



2008年6月12日（木）5限16:50-18:30

加齢にともなう心身機能・生活の変化と適応  
（東京大学）

## No.9 社会関係の変化と適応

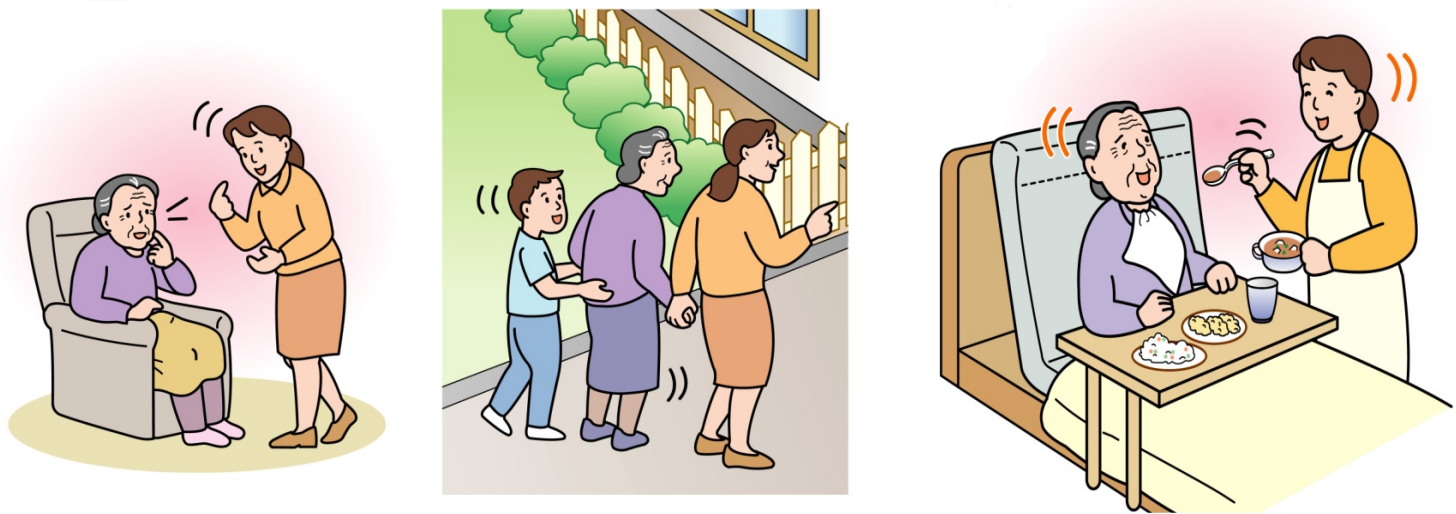
東京都老人総合研究所

小林 江里香

# 社会関係 (social relationships) とは

- 家族、友人、近所の人など、個人が周囲の人々と結ぶ関係
- 対人的な相互作用や交流に関する多くの概念や測定を包含する包括的用語
- 社会関係のどの側面に焦点を当てるかは、研究課題による
  - 社会的ネットワーク
  - ソーシャル・サポート

# 高齢者の社会関係のイメージ？



- 家族中心の関係
  - 援助される側
  - 支援を受けるほど幸福感が高い
- ➡ 研究結果は . . . .

# 本日の講義内容

## イントロダクション

1. 社会関係の概念と測定
2. 高齢者の社会関係の特徴
3. 加齢と社会関係の変化
4. 心理的well-beingに及ぼす効果
5. 健康への効果

## まとめ



# 1. 社会関係の概念と測定

○ 構造的・量的側面

○ 機能的・質的側面

# 社会関係の構造的・量的側面

- 構造面に着目する場合、社会的ネットワークという語もよく用いられる
- 関係の有無や数
  - 例) 配偶者の有無、親戚数、友人数など
    - 関係の数 = ネットワークサイズ
- 接触頻度
  - 会う頻度、電話で話す頻度など
- 地理的近接性 など

# 社会関係の機能的・質的側面

- ソーシャル・サポート social support
  - 情緒的サポート (emotional support)
    - 共感、安心、好意、尊敬などを示す
  - 手段的サポート (instrumental support)
    - サービスや実体的な援助を提供する
  - 情動的サポート
- コンパニオンシップ companionship
  - 楽しい相互作用の時間や余暇を一緒に過ごす



