心豊か中心」生活

「心豊か中心」生活とは、物質的な豊かさや成功だけでなく、内面的な充実感や幸福感にも価値を置く考え方を表している。この視点は、物質的な豊かさや社会的地位の追求だけでなく、個人の成長や人間関係の改善、精神的な充足も重視する。

言い換えれば、「心豊か中心」の考え方をする人は、物質的な欲求や外的な評価に左右されず、自己の内面、感情、価値観に注目する。即ち「自己の内面に注意を向ける」、自己の感情、思考、信念、価値観など、内面の豊かさを探求して自己観察や内省を通じて、自己理解を深め、自己成長を促進する。「物質的な欲求に執着しない」、物質的な豊かさは重要ではあるが、それがすべてではないと信じている。欲望の追求ではなく、必要かつ適度なものに焦点を当てる。「自己の感情を大切にする」、自分自身の感情と感情表現を尊重し、健全な感情管理に取り組む。感情に敏感で、自分自身の心地よさや不快感を直面し、適切に対処す

る。「自己の価値観に忠実である」、内在的価値観と信念を大切にすることに従って行動する。

前野隆司は、幸せは4つの因子より構成された。「やってみよう因子」「ありがとう因子」「ありのまま因子」「なんとかなる因子」と述べている[3] (図4)。

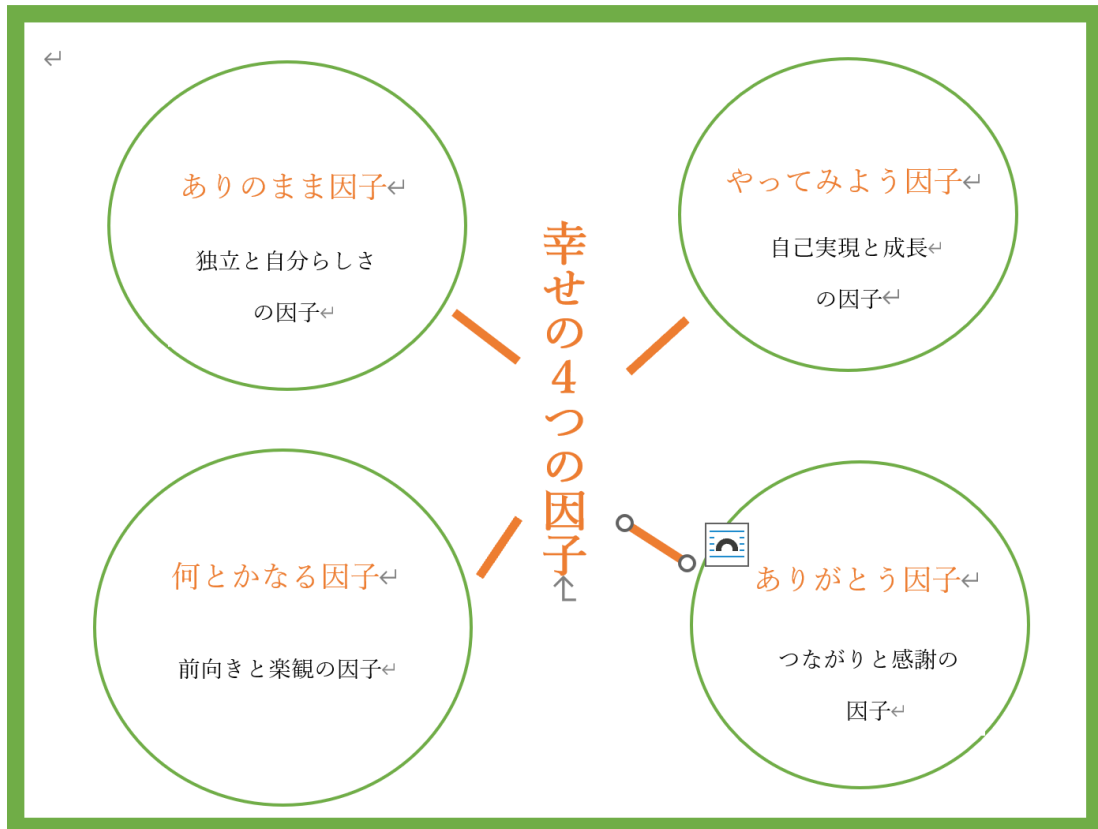


図 4 幸せの4つ因子[3]

やってみよう因子とは、自己実現と成長の因子となり、年齢に関係なく、強みや自信をもって“目標が叶わなかったとしても不幸ではない”と意識している方が幸福度が高い傾向がある[3. p198]。

ありがとう因子とは、つながりと感謝の因子であり、他者にベクトルが向いた因子である。自者—他者の間に互いに感謝の感情が流動する。自者にありがたい気持ちとして“今生きている事”、他者にありがたい気持ちとして、“助けてくれたこと”、他者から感謝されることとして、“困った人に手を差し伸べる”[3. p200]などが挙げられる、それらに関して、内閣府の「令和元年度 市民の社

会貢献に関する実態調査」によると、2018 年度一年間にボランティア活動参加したことがあるのは 17%、参加したことがないのは 83%である。2015 年度一年間にボランティア活動参加したことがあるのは 17.4%、参加したことがないのは 82.6%である[28]。

何とかなる因子とは、前向きと楽観の因子である。ポジティブで自己肯定感が高い人は幸福度が高い傾向がある[3. p202]。

ありのまま因子とは、独立と自分らしさの因子である、自分自身の真の意味と目的を追求し、他人の評価や社会の期待に振り回されない、他人と自分を比較しない人や、自分の軸をしっかり持っている人は幸せだと述べた [3. p203]。

## 2.3 高齢者生活幸福度

図 6 の調査により高齢者を研究対象にすると、高齢者がしみじみと幸せを感じられる 4つのシーンは以下のように分類される[29]。

- (1) 関係の深い人とのあたたかな関わり感情的に満ち足り癒されるという感覚を指す。人との触れ合いの中で感じる温かい気持ちは、他人が示してくれる優しさ、サポート、気遣い、理解から来るもので、精神的にも温かく満たされた感覚を人に与えられる。
- (2) 「ありがとう」と言われること（周囲から認めら、感謝される）即ち、朝日大学の研究より、自分の得意なことを他人に教える活動を行っている高齢者は幸福度が高いこと指摘された[30]。そして、「自分が情けない」との対抗するによって自分自身に価値があると思えるようになる。
- (3) 介護予防に取り組み、前向きに努力すること。
- (4) おいしく食べること[31]（図 5）。

