

高齢者ボランティアと協働するソーシャル・キャピタル強化による

自殺対策の推進に向けた研究

研究代表者 藤原佳典（東京都健康長寿医療センター研究所・研究部長）

研究分担者 鈴木宏幸（東京都健康長寿医療センター研究所・研究員（主任））

研究分担者 小川 将（東京都健康長寿医療センター研究所・非常勤研究員）

研究分担者 高橋知也（東京都健康長寿医療センター研究所・非常勤研究員）

要旨

我々は子どもへの SOS の出し方教育プログラムとして、保健師・養護教諭による講義と、高齢者ボランティアによる読み聞かせと統合した「改訂版プログラム SOS の出し方教育」を開発してきた。本課題ではプログラムのエビデンスの蓄積と普及啓発に取り組んだ。都内の中学校を対象に交互法 RCT デザインで介入効果を検討したところ、3ヶ月後に「気軽に相談できる人がいる」と回答した生徒の割合が向上した。普及啓発の成果として、府中市での高齢者ボランティアの新規グループ立ち上げ、北秋田市・美郷町の既存グループの支援、既存グループ・北秋田市教育委員会との共催イベントを実施した。これらの成果をまとめ、さらなる普及を目指しパンフレットを作成した。

1. 研究目的

地域における多世代共生・世代間交流によるソーシャル・キャピタル醸成を目指す介入研究は極めて少ない。これまでに申請者らは、熟練した高齢者による絵本の読み聞かせボランティアを展開するNPOと連携して自殺対策に向けた地域高齢者による読み聞かせのあり方を検討するとともに、「命・つながり」をメインテーマとした絵本のリストと手引きの作成、保健師・養護教諭による講義を試案、ボランティアによる読み聞かせと統合した「改訂版プログラム SOS の出し方教育」の開発などを行ってきた。

これらは本課題が目指す「高齢者ボランティアと協働するソーシャル・キャピタル強化による自殺対策の推進に向けた研究」の基盤となる重要な成果ではあるものの、普及啓発や介入効果のエビデンスの蓄積など、社会実装研究としての課題が残されていた。本課題では以上の2点の課題に取り組んだ。

2. 研究方法

「改訂版プログラム SOS の出し方教育」のエビデンス蓄積に関する研究

2019年6月、府中市が主体となり「改訂版プログラム SOS の出し方教育」を実施した。介入効果のエビデンスの蓄積として、その二次分析を行った。都内の中学生を対象に、介入時期をクラスにより前後させる交互法 RCT デザインを用いて、改訂版プログラムの前後（T1,T2）および間隔を空けてのフォローアップ時（T3）における生徒の変化を質問紙調査により検討した。府中市立 A 中学校の2年生185名（男子86名、女子99名）を対象とした。全5クラスのうち、3クラスを前期群、2クラスを後期群に割り付けた。改訂版プログラムは、中学校および保健センターと協働のうえ、平常授業の時間を

使用しクラス単位で実施した。講義部分は「自分を大切にしよう！～ここがつらい時の対処法を考えよう～」を主題として福祉保健部健康推進課職員が担当し、所要時間は約 30 分であった。講義終了後、シニアボランティアが約 15 分の絵本読み聞かせを行った。調査は 3 回実施し、T1 と T2 の間は 3 週間、T2 と T3 の間は 2 ヶ月の間隔を空けて実施した（図 1）。

質問項目は、悩みの有無、相談したい相手（相談相手）の有無、児童用コンピテンス尺度短縮版の下位尺度の自己価値（櫻井、2007）、小学生用ストレスコーピング尺度短縮版（外山、2007）であった。事前事後に回答した 164 名（男子 80 名、女子 81 名、性別不明 3 名）を解析対象とした。

B. 普及啓発における研究

B-1 新規高齢者ボランティアの養成

広い地域で展開するために、東京都府中市において新規高齢者ボランティアの養成を行った。事前健康調査(=健診)にてボランティア候補者の属性を確認した。その後、フィールドに応じた日程にて絵本読み聞かせ講座を開講した。絵本読み聞かせ講座は、SOS の出し方教育プログラムの現場に出るために必要な事項は習得出来る内容となっている（表 1）講座終了後、3 回にわたり自主グループとしての活動を促進する目的で講座修了生有志を対象に自主グループの立ち上げに向けた説明、及び受講生同士のワークショップのファシリテーションを行った。主たる内容としては「ボランティアとして活動する上での心得」についての講義のほか、活動意思の確認、グループ名の決定であった。

