

〈論 文〉

# コンパニオン・アニマルからのサポートが 飼い主の精神的健康に及ぼす影響

— JGSS データによる二次分析から —

## The effects of social support from companion animals on the owner's psychological health:

Secondary analysis of JGSS  
(Japanese General Social Surveys) data

金 見 恵

Megumi KANEKO

### 要約

コンパニオン・アニマルに関する先行研究では、ペットとの関係性の強さと飼い主の精神的健康との関連に大きな関心が向けられてきたが、この関係の背後にあるプロセスに関する実証的な研究はほとんど行われていない。本研究では、日本版 General Social Surveys 〈JGSS-2001〉のデータの二次分析を行い、対人間でやり取りされるソーシャル・サポートが人々の健康を向上させるように、ペットからサポートを得ることによって飼い主の精神的健康が向上するとの仮説を検討した。またより詳

細な分析として、ペットは飼い主にどのようなサポートを与えているか、そしてどのような種類のサポートが飼い主の主観的幸福感に影響を及ぼしているかを検討した。その結果、ペットからのサポートは全体として飼い主の精神的健康と正の関連を持っていた。また、サポートの種類を詳細に検討した結果、情緒的サポートは主観的幸福感と関連していなかった一方、ペットが自らの存在意義となるようなサポートや、対人関係を促進させるようなサポートを多く得ていると思っている人ほど、主観的幸福感が高いことが見いだされた。

キーワード：ペット、ソーシャル・サポート、ペットサポート、精神的健康

## 目的

ヒトと動物の関係に関するアカデミックな研究が本格化した1970年代以降、動物行動学、獣医学、精神医学、心理学、社会学、医学、看護学、教育学、ソーシャルワークなど、様々な分野の研究者が人と動物の関係やそこから得られる効用についての解明を試みてきた。その結果、コンパニオン・アニマル（Companion animal：伴侶動物）が人の精神的健康を向上させるという心理的効果（psychological effects）を持つことが様々な研究で明らかにされた（例えば Wilson & Turner, 1998）。

家庭で飼われるコンパニオン・アニマル（以下「ペット」）を飼うことが飼い主に良い効果をもたらすことを示した古典的な研究として、一人暮らしの高齢者に一定期間セキセイインコを飼育させた結果、植物を育てた場合や何も育てなかった場合に比べて心理的健康感が高まったとする報告がある（Mugford & M'Comisky, 1975）。また Goldmeier (1986) は、白人女性高齢者を対象に同居者の有無およびペットの有無が幸福感（PGC モラルスケール）に与える影響を調べたところ、一人暮らしの

高齢者においてのみ、ペットを飼っている人の方が飼っていない人よりも幸福感が高いことを見出した。このようなペットの心理的効果についての研究は、独居高齢者の幸福感にペットが良い影響をもたらすか否かを検証することを目的として行われたものが多い。

一方、一般家庭に住むより幅広い年齢層の飼い主を対象とした、ペットの有無と心理的健康との関連に関する研究も少数ながら行われてきている。例えば、一人暮らしの独身女性を対象とした研究では、ペットは人の代わりとして孤独を和らげることが示されている (Zasloff & Kidd, 1994)。しかし、このようなペット飼育の効果が認められない研究もある。Robb & Stegman (1983) はペット飼い主と無作為抽出された非飼い主 (年齢は 20~93 歳) にインタビュー調査を行った結果、幸福感 (PGC モラルスケール) やメンタル・ステイタスなどの健康感に関する指標は飼い主と非飼い主の間に差がないことを見出した。

以上のように、ペット飼育の有無が幸福感や精神的健康に与える影響についての知見は必ずしも一貫していない。この背景には、調査対象者の年齢層の違いなどがあるかもしれない。しかし他方で、そもそもペットの飼い主と非飼い主の幸福度や健康度の違いを比較するだけでは不十分なのではないかという考え方が出てきた。つまり、「ペットの飼い主」と一言に言ってもその関係の持ち方は様々であるため、単純なペット所有の有無による比較だけでは十分でないのではとの批判がなされ、ペットとの関係性のあり方や質、あるいはペットに対する愛情の深さが問題にされ始めた。そこで、そのような関係の持ち方の違いを表わす指標として、“Companion Animal Bonding Scale (CABS) (コンパニオン・アニマルとの絆尺度)” (Poresky, Hendrix, Moiser, & Samuelson, 1987) や“Pet Attachment Scale (ペット愛着尺度)” (Albert & Bulcroft, 1988) など様々な尺度が開発され、ペットとの関係性の深さと人の精神的健康との関連が検証されるようになった。例えば Garrity, Stallones, Marx, & Johnson