## 2. 高齢者の社会関係の特徴

○配偶者、同居家族

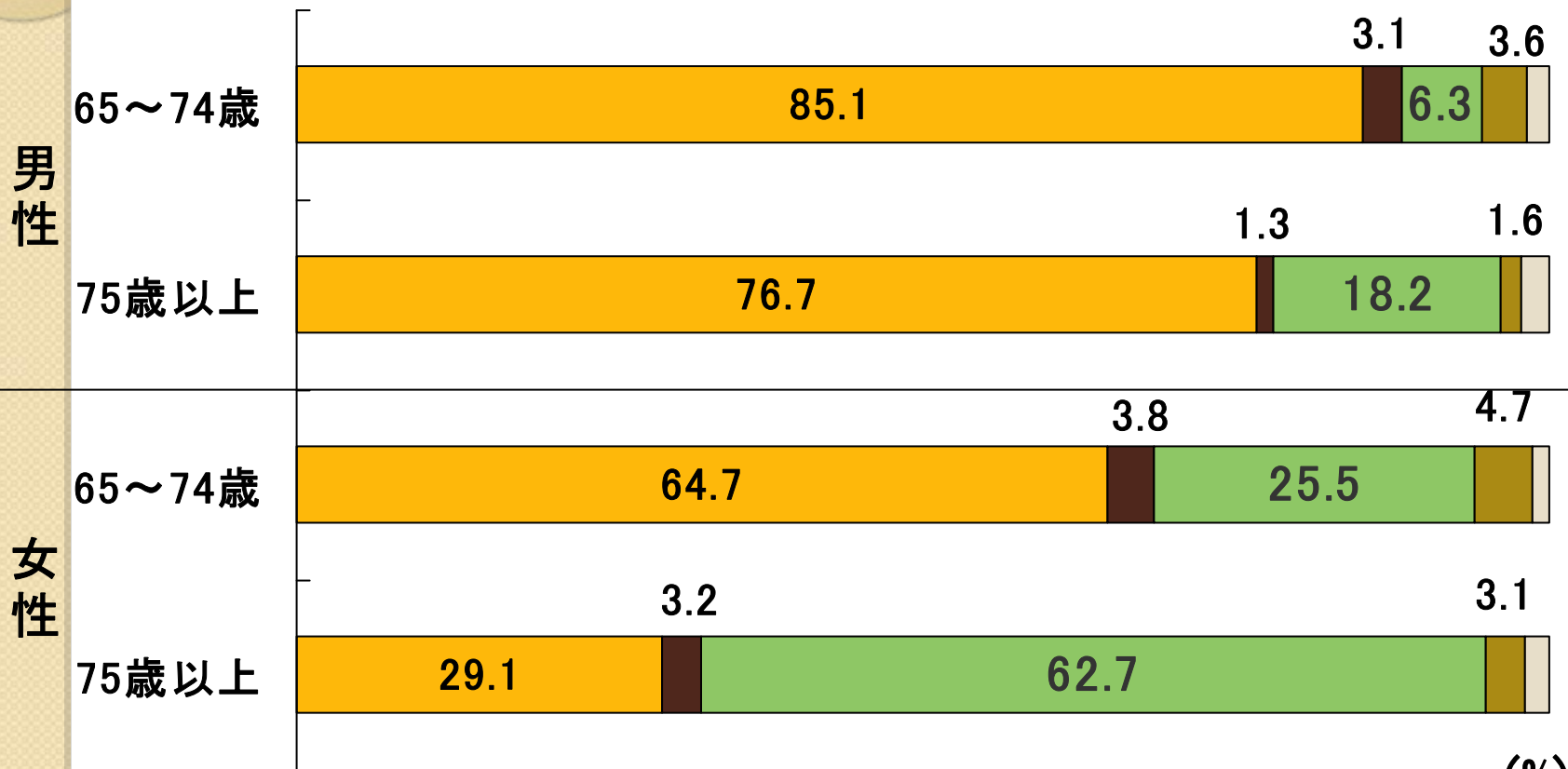
○友人・近所づきあい

○誰からサポートを受けるか



# 配偶者の状況

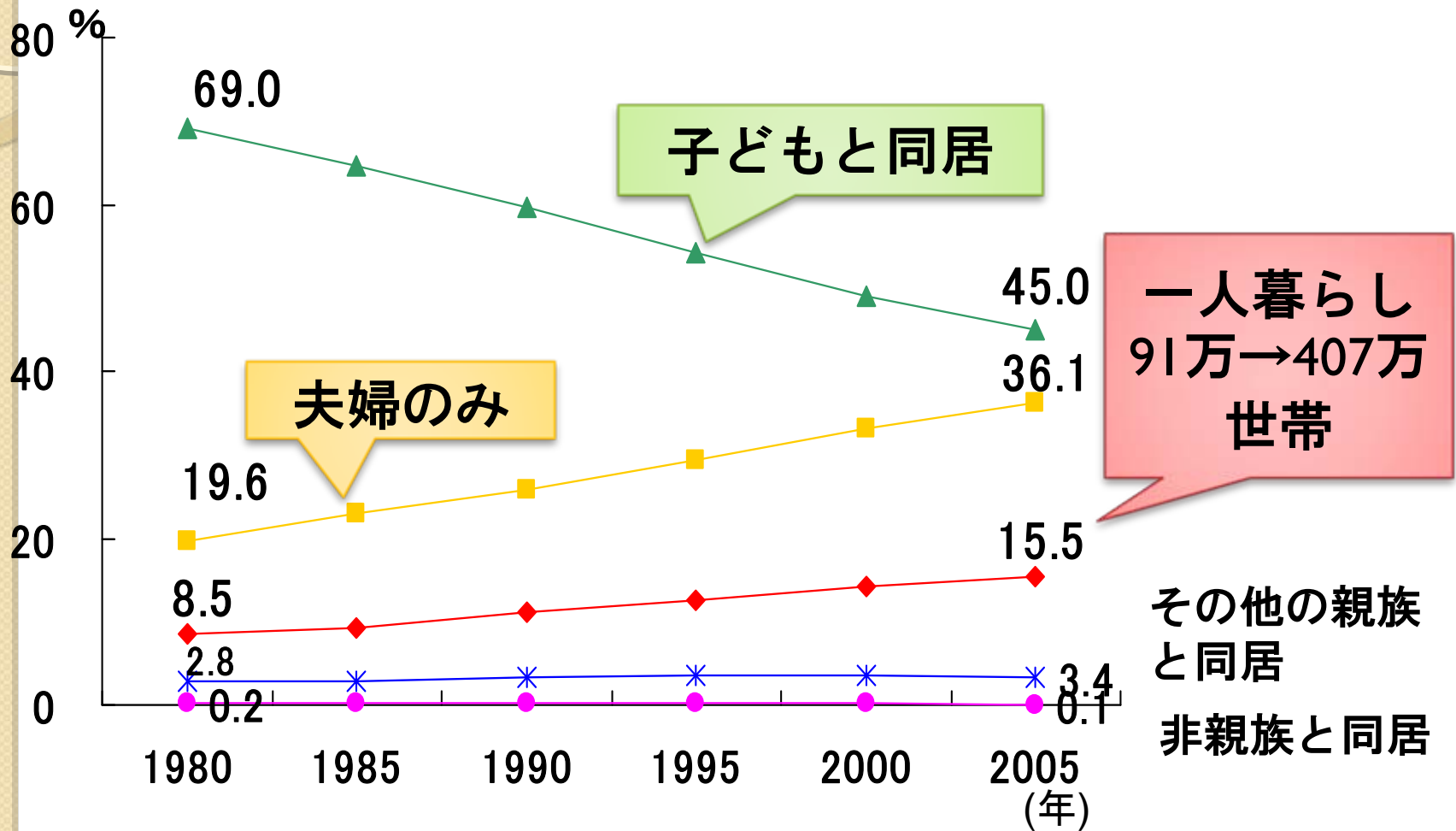
有配偶 未婚 死別 離別 不明



資料：総務省統計局「平成17年国勢調査」

(%)