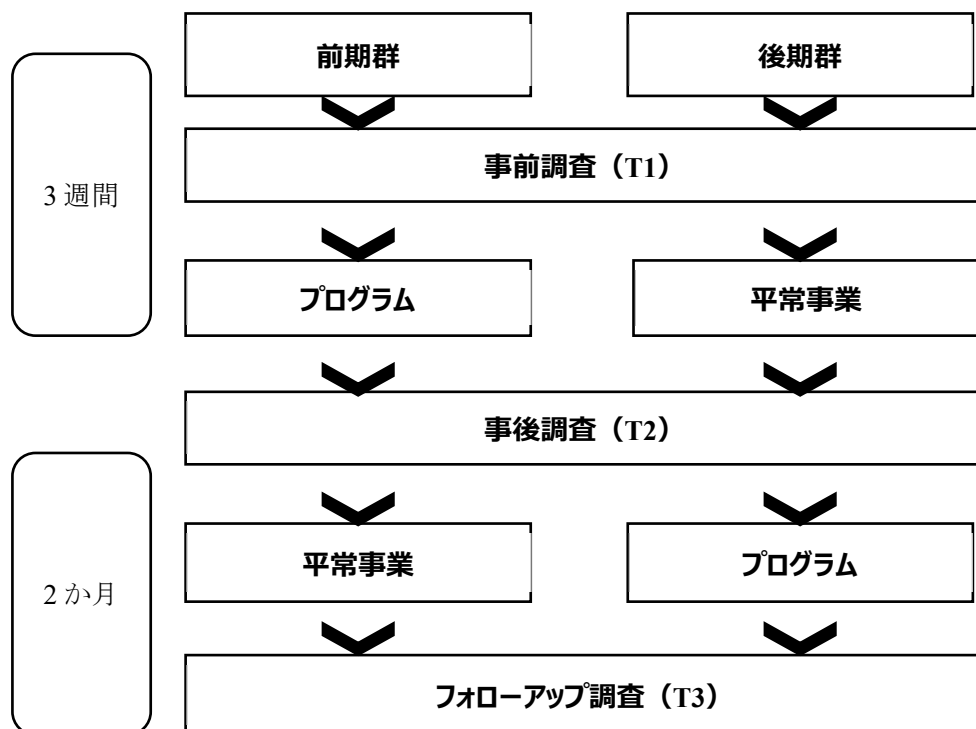


図 1 「改訂版プログラム SOS の出し方教育」の研究デザイン

表1 府中市フィールドの絵本読み聞かせ講座プログラム内容

	日程	内容
説明・講演会	7月3日	社会参加・世代間交流の意義、絵本読み聞かせ実演
講座①	10月1日	シニアの絵本読み聞かせの意義と社会参加の意義
講座②	10月8日	子どもの今を知る
講座③	10月15日	絵本の世界について理解しよう
講座④	10月29日	思い出の絵本を読む・読み聞かせに必要な身体づくり
講座⑤	11月5日	絵本探しと併せて行いたいウォーキング
講座⑥	11月12日	読解、感情移入と表現
講座⑦	11月19日	個人発表1
講座⑧	11月26日	個人発表2
講座⑨	12月3日	グループ活動の意義と実践に関する講義と活動の準備
講座⑩	12月10日	グループ発表読みの練習とあわせ 構成・具体的準備
講座⑪	12月17日	ゲネプロ・最終確認
講座⑫	12月24日	グループ発表・修了式
フォローアップ①	1月14日	グループ発表の講評と活動の継続
フォローアップ②	1月21日	現場での読み聞かせの実践についての講義
フォローアップ③	1月28日	活動継続に向けた話し合い

属性指標

- ① 外出頻度（得点範囲：1点～5点）は、社会参加の程度を直接的に表す指標の一つである。外出頻度の低下は、社会的孤立や閉じこもりの要因になるほか、抑うつ傾向との関連も示唆されている。得点が高いほど外出頻度が高いことを示す。
- ② 主観的健康感（得点範囲：1点～4点）は、自身の健康についての自己評価である。主観的健康感は生命予後（死亡率）に関連するほか、医師による専門的な健康評価と関連があることが知られている。得点が高いほど主観的健康感が高いことを示す。
- ③ 日本語版 Geriatric Depression Scale（GDS-15；Sheikh & Yesavage, 1986）
GDSは15項目からなる、高齢者の抑うつレベルを測定する尺度である。得点範囲は0点～15点であり、6点以上でうつ傾向が疑われる(Schreiner et al.,2003)。
- ④ 老研式活動能力指標
老研式活動能力指標（得点範囲：0点～13点）は、各項目「はい」を1点、「いいえ」を0点として合計点を算出する（得点範囲：0点～16点）。下位領域には高齢者の生活機能を手段的自立（得点範囲：0点～5点）、知的能動性（得点範囲：0点～4点）。社会的役割（得点範囲：0点～4点）の3つの観点から測定する。いずれも得点が高いほど活動能力が高い水準にあることを示す。

