

在宅閉じこもり高齢者の現在の生活についての思いに関する 質的研究

古田加代子¹, 流石ゆり子², 伊藤 康児³

A Qualitative Study Regarding Current Quality of Life among Housebound Elderly.

Kayoko Furuta¹, Yuriko Sasuga², Kohji Itoh³

本研究では、移動能力があるにもかかわらず、外出頻度が週1回以下の閉じこもり高齢者を対象に、閉じこもっている状態の中で抱えている思いを総体的に明らかにすることを目的とした。関東地方と中部地方の農山村で暮らす9名の高齢者に半構成面接を行い、以下のことが明らかになった。

閉じこもり高齢者は、【自分の過去に満足している】【老いても老いにあわせた生活をすればいい】という思いをもとに【今の暮らしができることがいい】という思いを抱いていた。その上で【大切なものを失い何もする気がしない】【理由があって外出したくない】という消極的な思いと、【人の世話になりたくない】【外出が楽しみだ】という積極的な思いの中で揺れ動いていることが推察された。また【理由があって外出したくない】【外出が楽しみだ】という外出に対する思いには【自分の周囲の人や出来事を気にかけている】という思いが影響していた。さらに閉じこもり高齢者は現実の中だけに生きているのではなく、【将来に対する自分なりの考えを持っている】ことも語った。以上のことから閉じこもり高齢者の消極的な思いを十分に受け止めるとともに、積極的な思いや生き方に対する望みを支持することの重要性が示唆された。

キーワード：在宅高齢者、閉じこもり、思い、質的研究

I. はじめに

超高齢化社会を迎えたわが国においては、高齢者が要介護状態に移行することに歯止めをかけるために、「閉じこもり」状態に関心が集まっている。2006年（平成18年）4月に改正された介護保険法では、市町村は介護予防事業の一環として、要支援・要介護になるおそれのある「特定高齢者」を選定し、「介護予防プログラム」を実施することになった。「閉じこもり」状態にある者も特定高齢者に含められ、改善策が模索されている。

これまで閉じこもり高齢者については様々な研究が行われ、閉じこもり状態に身体的要因、心理的要因、社会的要因としてどのような項目が関与するか検証が重ね

られてきた^{1)~5)}。その中であって閉じこもりに関連する心理的要因としては、「主観的健康感が悪いこと」¹⁾³⁾ や「抑うつ」⁴⁾、「意欲低下」⁶⁾ などが明らかになっている。また筆者らは移動能力のある閉じこもり高齢者においては、身体的要因ないしは社会的要因が「閉じこもり」を導くという単純な図式ではなく、身体的・社会的要因から影響を受けた、「興味・関心の低下」「人生に対する満足感の低下」「抑うつ」「外出志向の低下」という4つの心理的要因が外出頻度に関与することを見出した⁹⁾。これらの閉じこもり状態に関連する心理的要因からは、否定的で消極的な心理状態が推測される。

しかし、筆者らが接した閉じこもり高齢者の中には、このような心理状態とは違って、自宅の中での生活に満足感を持ち、日課に楽しみを組み込むなど、前向きな意

¹愛知県立看護大学（地域看護学）、²山梨県立大学 看護学部、³名城大学 人間学部

欲を伺わせる者もいた。筆者らはこれまでの量的な研究結果と、目の前の閉じこもり高齢者の姿の間で混乱し、量的研究の中で浮き彫りになった心理的特徴に加えて、全体的な心理状態を把握したいと考えた。またより閉じこもり状態を理解するためには、当事者である高齢者の視点から内面を明らかにすることが重要であると考えた。しかし、総体的に閉じこもり高齢者の心理状況や認識を、当事者の立場から明らかにした研究は見あたらなかった。

そこで本研究では、移動能力があるにもかかわらず閉じこもっている高齢者を対象に、閉じこもっている状態の中でどのような思いを抱いているのかを、質的記述的研究によって総体的に明らかにすることを目的とした。