# 家族形態の変化（65歳以上）

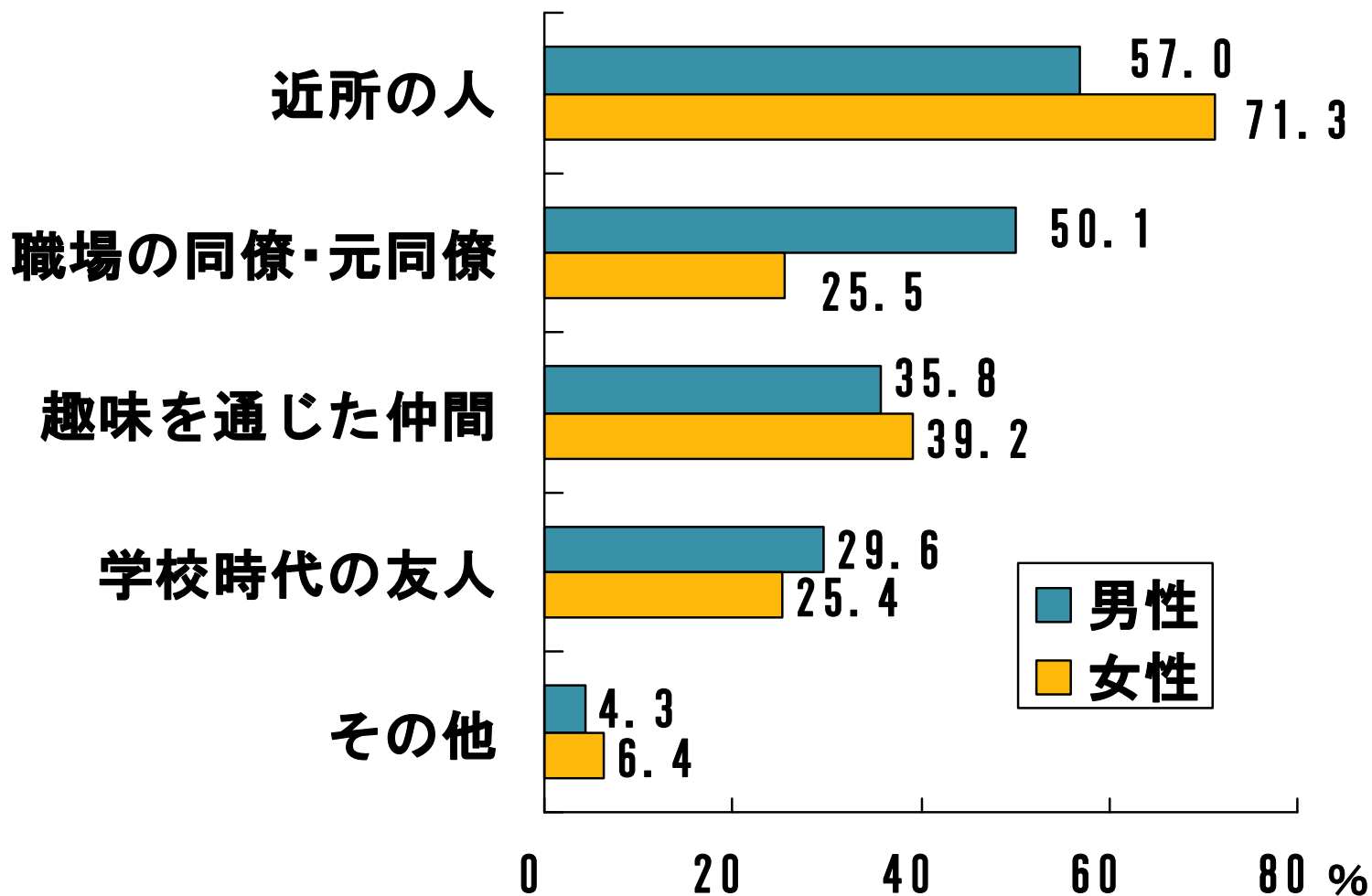


資料：内閣府「平成19年版 高齢社会白書」

# 友人、近所づきあい

- 内閣府「平成15年高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」
  - 全国の60歳以上対象、同様の調査を昭和63年より5年ごとに実施
  - “ふだん親しくしている友人・仲間”
    - 9割強がありと回答
    - 友人・仲間は「近所の人」が65%と最多
  - 近所づきあいの程度は「親しくつきあっている」が減少傾向
    - 昭和63年：64% → 平成15年：52%

# 親しい友人・仲間はどうのような人か (全国60歳以上)



資料：内閣府「平成15年高齢者の地域社会への参加に関する意識調査」

# 誰からサポートを受けるか に関する理論

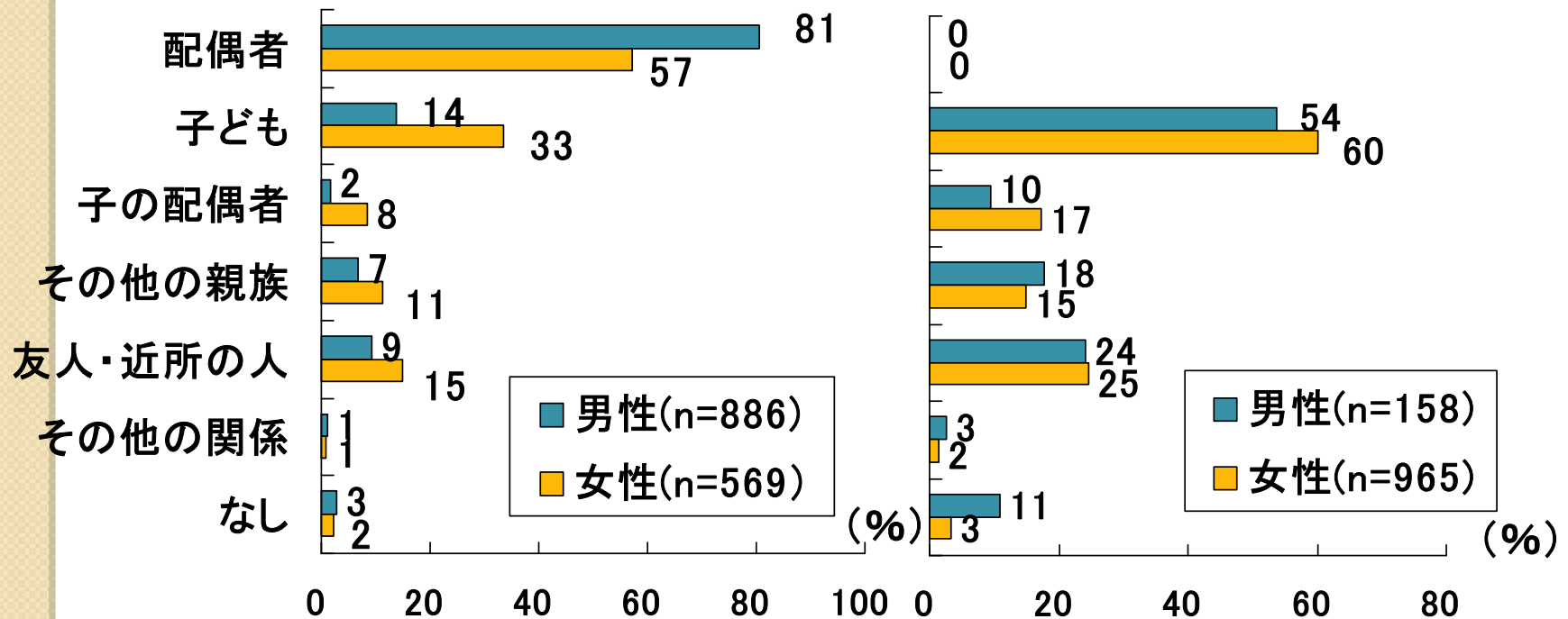
- **階層的補完モデル** hierarchical compensatory model (Cantor, 1979)
  - 高齢者はサポート源として親族、特に子どもなどの家族を最も好み、次に友人・近所の人、最後に公的組織を好み、より優先順位の高い関係が利用できない場合に、他の集団が代替として補完的役割を果たす
- **課題特定モデル** task-specific (Litwak & Szelenyi, 1969)
  - 課題の性質により効果的に課題を遂行できる関係が異なる
- **関係の機能特定モデル** functional specificity of relationship (Weiss, 1969; 1974)
  - 関係によって満たされる欲求が異なる→心理的well-beingへの効果を重視