■幸せを感じる時（複数回答、上位10位）

50～84歳女性：507名

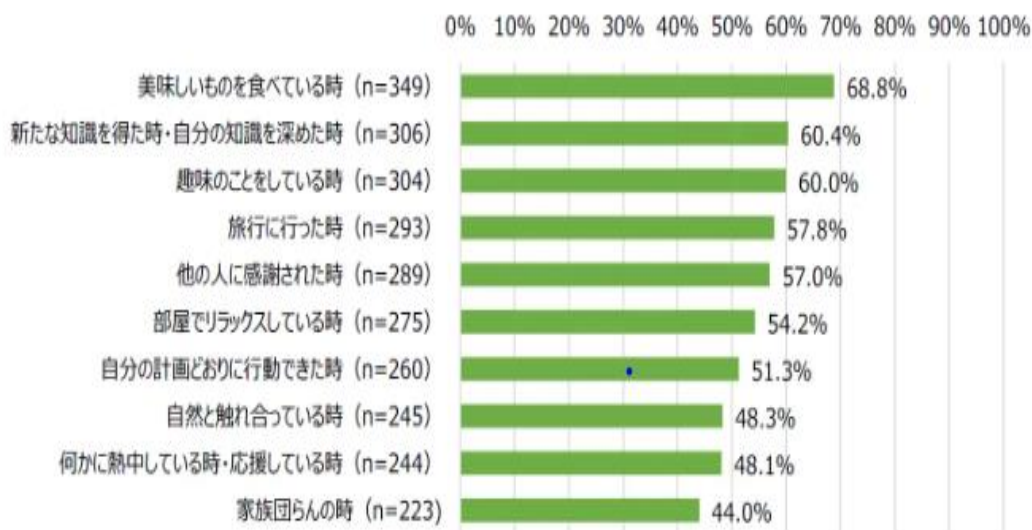


図 5 出典 「シニア女性の幸福に関する意識調査」 [29]より

さらに、図 6 の調査により、シニア女性の幸せの 4 因子 [29] から見ると、(ありのまま、やってみよう、何とかなる、ありがとう) のうち、「ありがとう」の合計得点の平均は 1 位で 23.27 となる。60 代では 18.08、70 代では 17.78 となる。「ありのまま」の平均は 2 位で、60 代では 20.44、70 代では 21.14 となる。

一方、他者とのつながりは個人幸福感に重要な役割をしている。人間は社会的動物であるため、日常生活で社会によって家族や友人、パートナー、コミュニティ、職場など、さまざまな関係やグループとの良好なつながり（関係）を築くことを通じて共感や理解を得ることができる。また、他者が自分を理解してくれることで、孤独感や不安が軽減され、心の安定、幸福感や支えが得られる。さらに、他者との交流や対話を通じて、新たな視点や知識を得ることができ、自己啓発や充実感につながると考える。

■幸せの4因子得点（全体、年代別）

50～84歳女性：507名（複数回答）



図 6 シニア女性の幸福に関する意識実態調査[29]より

前野隆司は、「幸せというのは、長期にわたって安定的に心を満たしてくれるもの」と定義している[3]。家族や友人とのつながり、積み上げてきた仕事への充実感、美しい自然との触れ合いなど、これらはお金で買うことも、数字に置き換えることもできない。満足度は他人と比べることができるもの、幸せは他人と比べられないものであると述べている[3, p50]。幸せに特定の条件を付けるのは、不幸の始まりなのである、また、ヴァン・ボーヴェンは、モノの消費より、この消費の方が幸福度が高いと述べた[3, p55]。

## 2.4 仮説

前節までの議論から、以下の仮説が考えられる。

仮説1 高齢者の社会参加は孤立を改善できる

仮説2 デジタル技術は高齢者の社会活動参加頻度の向上に有効である。

## 第3章 研究方法

本研究の目的は、前章における仮説を確かめるため、デジタル社会において、高齢者の社会参加状況と幸福度の関連を実証的に調べることで、以下の手順で社会調査を行った。特に、グループC 能美市老人クラブ連合会やグループD 富山社会人大楽塾は、日頃インターネットで活動参加しながら同士と連絡することを目的に、SNS を活用している。

### 3.1 調査方法：

アンケート調査は基本的にあらゆる調査目的と相性が良い[32]とされており、調査目的に対して効率的で確実なデータの収集が可能な手法の一つであるため、本研究ではアンケート調査を行った。

質問票は2023年6月中に発送され、6月末まで返送されたものは有効票として扱った。回収数は50で、回収率は92.6%であった。調査時に70歳に達していたサンプルが35、全体の7割であった。

また、アンケート調査には比較的多くの参加者を含むことができるため、幅広い人々の意見や意向を収集することができる。これにより、異なる集団や視点からデータを得ることができる。一方、本調査では、名前を記入する必要はないため、参加者は自由に意見を述べられる。また、回答者は自分の都合の良い時間や場所で回答することができるため、コロナの影響を最大限に抑えるようにした。

研究対象：

石川県に在住する高齢者（男性33人、全体の66%。女性17名、全体の44%）を対象とした（表1）。

表 1 調査対象性別割合

男性	33	66%
女性	17	44%

表 2 に示すように、調査対象の年齢構成は 65 歳～69 歳は 13 人、全体の 26% となる。70 歳～74 歳は 14 人、全体の 28% となる。75 歳～79 歳は 17 人、全体の 34% となる。80 歳以上は 4 人、全体の 8% となる。その他（64 歳及びその以下）は 2 人、全体の 4% となる（表 2）

表 2 調査対象年齢構成

全体の年齢（歳）	人数	割合
65～69	13	26%
70～74	14	28%
75～79	17	34%
80 以上	4	8%
その他(64 及びその以下)	2	4%