なお本研究では「思い」を、認識や感情、意志を含む心の動きの総称と定義する。

II. 方 法

1. 調査対象者

対象は関東地方と中部地方の農山村で暮らし、屋外への移動能力があるにもかかわらず、少なくとも最近3ヶ月間は外出頻度が週1回以下に低下している閉じこもり高齢者とした。対象者を把握している市町村保健師から紹介を受け、研究参加に了解の得られた者を対象者とした。なお、調査方法を面接調査としたため、自分の現在の思いを語ることに支障があると考えられた認知症高齢者自立度（厚生労働省）がⅡ以上の者は対象から除外した。

2. 調査方法

各対象者宅に研究者1名が紹介保健師とともに訪問し、研究者からの文書と口頭による研究参加依頼に了解の得られた高齢者9名に、1回約60分の半構成面接調査を行った。インタビューは研究者が中心になって行い、項目として①1日の過ごし方、②閉じこもり状態の中で抱えている気持ちや考え、③今後の希望の3つを設定した。なお対象者の基本属性として性別、年齢、現病歴、要介護度、閉じこもりになるきっかけ、閉じこもり期間、家族構成については、口頭で本人または家族に確認した。また面接中に対象者の印象、身だしなみなどを参加観察し、分析時に対象理解の材料とした。インタビューは本人の承諾を得て録音し、面接時の対象者の表情や態度、動作を加えながら逐語化した。調査期間は2003年12月～2004年1月であった。

3. 分析方法

筆者らが本研究によって明らかにしようとしていることは、「閉じこもり状態にある高齢者は、閉じこもり状態の中でどのような思いを抱いているのだろうか」ということであった。そこで研究しようとしている研究領域の中で混乱や矛盾が生じた時に適しており、出来事を包括的に日常的な用語で記述し、現象が理解できる方法である質的記述的研究⁷⁾を用いることにした。本研究では高齢者自身の言葉によって思いの全体像を理解したいと考えていたので、この方法を選択した。

半構成面接によって得られたデータを逐語化し、対象者1名ずつについて、文脈を読みとりながら閉じこもり状態にある高齢者が抱えている思いを抽出した。データは、ひとつの意味をもつまとまりごとに、できるだけ高齢者の発言を用いてコード化した。コードは他のコードと意味内容の同質性、異質性を検討し、共通するものをカテゴリー化することによって抽象度を高めた。さらにカテゴリー間の関連性を検討し、図解化して、閉じこもり高齢者の思いを説明するために文章化した。

分析結果の厳密性の検討は、適用性、一貫性、確証性の観点⁷⁾から行った。適用性については同席した保健師に「今回の結果は、他の閉じこもり高齢者にも当てはまるか」を確認した。一貫性、確証性については共同研究者に質的研究を手がけた者を選定し、3名の研究者間で意見の一致をみるまで検討を重ねた。なお、意見の一致に至らない内容は、採用しなかった。

4. 倫理上の配慮

研究協力者となる市町村には、調査目的・概要を文書と口頭で説明し、協力を求めた。協力の承諾が得られた場合は、保健師が対象者および家族に電話で調査協力の依頼をし、研究者との訪問の許可を得た。最終的な研究参加確認は研究者が文書と口頭で説明し、対象者本人から同意書で承諾を得た。調査の依頼にあたっては、研究の主旨、研究の参加および途中辞退の自由、得られたデータの匿名性の保持、データの研究目的外使用の禁止、協力しなくても不利益を被らないことなどを説明した。また面接中は、対象者の体調変化に常に留意した。本研究は名城大学総合学術研究科研究倫理審査委員会の承認を得た。

Ⅲ. 結 果

1. 分析対象者の基本属性

対象者9名の性別は、男性4名、女性5名であった。平均年齢は 85.3 ± 4.0 歳で、全員が後期高齢者であった。現病歴がある者は8名、要介護認定を受けている者は4名であった。平均閉じこもり期間は 1.9 ± 1.2 年であった。家族構成は一人暮らし、夫婦二人暮らしが各1名で、残り7名は子どもなどと同居している複合世帯であった。

