

# 「地域の居場所」におけるボランティア活動が 高齢ボランティアの心理社会的健康にもたらす影響 —高齢ボランティアの交流体験に基づく分析—

坂梨 志津子<sup>1</sup>, 米澤 純子<sup>2</sup>

<sup>1</sup> 社会福祉法人うらら 十条地域包括支援センター

<sup>2</sup> 文京学院大学大学院 看護学研究科

## 要旨

「地域の居場所」において、ボランティアを行う高齢者が、どのような交流を行っているのか、それらの交流はボランティアを行う高齢者に何をもたらもたらしているのかを明らかにすることを目的に、質的記述的研究を行った。

「地域の居場所」でボランティアを行う高齢者から、交流を通して《利用者、ボランティア仲間と信頼関係が醸成される》、《心を通わせ、楽しさを共有する》、《経験に基づく自己の強みを発揮する》、《多様な知識・経験の交流から視野が広がる》、《多世代の人の成長や健康を見守る》、《活動を通して社会とつながり、健康に過ごす》ことが語られた。これらの交流体験がもたらすものとして、「居場所」において高齢ボランティアは、自分らしくいられる心地よさと、交流から生まれる楽しさ・喜びを享受し、交流を通して自分の強みに気づき、世代性、さらに知的好奇心を高めていた。知的好奇心は一般的に高齢者において向上しにくいとされるが、「地域の居場所」でボランティアを行う高齢者は、知的好奇心を向上させていく可能性が見い出された。

## キーワード

地域の居場所、ボランティア、高齢者、多世代交流

## 1. 序論

少子超高齢社会が世界で最も進む我が国において、健康寿命の延伸が注目されている<sup>1,2)</sup>。高齢者の要介護期間を短縮させ、健康寿命をいかに延伸させていくかが課題となっている。

2018(平成30)年の「高齢社会対策大綱」には「高齢者の新たな捉え」が言及され、高齢者を年齢で一律にとらえた「支えが必要な人」という固定観念を変え、意欲と能力のある高齢者は「支える側」に立って地域の担い手となるという意識改革が必要であるとしている<sup>3,4)</sup>。地域を活性化する高齢者を増やし、健康寿命を延伸させていくことが求められている。

一方、我が国の家族形態が変化し<sup>1)</sup>、「核家族化」「小家族化」が進んでおり、家族内の世代間交流が少なくなっている状況である。さらに、近年町内会・自治会といった地縁組織によるコミュニティが弱体化し、孤立・孤独、無縁社会といったことも地域の課題となっており、都市化が進んでいる地域ほど近所付き合いが希薄であり、ひいては地域コミュニティ意識が低下していると言われて久しい。

このような状況の中、我が国では2025年を目途に地域包

括ケアシステムの構築を推進し、高齢者が健康で生きがいをもって暮らし続けることができる共生社会の実現を目指し、高齢者自身の社会参加が期待されている<sup>5,6)</sup>。地域参加活動を通じて、高齢者自身も豊かになれる可能性が多くの文献で示唆されている<sup>7,8)</sup>。社会参加活動は、趣味やサークル活動から、ボランティア、NPOの活動、就労等様々なものがある。本研究は、「地域包括ケアシステム」の構築に必要な要素<sup>9)</sup>のうち、「互助」の機能として位置づけられているボランティアに焦点を当てることとする。

地域における高齢者のボランティア活動は、教育現場での読み聞かせや、自治体などが開催する介護予防教室、一人暮らしの高齢者の見守り、高齢者の集うカフェ等の活動が展開されており、ボランティアを行う高齢者への効果も報告されている<sup>10,11)</sup>。

さらに、地域のつながりの変化が生み出した新たなコミュニティにおいても高齢者がボランティアとして活動している。孤立・孤独といったことが地域の課題となっている今日、従来の制度・施設の枠組みから漏れ落ちて掬い上げきれない地域の切実な課題に対して、一部の住民の中で気づきが生まれ、2000年以降、自主的なつながりから地域住民の主体的な組織が誕生し、家庭でも職場や学校でもな

い、第3の場所とも呼ばれる「居場所」が開設され始めた<sup>12)</sup>。それらは、同質性の居場所である不登校・引きこもりや、高齢者同士など同じ属性を対象とする場所から始まり、異質性の居場所すなわち世代、属性を問わない居場所へと拡大した。赤ちゃんから高齢者まで多様な世代がいつでも気軽に訪れ、つながることができる地域の居場所が全国各地で作られ、高齢者もボランティアを行っている。地域の居場所は、「自分らしさを実感し、生き生きと地域の中で自分の人生を生きるような意識につながる」と坂倉<sup>12)</sup>は言う。

このように、高齢者のボランティアの体験について、及び「地域の居場所」の意義については、先行研究で多くの報告がなされているが、「地域の居場所」での活動がボランティアを行う高齢者に与えている影響について焦点をあてて検討した研究は確認できない。「地域の居場所」においても、先行研究と同様の影響を高齢者にもたらしているのであろうか。さらに、「地域の居場所」という場の特性から、他での活動の場とは違う特異的な何かを、ボランティアを行う高齢者にもたらしているものがあるのであろうか。この問いを明らかにすべく、「地域の居場所」においてボランティアを行う高齢者（以下「高齢ボランティア」と記す）がどのような交流をしているのか、それらの交流は、高齢ボランティアに何をもたらしているのか、質的な調査によって明らかにしていくことを目的とした。

## 2. 研究方法

### 2.1. 研究デザイン

「地域の居場所」は、安らぎくつろぐ場の共有、言葉がけや対話という人々との「関係性」を通して成り立つものである。高齢ボランティアの交流体験は、彼らの経験の内側から探求されるものであると考える。よって体験をありのまま記述する質的な研究アプローチがふさわしいと考え、本研究を質的記述的研究とした。

### 2.2. 用語の定義

- 1) **ボランティア**：「自発的な意思に基づき他人や社会に貢献する行為を指す」<sup>13)</sup> こととする。自主性、社会性、無償性の特徴がある。
- 2) **「地域の居場所」**：地域において住民主体で運営される、誰もがいつでも気軽に立ち寄り、自由に過ごせる場であり、本研究では、多世代型、多機能型であり、週に4日以上開いている居場所を研究協力者の活動の場とする。プログラムだけを行う介護予防教室や認知症カフェのような「通

いの場」や、週に2～3日程度で開いている居場所とも区別する。文中では、「地域の居場所」、若しくは「居場所」と記す。

### 2.3. 研究参加者の選定方法

東京都A区において、少なくとも週に4日以上開いている「地域の居場所」において、ボランティアを行っている65歳以上の高齢者で、研究の同意が得られた者を研究協力者とした。

サンプルサイズは、8～10名とした。これは、グレッグら<sup>14)</sup>や、Hollowayら<sup>15)</sup>による同質集団を対象とする質的研究における対象者数の考え方を根拠とした。

機縁法により、選定条件にあった対象候補者のいる東京都A区の「地域の居場所」において、候補者を代表者に選定して頂いた。参加の意向表明があった候補者に、個別に研究者宛連絡してもらい、研究者から改めて文書と口頭で研究の目的・方法・倫理的配慮について説明した。研究協力への同意が得られた方に「研究協力の同意書」に署名して頂いた。この時点で、対象候補者は研究協力者となった。