#### グループ A: 能美市交流協会（10 人）

外国人との共生の実現に向けた様々な活動をより充実させるため、市民の国際理解の増進及び国際化社会に対応し得る人材の育成、また、市内企業や各関係機関との連携強化、外国人と日本人がつながることができる社会づくりを目的とする協会である[33]。

#### グループ B: JAIST 運転手（13 人）

#### グループ C: 能美市老人クラブ連合会（19 人）

「住民参加のまちづくり」を目指し、民間組織としての自主性、広く住民や社会福祉関係者に支えられた公共性のふたつの側面をもっている、地域に密着した市区町から、全国を結ぶネットワークにより活動を行っている[34]。



グループ D: 富山社会人大楽塾 (8 人)

従来の学習塾・文化芸術塾・啓発塾とは違ったコンセプトを持ち、「個の確立」と「創造性の開発」をテーマに現代社会の問題点を解決しようとするものである。また、従来の学習を「楽修」に改め「楽しい関係をいかに作るか」を基本に運営しているサークルである[35]。

## 3.2 アンケートの質問

今回のアンケート調査は基本属性（8問）、普段の生活（4問）、日常生活での活動状況（8問）、情報機械利用状況（4問）、社会活動（7問）の合わせて5パターン31問とした。

### 質問1 基本属性：

- (1) 性別
- (2) 年齢（歳）
- (3) 未既婚
- (4) 家族数（人）
- (5) 世代構成
- (6) 1日何をしているか・主にどうやって過ごしているか（複数回答可）
- (7) 経済的な暮らし向き
- (8) 現在の健康状態

### 質問2 普段の生活：

- (1) 日常生活全般の満足度
- (2) 将来の日常生活全般についての不安（複数回答可）
- (3) 普段は誰と会っている？（対面形）（複数回答可）
- (4) 普段は電子機械利用して誰と会っている？（オンライン形）（複数回答可）

### 質問3 日常生活での活動状況：

- (1) 普段食事はどうしているか（複数回答可）

- (2) 食生活全般に関して満足していますか
- (3) 趣味の共通性や趣味への共感ができる人との付き合いことには生活に充実しているか
- (4) 趣味の共通性や趣味への共感ができる人との付き合いことによって幸福を感じられるか
- (5) 趣味を通じた社会活動参加頻度
- (6) 儉約生活をしているか
- (7) 何にお金使うのは価値があると思うか (複数回答可)
- (8) お金をかけずに (または少しお金を使う) やる事 (複数回答可)

#### 質問 4 情報機械利用状況

- (1) 情報機器を使って、どのようなことをされますか (複数回答可)
- (2) 情報機械使わない理由 (複数回答可)
- (3) 日常生活を行う上で必要な情報に満足していますか
- (4) どのような点が不満ですか (複数回答可)

#### 質問 5 社会活動

- (1) 過去 1 年間に参加した社会活動 (複数回答可)
- (2) 社会活動に参加して良かったと思うこと (複数回答可)
- (3) 社会活動を行うために必要だと思うこと (複数回答可)
- (4) 社会活動に参加したいと思わない理由 (複数回答可)
- (5) 社会活動に参加するためのきっかけ (複数回答可)
- (6) 社会活動に参加したい頻度
- (7) 地域の奉仕活動 (ボランティア活動) に参加するために必要な条件 (複数回答可)

## 3.3 アンケート調査から得られたデータ集計と分析

### 3.3.1 調査データの収集や集計

1. データの収集：対象者から回答を集める。手動でデータを入力する
2. データの集計：調査結果を集計し、統計的な概要を作成する。質的データ（カテゴリカルデータ）は頻度表やパーセンテージで表現し、量的データ（数値データ）は平均値や中央値などの統計量を計算する。
3. データの分析：必要に応じてデータを統計解析して、相関分析、回帰分析、t 検定など、適切な統計手法を選択する。

### 3.3.2 データ分析：高齢者生活幸福度を可視化する

高齢者の生活幸福度を可視化するために、グラフや図表を使用してデータを視覚的に表現することが効果的である。以下は、高齢者の生活幸福度を可視化するためのいくつかの方法を述べる。

1. バーチャート（棒グラフ）：バーチャートはカテゴリデータを視覚化するのに適しており、異なる項目間の比較が容易である。幸福度の選択肢をカテゴリとして、それぞれの選択肢の頻度や割合をバーチャートで表示する。これにより、異なる幸福度の頻度を比較することができる。
2. ヒストグラム：ヒストグラムは連続的な数値データを視覚化するのに適している。幸福度を数値スコアとして集計し、ヒストグラムで分布を表示する。これにより、高齢者の幸福度がどの範囲に集中しているかを把握することができる。
3. 折れ線グラフ：時間の経過による高齢者の幸福度の変化を示すために、折れ線グラフを使用できる。異なる時点での幸福度を折れ線でつなぎ、トレンドを確認することができる。
4. レーダーチャート（スパイダーチャート）：複数の要因による高齢者の幸福度を比較する場合に、レーダーチャートが役立つ。幸福度に影響を与える要因（例：健康、家族の関係、経済的な安定など）を各軸に配置し、高齢者ごとにレーダーチャートを作成して比較する。

### 3.3.3 SPSS のよる相関分析

SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) は、データ分析と統計モデリングのための統計学ソフトウェアである。元々は IBM (International Business Machines Corporation) によって開発され、その後 IBM SPSS Inc. が開発と販売を続けている。SPSS の主な機能は、研究者、学生、企業などのユーザーがデータを処理し、分析し、解釈するのを支援することである。SPSS は、記述統計、推測統計、回帰分析、分散分析、因子分析、クラスター分析、非パラメトリック統計、時間系列分析など、幅広い統計分析機能を提供している。ユーザーは、グラフィカルユーザーインターフェースまたは SPSS のカスタム構文を使用してデータ処理と分析を行うことができる。このカスタム構文の機能は、バッチ処理データ処理や複雑な統計分析に非常に便利である[36]。

使い方[36] :