(1989) は、65 歳以上の全国ランダムサンプル 1,232 人を対象に調査を実施した結果、ペット飼育の有無は病気や心理的抑うつとは関連していなかったものの、独自に作成した「人とペットの愛着 (Human and Animal Attachments)」尺度の得点が抑うつの程度を予測することを見出した。すなわち、単にペットを飼っているだけでは病気や抑うつを予防することはできないが、ペットに対して強い愛着を持つ飼い主はあまり愛着を持たない飼い主に比べて抑うつに陥りにくい、というのである。また、Ory & Goldberg (1983) も 69~79 歳の高齢女性を対象とした調査から、ペット所有と幸福感との間に関連はないが、ペットに対する愛着が強い飼い主は、ペットへの愛着があまり強くない飼い主よりも幸福感が高いことを明らかにしている。

一方で、ペットへの愛着と抑うつや健康の間には関連がないとする報告もいくつかなされている。Stallones, Marx, Garrity, & Johnson (1990) は代表性のあるサンプルを用いて青年期、中年前期、中年後期の 3 つのライフステージにおいて、ペットへの愛着が病気の深刻さ、抑うつの程度、社会的なネットワークなどどのように関連しているかを調査した。抑うつの程度は 20 項目からなる Center for Epidemiologic Studies Depression (CES-D) scale で測定され、病気の深刻さは通院回数や活動の減少や入院の有無などで測定された。また、社会的なネットワークは親しい友人の数や社会的交流の頻度などによって測定された。その結果、いずれの年代においてもペットの飼い主と非飼い主との間に病気の深刻さや抑うつの程度には差は見られず、またペットへの愛着が強い人と弱い人との間にも差は見られなかった。

以上は欧米における研究結果であるが、日本におけるペットの効果についてはどうだろうか。ごく少数ながらも、日本においてもペット所有や愛着の効果が検討されてきた。しかし結果は一貫していない。まず、ペット飼育の有無の効果については、大学生では孤独感と関連を持たず

(諸井, 1984)、全国の20~89歳を対象としたランダムサンプリング調査(日本版 General Social Surveys : JGSS)でも心身の健康と関連が見られなかった(杉田, 2003)。また、首都圏の50~79歳の犬または猫の飼い主を対象にペットへの愛着の強さと幸福感の関係を調べた安藤・児玉(1998)では、ペットが猫の場合にのみ情緒的一体感と抑うつ状態の間に負の関連が見られた一方で、ペットとの情緒的一体感と生活満足度との間には関連が見られなかった。また、金児(2006)は首都圏の40歳以上の男女を対象に行ったランダムサンプリング調査から、ペットへの愛着が強い飼い主ほどむしろ主観的幸福感が低いとの結果を得ている。

以上のように、日本においてはペット所有やペットとの関係性(情緒的一体感や愛着)が飼い主の心身の健康に及ぼす影響の実証的検討が少なく、結果も一貫していないのが現状である。

## ペットが飼い主の健康に影響しう理由

ところで、もしもペット所有やペットとの良い関係性が飼い主に健康をもたらすとすれば、それはなぜだろうか。この点については、これまでいくつかの仮説が提出されている。

第一は、「Attachment (Feeling of security) 仮説」である。これは、Bowlby (1977)の愛着理論に基づき、ペットとの情緒的な絆(愛着)を持つことが、飼い主に安全感(feeling of security)を与える結果として心身の健康が高まるのだという説明である。ただし、この説明に疑問を投げかける研究者もいる。愛着理論は元来、まだ認知的に洗練されていない子どもが認知能力が高い養育者に愛着を形成することによって利益を得るという議論であり、そこでは子どもと養育者の関係は非対称である。しかし、人と動物の場合は、逆に認知能力が高い人間が認知能力が低い動物に愛着を抱き、人の方に心理的効用があるという点で、逆の非対称性が生じている(Collis & McNicholas, 1998)。