2. 閉じこもり状態にある高齢者が抱く思い

抽出されたデータは28のサブカテゴリーから最終的に9つのカテゴリーに集約できた(表1)。以下その主なものを、カテゴリーは【】、サブカテゴリーは〈〉で示す。

- 1) 【老いても老いに合わせた生活をすればいい】:〈老いを自覚している〉〈老いに合わせた生活ができればいい〉の2つのサブカテゴリーから構成されていた。
- 2) 【今の暮らしができることがいい】:〈今の生活に楽しみを見つけている〉〈今の暮らしが一番いい〉〈自分なりの役割を見つけている〉〈今の生活を続けたい〉〈家族や神仏が心の支えだ〉から成っていた。
- 3) 【人の世話になりたくない】:〈いつまでも自分のことは自分でしたい〉〈今の健康状態を維持していきたい〉〈子供のお荷物になりたくない〉を含んでいた。
- 4) 【理由があって外出したくない】:〈外出するくらいなら家の方が気楽〉〈自分で出かける自信がない〉〈人との交流ができにくくなった〉〈外出しないのにはそれなりのきっかけがあった〉から構成された。
- 5) 【外出が楽しみだ】:〈外出が楽しみだ〉というカテゴリーのみから成っていた。
- 6) 【大切なものを失い何もする気がしない】:〈意欲が持てない〉〈興味関心がなくなった〉〈思うようにできなくなったのでおしまいだ〉〈大切な人を失ってさびしい〉から構成された。
- 7) 【自分の周囲の人や出来事を気にかけている】:〈自分の周囲の人や出来事を気にかけている〉のみが含まれていた。
- 8) 【自分の過去に満足している】:〈よい思い出を持っている〉〈人の役に立つことをしていたことが今の支えだ〉から成っていた。
- 9) 【将来に対する自分なりの考えを持っている】:〈生活

の希望を持っている〉〈元気で長生きしたい〉〈これからの身の処し方を考えている〉から構成されていた。

Ⅳ. 考 察

1. 高齢者が閉じこもり状態の中で抱く思いの構造

在宅高齢者が閉じこもり状態の中で抱く思いについて、全体像を理解するためにカテゴリー間の構造を検討し、図1にまとめた。最終的に抽出された9つのカテゴリーでは、生活意欲と外出に対する思いにおいて相反するカテゴリーが見出された。生活意欲では【大切なものを失い何もする気がしない】と【人の世話になりたくない】であり、外出に対する思いでは【理由があって外出したくない】と【外出が楽しみだ】であった。そこでこれらに対極の位置関係に配置した。さらに【自分の周囲の人や出来事を気にかけている】は、外出に対する双方の思いの関連条件となっていると考えられたため、2つのカテゴリー間に配置し、2つのカテゴリーに向けて一方向の矢印を付した。外出に対する思いの3つのカテゴリーは、【自分の周囲の人や出来事を気にかけている】思いが強まると【外出が楽しみだ】という思いが強まり、反対に弱まると【理由があって外出したくない】という思いが強まる関係にあると考えられた。また生活意欲と外出についての相反する2つの思いは、双方のカテゴリーの中で揺れ動き共に変化すると推察された。さらに生活意欲と外出に対する思いの間でも互いに影響を及ぼしあい共に変化すると考えられたため、これらには双方向の矢印を付した。一方【自分の過去に満足している】【老いても老いに合わせた生活をすればいい】という、自分の過去も現在ものみこんだ2つの思いは、【今の暮らしができることがいい】という思いの条件となっていると考えられた。これら3つは現実に折り合いをつける思いと推察できた。さらに【今の暮らしができることがいい】という思いは、生活意欲と外出に対する思いの双方に影響を及ぼしていると文脈をたどることができたため、一方向の矢印を付した。【将来に対する自分なりの考えを持っている】は、閉じこもった生活の中で様々な思いを抱きながら、最後に帰結する思いと捉えることができたため、構造図の一番上に配置し、矢印で結んだ。以下にこの構造図を文章化する。

