
高 齢 者 と 支 援

「一人暮らし高齢者の自伝的記憶に関する研究」

日本社会事業大学大学院社会福祉学研究科
博士後期課程 長谷部 雅 美

1. 目的

近年の社会背景として、一人暮らし世帯の高齢者数は、高齢社会の進行とともに、増加傾向にある。厚生労働省（2006）が実施した「国民生活基礎調査」によると、一人暮らし高齢者の割合は、全世帯数に対しても、また高齢者がいる世帯数に対しても、増加していることが指摘されている。そしてこの傾向は、今後も続くことが予測されている（国立社会保障・人口問題研究所）。一方、一人暮らし高齢者の生活実態に目を向けると、生きがいを感ずることが難しい（『一人暮らし高齢者に関する意識調査』；内閣府,2002年実施）等の、何らかの問題を抱えている可能性が推測される。そこで、このような状況にある一人暮らし高齢者について、様々な面から検討を深めていくことは、社会的に意義あることであり、重要な課題であると考ええる。

これまで、一人暮らし高齢者を対象とした先行研究には、「孤独感」や「抑うつ」の状態、「主観的幸福感」など、心理的適応に着目し、他の居住形態の高齢者と比較検討したものがあげられる。それらの結果は、以下の3点にまとめられる。第1に、一人暮らし高齢者は、他の居住形態の高齢者と比較して、心理的適応の程度が低い（適応状態にない）という結果である。言い換えれば、居住形態が心理的適応に対して直接的な要因となっているという指摘である（山下ら,1992）。第2に、一人暮らし高齢者は、他の居住形態の高齢者と比較しても、心理的適応の程度は変わらないという結果である。すなわち、居住形態というよりは別

の要因（人間関係・意欲など）によって、心理的適応が左右されるという指摘である（長田ら,1989/長谷川ら,1994）。第3に、一人暮らし高齢者と一口に言えども、様々な状況の違いによって、心理的適応の程度が異なるという結果である。様々な状況として、たとえば個人的特性（自尊感情・主観的健康状態）やソーシャルサポートなどが関連要因として検討されている。つまり、居住形態とこれらの要因とが関連し合い、結果として心理的適応に影響を及ぼしているという指摘である（松本と東條,2001）。このように先行研究では、居住形態と心理的適応との関連性について、一貫した結論は出ておらず、更なる検討が必要であると考えられる。

ところで、現在の個人の意識や態度が、過去の様々な出来事に対する認識から形成されることは、経験的に広く実感されている。この点に関して、学術的には認知心理学の領域を中心に、自伝的記憶やエピソード記憶といったキーワードを手がかりに、検討が深められてきた。特に、自伝的記憶は一般的に、「これまでの生活で自分が経験した出来事に関する記憶の総体」と言われており、自己と深い関わりのある記憶として位置づけられている。しかしながら、これまでのところ、自伝的記憶が高齢者の現在の生活に対して、どのような影響を及ぼしているのかについては、ほとんど検討されていない。

そこで本研究では、1）一人暮らし高齢者の自伝的記憶の特徴を明らかにすること、2）自伝的記憶が心理的適応に及ぼす影響を明らかにすること、以上2点を目的とした。

2. 方法

本研究では、独自に社会調査を実施し、計量的データを収集した。対象者は、東京都A市の老人

クラブ会員で、65歳以上の地域高齢者340名とした。調査方法は、質問紙法自記式による、集合配布・留置・郵送回収の方法を用いた。有効回収率は77.4%(263票)で、分析には、主要項目に欠測のない248票を用いた。

測定項目は、以下の枠組みを基に設定した。第1に、居住形態は「同居家族の有無」によって構成した。第2に、自伝的記憶は、これまでの先行研究(斉藤ら,1991/神谷,1997/川元と柴田,2000/Berntsen & Rubin,2002)で示された感情類型を参考に、「肯定的な自伝的記憶(嬉しい・楽しい・誇り・心がなごむ)」、「否定的な自伝的記憶(怒り・憎しみ・悲しい・後悔・恥ずかしい)」、「中立的な自伝的記憶(驚き・懐かしい)」の3カテゴリー11項目から構成した。例えば、「肯定的な自伝的記憶」の一つである「嬉しい記憶」の測定は、「今でもうれしくて、思わず笑みがこぼれるような思い出が自分にはある」という問いに対して「とてもあてはまる～まったくあてはまらない」までの6件法を用いた。分析では、プラスからマイナス方向の選択肢順に、5～0点に得点化した。第3に、心理的適応は、「主観的幸福感」と「はりあい感」から構成した。主観的幸福感を測る指標には「生活満足度尺度K」(古谷野,1989)を用い、はりあい感は「ここ半年間の日々の生活に、はりあいがあると感じるかどうか」を「よくある～まったくない」までの6件法により測定した。そのほかに、対象者