ペット飼育やペットへの愛着が飼い主に健康をもたらす理由に関する第二の説明は、「ペットのサポート仮説」である。これは、ペットを飼うことやペットと深い関係を築くことにより、飼い主がペットからソーシャル・サポートを得られるためではないかというものである。社会心理学においては、膨大な実証研究により、周囲の人々からサポート受けることや、人と人の関わり合いそれ自体（たとえば社会的ネットワークの質や量）が、人の健康と幸福感の維持・向上のみならず、各種の身体的疾患による死亡率や寿命などにも大きな影響を及ぼすことが明らかにされてきた（e.g. Berkman & Syme, 1979; Wilcox, 1981a; Wilcox, 1981b; House, Robbins, & Metzner, 1982）。現在のソーシャル・サポート研究では、サポートは情緒的サポートと道具的サポートの2種に大別されることが多い。情緒的サポートは、相手の悩みや苦しみに耳を傾けたり、その人の情緒や自尊心を高めるような働きかけを行ったりするものであり、一方の道具的サポートとは、相手のストレスの解決に直接役に立つような資源や情報を提供するものである。こうした様々なサポートを他者から受けることがなぜ受け手の健康維持につながるかについては、大きく分けて2つの過程が想定されている。第一は、提供されたサポートが受け手の健康度を直接的に向上させる「直接効果」である。第二は、人々が日々の生活で直面する様々なストレスが健康に与える悪影響を緩和するという「緩衝効果」である（e.g. Cobb, 1976; Cohen & Wills, 1985）。緩衝効果の例として、周囲から情緒的サポートをあまり受けていない人は、ストレスフルなライフイベントが多いほど死亡率が高くなるのに対して、情緒的サポートをより多く受けている場合にはストレスフルなライフイベントの数と死亡率の間に関連がなくなる、などの知見が得られている（Rosengren, Orth-Gomer, Wedel, & Wilhelmsen, 1993）。

ペットが人間にとって重要なサポート源であるという議論は比較的古くからあった（Bryant, 1985; Furman, 1989; Katcher, 1988）。つまり、

ペットが無条件に自分を受け入れ、懐いてくれることや、自分を評価しないで話を聞いてくれること、そしてペットを養育することで自分に能力や価値があると思うことができるといったことが、飼い主にとっての精神的な支えとなっているというのである。要するに、ペットは飼い主にとってサポート源となる存在であるからこそ、心身の健康に対してポジティブな効果を持つのだ、というわけである。しかし、ソーシャル・サポート研究の理論に基づいてペットが飼い主の健康に与える効果を検討する研究はほとんど行われてこなかった。Collis & McNicholas (1998) は、ソーシャル・サポートはペットと健康との関連を説明する要因の「候補」の一つであるとし、その理由を「これまで得られた証拠のほとんどが記述的で逸話的なものである」と指摘した上で、実証的な研究が必要だと述べている。

そして第三の可能性は、ペットの間接効果説である。これは、ペットには、飼い主が同じ社会に暮らす他者と交流する機会を増加させるという社会的触媒(社会的潤滑油)としての機能があるとの仮説である。ペットを通じて、他の飼い主や社会の人々との交流が広がれば、飼い主はその社会的ネットワークから新たなサポートを得ることができるだろう。その結果、上で示したような過程を通じて身体的・精神的健康の増大がもたらされるかもしれない。実際、この間接効果説を唱える研究者もいるが (McNicholas & Collis, 1998)、これまでにこの仮説を実証的に示した研究はない。

以上を踏まえ、本研究では、日本においてペットは飼い主にどのようなサポートを与えているか、そしてどのようなサポートが飼い主の主観的幸福感にどのような影響を及ぼしているかについて、日本版 General Social Surveys (JGSS-2001) のデータの二次分析を行い、検証することとした。

## 方法

2001年に大阪商業大学比較地域研究所と東京大学社会科学研究所が共同で実施した社会調査である「日本版 General Social Surveys〈JGSS-2001〉」のデータを用いた<sup>1)</sup>。

**【標本】** 母集団は、2001年9月1日時点で満20歳以上89歳以下の全国の男女。層化二段無作為抽出法（全国を6ブロックに分け、市郡規模によって層化し、人口比例により300地点を抽出。各地点において等間隔抽出法により、正規対象15名、予備対象5名を抽出。）により4,500人が標本抽出された。