B-2 パンフレットの作成

研究成果を踏まえ改訂版啓発プログラムの普及用パンフレットを作成した。パンフレット案の作成

には、プログラム開発から連携している府中市保健センターに協力を求めた。授業実施イメージやその効果が一目で理解できるよう、具体的な授業案（授業スケジュール）、プログラムの効果（図付き）を掲載した。表紙に描かれたイラストにおいては、性別、各年齢層を含め多世代でのプログラムであることが伝わるよう留意した。

倫理面への配慮

「改訂版プログラム SOS の出し方教育」の実施に先立ち、プログラム実施の主体である府中市福祉健康部健康推進が対象中学校に説明を行っている。実施確定後には、府中市教育委員会と府中市保健福祉部健康推進課からプレスリリースを発信した。高齢者ボランティア養成講座については講座参加者の身体状況に鑑み、各人無理が内容に配慮した。府中市が主催の「改訂版プログラム SOS の出し方教育」の二次分析および高齢者ボランティア養成講座の実施について、東京都健康長寿医療センター研究所の倫理審査の承認を得ている。

B-3 地方部の高齢者ボランティアグループの支援

北秋田市及び美郷町で昨年度までに養成した高齢者ボランティアへの支援を行い、「改訂版プログラム SOS の出し方教育」の普及啓発として、地方部でのプログラム展開を行った。北秋田市及び美郷町では、昨年度までに養成した高齢者ボランティアが絵本読み聞かせの自主グループを結成しており、グループ運営や絵本読み聞かせの技術、イベント開催に向けた支援を行った。

3. 研究結果

「SOS の出し方教育プログラム」のエビデンス蓄積に関する研究

群と調査時期を要因とする分析の結果、T1 と T2 における各指標に有意な介入効果はみられなかった。長期効果に鑑み T3 の結果を含め解析したところ、前期群は T1 から T3 で気楽に相談できる大人について「いる」と回答した生徒の割合が増加していた(McNemer 検定, $p<.05$) (表 2)。

表 2 親しい周囲の大人の有無の変化

項目	介入時期	調査時期		
		T1	T2	T3
信頼できる大人	前期	60.7%	56.8%	67.9%
	後期	65.3%	66.7%	68.1%
気楽に相談できる大人	前期	42.0%	48.6%	54.1%
	後期	45.8%	54.2%	52.8%
自分のことを大切にしてくれる大人	前期	55.4%	58.6%	57.8%
	後期	68.1%	61.1%	61.1%
あいさつをしてくれる大人	前期	58.0%	62.2%	60.6%
	後期	56.9%	59.7%	56.9%

B-1 新規高齢者ボランティアの養成についての結果

府中市では新規に講座の受講生を募集した。講座の参加申し込みは男性 1 名、女性 16 名の計 17 名であった。初回健康調査・初回講座には全員が参加し、平均年齢は 72.3 歳であった。講座終了時までの辞退者 3 名を除いた 14 名（男性 1 名、女性 13 名）の講座の出席率は 92.9%であった。表 3 は初回健診を受診した者の基本的属性である。