### 2.4 データの収集期間と方法

データ収集期間は2023年9月～11月であった。

プライバシーが確保できる落ち着いた環境において、「インタビューガイド」を用い、個別に半構造化インタビューによる体験の聴き取りを実施した。研究協力者に許可を得て、ICレコーダーに録音した。所要時間は1回につき1時間～1時間半とした。必要に応じて同意を得て2回目を設けた。

### 2.5. 分析方法

個々の研究協力者のインタビューの録音より、逐語録を作成した。個人名、居場所名、地名などすべて匿名化した。逐語録を熟読したのち、「地域の居場所」における高齢ボランティアにとっての交流体験の語りについて、全ての記述から理解できる最小の文脈単位に切り取った。切り取った文脈にある意味を抽出し、データにコードをつけた。それぞれのコードを、意味内容の相違性、類似性に従って〈サブカテゴリー〉を生成した。さらに抽象度を上げてグルーピングし、《カテゴリー》を見出した。コーディングからカテゴリーまでの手順は、直線的に進めるのではなく、繰り返し行った。続いて、コード、サブカテゴリー、カテゴリーの一覧表を作成し、「地域の居場所」で高齢ボランティアにとってどのような交流が行われているか、それらの交流からもたらされているものは何かについて検討した。分析結

果の厳密性については、分析・解釈が研究者の偏見や歪みによる影響を生じないように、複数の指導教員のスーパービジョンを受けた。

2.6. 倫理的配慮

研究協力候補者に対して、研究参加への強制力が働かないよう、研究参加の意向を示す「ご連絡票」は、研究者あて個別に送付して頂いた。研究の説明では、研究の主旨、目的、方法の詳細、研究参加可否・研究中断・インタビュー後の撤回の自由、インタビューデータの取り扱いと研究終了後のデータの廃棄、プライバシーへの配慮について文書と口頭で説明を行った。同意を得て、研究協力者となった方を今後「対象者」と呼ぶ。なお、本研究における利益相反は存在しない。

表 1 研究協力者の基本情報

| 研究協力者 | 年代     | 性別 | 同居者の有無 | 主観的健康状態 | 活動開始動機      | 活動年数  | 活動頻度     | 役 割                             |
|-------|--------|----|--------|---------|-------------|-------|----------|---------------------------------|
| P1    | 80歳代前半 | 男  | 有      | 普通      | 自発的         | 10年   | 週4回      | 利用者の話し・遊び相手                     |
| P2    | 80歳代前半 | 女  | 無      | 普通      | 声かけ         | 10年   | 週4回      | 利用者の話し・遊び相手、お茶入れ、子ども食堂          |
| P3    | 70歳代前半 | 女  | 無      | 普通      | 自発的         | 1年7か月 | 月2回      | 利用者の話し・遊び相手、お茶入れ                |
| P4    | 70歳代後半 | 男  | 有      | 良い      | 声かけ（利用者を経て） | 3年7か月 | 月3回      | 健康プログラム担当                       |
| P5    | 70歳代前半 | 男  | 有      | とても良い   | 自発的（利用者を経て） | 2年弱   | 月2回      | 利用者話し相手                         |
| P6    | 60歳代後半 | 女  | 有      | 良い      | 声かけ         | 1年4か月 | 月2回      | 高齢者向け健康プログラム担当                  |
| P7    | 70歳代後半 | 男  | 有      | 普通      | 声かけ         | 4年    | 月2回及び不定期 | 高齢者向け健康プログラム担当、子ども食堂、利用者話し・遊び相手 |
| P8    | 60歳代後半 | 男  | 有      | 普通      | 自発的         | 4年    | 週1回      | だれでも食堂担当                        |
| P9    | 70歳代前半 | 女  | 無      | とても良い   | 自発的         | 10か月  | 週6回      | 利用者の話し・遊び相手、子ども食堂               |

※情報は、すべて初回インタビュー時のものである

3.2. 分析結果

調査対象者である高齢ボランティアにとっての「地域の居場所」における交流体験の語りについて分析した。

その結果、表2の通り、6つのカテゴリー、19のサブカテゴリー、86のコードが抽出された。

以下、《 》をカテゴリー、〈 〉をサブカテゴリーとして表記する。またコードを【 】で示し、【 】内の（ ）は、意味内容を対象者の語りから研究者が捕捉したものである。以下、6つのカテゴリーに従って、結果を分析する。

本研究は、文京学院大学看護学研究科倫理審査委員会の承認を得た上で実施した。（承認番号：2023n-0004）

3. 結果

3.1. 調査対象者の概要

A区の3か所の「地域の居場所」において、9名の対象にインタビューを行った。インタビュー回数は、1回：4名、2回：5名である。時間は1回目：44～70分、2回目：12～46分であった。1人当たりのインタビュー時間（2回実施者は合計）は、47分～114分で、平均約70分であった。

各対象の基本情報は、表1の通りである。対象の性別は男性5名、女性4名で、年代は、60歳代後半2名、70歳代前半3名、70歳代後半2名、80歳代前半2名であった。

1) 《利用者・ボランティア仲間と信頼関係が醸成される》

このカテゴリーは、〈利用者のペースに合わせて緩やかに関わる〉、〈利用者と長い期間をかけて信頼関係を築く〉、〈分かり合えるボランティア仲間と一体感を持つ〉、〈利用者とボランティアの境目がない〉の4つのサブカテゴリーで構成された。

「地域の居場所」は、利用者のそれぞれのありようが尊重され、自由に過ごす場となっている。その為個々の利用者に添って対応し、〈利用者個々のペースに合わせて緩やかに関わる〉ことが大切にされていた。「緩やか」とは、誰で

も気軽に参加でき、いつでも離脱でき拘束力がなく、ある一方、【利用者の個々のペースに合わせ】つつも、自分も一定の距離をもって接することである。【構えない】で「居場所」で過ごしていると言う。

