

閉じこもり高齢者の社会参加活動に伴う 外出支援の現状と課題

松ヶ平 しずか

1. はじめに

近年では市町村社会福祉協議会や地域包括支援センターの行う高齢者を対象にした活動や、住民主体のNPO等の活動など高齢者の社会参加活動も多様化している。しかし、高齢者の閉じこもりや老年期うつ病や孤独死などの報道が増えているように感じる。実際に調べてみると孤独死している高齢者は明らかに増加していた。私は、退職後の喪失感を補うものとして余暇活動の時間が有効であると考えていたため、高齢者の参加することのできるサロンやグループ活動が多様化しているにも関わらず、なぜ閉じこもりや孤独死する高齢者が増加しているのかを疑問に感じていた。

また、専門演習でのグループ研究においても高齢者の閉じこもりやその現状について民生委員や地域包括支援センターへの聞き取りを行い、実際に行われている活動についても調査を行った。その中で行政の展開する閉じこもり予防プログラムと地域住民主体の閉じこもり予防システムが連携し合って、地域全体で高齢者を見守っていくことが必要なのではないかと感じられた。また、高齢者がそれらの活動へ参加する意向を強くするためには、それぞれのニーズに合った効果や、環境が必要であると考えられた。

そこで、閉じこもりや孤独死へとつながる原因と現状、閉じこもりを予防するものとして外出に焦点を当て、考察を進めた。そして高齢者の外出がもたらすポジティブな効果について明らかにし、考察では聞き取り調査などを通して今後のサロン活動などのグループの在り方の一考察を行う。

2. 研究の目的と方法

本論文では、閉じこもりの要因や高齢者の外出がもたらす効果を文献や聞き取り調査から明らかにし、その結果を元に、高齢者にどのような外出を促すアプローチが必要かを考察する。また、地域で行われているサロン活動を踏まえた上で高齢者にポジティブな影響を与えるプログラム展開も考察し、地域における閉じこもり高齢者へのサポートシステムを提案する。

調査方法として、文献研究とサロン活動主催者、参加者への聞き取り調査を行った。文献研究では、政府刊行物や統計資料を分析し、高齢者の閉じこもりの現状や要因、外出等の社会情勢を把握するとともに著書を通じて外出のもたらす効果や支援の在り方に関する学説の検証を行った。また、聞き取り調査では市が行う事業と地域で閉じこもり高齢者への支援を行うことを目的としている2つの団体の主催者とその参加者を対象として、事業や活動の支援策や今後の課題をインタビュー形式で行った。その際、事前に質問項目を策定して研究の目的で明らかにしたい事実が得られるように、また私自身活動に参加し、参加者の思いを自由に語ってもらえるよう留意した。

3. 調査結果の概略

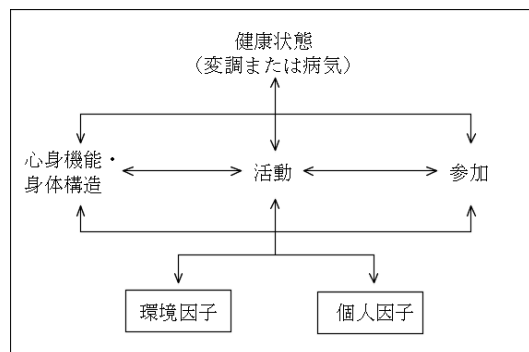
文献研究を通して、「閉じこもり」には統一された定義はなく、何人もの研究者が定義付けを行っており、いまだ抽象的な概念であることを学ぶ。閉じこもり高齢者という概念が出てきたのは約27年前であり、歴史が浅く今後より研究が深まっていくだろうと考えられる。また、閉じこも

りと成り得る要因も様々であり、いくつもの要因が重複していることや個々の生活歴、価値観、心身の状況によって異なることなどが明らかになった。

外出することが「閉じこもり」高齢者にとってどのような影響を及ぼすのかについて特にICFⁱの観点から考察を行った。その際に一つの事例をICIDHⁱⁱとその後改定されたICFを比較してとらえた。ICFは、疾病や障害を個人の問題としてではなく、生活機能というプラス面からみるよう視点を転換し、環境因子の項目を追加したことで、環境との関係で捉える考え方が広まってきている。