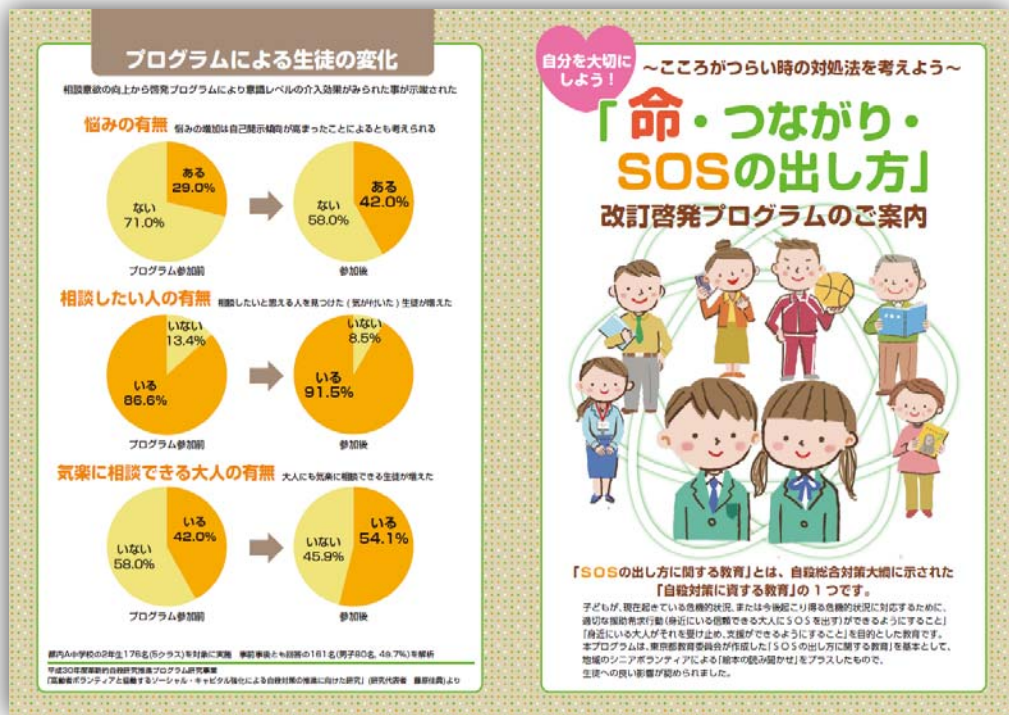
現在、自主グループ化にむけた説明会は完了し、令和元年度の受講生は平成 30 年度に結成された「おはなし ブーメラン」という自主グループに参加することを検討している。

B-2 パンフレットの作成についての結果

パンフレットは A3 用紙で中とし 1 枚で印刷された（図 2）。デザイナー、府中市、東京都健康長寿医療センター研究所で討議する中で、広く利用されるため絵本の作品名の削除、知見の中からわかりやすい項目（悩みの有無、相談したい人の有無、気楽に相談できる大人の有無）の選定が行われた。

表 3 新規ボランティアの基本属性（府中市フィールド）

		有効度数	平均値	標準偏差	割合 (%)
年齢		17	72.3	6.79	－
教育年数		17	13.88	1.8	－
性別	男性	1	－	－	5.9
	女性	16	－	－	94.1
外出頻度	週1回以下	0	－	－	12.5
	2, 3日に1回	3	－	－	18.8
	毎日1回	12	－	－	43.8
	毎日2回以上	2	－	－	25.0
主観的健康感	健康ではない	－	－	－	0
	あまり健康ではない	4	－	－	23.5
	まあ健康な方だと思う	12	－	－	70.6
	非常に健康だと思う	1	－	－	5.9
老研式活動能力指標		17	12.06	1.391	－
	手段的自立	17	5	0	－
	知的能動性	17	3.88	0.332	－
	社会的役割	17	3.18	1.185	－
GDS-15	非うつ傾向	16	－	－	5.9
	うつ傾向	1	－	－	94.1



「命・つながり・SOSの出し方」改訂啓発プログラム実施内容		
主旨 自分を大切にしよう！ ～ここがつらい時の対処法を考えよう～ テーマ 心がつらい時の対処法を知り、困難な状況がある時には、信頼できる大人に相談する方法を知ること		
時間配分	学習活動	分担
導入 3分	1. 挨拶 自己紹介 今日来た目的・流れの説明 絵本読み聞かせボランティアの紹介	保健師等
前半 25分	2. 「SOSの出し方」についての講話 ●ストレスは「こころのSOS」 (発問) 自分がつらい気持ちになった時、それを軽くするために、どのようなことをしていますか？ ●身近な信頼できる人に話すことの大切さ (発問) みなさんは、こころが苦しい時、話してみようと思う人はいますか？ ●こころの苦しさを相談する場所について (発問) 友達が辛そうにしたら、どのような声をかけますか？ メッセージ ○★自分、相手、一人ひとりを大切に★世の中には信頼できる大人もいて、苦しい時、大変な時には助けを求めてほしい	保健師等
後半 20分	3. 絵本の読み聞かせ 例：「たいせつな きみ」(作：マックス・ルグード) シニアボランティアが選んだ命の大切さを伝える絵本50選 絵本読み聞かせボランティア「りぷりん」とのメンバーが、絵本読み聞かせインストラクターのもとで「命・つながり」に関する良書を紹介します。 絵本読み聞かせボランティア	絵本読み聞かせボランティア
まとめ 2分	4. 相談先に関する情報提供 ・リーフレット配布	保健師等