表2 「地域の居場所」においてボランティアを行う高齢者の交流体験

| カテゴリー                      | サブカテゴリー                   | コード                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1) 利用者・ボランティア仲間と信頼関係が醸成される | (1) 利用者のペースに合わせて緩やかに関わる   | 多世代・多様な人と親しく会話する (P1, P4, P5, P7)<br>利用者個々のペースに合わせる (P9, P6, P4)<br>自分が高齢になってもしてほしいように接する (P6)<br>不参加が続く利用者を心配する (P6, P7)<br>不登校の子どもの現状を理解して関わる (P8)<br>実家のじじばばのように赤ちゃんの世話をする (P3)<br>手助けを求めない利用者を見守る (P3)<br>自分の気持ちだけで行動しない (P3)<br>自分で考えるゲームには、口出ししない (P4)<br>気を遣わずにフランクにやれる (P7)<br>構えない (P3)<br>自然体の関わり (P1)<br>地域に密着した悪口や噂話に入り込まない (P6)<br>お互い様の気持ちで関わる (P2, P6) |
|                            | (2) 利用者と長い期間をかけて信頼関係を築く   | 利用者にこちらからプライベートなことを聞かない (P3)<br>長い期間のボランティアとの関わりで、利用者は本音を言う (P3)<br>利用者を気にかけ、言葉をかけあえる人間関係を構築したい (P6)                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                            | (3) 分かり合えるボランティア仲間と一体感を持つ | 一緒にやってくれる人達が積極的で助かる (P7)<br>世話人の思いを知り、協力する (P6)<br>考え方が分かり合えるボランティア仲間に出会えほっとする (P2)<br>ボランティアの中から生まれた発想はうまくいく (P1)                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                            | (4) 利用者とボランティアの境目がない      | どちらがボランティアかわからない自然な親しい会話になる (P1, P2)<br>ボランティアにも楽しんでもらう (P1)                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 2) 心を通わせ楽しさを共有する           | (1) 心がほっこりとして豊かになる        | 言葉の掛け合いが楽しい (P6)<br>交流で気持ちがほっこりとして心に残り、穏やかで豊かになればいいと思う (P6)<br>食卓を囲むと緩む (P8)<br>乳幼児のふれあいに癒される (P1, P3, P7)<br>利用者の話を聴き、心が豊かになる (P5)<br>明るく朗らかな利用者に癒される (P4)                                                                                                                                                                                                           |
|                            | (2) 利用者の反応が報酬となる          | 利用者の反応に喜びがある (P1, P2, P6, P7)<br>利用者同士がつながり思いやる雰囲気ができたことが嬉しい (P7)<br>ボランティアに注意してくれる利用者をありがたく思う (P3)                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                            | (3) 世代の垣根なく触れ合える          | 若者・子どもとの会話・関係は自分の子・孫と違う感覚がある (P1)<br>若者と親とできない会話につながる (P1)<br>世代の垣根のない温かみのある若者とのふれあいがある (P3)                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                            | (4) 「居場所」での活動は自分自身の楽しみである | 自分が楽しむために活動する (P7)<br>予定があることが楽しみとなる (P4, 6)<br>子どもと遊ぶのは楽しい (P9)                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 3) 経験に基づき自己の強みを発揮する        | (1) 自分の経験に自信を持って活動する      | これまで大切にしてきた人との接し方で関わる (P6)<br>人の為に動くことが自然と身についている (P6)<br>現役時代の姿勢、協働の態度を意識する (P9)<br>生まれ持った元気さがある (P9)<br>仕事柄、対話能力を培ってきた (P5)<br>遊びやリクリエーションのスキルがある (P3, P4, P5)<br>家族の介護の経験がある (P2)<br>見守り訪問で助けを求めない高齢者を見てきた経験がある (P2)<br>親の世話ができなかった後悔がある (P6)                                                                                                                      |
|                            | (2) 人と接するのが好き             | 年齢・性別問わず、人が好きである (P6, P9)<br>人との会話が好き (P2)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |



|                        |                            |                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4) 多様な知識・経験の交流から視野が広がる | (1) 自分の知らない世界に出会い視野が広がる    | 活動をととして、地域・居場所について知る (P3, P5, P9)<br>利用者の悩みを聴く (P1, P2)<br>利用者への深いフォローがあることを知る (P3)<br>それぞれの人が人生の「専門家」である (P5)<br>年配者の知識・体験から学ぶ (P5, P6)<br>90歳を超えた高齢者の切実な寂しさを知る (P5)<br>多様な人材とつながり、視野が広がる (P7, P8)<br>専門家だったボランティアの知識・スキルを学ぶ (P2) |
|                        | (2) 互いの知らない世界を分かち合う        | 若者と高齢者が会話から理解しあう (P1)<br>知らない世界の交換が面白い (P1, P4, P9)<br>普段接することのないタイプの人とのやり取りが楽しい (P4, P7)                                                                                                                                          |
|                        | (3) SNSの操作を教わり若者とつながる      | 若者が惜しみなく教えてくれるスマホの操作に挑戦する (P1, P3)<br>若者のSNSの文化を知る (P1)<br>若者とSNSでつながり続ける (P1)                                                                                                                                                     |
| 5) 多世代の人の成長や健康に関わる     | (1) 子どもとの関わりを通して成長を見守る     | 子どもの話を肯定的に受け止め、行動をほめる (P9)<br>子どもたちに叱る場面も楽しむ (P1)<br>若者・子どもに家庭ではできない高齢者との会話の経験を持たせる (P1)<br>自分は子どもたちの成長を見守る存在だ (P9)<br>小さい頃から来ていた利用者の成長を喜ぶ (P1, P2)                                                                                |
|                        | (2) 若者の力を頼もしく思う            | 若者のボランティアとしての参加とアイデアを取り入れる (P1)<br>高校生ボランティアが入ると居場所が活性化する (P9)<br>実習に来た大学生たちの体験を見守り、自信を持たせる (P9)                                                                                                                                   |
|                        | (3) 母親の育児不安やストレスを軽減するよう関わる | 乳幼児の発達を心配する母親に関わる (P1)<br>母親に休息してもらえよう、乳幼児の世話をする (P8, P3)                                                                                                                                                                          |
|                        | (4) 高齢者が共に健康に過ごせるよう関わる     | 高齢利用者の語りに伴走し、活力を与える (P5)<br>来場を躊躇していた高齢者が居心地よく過ごせて安堵する (P7)                                                                                                                                                                        |
| 6) 社会とつながり健康に過ごす       | (1) 「居場所」で活動することで健康に過ごせる   | 社会参加の一つとして活動する (P7)<br>家にこもらず、人と接することができて幸せである (P4)<br>いつか自分も介護される身になる (P6)<br>健康寿命を延ばすために活動する (P3, P4, P8)<br>「居場所」があることで、独居になっても鬱にならない (P2)<br>煩わしさのない時間つぶしができる (P2, P8)<br>行きたいくない気分であっても健康の為に来る (P8)                           |
|                        | (2) 退職後地域貢献ができる            | 現役時代は寝に帰って来ただけで地域に意識がなかった (P3, P4)<br>自分が問題なく長年区外で働けたのは、地域に貢献してくれた人たちのお陰だ (P9)<br>退職後は、地域の恩返しのためボランティア活動をする (P3, P4, P9)<br>退職後地域貢献をして区内を正面を向いて歩けるようになった (P4)                                                                      |

「地域の居場所」では、【利用者にこちらからプライベートなことは聞かない】で、緩やかに関わりながら〈利用者と長い期間をかけて信頼関係を築こうとしていた。また、利用者との信頼関係だけでなく、高齢ボランティアが、〈わかり合えるボランティア仲間と一体感をもつ〉ことも「地域の居場所」における居心地のよさにつながっていた。「居場所」でボランティアを始めたばかりの時、【考え方が分かり合える仲間に出会えてほっと】したと言う。

ところで、「ボランティア」として訪れる人も、その役割を果たすだけに終始せず、いつの間にか利用者の立場で「居場所」で過ごしていると語られた。役割を超えて〈利用者とボランティアの境目がな〉く、互いが親しく交流していると語った。【どちらがボランティアかわからない自然な

親しい会話になる】と言い、対等な和気あいあいとした雰囲気「居場所」の交流にあると言う。このようにして、《利用者・ボランティア仲間と信頼関係が醸成され》ていた。

## 2) 《心を通わせ楽しさを共有する》

このカテゴリーは、〈心がほっこりとして豊かになる〉、〈世代の垣根なく触れ合える〉、〈利用者の反応が報酬となる〉、〈「居場所」での活動は自分の楽しみである〉の4つのサブカテゴリーで構成された。

高齢ボランティアは、「居場所」において、利用者にお茶を入れながら、【言葉の掛け合いが楽し】く、【乳幼児とのふれ合いに癒され】、互いの交流の中で、〈心がほっこりと

して豊かになる」時間を、享受していた。

さらに、高齢ボランティアにとって、〈利用者の反応が報酬〉となっていた。【利用者の（ポジティブな）反応に（来てくれて嬉しいといった）喜びが】あり、やっていてよかったといった充実感や達成感をもたらしていた。