閉じこもり高齢者は、長い生涯を振り返り、【自分の過去に満足している】という思いを持ち、老いを自覚する中で【老いても老いに合わせた生活をすればいい】と考

表1 高齢者が閉じこもり状態の中で抱いている思い

カテゴリー	サブカテゴリー	コード
老いても老いに合わせた生活をすればいい	老いを自覚している	目が悪くなって不自由だ
		物忘れをするので困る
		年をとって昔とは違う自分を自覚する
		自分の身の回りのことをするにも疲れる
		自分が来客の対応に負担を感じる
		外で行う趣味はできなくなってしまった
		みんなと一緒にの行動がとれなくなった
	老いにあわせた生活をすればいい	まだ好きなように動けるからありがたい
	自分のペースで生活すればいい	
	老いに対応した生活をしている	
今の暮らしができることがいい	今の生活に楽しみを見つけている	自分の日課がある
		おしゃべりをするのが楽しみ
		家の中での毎日の生活に楽しみがある
		子供が遊びに来てくれるのが楽しみ
		自分のために訪問してくれる人がいるのが嬉しい
	今の暮らしが一番いい	今の家族と暮らすことが幸せ
		今の暮らしが自分に一番あっている
		今の生活ができることに感謝する
	自分なりの役割をみつけている	家の中で役割をみつけている
		子供に〇〇を教える準備をしている
	今の生活を続けたい	今の生活が続けられればなによりだ
		季節の変化をじっと待つ
家族や神仏が心の支えだ	子供の気遣いが嬉しい	
	世話をしてもらうのはやっぱり家族だ	
	神仏を支えにしている	
人の世話になりたくない	いつまでも自分のことは自分でしたい	自分がやれることは自分でしたい
		自分ができるとをなるべく長くやりたい
		人に迷惑をかけたくない
	今の健康状態を維持していきたい	自分の健康状態にあわせた生活をしている
		筋力が落ちないように工夫して生活をしている
		健康によいことを心がけて生活している
		健康でいるために毎日の生活に気をつけている
		病気の後の健康管理に気をつけている
		マッサージに行かなくてもよくなったのが嬉しい
	子供のお荷物になりたくない	自分のことよりも子供の生活を優先したい
		子供の生活のじゃまをしたくない
		何らかの形で子供の役に立ちたい

理由があって外出したくない	外出するくらいなら家の方が気楽	家にいれば気楽なので外出したいと思わない
		外出して大変な思いをしたくない
		外出すると疲れる
		外出のための支度が面倒くさい
		外出して人に迷惑をかけたくない
		目的が合わないところには参加したくない
	自分で出かける自信がない	歩いて出かける自信がない
		外出して転倒することが怖い
	人との交流が出来にくくなった	人の交流が少ない時代になった
		行き来できる友達がなくなった
		地域行事に参加しにくい
	外出しないのにはそれなりのきっかけがあった	友達が亡くなってから外出しない
地域の役割がなくなって外出しなくなった		
妻の介護があるので出かけられない		
外出が楽しみだ	外出が楽しみだ	出かけることが楽しみ
		外出を心待ちにしている
大切なものを失い何もする気がしない	意欲がもてない	動く気になれない
		時間をもてあましている
		余分なことは考えていない
	興味関心がなくなった	興味関心が低くなった
		趣味はない
		希望はない
	思うようにできなくなったのでお終いだ	身体が思うように動かなくなったらお終いだ
		いい年だからやれなくてもしょうがない
		もう自分で思うようにできなくなったからだめだ
	大切な人を失ってさびしい	友人を失ってさびしい
		配偶者を失ってさびしい
	自分の周囲の人や出来事を気にかけている	自分の周囲の人や出来事を気にかけている
近所のことを気にかけている		
村の人たちのことを気にかけている		
村の行事に関心がある		
自分の過去に満足している	よい思い出を持っている	家族とのよい思い出がある
		友達との楽しい思い出がある
		趣味の楽しい思い出がある
	人の役に立つことをしていたことが今の支えだ	人の役に立つことをしていたことが今の支えだ
将来に対する自分なりの考えを持っている	生活の希望を持っている	友達があるといい
		自分が望む暮らしがしたい
		昔の趣味をまた楽しみたい
		行ってみたいところがある
	元気で長生きしたい	年をとってもしっかりと生きたい
		1日でも長生きしたい
	これからの身の処し方を決めている	身の回りのことが出来るうちに施設に入りたい
		地震や火事の時は真っ先に死にたい