の基本属性として、性別・年齢・健康状態・経済状態・学歴を測定項目として設定した。

分析は、一元配置分散分析と重回帰分析を用いて、以下の通りに行った。目的1では、「一人暮らし」と「同居家族あり」という2カテゴリーからなる居住形態別に、3タイプの自伝的記憶の量の違いについて、一元配置分散分析を用いて分析した。目的2では、居住形態別に、3タイプの自伝的記憶が心理的適応に及ぼす影響を、重回帰分析を用いて分析した。

3. 結果

1) 居住形態と自伝的記憶の量との関連

「一人暮らし」と「同居家族あり」という居住形態別に、3タイプの自伝的記憶の多寡を検討した結果を、表1にまとめて示した。分析の結果、自伝的記憶の全体量では、3タイプの自伝的記憶とも、居住形態による差異は認められなかった。しかしながら、「肯定的な自伝的記憶」を構成する要素の一つである「心がなごむ記憶」の量では、居住形態による違いがみられ、一人暮らし高齢者の方が、同居家族のある高齢者に比べて、「心がなごむ記憶」の量が多いという結果であった($p<.10$)。すなわち、一人暮らし高齢者の自伝的記憶の特徴は、家族と同居する高齢者と比較した場合、「肯定的な自伝的記憶」の量が多いということであった。

【表1】居住形態別にみた自伝的記憶の多寡^{1) 2)} (一元配置分散分析の結果の要約)

独立変数	従属変数			
	肯定的な記憶		否定的な記憶	中立的な記憶
	全体量	なごむ	全体量	全体量
一人暮らし(n=53)	14.32	3.71	12.67	7.06
同居家族あり(n=189)	13.99	3.36	12.50	6.85

注¹⁾ : 表中には、従属変数ごとの平均得点を示した。

従属変数、それぞれ、0～5点の間に得点化されている。

注²⁾ : 観測有意水準は、以下の略記号により示した。 Δ ; $p<.10$

2) 居住形態別にみた自伝的記憶が心理的適応に及ぼす影響

「一人暮らし」と「同居家族あり」という居住形態別に、自伝的記憶が「主観的幸福感」と「はり

【表2】「肯定的な自伝的記憶」が心理的適応に及ぼす影響（一人暮らしの場合）^{1) 2)}
（重回帰分析の結果の要約）

独立変数	従属変数への影響(β)	
	主観的幸福感	はりあい感
性別	.203	.140
年齢	-.114	-.322 *
健康状態	.534 **	.205 **
経済状態	.081	.182
学歴	-.160 **	-.026
肯定的な記憶 (心なごむ)	.283 △	.312 *

注¹⁾：表中には、従属変数ごとの標準偏回帰係数(β係数)を示した。

注²⁾：観測有意水準は、以下の略記号により示した。△; <.10 *; p<.05 **; p<.01

【表3】「自伝的記憶」が心理的適応に及ぼす影響（同居家族ありの場合）^{1) 2)}（重回帰分析の結果の要約）
「否定的な自伝的記憶」が及ぼす影響

独立変数	従属変数への影響(β)	
	主観的幸福感	はりあい感
性別	.014	.049
年齢	-.150 *	-.027
健康状態	.397 ***	.200 *
経済状態	.208 **	-.206
学歴	-.112	.087
否定的な記憶 (全体量)	-.235 **	.255 *

注¹⁾：表中には、従属変数ごとの標準偏回帰係数(β係数)を示した。

注²⁾：観測有意水準は、以下の略記号により示した。*; p<.05 **; p<.01 ***; P<.001

あい感」に及ぼす影響について検討した結果を、表2と表3にまとめて示した。

まず、一人暮らし高齢者の場合には、「肯定的な自伝的記憶」が心理的適応に影響を及ぼしていた。より具体的には、「肯定的な自伝的記憶」の構成要素である「心がなごむ記憶」が、主観的幸福感(p<.10)とはりあい感(p<.05)を高める影響を及ぼしていた(表2)。言い換えると、「肯定的な自伝的記憶(心がなごむ記憶)」の量が多くなるほど、主観的幸福感とはりあい感が高まるというものであった。他方、「否定的な自伝的記憶」は、主観的幸福感とはりあい感を低下させる影響を及ぼしていなかった。