居場所では、高齢者と親しく会話をすると、言う。またスマートフォンの操作に関して、自分の子どもはその場しのぎのことしか教えてくれないが、「居場所」の若者は、一から十まで丁寧に優しく教えてくれ、【（ほんわか）温かみ】があり、〈世代の垣根なく触れ合える〉と語った。

高齢ボランティアにとっては、「居場所」でボランティアを行う場であるが、〈「居場所」での活動は自分自身の楽しみである〉と語っていた。また、「居場所」でのボランティアを始めてから、自身の生活の中に、【予定が（定期的に）入ることを楽しみ】にして生活し、メリハリをつけて過ごしているとの語りもあった。さらに、【子どもと遊ぶのは楽しい】と、「居場所」にやって来る子ども達との遊びそれ自体を純粋に楽しんでいる方もいた。日々の交流において、このように利用者と《心を通わせ楽しさを共有》していた。

### 3) 《経験に基づく自己の強みを発揮する》

このカテゴリーは、〈自分の経験に自信をもって活動する〉、〈人と接するのが好き〉の2つのサブカテゴリーで構成された。

高齢者は豊かな人生経験を持ち、その中で様々な自己の強みを持っている。人生の中で培ってきたそれぞれのキャリア、趣味、長所など、〈自分の経験に自信をもって活動〉していた。【仕事で培った対話の能力】や、自身の【家族の介護経験】を活かして、利用者の悩みや愚痴を共感的態度で聞いていた。子どもとの外遊びにも抵抗がないと語った高齢ボランティアは、自身について【生まれ持った元気さがある】と語った。

【人の為に動くことが自然に身についている】と強みを語ったのは、自身の成育歴や長年勤めた会社での経歴を持つ方だった。【性別・年齢問わず、人が好き】と語る方もいて、〈人と接するのが好き〉である高齢ボランティアの基本的態度が認められた。このように、これまで積み上げてきた《自己の経験に基づいた強みを発揮》しながら、利用者に関わっていた。

### 4) 《多様な知識・経験の交流から視野が広がる》

このカテゴリーは、〈自分の知らない世界に出会い視野が広がる〉、〈互いの知らない世界を分かち合う〉、〈SNSの操作を教わり若者とつながる〉の3つのサブカテゴリーで構成された。

「地域の居場所」において、高齢ボランティアは、若者、高齢者、中には100歳前後の高齢者、海外からの留学生、子育て世代等、普段の生活では会話することがない多世代の人々や、出会うことがない多様な背景や感覚をもった人々と交流する機会を得ていた。

高齢ボランティアは、自分より【年配者の知識や経験から学ぶ】機会を得て、利用者だけでなく一緒に活動するボランティアや、居場所で招く講師、落語家等、【多様な人材とつながり、視野が広が】っていた。海外からの視察団への対応に同席し、先輩ボランティアや行政の方の話を聞き、【活動を通して地域・居場所について知る】機会を得て、「居場所」の意義をより深く知ることが出来ると語った。

このようにして、〈知らない世界を知り、視野が広が〉っていることを語った。

知らない世界は、高齢ボランティアが一方向的に受け取るだけでなく、高齢ボランティアが持つ、交流相手の知らない世界を利用者にも渡して、〈互いの知らない世界を分かち合う〉っていた。若者との交流の中で、【若者と高齢者が会話から理解しあう】のである。健康プログラムをサポートする高齢ボランティアは、ゲームという利用者にとっての新たな世界と、高齢ボランティアにとっては日頃出会わないような感覚を持った利用者からの朗らかな「漫才」のような世界とを、分かち合っていた。【普段接することのないタイプの人とのやり取りが楽しい】と語った。

特に若者とは、新しいコミュニケーションツールであるスマートフォンの操作を教わることにより、「居場所」を拠点にしながらも対面だけでないSNSによる交流も生まれ、〈SNSの操作を教わり若者とつながる〉っていた。高齢ボランティアは、【若者が惜しみなく教えてくれるスマートフォンの操作に挑戦】し、SNSの送受信に戸惑いながらも、若者から来たメッセージに返信する。その過程を通して、【若者のSNSの文化を理解】し、【若者とSNSを楽しみ、SNSでつながり続ける】。このように、《多様な知識・経験の交流から視野が広がる》っていた。

### 5) 《多世代の人の成長や健康に関わる》

このカテゴリーは、〈子どもとの関わりを通して成長を見守る〉、〈若者の力を頼もしく思う〉、〈母親の育児不安や

ストレスを軽減するよう関わる〉、〈高齢者が共に健康に過ごせるように関わる〉の4つのサブカテゴリーで構成された。

「居場所」では、子ども、ボランティアや実習生をはじめとする若者、子育て世代、高齢者と幅広い年齢層の人々との交流がある。

子どもに対しては、【話を肯定的に受け止め、行動をほめ】ている様子が語られた。そして、【子どもたちの成長を温かく見守る存在だ】と自らを認識していた。また、子どもたちの様子に関する語りもあった。いたずらをした子どもたちとそれを注意した高齢ボランティアとの一見衝突に見えるやり取りの間に入り、互いとの信頼関係の中で、子どもにもマナーや礼儀を学ばせ、かつその過程として【叱る場面も楽し】んでいた。このように、〈子どもとの関わりを通して成長を見守〉っている多様な場面が語られた。

また、若いボランティアや実習生らの〈若者の力を頼もしく思う〉様子が伺えた。「居場所」のリノベーションに【若者のボランティア参加とアイデアを取り入れ】、彼らの姿を頼もしく思っていることが語られた。また「居場所」に【実習に来た大学生たちの経験を見守り、自信を持たせ】ている様子が語られた。

赤ちゃん連れの利用者の中には、乳幼児を自由に遊ばせる「居場所」で同じような月齢の児と比べて、我が子に発達の遅れがないか心配する母親もいる。子どもの成長には個人差があると励まし、母親を心配して、そのうち子どもが立って歩いたり、片言を話すようになったりすると、母親と一緒に安堵する。そのような【乳幼児の発達を心配する母親に関わる】語りがあった。また、引っ越してきて知り合いの居ない母親が、乳幼児を抱えて「居場所」にきた場面を語り、【母親に(しばしの)休息をしてもらえるよう、乳幼児の世話を】付きっきりでしていた。このように、〈母親の育児不安やストレスを軽減するよう関わ〉っている語りがあった。

高齢者に対しても、〈高齢者が共に健康に過ごせるよう関わ〉っている様子が語られた。人前に出ることに臆して

しまう虚弱な高齢者が、高齢者向け健康プログラムに地域包括支援センターの職員に付き添われて初めて訪れた。プログラムを終えて、【来場を躊躇していた高齢者が居心地よく過ごせて安堵する】様子が語られた。さらに、【高齢者の語りに伴奏し活力を与え】ることで、高齢者の発達を促すことにつながるのではないかと語る方もいた。高齢の利用者に現役時代の職業などを尋ねると、高齢者は水を得た魚のように、生き生きと語り始めると述べた。以上のように、高齢ボランティアは、子ども、若者、子育て世代、高齢者ら、《多世代の人の成長や健康に関わって》いた。

## 6) 《社会とつながり健康に過ごす》

このカテゴリーは、「居場所」で活動することで健康に過ごせる〉、〈退職後地域貢献ができる〉の2つのサブカテゴリーで構成された。

「地域の居場所」における活動は、家にこもらず、人と接することができて幸せであり、「居場所」でのボランティアは【社会参加の一つ】として活動するのであり、【健康寿命を延ばす】ことが意識されていた。自分より高齢の虚弱な方々に接して、【いつかは(自分も)介護される身になる】ことも意識しながら、社会とつながる場として「地域の居場所」を選んで《活動することで健康に過ごす》ことが「居場所」でのボランティア活動の目的の一つとなっていた。以前は大家族だったが、現在は一人暮らしとなった方は、看病、介護の間も細々と「居場所」での活動を続け、今は「居場所」で、家族の自慢話などの【煩わしさをしない時間つぶしができ】、【独居になっても鬱にならない】と語った。

しかし、中には居場所に出てくることが億劫になっているという発言もあった。その方は、人との交流があったるいことがあると言い、活動に行こうかどうしようかと葛藤することがあると述べた。1日家でゴロゴロしていて夕方5時になった時の自分を想像して、葛藤しながら重い腰を上げると言う。【行きたくない気分であっても健康の為に来る】と語った。

表3 対象者の語りと各カテゴリーの対応

|                             | P1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 |
|-----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1) 利用者・ボランティア仲間と信頼 関係が醸成される | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  |
| 2) 心を通わせ楽しさを共有する            | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  |
| 3) 経験に基づく自己の強みを発揮する         |    | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  |    |    | ○  |
| 4) 多様な知識・経験の交流から視野が広がる      | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  |
| 5) 多世代の人の成長や健康に関わる          | ○  | ○  | ○  |    | ○  |    | ○  | ○  | ○  |
| 6) 社会とつながり健康に過ごす            |    | ○  | ○  | ○  |    | ○  | ○  | ○  | ○  |



退職シニアは、【現役時代は、家に寝るために帰ってくるだけで、地域への意識がなかった】と振り返った。70歳過ぎまでフルタイムで働いていた方は、【問題なく長年地域外で働けたのは、地域に貢献してくれていた人達のおかげだ】と語った。【退職後は、地域の恩返しのためにボランティア活動】を探し、地域貢献していきたいと「居場所」での活動を始めたと言い、〈退職後地域貢献ができる〉ことで、充実感を表した。このようにして「居場所」における活動をとおして《社会とつながり健康に過ご》していた。

以上6つの各カテゴリにおけるコードの抽出と発言をした対象者とを対応させると、表3のようになる。カテゴリ1), 2), 4) は、対象者9名全員のコードと紐づいて抽出された。また、5), 6) は9名中7名、3) は6名のコードと紐づいて抽出されていることが認められた。

## 4. 考察

### 4.1. 交流からのもたらされるもの

#### 4.1.1. 自分らしく居られる心地よさ

高齢ボランティアは「地域の居場所」において、多様な世代、多様な背景の人々と交流している。

高齢ボランティアの主な活動は、「居場所」に訪れる多世代、多様な利用者を温かく迎え入れ、お茶を入れ、そばで見守り、必要に応じて話し相手や遊び相手になり、訪れた人が安心してくつろげるよう、心配りをするのである。

ゆっくりと時間をかけて《利用者・ボランティア仲間との信頼関係が醸成され》ていく「居場所」の空間において、利用者に対してそれぞれのペースで緩やかに関わるように、利用者に関わる高齢者自身もその中の一人として、自分のペースで過ごしている。構えないで、【気を遣わずにフランクでやれる】という語りが示したように、現役時代の肩書や、家庭・社会での役割などの重荷を下して、素の自分でいられると高齢者自身が「居場所」の中で認識がもてると考える。

また、ボランティアという役割だけに終始するのではなく、いつの間にか利用者と親しく会話をし、〈利用者とボランティアの境目がない〉交流が行われていた。人と人とのフラットな関係性で和やかに交流できる場となっていると言えよう。ここでいう「フラットな関係」とは、職業、社会的地位、役割などは関係なく、誰に対しても平等・対等であり、力関係を強要しない状態のことである。佐藤は、「地域の居場所」を、人と人、人と社会のつながりを紡ぎ、自分が居ることを他者と支えあう中で承認される場としている<sup>16)</sup>。交流する者同士が、自分が素のままでそこに居るこ

とを、周囲からそのまま受け入れてもらえる場が「居場所」にある。高齢ボランティアにとって、現役時代の肩書や家庭の中での役割とは違う自分の新たなアイデンティティを「居場所」で得ることができるのである。赤ちゃんを抱っこさせてもらえて母子に受け入れられたという喜びがあると語られたが、これは「地域の居場所」での交流において喜びを得た場面の一つであると考ええる。

坂倉<sup>12)</sup>は、「地域の居場所」において、日常的变化でともすれば見過ごしがちでさえあるが、何気ない異質性とかかわりの中で生じる無意識の変化の積み重ねにより、自分らしさを獲得して、自分の生を生きていけるのではないかと述べている。「居場所」の高齢ボランティアにも同様のことが起こっていると考ええる。すなわち、そのまま居てよいことを認識し、自分らしさを改めてみつめて、生き生きと生きていけるのではないかと考える。前述した【フランクにやれる】と語った対象は、現役時代は生活のために損得勘定とか打算的なことも考えざるを得ず、他者に気を遣って過ごしていたことを思い出して、居場所では気を遣わないと語っており、現役時代に背負ってきた重荷を手放して、ありのまま自分らしくいられることが心地良く安らぎを感じていることが分かった。人と人との「居場所」の中で信頼しあい、尊重し合う中でこそ生まれる安心感であると考ええる。

#### 4.1.2. 交流から生まれる楽しさ・喜びを享受する

高齢ボランティアは、「居場所」に訪れる多世代の人々に、特別な何かをすることではなく、くつろげる「居場所」での交流の中で、《心を通わせ楽しさを共有》していた。

村山<sup>17)</sup>は、某シルバー人材センターに登録のある65歳以上を対象に、「子どもと日常的に触れ合うことによる高齢者の感情体験」について調査を行っている。その結果《認められた嬉しさ》、《満たされた心》、《交流自体の楽しさ》、《高揚感》、《爽快感》の5つのカテゴリが抽出された。この調査は、孫や親戚・近所の子どものと触れ合う感情体験の結果ではあるが、「地域の居場所」の交流においても、同様の快の感情が交流において高齢ボランティアにもたらされていると考える。「居場所」では子どもだけにとどまらず、多世代の利用者からの反応が嬉しい、喜びであると述べられており、また「居場所」での活動は自分自身の楽しみであると語れていたことから、高齢ボランティアにとって、利用者との心を通わせる交流がいかに楽しさ・喜び、満足感をもたらすものであるかが明らかになった。



#### 4.1.3. 交流を通して自己の強みに気づく

さらに、高齢ボランティアは「居場所」の中で、自分らしくいることができ、「居場所」に集う人々と楽しさ・喜びを共有して居心地よく過ごす中で、自分にできることは何かを考える。現役時代の職歴の中で培ってきた能力や態度、大切にしてきた他者とのかかわり方、家族の介護経験など、それぞれが経験の中で得た豊かな知識や知恵を蓄えている。高齢ボランティアは、〈人と接することが好き〉という対人関係の特性を持って、「居場所」における人と人との交流の輪に自然に入り、その中で高齢ボランティア個々もつ、人生で培ってきた〈経験に自信をもって活動〉をして《自己の強みを発揮》していた。

高齢ボランティアは、相手のペースに合わせながらも自己の強みを発揮する様子を述べ、その語りの明瞭な口調は、高齢ボランティアが自信をもって語っていることを意味していると考えられ、自分の豊かな人生経験に裏打ちされた自信の表れであろうと推察された。

ところで、我が国の地域包括ケアシステム構築に向けた施策において、高齢者のボランティア活動は、「互助」の機能として位置づけられ推進されてきており、高齢者が参加する介護予防教室や高齢者のために作られたコミュニティカフェ、教育現場での読み聞かせなどが、進められてきた<sup>18)</sup>。これらの活動はプログラミングされており、いずれも始める前に研修を受けて、知識やスキルを習得する必要がある<sup>10, 11)</sup>。一方、「居場所」での活動は、活動開始のために何か特別な知識やスキルを身に着ける必要はなく、マニュアルもお揃いのTシャツもなく、いつからでも自分の身を「居場所」に置くことで始められる。また、利用者として「居場所」に訪れながら意思決定でき、プログラミングされた活動より敷居の低いものであると考える。

高齢者向けのコミュニティカフェでボランティアを行う住民(平均69歳)の活動継続要因について、村社<sup>19)</sup>が参与観察とインタビュー調査(主催関係者が対象)を行った結果によれば、ボランティアはそれぞれ活動を継続していく中で、自分にできることは何かを考えるようになり、周囲からの期待や雰囲気によって自分の役割を自覚し、自分の得意なことに結びつけてそれを実行しようとする、と述べている。ボランティアは、意欲的に得意を実行することになり、得意を実行できるから活動を継続できると言う。「居場所」においても、高齢ボランティアに同様のことが生じていると考える。交流する相手が居て発揮できる場所があるからこそ、自己の強みに気づくのである。強みに気づくことは、自己効力感を高め、さらに活動へのモチベーションを高めることにつながっていくであろう。強みを生かし

ていく際にも、「居場所」では多様な人々と関わることにため、高齢ボランティアはより応用力を発揮する必要があと考えられ、さらに強みを発達させていくことにもつながることが推測される。

## 4.2. ボランティア継続により深まるもの

### 4.2.1. 交流を通して世代性を高める

「地域の居場所」において、高齢ボランティアは〈子どもとの関わりを通して成長を見守〉り、実習やボランティアに訪れる〈若者の力を頼もしく思〉って応援し、子育て世代の〈母親の育児不安やストレスを軽減するよう関わ〉っていた。また、高齢の利用者に対しても、〈高齢者が共に健康に過ごせるよう関わ〉っていた。日々の交流において、赤ちゃん、子ども、若者らをはじめとする《多世代の人の成長や健康に関わる》様子が語られた。子どもや若者たちに注がれる愛情や信頼の源泉はどこにあるのであろうか。

田淵<sup>20)</sup>は、祖父母にとって孫は、直接的な子育てに責任のある親と違って、心理的に余裕をもって子どもに接することができると述べている。高齢ボランティアにとって、「居場所」で出会う赤ちゃんや子どもたちは、さらに何らしがらみなく、純粹にその存在が愛おしく、癒されるのであろう。また、新しい命に未来への希望が見いだされ、高齢者が生きる活力を得ることにもつながっているのではあろうか。

若者についても、小川は、家の中で言われると身近であるがゆえに、ちょっとした物言いでお互いを傷つけてしまうことが多いかも知れないと述べている。世代間交流が少しばかり距離を置いた相手とあらたまった付き合いの場を設定することで、自分たちの閉ざされた感覚を開き、関係性を活性化するきっかけになると述べており<sup>21)</sup>、まさに「居場所」での若者と高齢ボランティアの間には、心理的にちょうどよい距離感があると言えよう。

高齢期の発達課題として、田淵は、近年では長寿化や晩婚化などの社会的背景の変化に伴い、E.H.エリクソンの言う「世代性」は、中年期のみならず高齢期においても重要な課題であると述べている。高齢者が自分の孫や、孫と同世代の幼い子どもや若者たちに接することで、次世代を守り導いていくことへの関心が高まると言う。そのことにより高齢者は、自分の命が次世代へと受け継がれていくことが実感でき、未来を託せる安堵感があり、やがて訪れる自らの終焉をも受け入れることができるようになることにつながると述べている<sup>20)</sup>。さらに、自分の命の終焉ばかりを見つめるのではなく、現世に対して自分が今できることを考えるとといった統合性の向上にも寄与することが推察される

のである。

Tabuchiら<sup>22)</sup>は、生涯学習センターに通う高齢者について量的に調査し、世代性の高い高齢者でも、他者からポジティブなフィードバックが受けられなければ、世代性が継続的に発達しないことを明らかにしている。高齢者が、「地域の居場所」において若者と〈垣根なく触れ合〉うことによって、若者が高齢者の話を興味深く聞いてくれたり、スマートフォンの操作を優しく教えてくれてSNSで互いがつながり続けたりといったポジティブなフィードバックがあることは、高齢ボランティアの世代性を高めることにつながると考える。学校・職場でも、家庭でもない第3の場所である「地域の居場所」であるが故に、ある程度の距離感をもって、若者や子育て世代と高齢者が世代の垣根なく、すなわちフラットな関係で触れ合うことができ、かつ利用者からもポジティブなフィードバックを受けて、さらに世代性の関心を高めていくことができていると考える。

根本らは、若年層と65歳以上の高年層との交流頻度と精神的健康の関連を検討している。高年層における若年層との世代間交流は、精神的健康状態を良好にすることを示した<sup>23)</sup>。高年層が有する知識や経験を次世代に伝承する機会となり、高年層が社会的役割を担うことが、生きがいややりがいにつながり、次世代に向けた価値や文化を生み出しついでいくと言う。世代性の意識が精神的健康に寄与すると推察していた。

すなわち、高齢ボランティアは「居場所」の垣根のない交流の中で世代性を高め、世代性の高まりは、彼らの精神的健康状態をより良好なものにすると考え、それらの行為が「次世代の為にしなければならない」ではなく、次世代を応援しつつ自分自身が楽しんでできていることで、よりよい健康状態をもたらすことにつながると考える。さらに言えば、次世代につなぐ働きを地域の中でしていくことは、豊かな地域づくりにつながるものとなるであろう。

また、高齢の利用者に対しても、〈共に健康に過ごせるように関わる〉姿があった。若い頃の話をお聴く場面では高齢者が水を得た魚のように語り、子どもが発達していくのと同じように、高齢者もより生き生きと生きられるのではないかと語った。自分より年上の高齢の利用者の中に眠っている生きる力を呼び覚まし、いくつになっても健康でいてほしいと考えていることがわかった。それは、自分自身もさらに高齢になってもそうありたいと願っていることではなかろうか。

#### 4.2.2. 交流を通じた知的好奇心の向上

活動を継続する中で、「居場所」において高齢ボランティ

アは、多世代、多様な背景を持つ人々と交流し、〈知らない世界に出会い視野が広がる〉機会を得るとともに、交流相手にも相手が知らない世界を渡して、〈互いの知らない世界を分かち合〉っていた。また、〈SNSの操作を教わり若者とつなが〉っていた。「居場所」の高齢ボランティアは、《多様な知識や経験の交流から視野》を広げていた。そこには、新たなことを学習、挑戦しようとする知的な好奇心が高齢ボランティアに存在すると考える。

心理特性の加齢変化を調査したTerraccianoら<sup>24)</sup>によれば、性格特性(性格5因子モデル)のうち、知的好奇心などに関連する「開放性」は、加齢に伴い低下すると述べている。一方で、「居場所」の高齢ボランティアは、知らない世界に出会って視野を広げていた。すなわち開放性を高めていると言える。

小塩ら<sup>25)</sup>は、大学生を対象としてトレーニングしても開放性は、明確な変化が認められなかったと報告している。開放性を高めることの難しさが伺える。よって、「居場所」の高齢ボランティアが元来開放性の高い方々であったといえるかも知れない。しかし、限定されたトレーニングとは違って、「居場所」は意図的ではなく、なんら強制力が働かない場であり、「居場所」での交流を通して、開放性が磨かれ、〈知らない世界〉を広げていった側面もあるのではないかと推察される。【これまで全く縁がなかった多様な人材と出会うことで視野が広がった】という語りがあったが、それこそ「居場所」の活動での多様な出会いが好奇心を刺激していることは確かである。

また、SNSを教えてくれる若者との繋がりも、前述の〈世代の垣根のない触れ合い〉ができる「居場所」だからこそ、教わる高齢者も受け入れやすく、知的好奇心を前に進めることができるのではないかと考える。

下仲<sup>26)</sup>は、横断、縦断の研究から確認されているとして、高齢期になると、若い時のようにさまざまなものに興味・関心や好奇心を持って挑戦することが難しくなり、徐々に行動も興味も控えめとなり、馴染んだものや考えで日々を満足して生きて行くという適応様式になっていくと述べているが、それと真逆のことが高齢ボランティアに起こっていたのである。

小田<sup>27)</sup>は、人間は高齢期になっても発達する可能性があると言う。高齢ボランティアは「居場所」の交流により世代性や知的好奇心を高めており、高齢ボランティア自身を成長させていく可能性が示唆された。特に、「知的好奇心の向上」については、先行研究にない結果であり、「地域の居場所」での交流における高齢ボランティアの発達の可能性として新たな着目すべき示唆を得ることができたと考える。

#### 4.3. 看護への示唆

高齢ボランティアは、「居場所」で活動することで、健康に過ごせ、〈退職後地域貢献ができる〉と述べ、《社会とつながり健康に過ご》していた。

「居場所」において、高齢ボランティアは、自分らしく居られる心地よさや、楽しさや喜びを享受している。また、交流の中で自己の強みに気づく。さらに知的好奇心を刺激され、次世代を応援して世代性を高めていた。これらの交流からもたらされるものは、高齢ボランティアの健康状態を良好に維持させていくことにつながるものであると考える。

社会参加活動がフレイル予防につながり、「健康寿命」を延伸させることができることは、すでに多くの研究で示されている。飯島<sup>28)</sup>は、自立高齢者の大規模フレイル予防に関する研究において、運動や社会参加とフレイルの関係を調査し、運動習慣のみの群に比べ、文化活動や地域活動のみを定期的に行っている群の方がフレイルのリスクが約3分の1であったことを明らかにしている。地域に出て、常に人とのつながり、生きがい・やりがい・目標などをもちながら継続的に日々取り組んでいけば、運動習慣にも増して十分フレイル予防につながることを意味していると述べており、社会参加活動の重要性を示している。高齢者の孤立は地域の課題である。「地域の居場所」を社会につながる窓口として、多世代、多様な人々と交流することにより、高齢者が心豊かで健やかに地域で生活することができると考える。

高齢ボランティアは、「地域の居場所」で交流することが楽しく、自分の強みを生かして誰かの役に立っており、《社会とつながり、健康に過ご》していた。このような地域で生き生きと生活する高齢者の姿が実現できるようつながりのあり方を大切にして、孤立予防の仕組みを工夫していくことが看護に求められていると考える。それは「地域の居場所」に留まらず、あらゆる機会を捉えて、高齢者が多世代と交流できる環境を生み出すことが求められると考える。秋山ら<sup>29)</sup>の「暮らしの保健室」での高齢者のボランティア活動もその1例であろう。

ところで、高齢ボランティアの語りの多くが肯定的・好意的であった。この点については、単にその交流場면을客観的事実として述べたのではなく、それぞれの人生を重ねてきた高齢者が、その交流を自分の中にどのように取り込み、咀嚼し、意味づけたかを含んでいると考える。Mroczeckら<sup>30)</sup>は、高齢者は若い世代よりも否定的な情動が少なく、肯定的な感情が増えると言う。また、Ostirら<sup>31)</sup>は、ポジティブな情動が高いことは生理的老化から高齢者を守

る役割を果たすと述べている。このようなことから、本研究において、自身の交流体験を自ら意味のあるものとして受け入れ、語った結果であったと捉えることができるのではなかろうか。

また、高齢ボランティア自身にとっても安心できる「居場所」であることから、心地の良い交流として認識されたものが多かったことが影響しているとも推測される。

このような語りの場合は、高齢ボランティアの精神的社会的健康の保持・増進をもたらすことに繋がるであろう。「地域の居場所」の高齢ボランティア自身も、自分たちが行っている交流体験を語ることができるような環境をつくっていくことが望まれる。

さらに、彼らの強みをフィードバックし、高齢者の力を引き出していく関わりも大切であると考え、それらの交流によるつながりは、個人の健康に寄与するのみならず、地域の活性化をもたらすものであると考える。

#### 4.4. 本研究の限界と今後の課題

本研究の対象は、東京都A区という都市部の限られた地域内の「居場所」でボランティアを行う高齢者であり、一般化には限界がある。今後は地域性も考慮しながら、対象者数を増やして検討していく必要がある。

なお、インタビューの実施において、研究者への遠慮や忖度を含んでいた可能性があり、研究結果や解釈に影響を与えていたことも否めず、本研究の限界と考える。その要因として、研究者自身のインタビュアーとしての力量不足があったことを振り返り、今後の研究者としての研鑽も課題である。

### 5. 結語

本研究は、「地域の居場所」においてボランティアを行う高齢者がどのような交流体験をしているのか、それらの交流は高齢ボランティアに何をもたらしているのか、質的な調査によって明らかにしていくことを目的とした。高齢者のボランティアの活動の効果として、「自分らしく居られる心地よさ」、「交流による楽しさ・喜びの享受」、「自分の強みに気づく」、「世代性の向上」については、先行研究の妥当性を検証することができた。さらに、活動の場が「地域の居場所」であるという特性から高齢者に与えている健康にもたらす影響について、新たな可能性が見出される示唆を得た。彼らには、「地域の居場所」でのボランティア活動の中で「知的好奇心」を向上させていることが認められた。



**付記：**本研究は、文京学院大学大学院看護学研究科に提出した修士論文に、加筆・修正したものである。

**謝辞：**本研究の実施にあたり、研究協力者9名の皆様に深く感謝いたします。

## 引用文献

- 1) 内閣府. 令和5(2023)年度版高齢社会白書「高齢化の状況」.  
[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2023/zenbun/05pdf\\_index.html](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2023/zenbun/05pdf_index.html) (2023-12-13)
- 2) 総務省統計局. 「人口推計」2022(令和4)年10月1日現在.  
<https://www.stat.go.jp/data/jinsui/2022np/index.html> (2023-12-13)
- 3) 内閣府. 令和5(2023)年度版高齢社会白書「高齢者の健康をめぐる動向について」.  
<https://www.stat.go.jp/data/jinsui/2022np/index.html> (2023-12-13)
- 4) 内閣府. 平成30(2018)年度版高齢社会白書「新しい高齢社会対策大綱の策定」.  
[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2023/zenbun/pdf/1s3s\\_01-1.pdf](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2023/zenbun/pdf/1s3s_01-1.pdf) (2023-12-21)
- 5) 厚生労働省. 「地域包括ケアシステムの実現に向けて」  
[https://mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/kaigo\\_koureissha/chiiki-houkatsu/](https://mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureissha/chiiki-houkatsu/) (2024-1-22)
- 6) 三菱UFJリサーチ&コンサルティング. 「地域ケア包括研究会報告書—2040年に向けた挑戦—」.  
[https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2022/11/h28\\_01.pdf](https://www.murc.jp/wp-content/uploads/2022/11/h28_01.pdf) (2023-6-20)
- 7) 服部真治, 市田行信, 和田有理, & 近藤克則. 高齢者のボランティア活動—生きがい・高次生活機能・背景要因—. *生きがい研究*. 2017;(23):28-47.
- 8) 渡辺修一郎. 高齢者の社会参加と健康. *Aging & Health*. 2017;(9):10-13.
- 9) 厚生労働省. 「自助・互助・共助・公助からみた地域包括ケアシステム」.  
[https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/kaigo\\_koureissha/chiikihoukatsu/dl/link1-3.pdf](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureissha/chiikihoukatsu/dl/link1-3.pdf) (2023-4-14)
- 10) 藤原佳典. 世代間交流がもたらすシニア世代と生きがい. *生きがい研究*. 2008;(14):76-101.
- 11) 川口容子. 高齢者の居場所としてコミュニティカフェの意義と期待—利用者・ボランティア・代表者の3つの視点から—. *老年精神医学雑誌*. 2020;31(3):291-303.
- 12) 坂倉杏介. 地域の居場所における立場を異にする者同士のかかわり. *質的心理学フォーラム*. 2017;9:54-63.
- 13) 厚生労働省社会・援護局地域福祉課. 「ボランティアについて」.  
[https://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/12/dl/s1203-5e\\_0001.pdf](https://www.mhlw.go.jp/shingi/2007/12/dl/s1203-5e_0001.pdf) (2023-4-6)
- 14) グレック美鈴, 麻原きよみ, & 横山美江. よくわかる質的研究の進め方・まとめ方 第2版. 医歯薬出版. 2016:64-84.
- 15) Holloway, I, Wheeler, S./野口美和子監訳. ナースのための質的研究入門—研究方法から論文作成まで—2版. 医学書院. 2002/2006:302.
- 16) 佐藤陽. 支え合いにつなぐシニア世代の地域デビュー. *十文字学園女子大学紀要*. 2019;50:7-60.
- 17) 村山陽(草野篤子, 溝邊和成, 内田勇人, & 安永正史編). 世界標準としての世代間交流のこれから 第2部 第7章 子どもとふれ合うことによる高齢者の感情体験. 三学出版. 2019:266.
- 18) 厚生労働省老健局振興課. 「介護予防・日常生活支援総合事業の基本的な考え方」.  
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/0000192996.pdf> (2023-2-25)
- 19) 村社卓. 高齢者のボランティア活動と楽しさの共有—コロナ時代の孤立予防モデル—. 川島書店. 2023;43-44,235.
- 20) 田渕恵(佐藤眞一, 権藤恭之編集). よくわかる高齢者心理学 XIV—5祖父母としての高齢者. ミネルバ書房. 2016:204.
- 21) 小川全夫. 世代間交流がもたらす高齢者の生きがい. *生きがい研究*. 2008;(14):55-75.
- 22) Tabuchi, M., Nakagawa, T., Miura, A., & Gondo, Y. Generativity and Interaction Between the Old and Young: The Role of Perceived Respect and Perceived Rejection. *Gerontologist*. 2015. 55(4): 537-547.
- 23) 根本裕太, 倉岡正高, 野中久美子, 田中元基, 村山幸子, 松永博子, …, & 藤原佳典. 若年と高齢層における世代内/世代間交流と精神的健康状態との関連. *日本公衆衛生雑誌*. 2018; 65(12):719-728.
- 24) Terracciano, A., McCrae, R. R., Brant, L., Costa, P. T., Jr.,

Hierarchical linear modeling analysis of the NEO-PI-R scales in the Baltimore Longitudinal Study of Aging. *Psychology and Aging*. 2005;20(3):493-506.

- 25) 小塩真司(谷伊織, 阿部晋吾, 小塩真司編), *Big Five パーソナリティハンドブック*, 第5章-6 Big Fiveの変化と介入. 福村書店. 2023:281.
- 26) 下仲順子. *老年心理学*(改訂版). 培風館. 2012:204.
- 27) 小田利勝. 高齢者にとって発達 とは何か—少子高齢・人口減少社会における高齢者の発達をめぐって—. 神戸大学大学院人間発達環境学研究科 研究紀要. 2016;10(2): 1-18.
- 28) 飯島勝矢. 公益財団法人長寿科学振興財団, 「さらなる長寿社会への挑戦 2. フレイル概念を基礎研究から臨床, そして地域へ」  
<https://www.tyojyu.or.jp/kankoubutsu/gyoseki/frailty-yobo-taisaku/R2-1.html> (2024-2-16)
- 29) 秋山正子.(秋山正子, 神保康子, 村上紀美子, 森さと子, & 米澤純子 編集). 「暮らしの保健室」ガイドブック. 日本看護協会出版会. 2020:183.
- 30) Mroczek, D.K., Kolarz. C.M. The effect of age on positive and negative effect. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998; 75(5): 1333 – 1349.
- 31) Ostir, G.V. et. al. Emotional well-being predicts subsequent functional Independence and survival. *Journal of the American Geriatric Society*. 2000; 48(5): 473-478.

# The Effect of Volunteering in “Chiki no Ibasho” (small community spaces) on the Psychosocial Well-being of Elderly Volunteers: An Analysis Based on the Interaction Experiences of Elderly Volunteers

Shizuko Sakanashi<sup>1</sup>, Junko Yonezawa<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Social Welfare Corporation Urara Jujo Regional Comprehensive Support Center

<sup>2</sup> Bunkyo Gakuin University Graduate School of Nursing Science

## Abstract

This Qualitative descriptive study aims to clarify the interactions of elderly volunteers at “Chiiki no Ibasho” (Small local community spaces) and their effects. Findings show that interactions help foster trust relationships, share enjoyment, use personal strengths, broaden perspectives, and connect with society. These experiences bring comfort, joy, and awareness of strength, generativity, and intellectual curiosity to elderly volunteers. While enhancing intellectual curiosity in the elderly can be difficult, there is potential for improvement among those who volunteer at “Chiiki no Ibasho”.

**Key words** ——— Chiiki no Ibasho (small local community spaces), volunteer, elderly people, multi-generational exchange

Bunkyo Journal of Health Science Technology vol.17: 7-20