データの準備 : まず、アンケート調査から得られたデータを SPSS に入力し、各選択肢に対してスコアを割り当てる。例えば、「非常に同意しない」に 0 点、「同意しない」に 1 点、「中立」に 2 点、「同意する」に 3 点というように、スコアを付与する。このスコアは、選択肢の順番によって逆にすることもできる。スコアの付与は、評価者の判断や調査の目的に応じて決められる。

1. 相関分析の選択 :

SPSS を起動し、データを開いたら、「分析 (Analyze)」メニューから「相関 (Correlate)」を選択する

2. 相関行列の作成 :

相関分析のダイアログボックスが表示される。ここで、相関行列を作成したい変数を選択する。変数が多い場合は、一度に複数の変数を選択することもできる。

3. 関係数の計算 :

選択した変数の相関係数が自動的に計算され、新しい出力ウィンドウに相関行列が表示される。相関係数は、-1 から 1 までの値を取り、-1 に近いほど負の相関が強く、1 に近いほど正の相関が強いことを示される。0 に近い場合は相関がほとんどないことを意味する。

4. 相関係数の解釈 : 相関行列を解釈し、変数間の相関関係を理解する。相関係数が高い変数同士は強い相関があり、一方が増えると他方も増える (正の相関) か、一方が増えると他方が減る (負の相関) 傾向があるとも言える。

## 第4章 実験・評価

アンケート調査結果にスコアを付与して SPSS で相関性分析することを行う為に、アンケート調査表の各質問や選択肢に対して前処理として纏め処理や分解処理を行った。例えば、「質問3 日常生活での活動状況」の「(3) 趣味の共通性や趣味への共感ができる人と付き合うことには生活に充実しているか」や「(4) 趣味の共通性や趣味への共感ができる人と付き合うことによって幸福を感じられるか」を、「趣味. 生活幸福を共感できる人と付き合うことを感じる程度」に纏めた。また「質問2 普段の生活」の「(3) 普段は誰と会っている? (対面形) (複数回答可)」という質問の四つ選択肢「A 家族 B 近所 C 友人 D 同好」を「対面形交流対象である家族、近所、友人、同好」に分解した。「(4) 普段は電子機械利用して誰とあっている。(オンライン形) (複数回答可)」という質問の四つ選択肢「A 家族 B 近所 C 友人 D 同好」も同様に「オンライン形交流対象である家族、近所、友人、同好」に分解した (表 3)。

表 3 対応表

対応表	
1	目標世代偏差値
2	配偶者重要性
3	家族重要性
4	日常活動中心性程度
5	経済に対する心配程度
6	現在の健康状態
7	日常生活全般の満足度
8	将来の日常生活全般についての不安程度
9	対面形交流対象—家族
10	対面形交流対象—近所
11	対面形交流対象—友人
12	対面形交流対象—同好
13	オンライン交流対象—家族
14	オンライン交流対象—近所
15	オンライン交流対象—友人
16	オンライン交流対象—同好

17	食事消費状況
18	食生活全般に関して満足していますか
19	趣味.生活幸福を共感できる人付合感じる程度
20	趣味.生活を通じた社会活動参加頻度
21	儉約生活をしているか
22	お金に使うー教養、趣味
23	お金に使うー健康
24	お金に使うー日常生活消費代
25	お金かけずに幸せを感じることー教養、趣味
26	お金かけずに幸せを感じることー健康
27	お金かけずに幸せを感じることー社会貢献活動
28	情報機械を使って交流頻度
29	SNS で日常生活共有頻度
30	インターネットショッピング頻度
31	情報機械を使わない理由ージャンク情報多い
32	情報機械を使わない理由ー使い方、値段不満
33	社会活動に参加する目的ー趣味
34	社会活動に参加する目的ー交流
35	社会活動に参加する目的ー自己実現
36	社会活動に参加しない理由ー仲間がいない
37	社会活動に参加しない理由ーお金、時間がない
38	社会活動に参加するためのきっかけー友人、仲間など
39	社会活動に参加するためのきっかけー個人の意識
40	社会活動に参加するためのきっかけー広告などからの情報
41	社会活動に参加したい頻度
42	ボランティア活動に参加するために必要な条件ー場所が便利
43	ボランティア活動に参加するために必要な条件ー仲間がいる
44	ボランティア活動に参加するために必要な条件ー経済負担が少ない
45	ボランティア活動に参加するために必要な条件ー肉体的な負担が重くない

さらに、各選択肢にスコアを割り当て、質問や選択肢に対する先の前処理をした結果にスコアを付与した。例えば、行 1、2、3…は変数として見られ、列 BCDE はスコアを付与された選択肢の総得点となった(表 3))。より具体的に述べると、アンケートで集計した頻度数を合計してスコアとした。例えば、「オンライン交流対象一家族」のうち、よく家族とオンラインで交流する人のスコア(強度)は 35 となった。家族とオンラインで交流する人のスコア(強度)は 9 となった。あんまり家族とオンラインで交流しない人のスコア(強度)は 4 となった。全然家族とオンラインで交流しない人のスコア(強度)は 2 となった。それぞれの得点を用いて SPSS で相関分析を行った。



表 4 スコアの割り当て

強度	0	1	2	3
	男性	女性		
性別	33	17	0	0
	80 以上	75~79	70~74	65~69
目標世代偏差値	17	14	6	13
	十分重要	重要	あんまり	不重要
配偶者重要性	40	9	1	0
家族重要性	7	12	26	5
日常活動中心性程度	21	13	10	6
経済に対する心配程度	10	31	8	1
	良い	まあ良い	あまり良くない	良くない
現在の健康状態	14	31	5	0
日常生活全般の満足度	11	37	2	0
将来の日常生活全般についての不安程度	27	12	6	5
	良くする	する	あまりしない	しない
対面形交流対象—家族	35	9	4	2
対面形交流対象—近所	3	11	30	6
対面形交流対象—友人	38	8	3	1
対面形交流対象—同好	13	25	9	3
オンライン交流対象—家族	30	13	7	0
オンライン交流対象—近所	0	1	9	40
オンライン交流対象—友人	27	14	6	3
オンライン交流対象—同好	25	15	7	3
情報機械を使って交流頻度	41	7	2	0
SNS で日常生活共有頻度	0	36	11	3
インターネットショッピング頻度	0	10	23	17
社会活動に参加したい頻度	13	13	8	16
	良くする	する	あまりしない	しない
食事消費状況	21	18	9	2
食生活全般に関して満足していますか	18	29	2	1
趣味・生活幸福を共感できる人付合感じる程度	22	25	3	0