# 情緒的サポートの提供者

「心配事を聞いてくれる」または「思いやりやいたわりを示してくれる」で、最も当てはまる人として挙げられた人

## 配偶者あり

## 配偶者なし

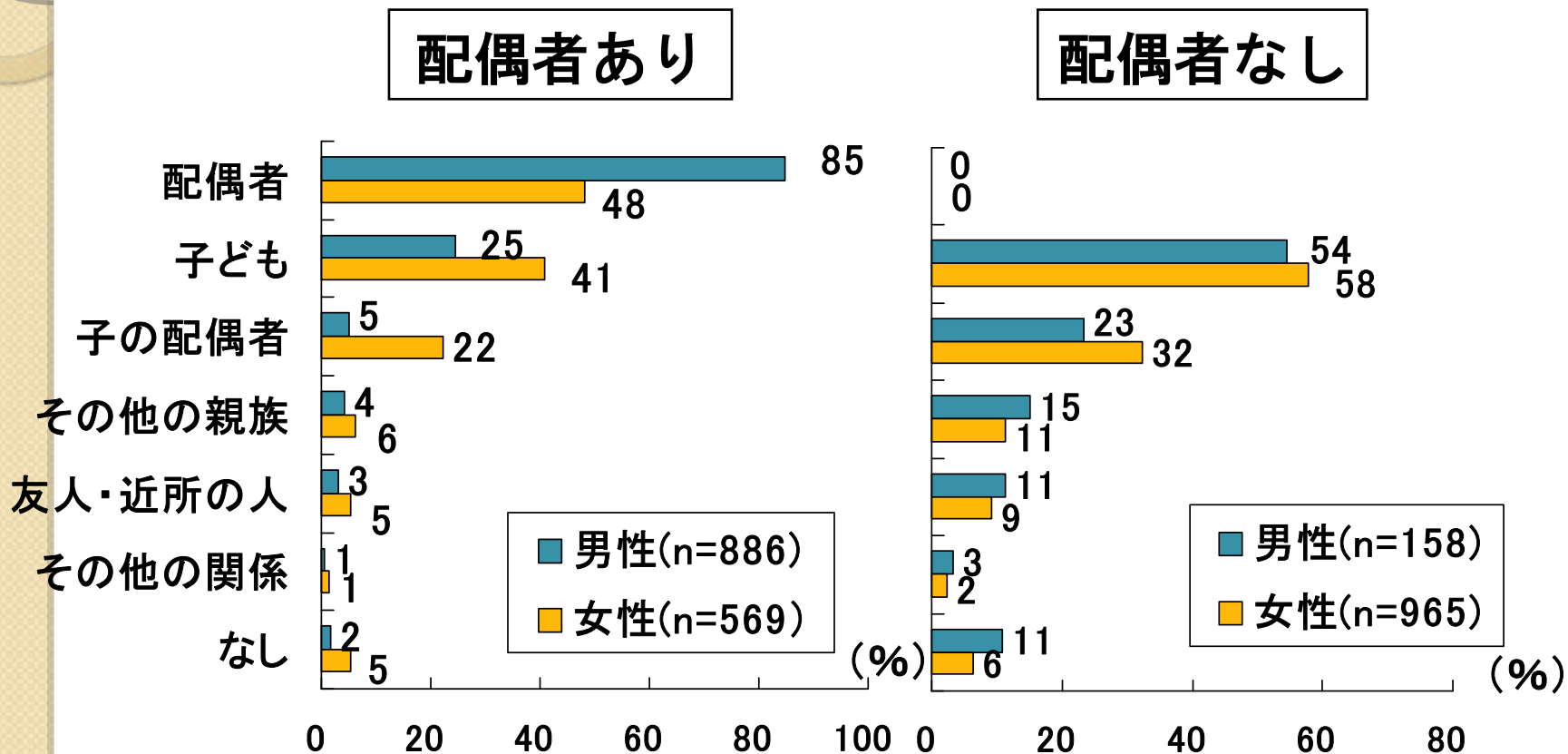


出典：小林ほか(2005)

(データ：全国70歳以上、1999年に訪問面接調査)

# 手段的サポートの提供者

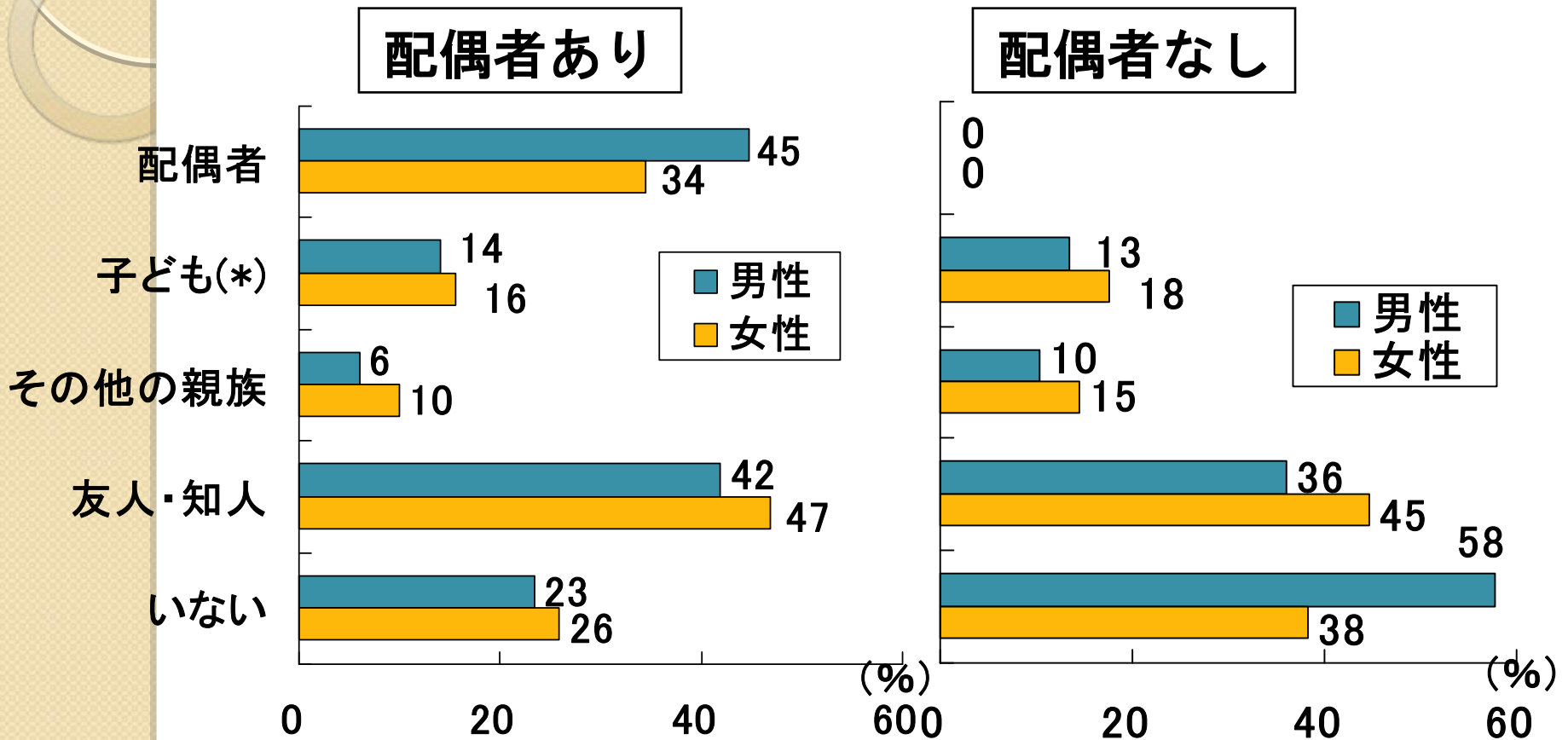
「日頃のちょっとした手助け」または「病気のときに世話をしてくれる」で、最も当てはまる人として挙げられた人