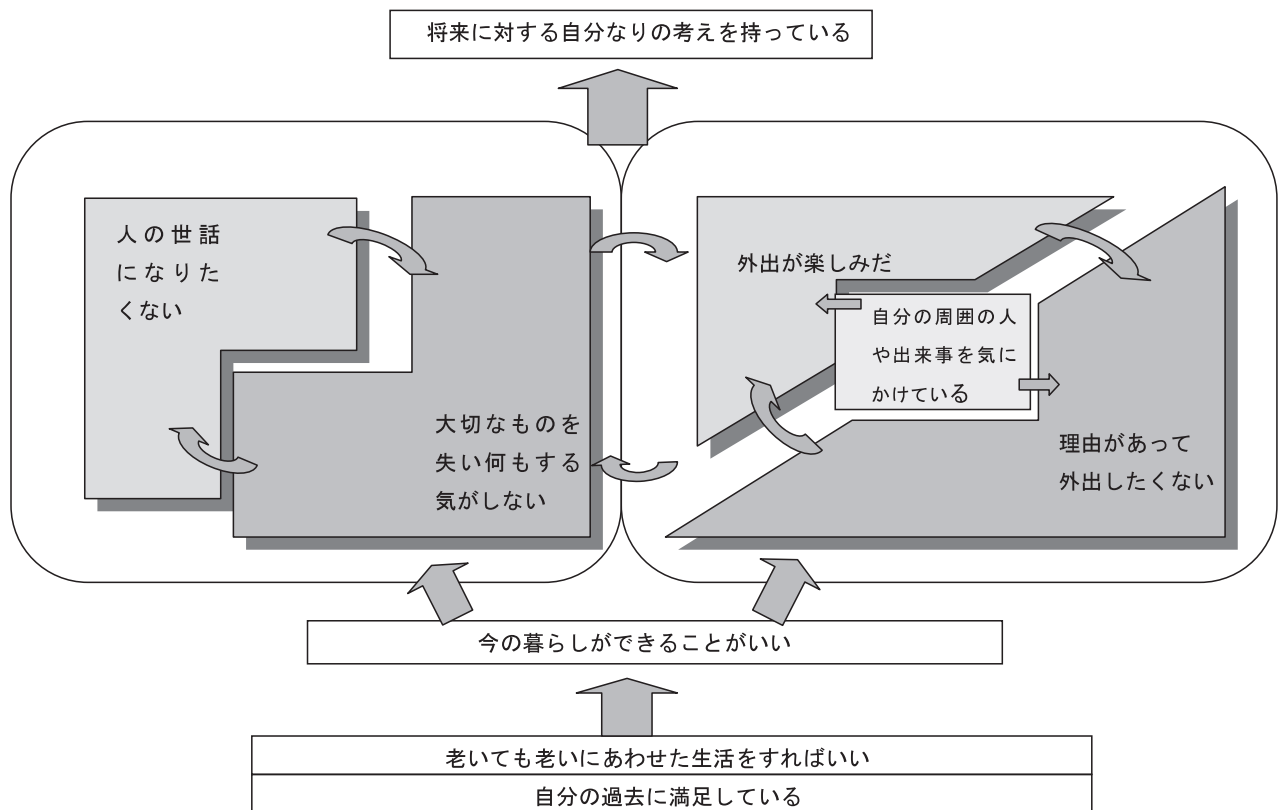


図1 高齢者が閉じこもり状態の中で抱いている思いの構造

えていた。そして現在の自分の生活をみつめ、日々の暮らしの中楽しみや役割を見つけたりしながら、【今の暮らしができることがいい】と、現実に折り合いをつけてながら生活していた。しかし【今の暮らしができることがいい】という思いは、生活意欲や外出に対する思いに影響を及ぼし【大切なものを失い何もする気がしない】