**【調査の実施方法】** 2001年10月～11月に、回答者の属性・職業生活を問う部分は面接票、回答者の行動や意識を問う部分は留置票を用いて実施された。

**【データの詳細】** 有効回収数は2,790票、回収率は63.1%。回答者の平均年齢は51.98歳、男女の内訳は男性1,283人（46.0%）、女性1,507人（54.0%）であった。なお、これまで金児（2006, 2018など）が研究対象とした「中高年層のペットの飼い主」と一貫させるため、ペットに関わる分析については40歳以上の2,065人を対象とした。分析対象者の平均年齢は59.7歳、男女の内訳は男性931人（45.1%）、女性1,134人（54.9%）であった。

### 【分析対象とした質問項目】

①**ペットからのサポート**：自分が飼うペットに関して、「気持ちをなごませてくれる」「生活に、はりあいを与えてくれる」「孤独感や寂しさを癒してくれる」「世話をすることで、規則正しい生活ができる」「ペットは自分を必要としてくれる」「家族とのコミュニケーションに役立つ」「生

---

<sup>1)</sup> 二次分析にあたり、東京大学社会科学研究所附属日本社会研究情報センター SSJ データ・アーカイブから「日本版 General Social Surveys〈JGSS-2001〉」（大阪商業大学比較地域研究所、東京大学社会科学研究所）の個票データの提供を受けた。



きがいである」「ペットを通じて人間関係が広がる」の8項目（それぞれ、「強くそう思う」（4点）、「そう思う」（3点）「少しはそう思う」（2点）「そうは思わない」（1点）の4件法）。

杉田（2003）は、これらの項目から作成された尺度を「ペットへの愛着」と呼んでいる。だが、「ペットが〇〇してくれる」、「ペットは〇〇に役立つ」、「ペットを通じて人間関係が広がる」といった項目は、飼い主がペットどの程度愛しているか、あるいはどの程度絆が強いかを問うているというより、ペットが自分に何を与えてくれているのかの認知を問うていると理解する方が正確であろう。よって本研究では、これらの質問への回答を、ペットからのサポートの指標として扱う。

②**主観的幸福感**：「あなたは現在幸せですか」（「不幸せ」（1点）～「幸せ」（5点）の5件法）

③**健康状態**：「健康状態について、あなたはどのくらい満足していますか」（「不満」（1点）～「満足」（5点）の5件法）、「あなたの現在の健康状態は、いかがですか」（「悪い」（1点）～「良い」（5点）の5件法）の2項目。

④**経済状態**：「現在の家計の状態について、あなたはどのくらい満足していますか」（「不満」（1点）～「満足」（5点）の5件法）、「世間一般と比べて、あなたの世帯収入はどれくらいですか」（「平均よりかなり少ない」（1点）、「平均より少ない」（2点）、「ほぼ平均」（3点）、「平均より多い」（4点）、「平均よりかなり多い」（5点）の5件法）の2項目。

⑤**その他**：性別、年齢、同居家族人数。

## 結果

### 1. 尺度構成

分析に先立ち、ペットからのサポート、健康状態、経済状態の尺度構成を行った。ペットからのサポートについては、8項目に探索的因子分

析を施したところ、1 因子が抽出された。これら 8 つの項目についてクロンバックの  $\alpha$  係数を求めた結果、 $\alpha = .92$  と非常に高い値が得られたため、8 項目の平均値を「ペットサポート」得点として以下の分析に用いた。また、健康状態及び経済状態については、2 項目間の相関がいずれも  $r = .78$  ( $p < .001$ )、 $r = .42$  ( $p < .001$ ) と十分高かったため、それぞれ 2 項目の平均値を分析に用いた。

## 2. 基礎データ

本研究の主な検討課題に対する分析結果を示す前に、基礎的な結果について述べる。まず、本研究の分析対象者である 40 歳以上の回答者の犬猫飼育状況を見てみると、「現在ペットを飼っている」と答えた回答者は 2,065 人中 772 人で、全体の 37.4% を占めた。ペット飼い主の男女の内訳は、男性 358 人 (46.4%)、女性 414 人 (53.6%) と、全回答者の男女比とはほぼ等しかった。これらの飼い主のうち、室外で犬を飼っている人は 317 人 (41.1%)、室内で犬を飼っている人は 175 人 (22.7%)、猫を飼っている人は 214 人 (27.7%) であった (重複回答あり)。本分析では、ペット飼育者のうち犬または猫を飼っている 626 人 (40 歳以上の回答者のうち 30.3%) を分析対象とした。