出典：小林ほか(2005)

(データ：全国70歳以上、1999年に訪問面接調査)

# 参考：Companion 一緒に趣味などの活動 をしたり、余暇を過ごす人を最大3人まで想起



(\*) 子どもがいる対象者中の割合

出典：西村ほか(2000)

(データ：全国65歳以上、1998年に訪問面接調査)



# 誰からサポートを受けるか

- 配偶者、子どもが中心
  - ただし、余暇を一緒に過ごす companion としては、配偶者や友人が多い
  - 男女差もあり・・・男性の方が配偶者中心



- 配偶者との死別への適応は、高齢期の重要な課題
- 増加する一人暮らし高齢者への対応
  - 地域の支援機能が重要・・・一方で近隣関係希薄化の問題も

### 3. 加齢と社会関係の変化

- コンボイモデル
- 社会情緒的選択理論
- サポート授受の変化
- 実証研究

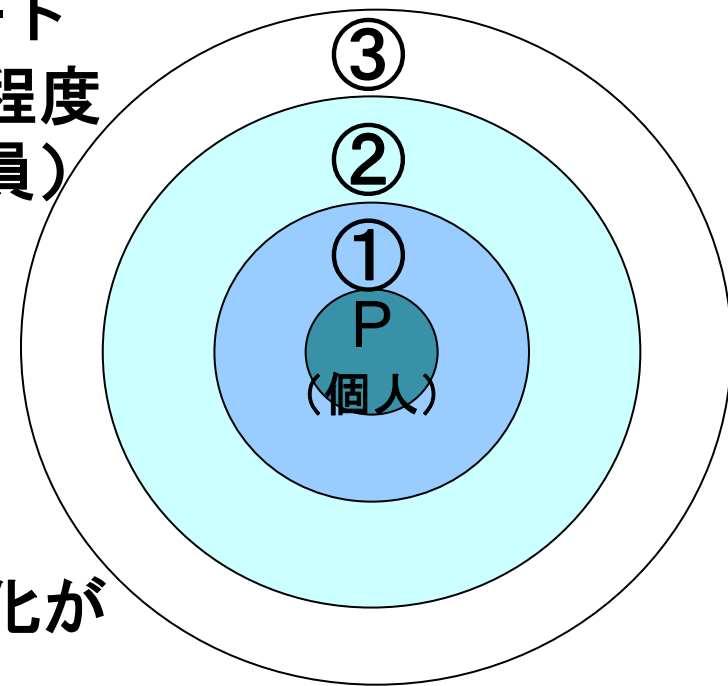
# 加齢と社会関係の変化に関する理論（様々な視点あり）

- 加齢に伴って変化しやすい関係と、変化しにくい関係がある・・という立場
  - コンボイモデル
  - 社会情緒的選択理論
- ソーシャル・サポートの授受の変化
  - 役割逆転（高齢期には、受領するほうが提供するより多くなる？）

# コンボイモデル (Kahn & Antonucci, 1980)

人が自らを取り巻く様々な関係の人に守られながら、人生の局面を乗り切っていく様子を護送船団 (convoy) になぞらえたもの

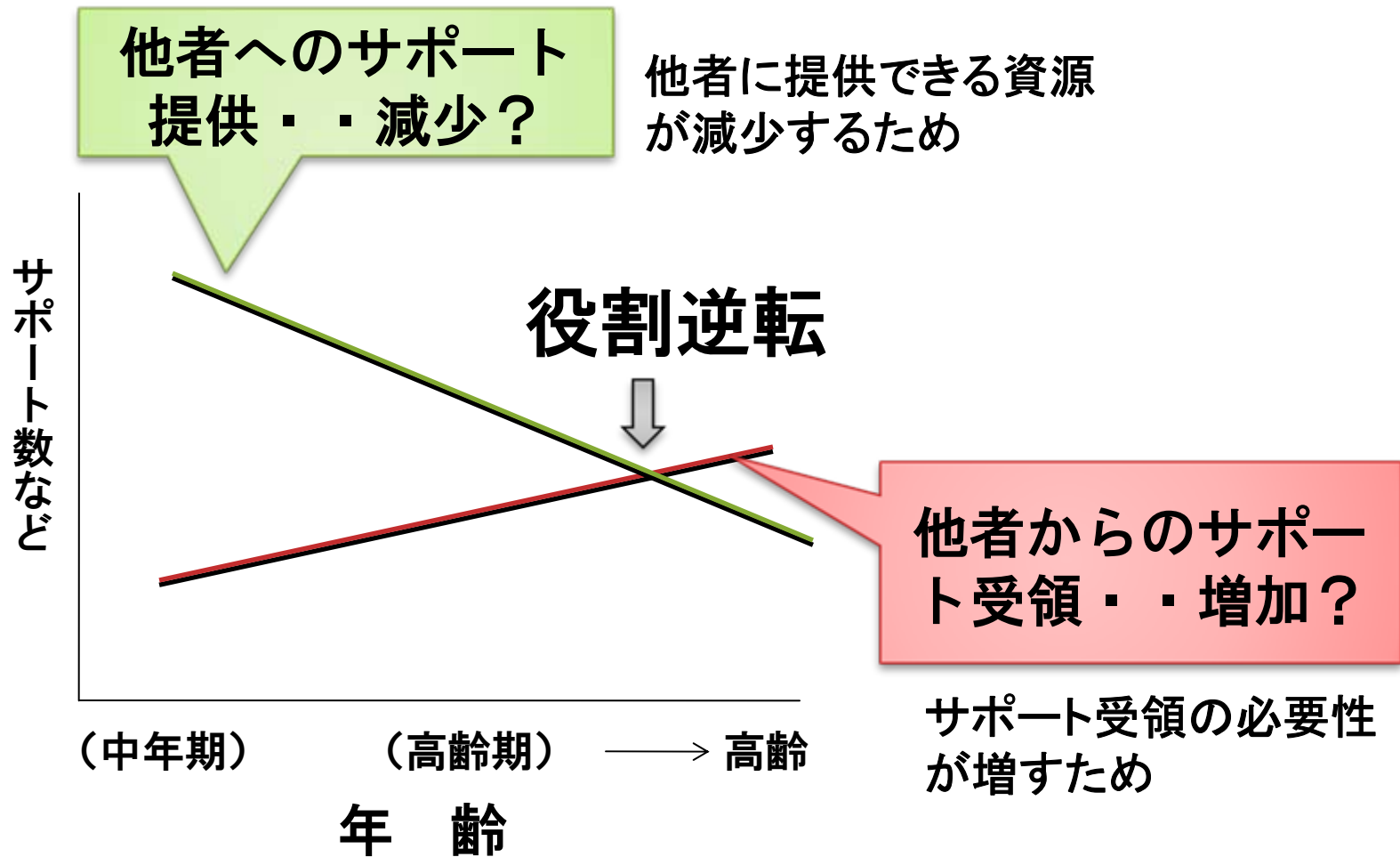
- Pにとってソーシャル・サポートの点から重要だが、親密さの程度が異なる人々 (コンボイの成員) が三層をなして取り囲む
- 内側の層ほど親密度高
- ① 安定的で役割依存的でない (配偶者、親友など)
- ② やや役割と関連し、時間的変化が生じやすい
- ③ 役割変化の影響を最も受けやすい