趣味.生活を通じた社会活動参加頻度	26	13	3	8
儉約生活をしているか	19	21	10	0
お金に使うー教養、趣味	40	8	2	0
お金に使うー健康	37	10	3	0
お金に使うー日常生活消費代	35	10	4	1
お金かけずに幸せを感じることー教養、趣味	38	9	3	0
お金かけずに幸せを感じることー健康	6	11	28	5
お金かけずに幸せを感じることー社会貢献活動	8	9	26	7
情報機械を使わない理由ージャンク情報多い	3	6	10	31
情報機械を使わない理由ー使い方、値段不満	13	25	10	2
	十分重要	重要	あんまり	不重要
社会活動を参加する目的ー趣味	45	5	0	0
社会活動を参加する目的ー交流	43	6	1	0
社会活動を参加する目的ー自己実現	10	35	5	0
社会活動を参加しない理由ー仲間がない	0	1	7	42
社会活動を参加しない理由ーお金、時間がない	1	2	9	38
社会活動に参加するためのきっかけー友人、仲間など	33	11	6	0
社会活動に参加するためのきっかけー個人の意識	9	28	11	2
社会活動に参加するためのきっかけー広告などからの情報	6	13	17	14
ボランティア活動に参加するために必要な条件ー場所が便利	5	12	28	5
ボランティア活動に参加するために必要な条件ー仲間がいる	29	13	4	4
ボランティア活動に参加するために必要な条件ー経済負担が少ない	7	10	27	6
ボランティア活動に参加するために必要な条件ー肉体的な負担が重くない	3	14	15	18

これらの相関分析より（表 5）より、**日常生活全般の満足度(生活幸福度)**は、

- 社会活動に参加する目的としての自己実現 (0.995)
- 社会活動に参加するためのきっかけとしての個人の意識 (0.945)
- 趣味.生活を通じた社会活動参加頻度 (0.837)
- SNS で日常生活共有頻度 (0.874)
- 現在の健康状態 (0.986)
- 経済に対する心配程度 (0.982)

と強い正の相関性があることが分かった。

なぜなら、その主要因として、

自己実現を目的して社会活動に参加する

→**日常生活全般の満足度**が高い（心豊か中心）

個人の意識より、自発的社会活動に参加する

→**日常生活全般の満足度**が高い（心豊か中心）

SNS で日常生活共有頻度が高い人

→**日常生活全般の満足度**が高い（心豊か中心）

健康状態はよい方

→**日常生活全般の満足度**が高い

経済に心配性しているほど、或いは経済状況が良い人

→**日常生活全般の満足度**が高い（お金中心）

と対応付けができる。

SNS を含めた社会活動と満足度の関連性を裏付けることとして以下が考えられる。高齢者は年を取るとともに、同居者や自分の体力の落ちる、家事の負担が重くなっていく実態で、外出しにくいようになった。また、近年では年金（生活保護）の支給額の減少や光熱費の上昇などより、高齢者の経済状況の「難民化」は珍しくはない。しかしながら、経済状況の改善は難しいだが、「お金中心」社会の幸福度を向上することも困難である。

一方、

- 社会参加活動頻度(0.947)と日常生活全般満足度(生活の幸福度)は強い正相関がある。

よって、よく社会活動参加している

→社会孤立の苦境に脱せられ生活の幸福度が高くなる

可能性が高いと考えられる。

対面交流やオンライン交流(以下は交流)社会参加活動頻度と正の相関がある(近所以外)。

- 対面形交流の対象は家族 (0.949)
- 対面形交流の対象は近所 (-0.740)
- 対面形交流の対象は友人 (0.946)
- 対面形交流の対象は同好 (0.323)
- オンライン交流の対象は家族 (0.908)
- オンライン交流の対象は近所 (-0.476)
- オンライン交流の対象は友人 (0.947)
- オンライン交流の対象は同好 (0.920)

これらから、普段他人と交流する機会が多い方

→社会活動参加する頻度が高いと認識された

と対応付けができる。

対面交流やオンライン交流(以下は交流)目標世代偏差値と正の相関がある(近所以外)。

- 対面形交流の対象は家族 (0.684)
- 対面形交流の対象は近所 (-0.957)
- 対面形交流の対象は友人 (0.681)
- 対面形交流の対象は同好 (0.301)
- オンライン交流の対象は家族 (0.609)
- オンライン交流の対象は近所 (-0.141)
- オンライン交流の対象は友人 (0.701)
- オンライン交流の対象は同好 (0.671)

前述した SNS で日常生活共有頻度(0.874)も、幸福度と強い正相関(図 12)があるので、デジタル技術の活用は個人や現代社会全体の幸福度に強い影響を与え得ると言える。

高齢者は年を取る共に、体力や金銭の制限により、交流することは難しくなる傾向がある。ただし、交流の対象は同好を例として、対面形の交流より、高齢者に対してオンライン交流はもっと実現しやすいようである。従って、交流（オンライン交流）頻度の増加より、社会参加頻度増加、幸福度増加という結論が出た。

これら得られた結果をまとめると、「お金中心」から「心豊か中心」加齢の問題によって発生している社会参加の減少と社会孤立の問題を解決するために、「お金」の問題より、「心の豊かさ」の問題に注目する方が、もっと重要と言える。