・ICF の概念

ICFの構成要素間の相互作用



閉じこもり状態にある高齢者に外出意欲を高めてもらうための他者の介入や支援の在り方、状態の変化について事例を用いたことで、高齢者にとって身近な関わりや連携が重要であることが明らかになってきた。そして目的によって生命レベル、生活レベル、人生レベルの外出に分類でき、閉じこもり高齢者には生命レベルの外出に偏ってしまう傾向があることも明らかにすることができた。一つひとつの目的の達成とともに、3つが相互にバランスよく作用されることが閉じこもり高

齢者に外出を促し、継続していくための重要な視点であると考えられた。

・生活機能の階層構造

身体機能・身体構造 生物レベル (生命レベル)	活動 個人レベル (生活レベル)	参加 社会レベル (人生レベル)
身体の動きや精神の働き、また身体の一部の構造のこと。	生きていくのに役立つさまざまな生活行為のこと。	社会的な出来事に関与したり、役割を果たしたりすること。
	日常生活動作(ADL)から家事、仕事、人との交際、趣味など、生活行為のすべて。	例：主婦としての役割、親や祖父母としての役割、地域社会(町内会や交友関係)のなかでの役割、その他のいろいろな社会参加の中での役割。

大川弥生ⁱⁱⁱ「介護保険サービスとリハビリテーション」pp4より引用し、一部改変

当事者への聞き取り調査では、行政の行っているフォーマルな事業と地域住民の行っているインフォーマルな事業とに分類してそれぞれの目的や活動内容、主催者と参加者への聞き取りを行った。閉じこもりがちな高齢者からの相談窓口や生きる楽しさや喜び、心身機能の維持向上を図るためのプログラムが展開されており、和やかな雰囲気で行われていた。しかし、現状の課題として閉じこもり予防としての特化したプログラムやアプローチがされていないことが明らかになった。今回聞き取り調査をさせていただいた3団体も、閉じこもり予防を目的のひとつとして挙げており、参加者もそれぞれが楽しみを見出しているものの、介護予防事業と閉じこもり予防事業の目的や活動内容の違いにまで言及されていなかった。安村誠司は、介護予防事業と閉じこもり予防事業の目的の違いを、「閉じこもり予防・支援は、要

i WHO（世界保健機構）が2001年に発表した、国際機能分類。人間の生活機能と障害の分類法として採択された。

ii WHO（世界保健機構）が1980年に発表した。概念として、疾病→機能障害→能力障害→社会的不利（生活のしにくさ）としてとらえられる。社会的不利は、本人に疾病や障害があることが原因で発生するという一方向の概念である。

iii 大川弥生『介護保険サービスとリハビリテーション ICFに立った自立支援の理念と技法』中央法規2004年 pp4より引用し、一部改変

介護状態をもたらす疾病や障害の予防策とは大きく様相を異にしている。閉じこもり自体が病気や障害ではないという点、また、その要因が認知症やうつ、運動器の機能低下など他の要介護リスクの場合があるという点で表現型としての閉じこもりに特化した広報活動・健康学習はあまり馴染まない。ポピュレーションアプローチとしての1次予防的なプログラムとしては、成人期までに獲得した高次の生活機能（特に社会的役割）の低下防止に視点を置くべきであろう。」と述べている^{iv}。ここでは社会的役割として、地域の団体・組織・会との関わり、地域ボランティア活動、家の中での役割や仕事などを挙げている。

文献研究、聞き取り調査から閉じこもりに特化したプログラムの必要性を感じ、プログラムの展開と現状とを比較すると、閉じこもり状態にある高齢者一人ひとりへの働きかけ、そのための専門職との連携、プログラムの内容とその評価が不足していることが明らかになった。対象が誰なのかを明白にした上でプログラムを展開していかなければ閉じこもり状態の改善を図るための活動にはつながらない。目的を閉じこもり状態の改善、外出意欲を高めるためには、活動への楽しみだけでなく、生活環境の改善や地域とのつながりを作る機会を意識して展開していく必要がある。「閉じこもり」高齢者にとって外出が日常生活の一部となるためには、徐々にアプローチやアウトリーチを行い、意図的な働きを行っていくことで無理なく、楽しみを感じながら意欲の向上を高めていくことが必要である。そのためにも個人の「閉じこもり」になる要因に合わせた支援が求められていく。