# 社会情緒的選択理論 socioemotional selectivity theory (Carstensen, 1991)

- 社会的相互作用の主な機能は、①情報の獲得、②アイデンティティの発達と維持、③情緒的調整（ポジティブな感情を最大にし、ネガティブな感情を最小にする）
- 高齢期は③が中心的目標であり、相互作用のコストは加齢とともに増加するため、この目標の達成にとって効果的な相互作用を**選択的**に行う
- ポジティブな感情を得るのに役立つ長年の友人や親戚との相互作用の頻度は、生涯を通してあまり変化しないが、そのような感情を得にくい知り合いや新しい相手との相互作用は変化しやすい

# サポート授受の変化



注) Morganら(1991)の議論を元に作成した概念図

# 実証研究における課題

- 社会関係の指標
  - ネットワークサイズ、接触頻度、サポートの種類と方向性（受領と提供）など
- 誰との関係を見るか
  - 家族、親戚、友人など
- 対象者の年齢（高齢期の年齢幅は大）
- 横断研究から縦断研究へ
  - 一時点の調査で観察された年齢差は加齢による差か？
  - 縦断研究の場合、追跡期間の問題も

# 縦断研究の例① Shaw et al.(2007)

- 全米の65歳以上の男女を10年間にわたり4回調査、社会関係の変化を分析
- 主な結果
  - 変化せず
    - 家族との接触頻度、  
情緒的サポートの受領
  - 増加
    - 手段的サポートの受領
  - 減少
    - 友人との接触頻度、  
情緒的・手段的サポートの提供

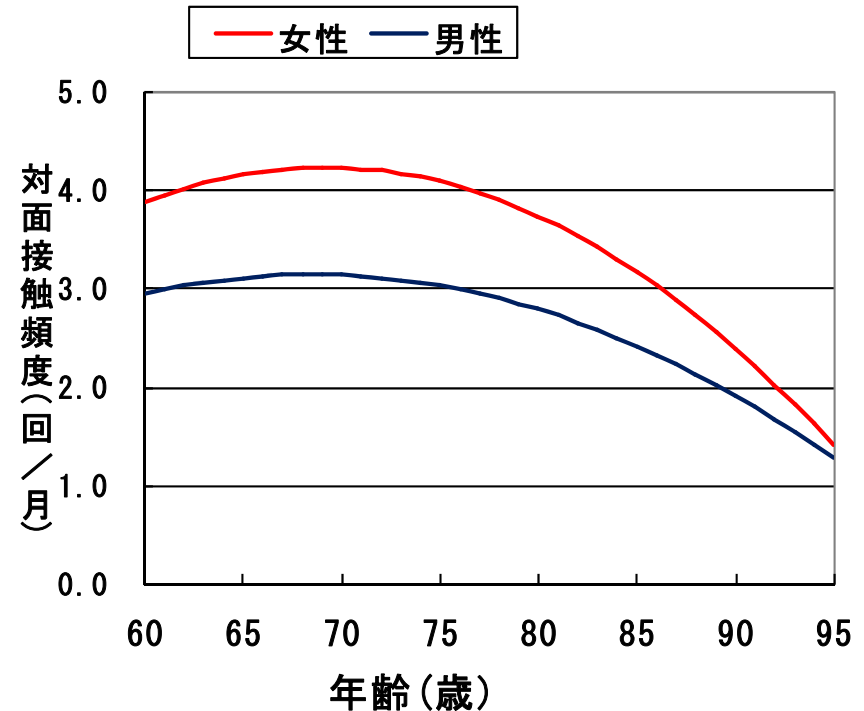


## 縦断研究の例② 小林による分析（未公開）

家族以外との対面接触頻度の変化  
(友人・近所の人・親戚と会ったり出かけたりする)

### データ

東京都老人総合研究所、ミシガン大学、東京大学が、約3年ごとに実施している全国高齢者追跡調査の第1回（1987）～第7回（2006）調査



## 4. 心理的well-being に及ぼす効果

- 心理的well-being
- 家族か友人か
- サポートの受領
- サポートの提供と互惠性
- ネガティブな相互作用

# 心理的well-being

- 心理的well-being
  - 生活全般についての認知的・感情的評価で、生活満足度、ハピネス、モラール、抑うつなどを含む多次元の概念
- Subjective well-being（主観的幸福感）
  - 心理的well-beingと同義に用いられる事が多いが、特定領域に関する評価（家族関係満足度など）を含める場合がある
- 全般的には、社会関係が豊かな人（ネットワークサイズが大きい、接触頻度が高い、サポート受領など）ほど心理的well-beingは高い傾向

# 家族か友人か

- 高齢者にとって家族は主要なサポート提供者（前述）
- 一方で、家族よりも友人・近所の人との接触のほうが、心理的well-beingと強く関連することを示す研究が多い
  - 義務的な家族関係に対して、友人は相互選択された関係
  - 余暇など楽しい時間は友人と過ごすことが多い

# ソーシャル・サポートの受領

- 知覚されたサポート（サポートの認知）
  - 必要なときにサポートを受けられると期待する入手可能性(availability)など
  - well-beingへのポジティブな効果が比較的一貫してみられる。ストレス緩衝効果も
- 実際に受けたサポート
  - 情緒的サポートの受領はプラスが多い
  - 手段的サポートについては、実際に受領した人ほど抑うつが高いなど、逆の結果も
    - 返報できない状況でサポートを受けることは、自尊心への脅威になるのかも