## 3. ペットからのサポートの効果の検討

ペットからのサポートが飼い主の精神的健康に及ぼす影響を検討するために、主観的幸福感を従属変数、ペットサポートを独立変数とした上で、統制変数として性別、年齢、経済状態、健康状態、同居家族人数を投入した重回帰分析を行った (表 1)。その結果、いずれの変数を統制してもなお、ペットサポートと主観的幸福感の間に正の相関が見られた。つまり、ペットから受けているサポートが多いと感じている人ほど主観的幸福感が高かった。

表1 ペットからのサポートと主観的幸福感との関連  
(重回帰分析)

	幸福感 (N = 574)
	$\beta$
ペットサポート	.090*
性別 (男性 = 1、女性 = 2)	.004
年齢	.111**
健康状態	.209***
経済状態	.285***
同居家族人数	-.025
自由度調整済み R <sup>2</sup>	.175***

\*\*\*p<.001, \*\*p<.01, \*p<.05

表2 ペットからのサポートの個別項目と主観的幸福感との関連 (性別、年齢、健康状態、経済状態、同居家族人数の効果を統制後の標準化偏回帰係数)

サポート項目	主観的幸福感
気持ちを和ませしてくれる	.055
生活に、はりあいを与えてくれる	.045
孤独感や寂しさを癒してくれる	.068 <sup>†</sup>
世話をすることで規則正しい生活	.049
自分を必要としてくれる	.091*
家族コミュニケーションに役立つ	.148**
生きがいである	.113**
ペットを通じて人間関係が広がる	.092*

n = 601~613; \*\*p<.01, \*p<.05, <sup>†</sup>p<.10

さらに、ペットからのどのような種類のサポートが主観的幸福感に影響するのかをより詳細に検討するために、性別、年齢、健康状態、経済状態、同居家族人数を統制変数とし、8つのペットサポート項目を一つずつ独立変数に投入した重回帰分析を行った(表2)。その結果、「ペットは自分を必要としてくれる」、「家族とのコミュニケーションに役立つ」、「生きがいである」、「ペットを通じて人間関係が広がる」の4つの

表3 同居者の有無別にみた各ペットサポート項目の平均値

	一人暮らし 平均(SD)	同居者あり 平均(SD)	t
気持ちを和ませしてくれる	3.35(0.15)	3.12(0.03)	-1.21
生活に、はりあいを与えてくれる	3.12(0.17)	2.56(0.04)	-3.23**
孤独感や寂しさを癒してくれる	3.31(0.18)	2.69(0.04)	-2.55*
世話をすることで、規則正しい生活 が出来る	2.94(0.25)	2.46(0.04)	-1.92 <sup>†</sup>
ペットは自分を必要としてくれる	3.18(0.23)	2.71(0.04)	-1.96*
家族とのコミュニケーションに役 立つ	2.88(0.24)	2.85(0.04)	-0.12
生きがいである	2.81(0.25)	2.10(0.04)	-2.79**
ペットを通じて人間関係が広がる	2.67(0.27)	2.39(0.04)	-1.08

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ , <sup>†</sup> $p < .10$

項目が主観的幸福感と有意な正の関連を持っていた。

また、追加的な分析として、ペットサポートの各項目の平均について、一人暮らしの飼い主（平均年齢 64.5 歳， $n=17$ ）と同居家族のいる飼い主（平均年齢 57.6 歳， $n=609$ ）との間で比較を行ったところ、「生活に、はりあいを与えてくれる」、「孤独感や寂しさを癒してくれる」、「世話をすることで、規則正しい生活ができる」、「ペットは自分を必要としてくれる」、「生きがいである」の 5 つの項目で有意差が見られ、いずれの項目についても、一人暮らしの飼い主の方が同居家族のいる飼い主よりもペットから多くのサポートを得ていると認知していることが示された（表 3）。

## 考察

本研究では、日本においてペットは飼い主にどのようなサポートを与えているか、そしてどのようなサポートが飼い主の主観的幸福感に影響を及ぼしているかについて検討することを目的に、日本版 General Social Surveys 〈JGSS-2001〉のデータの二次分析を行った。その結果、まず、ペットからのサポートは全体として飼い主の主観的幸福感とポジ