***** 「りぷりん」とは *****

「りぷりん」とは東京都健康長寿医療センター研究所 社会福祉と地域保健研究チームにより、子どもたちへの絵本の読み聞かせを主な活動とした「世代間交流プログラム」として2004年にスタートしました。2014年にはプログラムを刷新したボランティアが主体となりNPO法人 りぷりんと・ネットワークを立ち上げ、現在では11エリア・400名以上の会員が多くの学校や幼稚園、保育園、高齢者施設などを定期的に訪問しています。

図2 作成された普及パンフレット

B-3 地方部の高齢者ボランティアグループの支援の結果

北秋田市及び美郷町で養成した高齢者ボランティアへの支援を行い、「改訂版プログラム SOS の出し方教育」の普及啓発として、地方部でのプログラム展開を行った。

北秋田市では、平成 29 年度の絵本読み聞かせ講座の受講生が北秋田市読み聞かせ隊「おはなしどころ」を結成し、地域の中学校での読み聞かせを行っている。令和元年 11 月 24 日には、北秋田市教育委員会、北秋田市読み聞かせ隊「おはなしどころ」と連携し、「たいせつな あなたへ」をテーマに読み聞かせイベントを行った。地域の子どもと高齢者約 100 名が参加した。

美郷町では、平成 30 年度の絵本の読み聞かせ講座の受講生が自主グループ「こぐまちゃん」を結成し活動している。令和 2 年 1 月 31 日では、美郷町で開催された高齢者の生涯学習を目的とした美郷いきいき大学で、絵本の読み聞かせの発表を行った。

4. 考察・結論

「令和元年度 高齢者ボランティアと協働するソーシャル・キャピタル強化による自殺対策の推進に向けた研究」では、介入効果のエビデンスの蓄積 (A) と普及啓発 (B-1、B-2) を中心に取り組んだ。

交互法 RCT デザインでの介入では、改訂版プログラムのねらいである SOS の要請に関連する指標についてフォローアップ調査時に向上がみられた。これまでの研究（小川ら、印刷中）で効果はみられていたものの、介入後 3 ヶ月での効果評価であり、どの段階で生じる効果であるかは検討されていなかった。本研究で 3 ヶ月に介入効果がみられたことは、先行研究の結果と一致している。本研究から、改訂版プログラムの効果はある程度の時間的間隔を経て有効になる可能性が示された。今後は、信頼できる大人の存在を感じるきっかけなどを聴取することで、生徒にとってより意義深いプログラムへの改訂が見込まれる。

「改訂版プログラム SOS の出し方教育」の普及啓発 (B-1) として、府中市と北秋田市では、改訂版プログラムの担い手となる絵本読み聞かせボランティアの養成とフォローアップを行った。地方部（秋田県）でのプログラム展開を行った。北秋田氏教育委員会、北秋田市読み聞かせ隊「おはなしどころ」の連携によりイベントが実現した。地域の子どもと高齢者が約 100 名参加したことから、都市部と比べて人口が少ない地方部でも十分な啓発が可能であることが示された。また、府中市ではインストラクターとの連携により、新たな高齢者ボランティアグループが結成された。本グループは現在、地域活動の準備を進めている。

以上の研究成果を踏まえ、改訂版啓発プログラムの普及用パンフレットを作成した。今後は本パンフレットにて、教育現場での更なるプログラムの普及が期待される。そして、多くの学校でプログラムが実施されることで多世代交流の敷居は下がり、多世代に亘るソーシャルキャピタルの強化と自殺対策につながることが大いに期待される。

5. 政策提案・提言

本研究は、自殺対策を共通テーマとして、多機関による地域連携のモデル事業となりうる。具体的に、本研究の主なフィールドである府中市においては、①保健センターの行政保健師等職員による本プログラムの講義部分の実践およびプログラム全体のコーディネート、更には、保健推進員や健康サポーター(府中市元気いっぱいサポーターと称する)等のシニアボランティア候補の人材紹介という点では保健部門(府中市健康推進課)、②子ども・若者の学校現場への介入と言う点では教育部門(府中市教

