

【ポスター発表】

中高年者における孤立・困窮予防に向けた参加型プログラムの作成

○ 東京都健康長寿医療センター研究所 氏名 村山 陽 (009934)

長谷部 雅美 (聖学院大学・007067)、小林 江里香 (東京都健康長寿医療センター研究所・003755)

キーワード3つ：中高年者・孤立困窮予防・経済的脆弱層

1. 研究目的

コロナ禍を通して収入の減少や失業などにより生活に困窮する経済的脆弱層が顕在化し、それに伴い生活困窮者自立支援制度に基づく自立相談支援の件数も著しく増加している。今後「就職氷河期世代」が高齢期を迎えることで、経済的に困窮した高齢者のさらなる増加が懸念される。これまでの研究では、孤立者や経済状態が悪い人ほど必要な情報にアクセスできない(小林他, 2011)、または援助を要請しない(Murayama et al, 2021)ことで、適切なサービス利用につながりにくいという問題が認められている。そこで本研究では、中高年者の将来的な困窮や孤立の早期予防に向けて、「他者不信」と「将来諦め」を軽減し、「精神的健康」の向上とともに「援助要請を促す参加型プログラムの開発を目的とした。

2. 研究の視点および方法

(1)プログラム内容: 2023年1月に40-60代の調査会社Aのモニター46名を対象に行ったオンラインプログラムの内容を基に、新宿区社会福祉協議会(共同研究機関;以下新宿社協)の担当者および心理学,社会福祉,キャリア教育,栄養学の専門家と協議をしてプログラム内容を検討した。『「健康」「食事」「お金」を楽しく学ぶミニ講座』を大テーマに掲げ、3つの小テーマ(①こころのメンテナンス・②お手軽食事術・③お金の管理の簡単ポイント)を2日間に分けて実施した。全テーマともに、a.講習(40分程)とb.おしゃべりタイム(メタ認知トレーニング,グループワーク)(30分程)から構成された。1グループは、参加者2~3人とファシリテーター1人(臨床心理士・公認心理師や社会福祉士の有資格者)で編成された。

(2)参加者の募集:新宿社協の担当者から本プログラムへの参加条件(40-60代)と一致した利用者に窓口や電話での声かけを行った。また、案内チラシを作成し同担当者より同区自立相談支援機関A,同区地域包括支援センターBや同区の民生委員,同区で地域交流カフェを運営している社会福祉法人C,同区で困窮者支援を行っているNPO法人Dへの周知を行った。その結果、13名が事前のオリエンテーション(説明会)に参加した。最終的に10名がプログラムへの参加を承諾した(男性5名,女性5名)。

(3)日程: 2025年2-3月に実施した。プログラムは小テーマごと2日に分けて実施された。

(4)場所: 初回のみ,新宿社協内の会議室で行われ,その他は社会福祉法人Cが運営する「地域交流カフェ」を貸し切って行われた。

(5)研究デザイン: 事前・事後比較デザインを採用し,プログラムの実施前(Time1)と実施後(Time2)にそれぞれ質問紙調査を行った。

(6)評価項目: ①プロセス評価: 各プログラムの満足度や役立ち度等,学んだこと・気づい

たこと(自由記述)およびもっと知りたかったこと・改善点(自由記述)を Time2 で尋ねた。

②アウトカム評価:将来諦め:将来展望抑制意識尺度(村山他,2021),他者不信・自己解決:援助要請の心理的障壁尺度(Murayama et al,2023).援助要請意図:GHSQ(Addis et al,2005),精神的健康(WHO-5)を Time1 と Time2 で尋ねた。アウトカムの設定に際し,発表者らによる生活困窮経験者への面接調査(Murayama et al,2021)や単身中高年者への郵送調査(Murayama et al,2022)等の知見を基にした。

③追跡評価:プログラム終了から2週間後に追跡調査を行い,プログラムの参加をきっかけに考えたり行動したことについて14項目5件法(かなり増えた-かなり減った)で尋ねた。

3. 倫理的配慮

東京都健康長寿医療センター研究倫理審査委員会の承認を得た(整理番号:(承認日:2025年1月8日・整理番号:R24-073)。本研究において申告すべきCOIはない。

4. 研究結果

①プロセス評価:a.講習およびb.語り合いの場について,3テーマともにほぼ全員が「満足した」「関心が持てた」「これからの生活に役立つ」の質問に肯定的(とてもそう思う,少しそう思う)であった。また,プログラムを通して【知識や情報の享受】を中心に様々な気づきを得ていた。その一方,多様な【知りたかった知識・情報】が挙げられており,参加者は多様なニーズを抱えていることが示された。

②アウトカム評価:プログラム前後で各項目について対応のある t 検定を行った。その結果,WHO5得点平均値は 12.7 ± 5.5 から 14.8 ± 4.73 点と有意に増加した($t(9)=4.85, p<.001$)。その他の項目については有意な変化は認められなかった。

③追跡評価:参加者の80.9%($n=8$)が「自分の後半生について考えるようになった」,60.0%($n=7$)が「将来の資産設計について考えるようになった」と回答した。

5. 考察

参加型プログラムを実施する上で,まず参加者を公募する過程が重要になる。そのために,地域の他機関との連携によりプログラムの周知や声かけをすることが有効であることが示された。参加者は,講習やグループワークを通して自分自身の理解を深めたり将来の生活について考えるきっかけを得ていた。また,プログラム参加により,精神的健康の向上が認められた。グループワークでの語り合いの場における参加者同士の交流が,精神的健康の向上に寄与したと考えられる。一方,将来諦めや援助要請等に及ぼす影響は認められなかった。短期間の介入では多様な課題やニーズを抱えた中高年者の将来展望や援助要請を促すには不十分であった可能性がある。今後,参加者の関心の多様性を考慮し,対象者のニーズに応じた多様なコンテンツを作成するとともに,それぞれの参加者の関心に応じたグループ分けをする等の仕掛けを検討する事が求められる。プログラムの社会実装に向けてさらなる知見の蓄積が求められる。