タイプな関連があるものの、8つのサポート項目を個別に検討したところ、「ペットは自分を必要としてくれる」、「家族とのコミュニケーションに役立つ」、「生きがいである」、「ペットを通じて人間関係が広がる」の4項目は主観的幸福感と有意な正の関連が見られたが、「気持ちを和ませてくれる」、「生活に、はりあいを与えてくれる」、「孤独感や寂しさを癒してくれる」、「世話をすることで、規則正しい生活ができる」の4項目は主観的幸福感と関連していないことが明らかになった。さらに、一人暮らしの飼い主と同居家族のいる飼い主を比較すると、一人暮らしの飼い主の方が総じてペットからのサポート認知が高いことが示された。

以上の結果は、ペット飼育やペットとの良好な関係性が飼い主の心身の健康度を高めるのはペットがソーシャル・サポート源として働くからだとの「ペットサポート仮説」と一貫する結果である。また各項目の効果をより詳細に検討した結果、「気持ちを和ませてくれる」、「孤独感や寂しさを癒してくれる」などのいわゆる情緒的サポートは意外にも効果が見られなかった一方で、「ペットは自分を必要としてくれる」、「生きがいである」に代表されるペットの存在が自らの存在や人生に欠かせないものとなってきているという認知（存在意義の提供）や、「家族コミュニケーションに役立つ」「ペットを通じて人間関係が広がる」といったペットが対人関係を向上させてくれるとの認知（対人関係の促進）が主観的幸福感の高さと関連しているとの非常に興味深い知見が得られた。一般的には、ペットはストレスを和らげたり寂しさを癒したりといった、いわゆる「癒し」の効果があるとの社会的な共通認識があるように思われる。実際、本研究においても「気持ちを和ませてくれる」との項目への賛成度は、8つのペットサポート項目中で最も高かった。しかし、主観的幸福感（現在幸せかどうか）という生活・人生全般の心理的健康にポジティブな効果があるのは、ペットが自らの存在意義の基盤となることや、対人関係を促進してくれることかもしれないという興味深い示唆が

得られた。特に対人関係促進効果が心理的健康と関連するとの結果は、ペットを介して他者との交流や社会的ネットワークが増加したり改善されたりすることを通じて飼い主の心身の健康が向上するという「ペットの間接効果説」の傍証と言えらるう。

また、探索的な分析の結果、同居家族がいない一人暮らしの飼い主は同居家族のいる飼い主よりもペットから多くのサポートを得ていると感じていることがわかった。この結果は、一人暮らしの飼い主が、同居家族がいれば家族から得られているであろうサポートを、ペットから代替的に得ていることによるのかもしれない。つまり、一人暮らしの飼い主にとってペットは家族の代わりともなってサポートを提供していることを示唆する結果として重要な意味をもつものである。しかし残念ながら、標本に含まれた一人暮らしの飼い主の数が少なかったため、こうしたペットサポートが主観的幸福感にどのような影響を及ぼすのかについては今後さらに実証的に検討していく必要がある。

今後の研究では、人々がペットから受けるサポートと、周囲の他者から受けるサポートとの同質性や異質性を検討していくことが必要である。本研究では、飼い主がペットから受けている様々な種類のサポートの効果の違いを詳細に分析することができた。しかし、当該のデータには人間からのサポートに関する項目が含まれていなかったため、人間からのサポートとペットからのサポートの質や精神的健康への影響を比較することはできなかった。同居家族の人数を統制してもなお、ペットからのサポートの効果が残るとの本研究の結果は、ペットが家族の存在とは独立して、サポート源として機能していることを示唆している。しかし、周囲の人々からのサポートとペットからのサポートの同質性や異質性、あるいは精神的健康への影響の違いなどは未解明の問題である。今後の研究では、果たしてペットは人間に代わるサポート源になり得るのかとの問題を詳細に検討していく必要があるらるう。