育委員会・市内の市立中学校)が連携した。また、本研究は、府中市保健計画推進協議会でも府中市自殺総合対策計画のモデル事業として協議・報告されている。そのため、協議会の委員である、府中市医師会、歯科医師会、管内保健所、社会福祉協議会、市民代表にも周知・後方支援されている。

今後は、地域包括支援センターや高齢支援部門によるシニアボランティアの育成や活動継続に向けての後方支援、さらに、民生・児童委員や青少年委員、町会自治会関係者等のシニアボランティア候補の人材紹介やSOSを出せる居場所づくりと言う点では地域振興・民生部門との連携も想定される。

以上より、地域の多様なステークホルダーの連携による広義の共生型地域包括ケアシステムのモデルを提示できる。

6. 成果外部への発表

(1) 学会誌・雑誌等における論文一覧（国際誌 1件、国内誌 1件）

- 1) 小川将,鈴木宏幸,高橋知也,村山陽,松永博子,藤田幸司,本橋豊,藤原佳典:高齢者ボランティアとの協働によるSOSの出し方に関する教育授業の開発と評価:中学生への3ヶ月持続効果の検討.自殺総合政策研究, (印刷中)(査読あり)

(2) 学会・シンポジウム等における口頭・ポスター発表（国際学会等 1件、国内学会等 3件）

- 1) 福嶋史江,横道淳子,石堂純子,小澤彩,本橋豊,松永博子,藤田幸司,鈴木宏幸,小川将,高橋知也,藤原佳典:高齢者ボランティアとの協働による「SOSの出し方に関する教育」の実践:その1,第78回公衆衛生学会総会,高知,2019,10,23-25
- 2) 小川将,鈴木宏幸,高橋知也,福嶋史江,横道淳子,石堂純子,小澤彩,松永博子,藤田幸司,本橋豊,藤原佳典:高齢者ボランティアとの協働による「SOSの出し方に関する教育」の実践:その2,第78回公衆衛生学会総会,高知,2019,10,23-25
- 3) 小川将,鈴木宏幸,高橋知也,村山陽,松永博子,藤田幸司,本橋豊,藤原佳典:高齢者ボランティアとの協働による「SOSの出し方に関する授業」の開発と評価:REPRINTS研究より,日本老年社会科学会第61回大会,宮城,2019,6,7-8

(3) その他外部発表等

7. 引用文献・参考文献

- 1) 大竹恵子、島井哲志、曾我祥子.小学生のストレスコーピング尺度短縮版の作成.神戸女学院大学ヒューマンサイエンス 2001 ; 4 : 1-5.
- 2) 小川将、鈴木宏幸、高橋知也、村山陽、松永博子、藤田幸司、本橋豊、藤原佳典. 高齢者ボランティアとの協働によるSOSの出し方に関する教育授業の開発と評価:中学生への3ヶ月持続効果の検討、自殺総合政策研究(印刷中)
- 3) 古谷野亘、柴田 博、中里克治、芳賀 博、須山靖男: 地域老人における活動能力の測定—老研式活動能力指標の開発—. 日本公衆衛生雑誌 1987; 34 (3) : 109—114
- 4) 櫻井茂男.小学校高学年生における自己意識の検討.実験社会心理学心理学研究 1992 ; 32(1) : 85-94
- 5) 櫻井茂男. 心理測定尺度集IV 子どもの発達を支える<対人関係・適応>2007 ; 22-27 サイエンス社 堀洋道(監修) 櫻井茂男・松井豊(編)
- 6) Sheikh J I & Yesavage J A. Geriatric Depression Scale (GDS) Recent Evidence and Development of a Shorter Version. *Clinical Gerontologist* 1986; 5(1/2): 165-173

- 7) Schreiner AS, Hayakawa H. Morimoto T, Kakuma T. Screening for late life depression: cut-off scores for the Geriatric Depression Scale and the Cornell Scale for Depression in Dementia among Japanese subjects. *International Journal of Geriatric Psychiatry* 2003; 18'
- 8) 外山美紀. 心理測定尺度集IV 子どもの発達を支える＜対人関係・適応＞2007 ; 22-27 サイエンス社 堀洋道（監修）櫻井茂男・松井豊（編）

8. 特記事項

- (1) 健康被害情報 なし
- (2) 知的財産権の出願・登録の状況 なし