【理由があって外出したくない】といった現状維持以上の生活を望まない消極的な思いを生じさせる場合もあった。一方で【人の世話になりたくない】【外出が楽しみだ】といった自立的で積極的な思いを生じさせることもあった。そして閉じこもり高齢者はこれらの生活意欲や外出に対する思いの中で揺れ動いていた。また外出に対する思いには、【自分の周囲の人や出来事を気にかけている】という周囲に関する関心が影響していた。さらに閉じこもり高齢者は、現実の中だけに生きているのではなく、【将来に対する自分なりの考えを持っている】。

2. 高齢者が閉じこもり状態の中で抱く思いの全体像

閉じこもり高齢者は、【自分の過去に満足している】【老いても老いに合わせた生活をすればいい】という、自分

の過去も現在のみこんだ2つの思いから、【今の暮らしができることがいい】と現実に折り合いをつけている事が伺えた。高齢者は人生の時間的蓄積や様々な事柄の喪失体験である「老い」に、①円熟型、②安楽いす型、③逃避型、④憤慨型、⑤自己嫌悪型の5つのパターンで適応する⁸⁾と言われている。今回の閉じこもり高齢者の思いは、周囲と一定の距離を置きつつ、自分の生きがいを見つけ出して、満足感を抱いて生活するタイプの「安楽いす型」に最も近いと考えられる。一見このタイプは老いに対してよい適応状態にあると受け止めることもできるが、指導的な立場を維持し続ける円熟型や不良な適応状態にある他の型と比較し、老いへの適応に多くのエネルギーを費やさない状態ともとれる。閉じこもり状態にある高齢者は「今の暮らしが自分に合っている」「今の生活が続けられれば何よりだ」と、現状について自分で自分を言い含めて折り合いをつけているように推察できる。生活の様々な面で老いを自覚し、刺激の少ない屋内空間の中での生活を受け止めるためには、現状を肯定化することで、心の安寧を図っているとも考えられる。また【今の暮らしができることがいい】という思いは“幸

せだから今のままでいい”という消極的な思いと，“幸せだからもっと～をしたい”という積極的な思いの分岐点になるとも推察された。

現に閉じこもり高齢者は、【今の暮らしができることがいい】と感じながら、【大切なものを失い何もする気がしない】【理由があって外出したくない】という消極的な思いを持っていた。この2つの思いは閉じこもり高齢者にとって特徴的な心理状態であることが先行研究の中でも明らかにされ^{4)~6)}、対象理解のための重要な鍵となる。

【理由があって外出したくない】には〈外出するくらいなら家の方が気楽〉〈自分で出かける自信がない〉など様々な理由が含まれていた。70歳以上になると「腰痛」「手足の関節が痛む」などを筆頭に、有訴者率が上昇する⁹⁾。今回の対象者の平均年齢は85歳を超えていたため、年老いた身にとっては、外出そのものが自分自身を奮立たせないと行えないくらい、身体的にも心理的にも負担と感じていることや、家族などへの迷惑を回避する気持ちが大いことが窺えた。さらに地域の役割を失ったことがきっかけであることを語っていたが、これは、「役割意識」が外出頻度に影響するという先行研究¹⁰⁾と同様の結果であった。

一方で、本研究の問いのもととなった前向きで積極的な高齢者像も【人の世話になりたくない】【外出が楽しみだ】【将来に対する自分なりの考えを持っている】というカテゴリーから、察することができた。しかし〈いつまでも自分のことは自分でしたい〉〈今の健康を維持したい〉など【人の世話になりたくない】という思いからは、“今の”健康状態の維持が目標であり、自宅で自立した生活を送ること以上には、思いをはせることができない状態と推察された。また【外出が楽しみだ】と語られた内容は「出かけることが楽しみ」「外出を心待ちにしている」というふたつからなり、【理由があって外出したくない】ということほど具体的で明確な思いは表出されなかった。今の自分にとって外出の目的が描けないために、漠然とした思いの表出になっていると考えられる。以上のような点から積極的な思いは、確かに存在するものの消極的な思いに比較して萎縮している状態と考えられる。さらに閉じこもり高齢者は、揺れ動く思いの狭間にありながら【将来に対する自分なりの考えを持っている】ことも語った。「身の回りのことができるうちに施設に入りたい」「地震や火事の時は真っ先に死にたい」と自分の人生の締めくくり方を、自分や家族の状況など対峙する様々な事を飲み込んで、死をも意識した中で考え