表 5 相関性分析

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
		目標世代偏差値	配偶者重要性	家族重要性	日常活動中心性程度	経済に対する心配程度	現在の健康状態	日常生活全般の満足度	将来の日常生活全般についての不安程度
1	目標世代偏差値	1.000	0.713	-0.885	0.586	0.222	0.405	0.387	0.727
2	配偶者重要性	0.713	1.000	-0.396	0.956	0.085	0.285	0.157	0.996
3	家族重要性	-0.885	-0.396	1.000	-0.177	0.082	-0.065	-0.108	-0.385
4	日常活動中心性程度	0.586	0.956	-0.177	1.000	0.301	0.470	0.330	0.972
5	経済に対する心配程度	0.222	0.085	0.082	0.301	1.000	0.977	0.982	0.178
6	現在の健康状態	0.405	0.285	-0.065	0.470	0.977	1.000	0.986	0.374
7	日常生活全般の満足度	0.387	0.157	-0.108	0.330	0.982	0.986	1.000	0.247
8	将来の日常生活全般についての不安程度	0.727	0.996	-0.385	0.972	0.178	0.374	0.247	1.000
9	対面形交流対象—家族	0.684	0.999	-0.364	0.958	0.064	0.262	0.129	0.993
10	対面形交流対象—近所	-0.957	-0.551	0.981	-0.359	-0.017	-0.186	-0.202	-0.547
11	対面形交流対象—友人	0.681	0.998	-0.367	0.952	0.042	0.241	0.108	0.990
12	対面形交流対象—同好	0.301	0.247	0.057	0.458	0.986	0.993	0.972	0.336
13	オンライン交流対象—家族	0.609	0.968	-0.211	0.999	0.270	0.445	0.306	0.981
14	オンライン交流対象—近所	-0.141	-0.574	-0.336	-0.789	-0.662	-0.715	-0.595	-0.628
15	オンライン交流対象—友人	0.701	0.972	-0.318	0.989	0.313	0.495	0.369	0.989
16	オンライン交流対象—同好	0.671	0.945	-0.265	0.989	0.396	0.567	0.442	0.971
17	食事消費状況	0.529	0.792	-0.073	0.921	0.646	0.768	0.656	0.842
18	食生活全般に関して満足していますか	0.595	0.472	-0.246	0.607	0.901	0.973	0.945	0.551
19	趣味・生活幸福を共感できる人付合感	0.654	0.669	-0.255	0.786	0.793	0.903	0.837	0.735
20	趣味・生活を通じた社会活動参加頻度	0.877	0.961	-0.602	0.892	0.183	0.389	0.293	0.967
21									

表 6 相関性分析（続き 1）

22	倹約生活をしているか	0.388	0.617	0.073	0.803	0.795	0.871	0.777
	お金に使う――教養、趣味	0.687	0.999	-0.372	0.954	0.054	0.253	0.121
23	お金に使う――健康	0.688	0.998	-0.351	0.971	0.121	0.316	0.184
24	お金に使う――日常生活消費代	0.681	0.998	-0.344	0.971	0.113	0.309	0.175
25	お金かけずに幸せを感じること――教養、趣味	0.679	0.999	-0.350	0.965	0.086	0.282	0.149
26	お金かけずに幸せを感じること――健康	-0.913	-0.430	0.997	-0.226	0.012	-0.138	-0.176
27	お金かけずに幸せを感じること――社会貢献活動	-0.919	-0.389	0.974	-0.221	-0.146	-0.282	-0.329
28	情報機械を使って交流頻度	0.678	0.998	-0.370	0.947	0.024	0.224	0.091
29	SNSで日常生活共有頻度	-0.070	-0.315	0.233	-0.093	0.919	0.817	0.874
30	インターネットショッピング頻度	-0.913	-0.920	0.634	-0.866	-0.298	-0.495	-0.414
31	情報機械を使わない理由――ジャンク情報多い	-0.153	-0.618	-0.325	-0.821	-0.607	-0.670	-0.541
32	情報機械を使わない理由――使い方、値段不満	0.240	0.242	0.133	0.468	0.979	0.980	0.951
33	社会活動を参加する目的――趣味	0.690	0.994	-0.404	0.927	-0.024	0.180	0.049
34	社会活動を参加する目的――交流	0.685	0.996	-0.388	0.937	-0.001	0.200	0.069
35								

表 7 相関性分析（続き 2）

	A	B	C	D	E	F	G	H
34	社会活動に参加する目的—交流	0.685	0.996	-0.388	0.937	-0.001	0.200	0.069
35	社会活動に参加する目的—自己実現	0.299	0.109	-0.011	0.304	0.996	0.984	0.995
36	社会活動に参加しない理由—仲間がない	-0.083	-0.543	-0.391	-0.765	-0.643	-0.687	-0.565
37	社会活動に参加しない理由—お金、時間がない	-0.132	-0.571	-0.345	-0.786	-0.658	-0.710	-0.589
38	社会活動に参加するためのきっかけ—友人、仲間など	0.627	0.987	-0.259	0.989	0.169	0.354	0.214
39	社会活動に参加するためのきっかけ—個人の意識	0.078	-0.003	0.223	0.238	0.989	0.940	0.945
40	社会活動に参加するためのきっかけ—広告などからの情報	-0.877	-0.958	0.643	-0.857	-0.066	-0.279	-0.185
41	社会活動に参加したい頻度	0.734	0.107	-0.955	-0.111	-0.093	0.000	0.089
42	ボランティア活動に参加するために必要な条件—場所が便利	-0.918	-0.473	0.996	-0.261	0.062	-0.097	-0.126
43	ボランティア活動に参加するために必要な条件—仲間がいる	0.765	0.988	-0.424	0.966	0.228	0.423	0.304
44	ボランティア活動に参加するために必要な条件—経済負担が少ない	-0.919	-0.413	0.990	-0.225	-0.060	-0.204	-0.247
45	ボランティア活動に参加するために必要な条件—肉体的な負担が重く	-0.590	-0.986	0.236	-0.977	-0.090	-0.276	-0.131
46								
47								

## 第5章 おわりに

本研究はアンケート調査により、デジタル技術が高齢者に対して与える社会孤立および低生活満足度問題などの影響を議論した。4章で分析した結果を2.3節の仮説に照らし合わせて以下に考察する。

仮説1 デジタル技術は高齢者の社会活動参加頻度の向上に有効である。

調査データから、SNSとオンライン交流などは社会参加活動頻度と正の相関がある。従って、高齢者の間にデジタル技術の普及率を更に向上すれば、高齢者の社会参加活動頻度も向上できると考えられる。

