

健康に関する相談先と生活満足度の関連

～地域在住高齢者の高い生活満足度には

【健康について十分に相談できる専門家】の存在が重要である～

看護学部、大阪大学大学院医学系研究科保健学専攻

○助教 とみなが ゆり 富永 優里、教授 かばやま まい 樺山 舞

キーワード

地域在住高齢者、健康に関する相談先、
十分に相談できる専門家、生活満足度



研究概要

日本は世界トップレベルの超高齢社会を迎えており、65 歳以上の高齢者が人口に占める割合は約 3 割（2025 年時点で 29.4%）に達している。これに伴い、単に長生きするだけでなく、人生の最後まで毎日を満足して自分らしく暮らし続けることが社会全体の大きな課題となっている。高齢期を豊かに過ごすためには、心身の健康や病気への不安を減らすことが欠かせない。そのため、地域の中で健康について気軽に、十分に相談できる相手（相談先）がいるかどうか、日々の生活の満足度に深く関係していると考えられる。しかし、一口に相談先と言っても、いつも行くかかりつけ医から、保健師などの専門家、ご近所の友人まで様々である。また、高齢者とひとくくりにしても、年齢や性別、あるいは心身の衰え（フレイルと呼ばれる、健康と要介護の間の状態の進み具合）によって、保有する相談先や必要な相談先は異なるはずである。これまで、こうした「どんな状態の高齢者に、どんな相談相手がいることが、毎日の満足度につながるのか」という詳しい実態は明らかにされていない。そこで本研究では、地域で暮らす高齢者を対象に、健康に関する相談先の有無と生活満足度の関連を、年齢別・性別や、フレイルの有無別に詳しく検討することを目的とした。

本研究では、大阪府内の地域からランダムに選ばれた 65～85 歳の高齢者を対象に、郵送によるアンケート調査を実施した。回答のあった 7,505 人のうち、日常生活で介護を必要とせず自立して暮らしている 4,664 人を分析対象とした。分析の結果、年齢や性別、フレイル有無にかかわらず、高い生活満足度には【健康について十分に相談できる専門家】の存在が重要であることが明らかとなった。一方で、後期高齢者の男性やフレイル状態にある高齢者にとっては、【かかりつけ医】の存在も高い生活満足度につながっていることが示された。

本研究は JSPS 科研費 23K24672、大阪府国保ヘルスアップ支援事業の助成を受けて実施した。また、第一著者が大阪大学大学院医学系研究科に所属していた期間に実施したものである。

十分に相談できる専門家がいる人は、いない人に比べて、
生活満足度が高くなる見込みが 1.35 倍



アピールポイント

・今後の展開として、地域在住高齢者の生活満足度維持・向上のために、地域在住高齢者がいつでも気軽にアクセスでき、医療従事者に相談できる支援体制の構築を、企業等と連携し持続可能なかたちで検討していくことが望まれる。

・本研究の内容を含めた研究発表を、第 27 回日本地域看護学会や第 29 回 EAFONS（東アジア看護学研究フォーラム）など国内外で計 4 回実施しており、現在は論文投稿に向け準備中である。