ていることが窺えた。

以上のような事から、閉じこもり高齢者への支援を考える際には、対象者の加齢変化や生活背景をふまえ、個々の外出しない理由を十分に受け止めることや外出に不安を感じさせないように身体面の管理を十分に行うこと、積極的な思いや生き方に対する望みを支持することの重要性が示唆された。

V. 研究の限界と今後の課題

本研究では、半構成面接法により、閉じこもり高齢者の思いの全体像を明らかにしたが、閉じこもり高齢者の把握そのものが困難で、対象地域が農山村に限られたことに限界があった。今後は対象を都市部の閉じこもり高齢者にも広げ、検討をしていくことが課題である。

VI. まとめ

在宅閉じこもり高齢者9名を対象にして、半構成面接法により、現在の生活に対する思いを明らかにした。その結果、以下のことが明らかになった。

1. 閉じこもり高齢者の現在の生活に対する思いは、【老いても老いにあわせた生活をすればいい】【今の暮らしができることがいい】【人の世話になりたくない】【理由があって外出したくない】【外出が楽しみだ】【大切なものを失い何もする気がしない】【自分の周囲の人や出来事を気にかけている様子が気にかかる】【自分の過去に満足している】【将来に対する自分なりの考えを持っている】の9カテゴリーに分類できた。
2. 抽出された9つのカテゴリーは、「現実に折り合いをつける思い」、「生活意欲」、「外出に対する思い」という3つの核となる思いを中心に構造化できた。「現実に折り合いをつける思い」に含まれる【今の暮らしができることがいい】という思いが分岐点になり、消極的な思いと積極的な思いの間で揺れ動いている状況が推察された。

謝 辞

本研究に快くご協力いただきました高齢者の皆様と、市町村保健師の皆様へ深謝致します。

文 献

- 1) 藺牟田洋美, 安村誠司, 藤田雅美, 新井宏朋, 深尾彰: 地域高齢者における「閉じこもり」有病率ならびに身体・心理・社会的特徴と移動能力の変化. 日本公衆衛生雑誌, 45(9): 883-891, 1998.
- 2) 鳩野洋子, 田中久恵: 地域ひとり暮らし高齢者の閉じこもりの実態と生活状況. 保健婦雑誌, 55(8): 664-669, 1999.
- 3) 鳩野洋子, 田中久恵, 古川馨子, 増田勝恵: 地域高齢者の閉じこもりの状況とその背景要因の分析. 日本地域看護学会誌, 3(1): 26-31, 2001.
- 4) 新開省二: タイプ別閉じこもりの原因—2年間の追跡調査から—. 地域在宅高齢者の閉じこもりに関する総合的研究 平成14年度 総括・分担研究報告書, 17-26, 2003.
- 5) 河野あゆみ: 在宅障害老人における「閉じこもり」と「閉じこめられ」の特徴. 日本公衆衛生雑誌, 47(3): 216-229, 2000.
- 6) 古田加代子, 伊藤康児, 流石ゆり子: 在宅高齢者の閉じこもりに関連する心理的要因の検討. 日本老年看護学会誌, 10(1): 5-16, 2005.
- 7) グレグ美鈴: 質的記述的研究. グレグ美鈴, 麻原きよみ, 横山美江他著, よくわかる質的研究の進め方・まとめ方. pp. 54-72, 医歯薬出版株式会社, 2007.
- 8) 柴田博: 老年期的人格と適応. 柴田博編, 老人保健活動の展開. pp. 37-40, 医学書院, 1992.
- 9) 財) 厚生統計協会: 厚生指標 国民衛生の動向. 24(9), 2007.
- 10) 古田加代子, 流石ゆり子, 伊藤康児: 在宅高齢者の外出頻度に関連する要因の検討. 日本老年看護学会誌, 9(1): 12-20, 2004.