仮説2 高齢者の社会参加は孤立を改善できる。

分析した結果から、社会活動参加頻度と他者の交流頻度とで正の相関がある。従って、高齢者の社会活動参加頻度を上げれば、他者との交流頻度も向上できると考えられる。更に、日常生活全般の満足度或いは、幸福度も同様に向上する。その為、高齢者の社会参加頻度を向上させれば、高齢者の社会孤立問題を改善できると考えられる。

また、デジタル技術の活用が高齢者の日常生活、幸福度、社会活動参加頻度などを改善できる。これらにより、高齢者間の「お金中心」から「心豊か中心」の社会構築が実現できると考えられる。

今後の課題について、いくつか議論を加える。高齢者は自己価値実現や社会活動参加においてバランスを保ちながら、他者との関係を築き、共感や協力を大切にする姿勢を持つことによって、自分の目標を追求することと、他者の交流機会を増やして、他者とのつながりを大切に両方を意識することでより充実した生活を送ることができると考えられる。

一方、高齢者は社会活動参加することより、社会関係資本の形成にも役に立っている。宮川公男は、バットナムのソーシャル・キャピタル論により、市民社会に組み込まれている様々な水平的ネットワークと、それらに結びついている規範や価値は、人々および社会全体にとって重要な意味をもつものと述べている[37,p23]。特に、友人、同僚、隣人のネットワークは、相互的な義務および責任に関する一般化された互酬関係によって特徴づけられており、濃密な連帯関係から全体的利益のための協力および協調の条件を育むものである。そのようなネットワークにおける個人的接触や友情の絆から生まれる社会的信頼は、協力からの相互利益をもたらす一種の投資のように考えることができる。金銭的あ



るいは人的資本に加えて、それらは社会的資本（ソーシャル・キャピタル）と呼ぶことができる [37,p24]。

また、デジタル技術を活用してマスメディアよりも、インターネットでコミュニケーションを行うことで、他人と日常生活を交流する人は場所などに関わらず、加齢より起こった体力や金銭の問題を確実に解決できなくとも、社会参加できる。成田康昭は、『インターネットはコミュニケーション環境に、革命的な情報技術を持ち込んで、「日常的現実」という、これまで人類が手つかずで残していた領域を開発している』と述べている[38]。そして、インターネットコミュニケーション環境は『場所性の制約も、物理的制約も、時間的制約も解除された空間でわれわれは生きている。しかし、この歪みのある日常的現実は、予想しないところに不調和をつくりだす』ことも指摘した[38]。また、その不調和がどの程度になるのかは簡単に理解できないので、インターネットの利便性とインターネットと日常生活世界の関係を意識化することは重要であると述べた [38]。可能であれば、今後、この「その不調和が現実の日常生活にどの程度影響するのか」に関する問題を探求したいと考える。

最後に、自分の価値観や自尊心が高められる。また、同好（趣味縁で繋がっている同士）と良くコミュニティ活動している人は、自分の能力を活かして社会に貢献するまたは社会との関係が生まれることで社会孤立を避けられ、幸福感が高い傾向があると解釈できた。

しかしながら、今回の調査は、比較的一般性を有しているとは言え、調査対象は完全なランダムサンプリングによって選ばれた人々ではない。この種の調査に協力してくれるシニア層は、おそらく比較的充実した生活を送っている人々、言い換えれば潜在的にモラルが高い傾向にあると考えられる。こうした点について、調査対象は当地域に限りなく幅広くシニア層にアンケートを配布回収しつつ、郵送、オンラインフォーム、面談など、最も適切な方法を選択してもらった。今後、改めてアンケート結果を分析し、潜在的にモラルが高いグループを特定できると考えられる。統計的手法やテキスト分析などを使用して、質的・量的なデータ分析から、特定のパターンや傾向を見つけ出し、「心豊か中心」の社会に向けた課題抽出も今後の課題になると考える。

## 謝辞

まず、指導者の林 幸雄先生に心から感謝申し上げます。ご指導いただいたおかげで、私は成長し、学ぶことができました。お忙しい中、絶えず私をサポートしてくださり、心から感謝しています。また、副主任指導教員として本研究に対する有益な助言を賜りました由井 隆也先生に感謝申し上げます。

そして、協力してくださった研究室のメンバーにも深く感謝いたします。皆様の協力なしでは、私のプロジェクトは成功しなかったでしょう。共に働けることは光栄であり、励みになりました。

家族や友人にも、感謝の気持ちを伝えたいです。皆様の温かいサポートがなければ、私の一歩も踏み出せなかったかもしれません。いつも私を信じて支えてくださり、本当にありがとうございます。

最後に、応援してくださった皆様へ心からの感謝を述べさせていただきます。あなた方の応援が私の励みになり、困難な瞬間でも前進できる力となりました。

本当にありがとうございました。

## 参考文献

- [1] 大田 秀隆 「高齢者にやさしいまちづくり ～Age-friendly cities and communities in AKITA の取り組み～」  
[https://www.jstage.jst.go.jp/article/geriatrics/59/3/59\\_59.275/\\_pdf/char/ja](https://www.jstage.jst.go.jp/article/geriatrics/59/3/59_59.275/_pdf/char/ja)  
閲覧日 2023/06/03
- [2] 藤田孝典 「下流老人」 (朝日新聞出版 2015/6/12)
- [3] 前野 隆司 「年収が増えれば増えるほど、幸せになれるか?: お金と幸せの話」 (河出書房新社 2020/4/28)
- [4] 堀池喜一郎 「ICT 活用で高齢者が地域で活躍」  
<http://www.svsoho.gr.jp/wp/wp-content/uploads/2018/03/11111.pdf>  
閲覧日 2023/05/01
- [5] 牧 壮 「シニアよ、インターネットでつながろう」 (カナリアコミュニケーションズ 2018/12/10)
- [6] 刀川 眞 「「心の豊かさ」を求める時代の科学技術に対する 生活者ニーズ 把握の検討」 <https://core.ac.uk/download/pdf/236662763.pdf>  
閲覧日 2023/06/03
- [7] 有川真由美 「質素であることは、自由であること」 (幻冬舎 2017/08/23)
- [8] 小寺 敦之 「シニア層のメディア効用と主観的幸福感」  
<https://core.ac.uk/download/pdf/328015606.pdf>  
閲覧日 2023/06/05
- [9] 株式会社ハルメクホールディングス 「シニア女性の幸福に関する意識実態調査」  
<https://prtmes.jp/main/html/rd/p/000000074.000034765.html>  
閲覧日 2023/06/05
- [10] ショコラ 「58 歳から日々を大切に小さく暮らす」 (すばる 2019/7/20)
- [11] 田中 辰雄 浜屋 敏 「ネットは社会を分断しない」 (KADOKAWA 2019/10/10)
- [12] 原田 謙 「社会的ネットワークと幸福感」 (勁草書房 2017/1/17)
- [13] 浅野 智彦 「趣味縁からはじまる社会参加 (若者の気分)」 (岩波書店 2011/6/30)
- [14] United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division. (2019).  
"World Population Prospects 2019: Highlights"  
[https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019\\_Highlights.pdf](https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019_Highlights.pdf)

