

【ポスター発表】

COVID-19 流行下における地域在住高齢者のストレス対処力と精神健康

○ 日本福祉大学 氏名 横山由香里 (7895)

ストレス対処力・精神健康・高齢者

1. 研究目的

新型コロナウイルス感染症 COVID-19（以下、コロナ）の流行下では、高齢者のフレイルや認知症の悪化等を危惧する研究結果が報告されてきた。リスクや健康問題に着眼した知見が蓄積される一方で、高齢者がもつ力や強みに言及した研究はほとんどない。

アメリカ疾病予防管理センターは、2020年に地域住民を対象とした調査を行い、65歳以上の住民では他の年齢と比べて不安障害やうつが少なかったことを報告している。オランダの縦断研究でも、高齢者ではコロナ前の精神健康の水準が保たれていたことが報告されている。しかしながら、なぜ高齢者の精神健康が比較的保持され、レジリエントであったのかについて、理由やメカニズムは明らかにされていない。精神健康が悪化している一部の高齢者には重点的なケアが不可欠だが、精神健康が保たれている高齢者に共通する要因が明らかになれば、困難な状況下でもしなやかに生きるための手がかりが得られる可能性がある。

精神健康が維持できる要因の1つに、ストレス対処力 Sense of coherence（以下、SOC）の寄与が考えられる。SOCは生きる力とも言われ、困難に柔軟に対処し健康を保持するばかりか、成長の糧にさえできる力として概念化されている。先行研究では、SOCが高い人では健康状態が良好であることが実証されてきた。また、高齢者は他の年齢集団よりもSOCが高いことも報告されており、コロナ流行下にも高齢者が生きる力であるSOCを用いて、困難に柔軟に対処している可能性が考えられる。そこで本研究では、本邦の地域在住高齢者においてSOCと精神健康との関連性を検討することを目的とした。

2. 研究の視点および方法

本研究は横断研究である。コロナ流行前よりA市において地域での活動に参加していた高齢者のうち、本研究に同意した589人に自記式質問紙を郵送し、441人から回答を得た（回収率74.9%）。ストレス対処力SOCの測定には、一般住民調査に使用可能な3項目版（SOC3-UTHS）ver1.2を使用した。「私は、日常生じる困難や問題の解決策を見つけることができると思う【処理可能感】」「私は、人生で生じる困難や問題のいくつかは、向き合い、取り組む価値があると思う【有意味感】」「私は、日常生じる困難や問題を理解したり予測したりできると思う【把握可能感】」について7件SD法で尋ねた。得点範囲は、3点～21点で、高いほどストレス対処力が高いことを示す。精神健康は、老年期うつ病評価尺度（Geriatric depression scale、以下GDS）を使用した。GDSは5点をカットオフ値

とした。記述統計を算出し、GDS を従属変数とし、SOC を独立変数とするロジスティック回帰分析を行った。有意水準は5%とした。

3. 倫理的配慮

本研究は対象者に対して、研究の趣旨、協力は任意であること、匿名化して分析し、健康づくりのために結果を活用すること等を書面で説明した。日本福祉大学「人を対象とする研究」に関する倫理審査委員会の承認を得て実施した（番号：17-38）。

4. 研究結果

1) 対象者の属性、特性

本研究の対象者は、平均年齢が80.7歳（標準偏差5.6）で、男性72人（16.3%）、女性369人（83.7%）であった。GDSのカットオフ値を上回ったのは20.0%であった。

2) SOC得点

SOCの平均得点は14.3点（標準偏差4.0点）であった。男性では14.8点（標準偏差3.4）、女性では14.2点（標準偏差4.1）であった。

3) SOCと精神健康

本研究の平均得点と全国調査の平均得点を参考に、14点以下をSOC低群（47.2%）、15点以上をSOC高群（52.8%）に分類した。GDSを従属変数とするロジスティック回帰分析の結果、SOC低群ではうつであるリスクが2.7倍（95%信頼区間：1.6-4.5）高いことが示された。性、年齢、疾患の有無、主観的健康で調整しても、SOC低群では2倍以上うつのリスクが高かった。

5. 考察

本研究は通いの場などの地域活動をしている住民を対象にしたため、女性の割合が多かった。2014年度に戸ヶ里らが実施した全国調査（男性954人、女性1099人）では、SOCの平均得点が男女それぞれ14.8点、15.1点であったことが報告されている。地域活動の参加者ではSOCが高いとの報告もあるが、本研究の対象者は地域活動参加者であるにもかかわらずSOC得点が全国平均値よりも低かった。横断研究のため検証できないが、長引くコロナの影響で地域活動への参加ができていない住民も多く、ストレス対処力SOCにもダメージが及んでいた可能性が考えられる。

他方で、SOCが高い住民においては精神健康が良好である可能性が示され、コロナ流行下においてもストレス対処力としてのSOCの機能が確認された。今後、SOCが高い高齢者の特徴を明らかにすることで、精神健康を維持するための具体策を明らかにすることが求められる。

本演題に関連して、開示すべきCOIはない。