5. 考察

高齢者がただ外に出れば閉じこもりが改善されるというわけではなく、要因を解決していくための支援と共に心のケアへのアプローチが必要であると考えられた。そのためにも、ソーシャルワ

ーカーとしてグループをコミュニティにつなげることや地域で高齢者を見守っていくという地域支援ネットワークの構築のために高齢者とサービスや社会とをつなぐというツールがあることが明らかになった。またソーシャルワーカーだけでなく、医療や行政など専門機関との連携が重要であり、地域支援ネットワークの構築が閉じこもりの改善へとつながるのである。閉じこもりの地域支援ネットワーク構築には、閉じこもりの概要や要因など正確な知識を得ることが糸口になる。また、活動の場としてのサロン活動も論文の中では取り上げたが、その課題として閉じこもり予防の目的に適した活動が行われていないことがあった。これでは、ただ外出する場を提供すればいいということになってしまう。活動を行うなかで目的やその効果を明確にした上で高齢者に対して意識したアプローチを行っていくことが今後求められてくると考えられる。サロン活動の限界として、住民主体であることで資金や担い手不足があり、それを改善していくためにも、サロン活動の数の増加だけでなく、プログラムへの工夫が必要である。

外出することで高齢者にとって気分転換や社会とのつながり、楽しみや気分ハリが生まれる。外出するまでの過程をサポートすること、活動をサポートすること、地域支援ネットワークを構築すること。これらは、簡単に出来ていくことではない。しかし、社会全体が閉じこもりに関する正しい知識や高齢者の存在を知り、関心を持ていくことから変えていくことが必要である。これによって閉じこもり高齢者に社会とのつながり、生活の楽しみを感じてもらうことで孤独や孤立感を軽減して、人生の最後まで楽しみや喜びを感じて生活してもらいたいと思う。閉じこもり状態になることを防ぐためには、積極的に高齢者や地域、行政に働きかけて攻める意識を持つことが重要である。そのためにも、ICFの個人因子と環境因子を強くすること、すなわちストレングスへの支援が必要である。本人の課題や欠点に目を向けて支

iv 安村誠司『閉じこもり予防・支援事業』2009年

援をしていくのではなく、長所や意欲（ストレン
グス）に目を向け、それをソーシャルワーカーや
民生委員、友人などの人的環境がサポートしてい
くことで意欲の向上や自信の回復につなげること
が閉じこもりを改善するための最善の支援だと確
信される。

本論文を執筆するにあたり、お忙しいにも関わ
らず、私の拙い質問や疑問に答えて下さった地域
包括支援センターの皆様、快く活動に参加させて
下さった2団体の皆様に、心からお礼申し上げま
す。そして終始適切な助言を賜り、丁寧にあたた
かくご指導して下さいました千葉和夫先生に深く感謝
申し上げます。ありがとうございました。

参考文献

- ・竹内孝仁『寝たきり老人の成因－「閉じこもり
症候群」について－』1984年
- ・安村誠司『「閉じこもり」高齢者のスクリーニ
ング尺度の作成と介入プログラムの開発 平成14
年度 総括・分担研究報告書』厚生労働科学研
究補助金 長寿科学総合研究事業 2003年
pp.5
- ・安村誠司『地域ですすめる閉じこもり予防・支
援 効果的な介護予防の展開に向けて』中央法
規出版 2006年
- ・政策統括官共生社会政策担当『高齢社会白書』
<http://www8.cao.go.jp/souki/index.html>
- ・千葉和夫『高齢者の閉じこもり予防と生きがい
支援の連接に関する研究』2009年 日本社会事
業大学社会事業研究所研究紀要 第56集