次に、同居家族のある高齢者の場合には、「否定

的な自伝的記憶」が主観的幸福感に、「肯定的な自伝的記憶」がはりあい感に、それぞれ影響を及ぼしていた。より具体的には、「否定的な自伝的記憶」が主観的幸福感を低下させる影響を、「肯定的な自伝的記憶」がはりあい感を高める影響を及ぼしていた(表3)。言い換えると、「否定的な自伝的記憶」の量が多くなるほど主観的幸福感が低下し、「肯定的な自伝的記憶」の量が多くなるほど、はりあい感が高まるというものであった。

4. 考察

以上の結果から、第一に、一人暮らし高齢者は、家族と同居する高齢者と比べて、「肯定的な自伝的記憶」を多く記憶する、または強く意識するよう

な、生活環境や心理状態にある可能性が示唆された。さらに、「肯定的な自伝的記憶」は、主観的幸福感とはりあい感を高める影響を及ぼしていたことから、一人暮らし高齢者にとって、「肯定的な自伝的記憶」が心理的適応を促進する要因となり得る可能性が示唆された。

第二に、同居家族のある高齢者においては、一人暮らし高齢者と同様に、「肯定的な自伝的記憶」が心理的適応を促進する要因となり得る可能性のある一方で、「否定的な自伝的記憶」が心理的適応を阻害する要因となり得る可能性が示唆された。

これらのことを踏まえ、高齢者の心理的適応に関連した日常生活支援を考えた場合、居住形態の違いを考慮する必要があると言えよう。すなわち、一人暮らし高齢者の場合には、“わるい思い出”に注目するよりは、“よい思い出”をより強く意識できる”ような支援が必要だと考えられる。一方、同居家族のある高齢者の場合には、“よい思い出”はそのままに、“わるい思い出”を忘れ去る”もしくは“わるい思い出”を変容させる”というような視点をもった支援が新たに必要となるのではないだろうか。

5. 今後の課題

本研究の課題として、1) 一人暮らし高齢者のサンプル数が少ないこと、2) 調査対象者の属性に偏りがある（老人クラブに参加している高齢者である）ことがあげられる。よって、さらなる調査を実施し、本研究の結果の妥当性・信頼性を高める必要があると考えられる。

また、本研究の成果を高齢者支援の現場でどのように活用するのかということも大きな課題である。本研究において、自伝的記憶と心理的適応との間に関連性が認められたことから、自伝的記憶を高齢者の心理的状态をつかむためのツールとして活用しうる可能性があると考えられる。さらに、状態把握だけにとどまらず、高齢者の心理面への直接的な働きかけにも活用できる可能性を秘めている。そのためにも、自伝的記憶に関連する様々な要因のさらなる検討が必要であると考えられる。

本研究は、「2007年ユニバーサル財団研究助成②高齢者の心・健康・生活」の助成を受けて実施された研究結果の一部である。

引用文献

- 1) 長田久雄・工藤力・長田由紀子(1989): 高齢者の孤独感とその関連要因に関する心理学的研究. 老年社会科学, Vol.11, pp202-217.
- 2) 神谷俊次(1997): 自伝的記憶の感情特性と再想起可能性. アカデミア(南山大学紀要;自然科学・保健体育編), 第6巻, pp 1 -11.
- 3) 川元克秀・柴田博(2000): 否定的思い出の有無が高齢者の生きがい感に及ぼす影響のADLレベルによる相違. 第3回日本老年行動科学学会大会要旨, pp62-63.
- 4) 古谷野亘ら(1989): 生活満足度尺度の構造—主観的幸福感の多次元性とその測定—. 老年社会科学, 第11巻, pp99-125.
- 5) 齋藤洋典・中村信次・鬼頭孝通・藤本卓也(1991): 自伝的記憶(I)—連想記憶における想起事象の感情分類—. 日本心理学会第55回大会発表論文集, p343.
- 6) 長谷川万希子・岡村清子・安藤孝敏・児玉好信・古谷野亘(1994): 在宅老人における孤独感の関連要因. 老年社会科学, 第16巻第1号, pp46-51.
- 7) Bernsten,D.& Rubin,D.C(2002): Emotionally charged autobiographical memories across the life span;The recall of happy, sad, traumatic, and involuntary memories. Psychology and Aging, Vol.17, pp636-652.
- 8) 松本清子・東條光雄(2001): 一人暮らし高齢者へのソーシャルサポートと精神的健康の関連性. 日本保健福祉学会誌, 7巻2号, pp81-89.
- 9) 山下一也・小林祥泰・恒松徳五郎(1992): 老年期独居生活の抑うつ症状と主観的幸福感について; 島根県隠岐島の調査から. 日本老年医学会雑誌, 29巻3号, pp179-184.