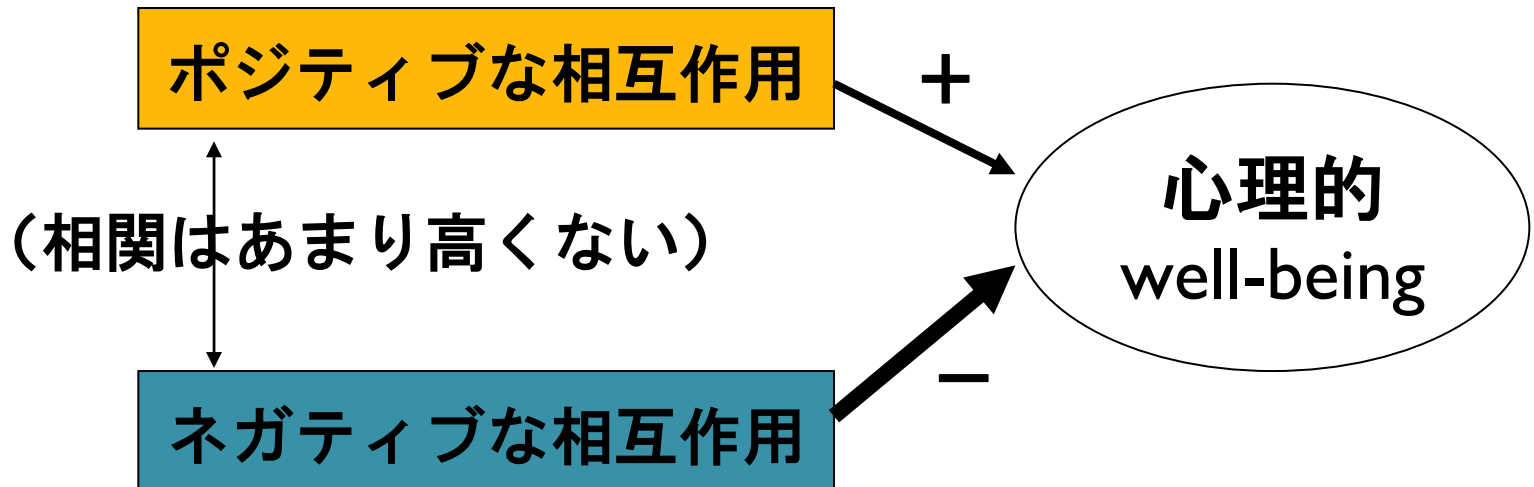
# サポートの提供と互恵性

- 他者へのサポート提供が心理的well-beingを高めることが、高齢者の追跡調査からも確認されている
- 授受のバランスの問題
  - 受領より提供が多い場合や、提供より受領が多い場合に比べ、互恵性(reciprocity)がある場合のwell-beingが最も高い？
  - 支持する研究はあるが、サポートの種類や相手（子ども、友人など）による違いも報告されている
  - 長期的な互恵性をどう考えるか