閲覧日 2023/07/01

- [15] Japan Cabinet Office. (2021). "Annual Report on the Aging Society: 2021"

<https://www8.cao.go.jp/kourei/english/annualreport/2021/pdf/2021.pdf>

閲覧日 2023/07/01

- [16] 「日本における少子高齢化の原因と問題点とは？社会的な影響や今後の対策について解説します」

<https://www.bk.mufg.jp/column/events/secondlife/b0029.html>

閲覧日 2023/07/01

- [17] Bloom, D. E., Canning, D., & Sevilla, J. (2001). "Economic Growth and the Demographic Transition"

<https://www.nber.org/papers/w8685>

閲覧日 2023/07/10

- [18] World Health Organization. (2021). "Ageing and Health"

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

閲覧日 2023/07/10

- [19] Harvard T.H. Chan School of Public Health. (2020). "Social Support Networks Can Help Prevent Elderly Suicide in Japan"

<https://www.hsph.harvard.edu/news/hsph-in-the-news/social-support-networks-can-help-prevent-elderly-suicide-in-japan/>

閲覧日 2023/07/18

- [20] Alcidi, C., & Thirion, G. (2021).

"Demographic Change in Europe: Implications for Education and Training"

<https://www.epc.eu/en/publications/Demographic-change-in-Europe-Implications-for-education-and-training~ea345f>

閲覧日 2023/07/13

- [21] 厚生労働省, "我が国の人口について," [オンライン]. Available:

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_21481.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_21481.html).

閲覧日 2023/07/13

- [22] 内閣府, "令和4年版高齢社会白書(全体版)," [オンライン].

Available:[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w2022/html/zenbun/s1\\_1\\_2.html](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w2022/html/zenbun/s1_1_2.html).

閲覧日 2023/07/13

- [23] 総務省「デジタル社会における経済安全保障に関する調査研究 報告書」

[https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/linkdata/r04\\_01\\_houkoku.pdf](https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/linkdata/r04_01_houkoku.pdf)

閲覧日 2023/07/13

- [24] グッドライフシニア 「シニア世代の幸福度は、50代が想像するより案外と高い」 <https://goodlifesenior.com/wp/news/4654>  
閲覧日 2023/06/10
- [25] 内閣府：「令和3年版高齢社会白書（全体版）（PDF版）」  
[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2021/zenbun/pdf/1s1s\\_01.pdf](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2021/zenbun/pdf/1s1s_01.pdf)  
閲覧日 2022/03/09
- [26] 近藤則子「高齢者 ICT 利活用の課題 2016. pdf」  
000458086.pdf (soumu.go.jp)  
閲覧日 2022/03/15
- [27] 老いの工学研究所 「高齢者の「幸福感」は、何と関係しているのか？」  
<https://www.highnessco.jp/churakubou/detail/72#:~:text=%EF%BC%A1%E3%82%92%E5%B9%B8%E7%A6%8F%E3%81%AA%E9%AB%98%E9%BD%A2,%E3%81%84%E3%82%8B%E3%81%93%E3%81%A8%E3%81%8C%E5%88%86%E3%81%8B%E3%82%8A%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82>  
閲覧日 2023/07/21
- [28] 内閣府 NPO サイト「令和元年度 市民の社会貢献に関する実態調査」より「令和元年（2019年）報告書」  
[https://www.npo-homepage.go.jp/uploads/r-1\\_houkokusyo.pdf](https://www.npo-homepage.go.jp/uploads/r-1_houkokusyo.pdf)  
閲覧日 2022/03/15
- [29] PRTRMES 「シニア女性の幸福に関する意識調査」  
<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000074.000034765.html>  
閲覧日 2023/07/20
- [30] 「自分の得意なことを他人に教える活動を行っている高齢者は幸福度が高い」 ---朝日大学
- [31] かいごガーデン 「高齢者がしみじみと幸せを感じる、4つのシーンとは」  
<https://www.tsukui-staff.net/kaigo-garden/life/elderly-happiness/>  
閲覧日 2023/06/21
- [32] リサーチ一括.jp 「アンケート調査」  
<https://www.ikkatsu.jp/research/technique/questionnaire/>  
閲覧日 2023/06/15
- [33] 能美市交流協会  
<http://niea.iki-iki-nomi.net/c2.html> 閲覧日 2023/06/05
- [34] 能美市福祉協議会  
<https://www.city.nomi.ishikawa.jp/www/contents/1001000000446/index.html>  
閲覧日 2023/06/05
- [35] 富山社会人大楽塾

<http://www.a--smile.info/daigaku/daigakutop.html>

閲覧日 2023/06/05

[36] 陈正昌 程炳林 陈新丰 刘子键 「多变量分析方法 统计软件应用」  
(中国税务出版社 2005/04)

[37] 宮川公男 大守隆 「ソーシャルキャピタル」 (東洋経済新報社 2004/9/1)

[38] 成田康昭 「インターネットに媒介された「現実の社会的構成」

[https://rikkyo.repo.nii.ac.jp/?action=repository\\_action\\_common\\_download&item\\_id=11037&item\\_no=1&attribute\\_id=18&file\\_no=1](https://rikkyo.repo.nii.ac.jp/?action=repository_action_common_download&item_id=11037&item_no=1&attribute_id=18&file_no=1)

閲覧日 2023/07/18