## 引用文献

- Albert, A. & Bulcroft, K. (1988). Pets, Families, and the Life Course. *Journal of Marriage & Family*, 50, 543-552.
- 安藤孝敏・児玉好信 (1998). ペットが中高年の精神健康に及ぼす影響. どうぶつと人, 6, 21-25.
- 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, 186-204.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *British Journal of Psychology*, 130, 201-210.
- Bryant, B. K. (1985). The neighbourhood walk. A study of sources of support in middle childhood from the child's perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50 (3, serial no. 210).
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314.
- Cohen, S. & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Collis, G. M. & McNicholas, J. (1998). A theoretical Basis for Health Benefits of Pet Ownership Attachment Versus Psychological Support. In C. Wilson & D. C. Turner (Eds.), *Companion Animals in Human Health* (pp 105-122), Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Furman, W. (1989). The development of children's social networks. In D. Belle (Ed.), *Children's Social Networks and Social Support* (pp. 151-172). Wiley, New York.
- Garrity, T. F., Stallones, L., Marx, M. B., & Johnson, T. P. (1989). Pet ownership and attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoos*, 3, 35-44.
- Goldmeier, J. (1986) Pets or People: another research note. *The Gerontologist*, 26, 203-206.

- House, J. S., Robbins, C., & Metzner, H. M. (1982). The association of social relationships and activities with mortality: Prospective evidence from the Tecumseh Community Health Study. *American Journal of Epidemiology*, *116*, 123-140.
- 金児恵 (2006). コンパニオン・アニマルが飼主の主観的幸福感と社会的ネットワークに与える影響 心理学研究, *77*, 1-9.
- 金児恵 (2018). コンパニオン・アニマルへの愛着の多次元性: 基本的愛着および依存的愛着と精神的健康との関連 北海道武蔵女子短期大学紀要, *50*, 251-267.
- Katcher, A. H. (1988). Touch, intimacy, nurturance: The biopsychology of human and animal companionship. Paper presented at the annual meeting of the Delta Society, Orlando, FL.
- McNicholas, J. & Collis, G. M. (1998). Could type A (coronary prone) personality explain the association between pet ownership and health? In C. Wilson & D. C. Turner (Eds.), *Companion Animals in Human Health* (pp 173-185), Thousand Oaks, CA: Sage.
- 諸井克英 (1984). 孤独感とペットに対する態度 実験社会心理学研究, *24*, 93-103.
- Mugford, R. A. & M'Comisky, J. G. (1975). Some recent work on the psychotherapeutic value of cage birds with old people. In R. S. Anderson (Ed.), *Pet animals and society* (pp. 54-65), London: Bailliere Tindall.
- Ory, M. G. & Goldberg, E. L. (1983). Pet possession and life satisfaction in elderly women. In A. H. Katcher & A. M. Beck (Eds.), *New perspectives on our lives with companion animals* (pp 303-317). Philadelphia, PA: Univer. of Pennsylvania Press.
- Poresky, R. H., Hendrix, C., Moiser, J. E., & Samuelson, M. L. (1987). The companion animal bonding scale: Internal reliability and construct validity. *Psychological Reports*, *60*, 743-746.
- Robb, S. S. & Stegman, C. E. (1983) Companion animals and elderly people: a



- challenge for evaluation of social support. *The Gerontologist*, 23, 277-282.
- Rosengren, A., Orth-Gomer, K., Wedel, H., & Wilhelmsen, L. (1993). Stressful life events, social support and mortality in men born in 1933. *British Medical Journal*, 307, 1102-1105.
- Stallones, Marx, Garrity, & Johnson. (1990) Pet ownership and attachment in relation to the health of U.S. adults, 21 to 64 years of age. *Anthrozoos*, 4, 100-112.
- 杉田陽出 (2003). 犬の飼育と犬に対する愛着度が飼い主の身体的健康と精神的健康に及ぼす効果 —JGSS-2001 のデータから—. 大阪商業大学比較地域研究所・東京大学社会科学研究所編『日本版 General Social Surveys 研究論文集 [2] JGSS で見た日本人の意識と行動』(pp. 127-143).
- Wilcox, B. (1981a). Social support, life stress, and psychological adjustment: A test of the buffering hypothesis. *American Journal of Community Psychology*, 9, 371-386.
- Wilcox, B. (1981b). Social support in adjusting to marital disruption: A network analysis. In B. Gottlieb (Ed.), *Social networks and social support* (pp. 97-115). Sage.
- Wilson, C. C. & Turner, D. C. (Eds.), *Companion animals in human health*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Zasloff, R. L., & Kidd, A. H. (1994). Loneliness and pet ownership among single women. *Psychological Reports*, 75, 747-752.