# ネガティブな相互作用

negative interaction/exchange, negative support

- 社会関係にはネガティブな側面もある
  - 効果的でない援助、過度の援助、望まない、不愉快な相互作用（**非**難、プライバシーの侵害など）



## 4. 健康への効果

○死亡率

○病気の発症と予後

○身体機能と認知機能



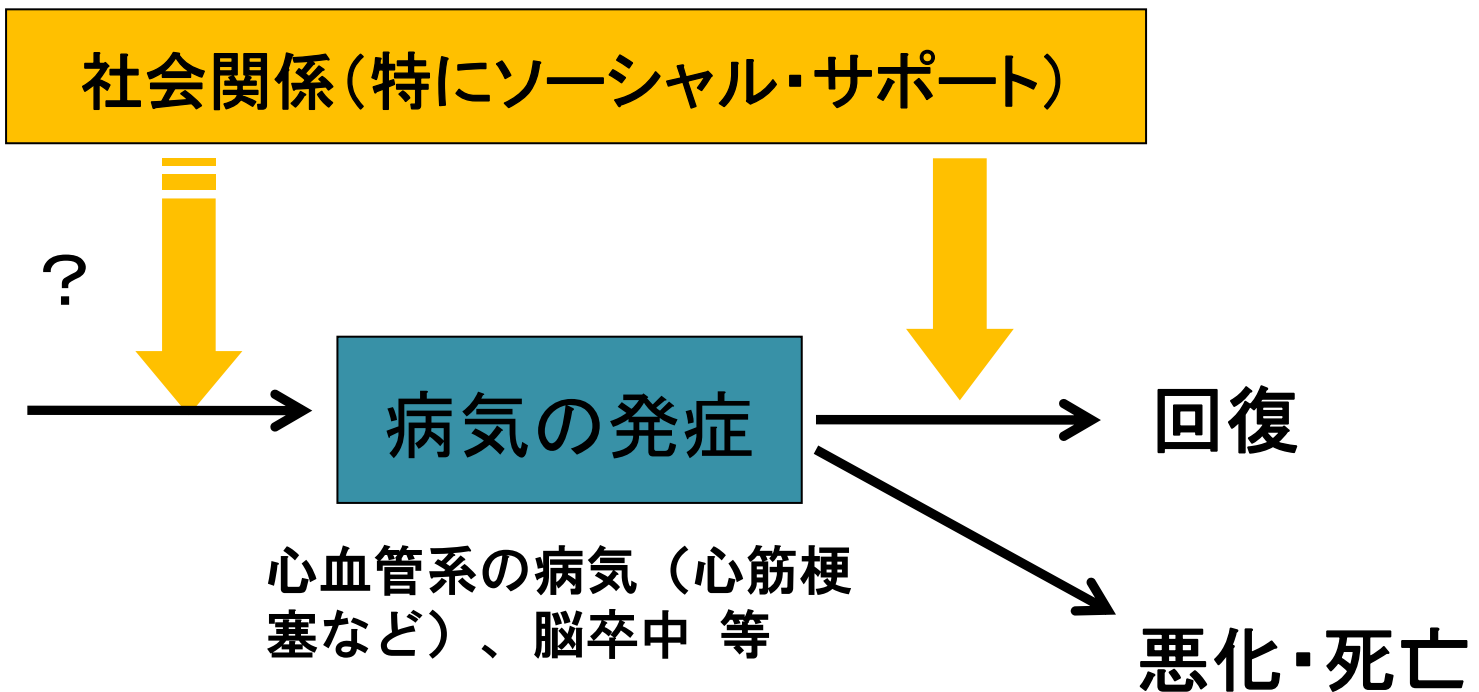
# 社会関係と死亡率 mortality

## 研究事例：アラメダ研究 (Berkman & Syme, 1979)

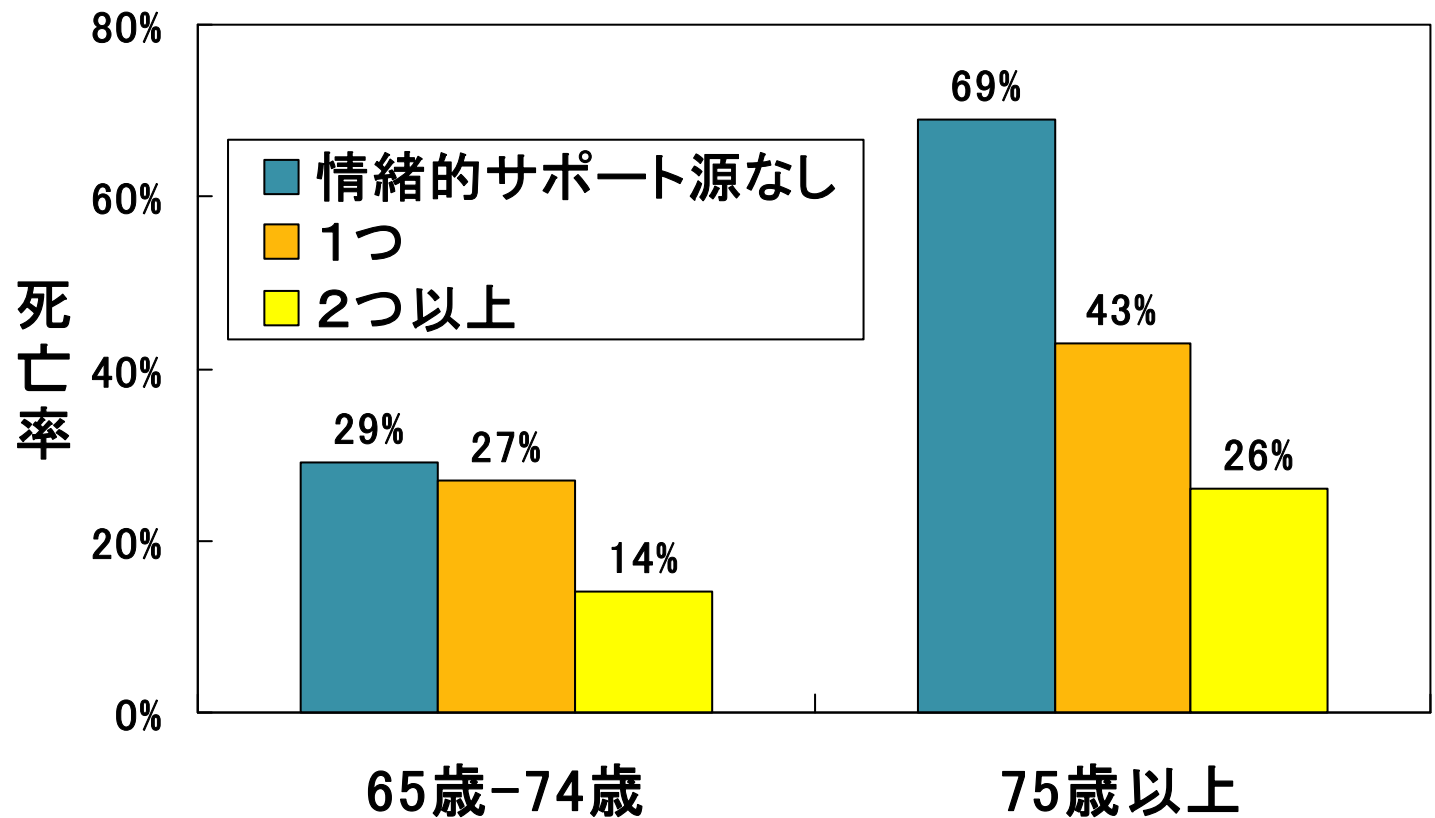
- 1965年に30-69歳だった4,725人を9年間追跡
- 社会的統合（配偶者、友人・親戚、教会や他のグループ参加の総合指標）が低い人は、高い人にくらべて、約2倍も死亡のリスクが高かった
- 同様の研究多数。高齢者の追跡調査でも同様の報告がある（日本でもあり）
- 死亡率との関連の強さに男女差も

# 病気の発症と予後

- 社会関係と病気（心筋梗塞など）の発症との関係についての結果は一貫していないが、情緒的サポートを得られる人ほど予後が良い



# 研究例：サポートの水準別に見た心筋梗塞患者の半年間の死亡率



出典：Berkman, L.F. 1995 The role of social relations in health promotion, *Psychosomatic Medicine*, 57, 245-254.

# 身体機能と認知機能

社会関係が豊かな人ほど、

- 身体機能（屈伸、物を持ち上げる、小さい物をつまむ等）の低下が小さい
- 日常生活動作障害（入浴、衣服着脱、食事等に介助が必要）の発生のリスクが低い、回復率がよい
  - ただし、手段的サポートをよく受けている男性ほど、障害発生のリスクが高いという逆の結果を報告した研究もある
- 認知機能低下（認知症の発症）のリスクが低い  
など

## 参考文献（本日の講義内容とほぼ同じです）

- 小林江里香（2008）．高齢期の社会関係．  
権藤恭之（編）「高齢者心理学」，朝倉心理学講座第15巻，朝倉書店(p.151-169)

## スライド中で引用した文献

- 内閣府など実施の調査については、各省庁のホームページ参照
- Berkman, L.F. & Syme, S.L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: A nine-year follow-up study of Alameda County residents. *American Journal of Epidemiology*, **109**(2), 186-204.
- Cantor, M.H. (1979). Neighbors and friends ; An overlooked resource in the informal support system. *Research on Aging*, **1**(4), 434-463.
- Carstensen, L.L. (1991). Selectivity theory: Social activity in life-span context. In K.W. Schaie, & M.P. Lawton (Eds.), *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*.

## 引用文献（つづき）

- Kahn, R.L., & Antonucci, T.C. (1980). Convoys over the life course: Attachment, roles, and social support. *Life-Span Development and Behavior*, **3**, 253-286.
- 小林江里香・杉原陽子・深谷太郎・秋山弘子・Liang, J. (2005). 配偶者の有無と子どもとの距離が高齢者の友人・近隣ネットワークの構造・機能に及ぼす効果 *老年社会科学*, **26**(4), 438-450.
- Litwak, E., & Szelenyi, I. (1969). Primary group structures and their functions; Kin, neighbors, and friends. *American Sociological Review* , **34**(4), 465-481.
- Morgan, D.L., Schuster, T.L., & Butler, E.W. (1991). Role reversals in the exchange of social support. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, **46**(5), S278-S287.
- 西村昌記・石橋智昭・山田ゆかり・古谷野 亘 (2000). 高齢期における親しい関係—「交友」「相談」「信頼」の対象としての他者の選択— *老年社会科学*, **22**(3), 367-374.
- Shaw, B.A., Krause, N., Liang, J., & Bennett, J. (2007). Tracking changes in social relations throughout late life. *Journal of Gerontology: SOCIAL SCIENCES*, **62B**(2), S90-S99.
- Weiss RS (1974). The provisions of social relationships. In Z. Rubin (Ed.) *Doing unto others; Joining, molding, conforming, helping, loving* (pp. 17-26). Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall.