

高齢者が行う趣味の類型化とその特性

—趣味活動に伴うインターネットの活用に着目して—

Typology and characteristics of hobbies of the elderly

“Focusing on the use of the Internet in connection with hobby activities”

○水野 一成¹, 近藤 勢津子¹, 是永 諭²
Kazunari MIZUNO, Setsuko KONDO, Ron KORENAGA

¹NTTドコモ モバイル社会研究所 NTT DOCOMO, INC. Mobile Society Research Institute
²立教大学社会学部メディア社会学科 RIKKYO UNIVERSITY College of Sociology Department of Communication

Abstract Hobby activities among the elderly increase the frequency of outings and improve health. It has also been shown that hobbies and interests can help prevent the onset of dementia in the elderly. However, few studies have attempted to categorize hobbies. This paper attempts to categorize hobbies and clarify their characteristics. The results of the analysis showed that there were differences in attributes, quality of life, and involvement in hobbies among the clusters of hobbies.

キーワード 高齢者, 趣味, インターネット, 類型化

1. はじめに

NTTドコモ モバイル社会研究所では、シニア世代の生活をより豊かにするために「（シニアへのサポート等）必要とされること」「ICTが貢献し得ること」を検討するため、2015年より本格的な調査を開始した。2025年1月に調査した結果では、スマートフォン（以下、スマホ）の所有が60代は94.1%、70代のスマホ所有は82.9%、80代前半のスマホ所有は62.3%であった。特に近年の70代のスマホ所有の伸びは大きい[1]。さらに、フィーチャーフォン（従来型のケータイ）、パソコン、タブレットの所有（パソコンとタブレットは家族の所有も含める）も含めると、60代は98.9%、70代は94.7%、80代前半も86.3%と多くの高齢者がICT機器を所有しており、インターネットにアクセスできる環境にある。

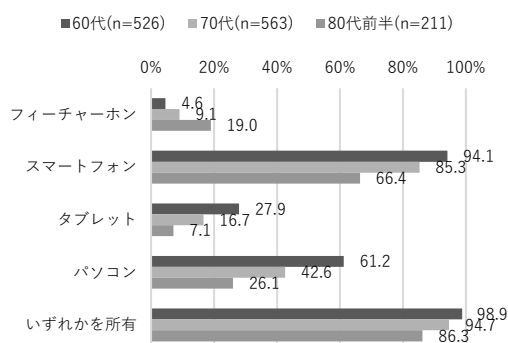


図1 ICT機器所有状況

岡本ら(2006)が高齢者と趣味の関係について、趣味を含む個人活動が活発な者の特性は、外出時の身体の辛さがない、親しい友人や仲間の数が多い、活動情報をよく知っている、活動情報を教えてくれる人がいる者と明らかにしている[2]。また、趣味を含む社会活動（ボランティア、スポーツ、シニアクラブ、町内会グループ）の性質と回数の両方が、健康的なライフスタイル行動を指向した社会参加の長期的な影響を及ぼす要素となることを、Abe et al. (2022)が示している[3]。上記の報告の通り、趣味の活動を通じて外出頻度が増える、外出の意欲が増すことが明らかになっている。さらにLingらは(2020)趣味の数が増えるほど、認知症発症リスクが提言されることを6年間の縦断研究の中で明らかにし、高齢者が多様な趣味を実践できる環境作りが大切であると言及している[4]。環境作りの一つに場所の提供がある。都市部において、趣味の参加頻度は、趣味の行う施設の周辺に「飲食店」や「医療・福祉施設」があると、多くなる[5]。さらに、水野らは、多趣味であると趣味に伴う外出頻度やインターネット利用が多いとしている[6]。

ただ、これまでの研究の限界点として、高齢者の趣味を類型化した研究が少ない。研究が少ないため、類型化された特性分析も行われていない。

そこで、本稿では趣味の類型化を試み、その結果を属性・QOL、趣味への関わり方から分析することにより特性を明らかにすることを目的とした。

2. 調査概要

調査時期：2025年1月

調査対象：全国、60～84歳男女

調査方法：訪問留置調査

標本抽出法：QUOTA SAMPLING

性別(5 歳刻み)・年齢・エリアで割付
1,300 回答者回収
分析対象は趣味がある 1,241

3. 分析手法

目趣味の回答結果を基に因子分析
因子を基にクラスタ分析
クラスタの属性・QOL、趣味への関わりをみるこ
とで特性を明らかにする

4. 調査結果

4.1 高齢者の趣味

高齢者の趣味の回答結果（複数回答）は表1の通りである。性別・年代問わず、最も多い趣味は「テレビ視聴」であり、50%を超えた。また、次いで「散歩・ウォーキング」が続き、全体では36.9%、特に男性の70代及び80代は2位である。その次に多い趣味は「庭いじり・ガーデニング・野菜作り」であり、全体では36.2%、特に女性が高く、70代及び80代は2位、60代でも3位となった。その次に多い趣味は「旅行」であり、全体で31.3%。60代女性は2位となった。男性は「インターネット」や「スポーツ観戦」の回答も多く、女性は「音楽・美術鑑賞」や「手芸」の回答も多い。趣味を持たない人は、全体で4.5%と少数である。本稿では趣味を持たない人は分析対象から外している（表1）。

表1 高齢者の趣味 (%)

	男性			女性			全体
	60代	70代	30代前半	60代	70代	30代前半	
テレビ視聴	54.6	54.1	58.3	58.3	63.0	58.3	57.8
散歩・ウォーキング	30.0	42.1	41.7	27.8	43.8	39.8	36.9
庭いじり・ガーデニング・野菜作り	24.2	30.0	34.7	37.4	46.0	49.5	36.2
旅行	26.3	26.5	23.3	39.0	37.6	27.3	31.5
読書	26.0	26.2	29.2	22.6	28.3	35.0	26.9
スポーツ観戦	35.2	31.3	33.3	19.1	17.4	21.4	25.6
音楽・美術鑑賞・観劇	27.8	12.9	15.3	33.5	23.8	23.3	23.7
自身が行なうスポーツ	27.3	22.3	20.8	21.3	24.2	24.3	23.6
映画鑑賞	28.2	18.9	18.1	28.3	17.7	11.7	21.7
行楽・ドライブ・ツーリング	29.0	21.5	18.9	20.2	17.5	11.6	20.7
料理	10.4	8.8	8.9	31.8	29.4	28.9	20.5
インターネット	33.2	21.9	22.2	16.5	11.6	4.1	19.0
手芸	0.0	0.4	0.0	25.7	29.4	27.2	14.7
学習・自己啓発	13.7	11.6	12.5	9.6	13.6	14.6	12.4
ゲーム（囲碁・将棋・麻雀含む）	15.4	13.1	16.7	12.7	7.6	3.3	11.5
グルメ	8.9	5.4	7.8	19.1	14.9	6.6	11.4
カラオケ・合唱	7.0	10.7	15.3	10.0	12.5	16.5	11.1
競馬・競艇・競輪・パチンコ・宝くじ	14.7	15.0	15.6	3.4	2.3	1.7	8.4
写真	6.9	9.2	12.2	3.7	2.6	4.1	5.8
つり	14.1	10.3	8.3	0.9	0.4	0.0	5.8
その他	6.6	2.3	5.6	1.9	2.6	5.0	3.6
趣味はない	5.0	6.5	4.4	3.7	3.3	4.1	4.5

4.2 因子分析

趣味の結果を基に因子分析（因子抽出法：主因子法，回転法：バリマックス法）を実施。固有値1以上で6因子を抽出する。第一因子は「音楽・美術鑑賞・観劇」「読書」「学習・自己啓発」等、文化活動的なものであることから「文化」とした。第二因子は「ドラ

表2 高齢者の趣味に関する因子

	文化	動画	活動的	家庭	旅行グルメ	徒歩
音楽・美術鑑賞・観劇	0.47	0.19	0.10	0.14	0.10	-0.07
読書	0.44	0.04	0.01	-0.01	0.05	0.16
学習・自己啓発	0.41	-0.06	0.07	0.11	0.04	0.12
映画鑑賞	0.36	0.36	-0.04	-0.08	0.22	-0.17
インターネット	0.35	0.00	0.29	-0.04	0.02	-0.19
写真	0.33	0.00	0.19	0.06	0.05	0.00
ドラマ鑑賞	0.07	0.64	-0.05	0.06	0.08	-0.03
テレビ視聴	-0.03	0.47	0.18	0.07	-0.04	0.06
行楽・ドライブ・ツーリング・ハイキング・登山	0.18	0.04	0.40	0.08	0.23	0.05
自身が行なうスポーツ	0.08	-0.04	0.32	0.02	0.11	0.07
スポーツ観戦	0.05	0.15	0.31	0.01	0.03	0.03
料理	0.13	0.05	0.04	0.56	0.07	-0.07
手芸	0.03	0.03	-0.20	0.37	0.09	0.10
庭いじり・ガーデニング・野菜作り	0.01	0.03	0.13	0.33	-0.01	0.08
旅行	0.12	0.06	0.24	0.07	0.66	0.13
グルメ	0.14	0.06	0.16	0.25	0.33	-0.18
徒歩・ウォーキング	0.20	0.01	0.19	0.11	0.06	0.37

マ鑑賞」「テレビ視聴」「映画鑑賞」より「動画」。第三因子は「行楽・ドライブ・ツーリング・ハイキング・登山」「自身が行なうスポーツ」「スポーツ観戦」の因子負荷量が高く「活動的」とした。第四因子は「料理」「手芸」「庭いじり・ガーデニング・野菜作り」が高く「家庭」とした。第五因子は「旅行グルメ」、第六因子は「徒歩」とした（表2）。

4.3 クラスタ分析

6因子を基に、クラスタ分析を行い、5つのクラスタに分けた。第三クラスタは全ての因子得点が正の値であるため「多趣味」とした。その因子得点を反転した形にあるのが第五クラスタであり「限定」とした。第一、二、四クラスタはそれぞれ1つの因子得点が高く「家庭」「動画」「外出」とした。

各クラスタに属する高齢者の趣味の個数の平均は「多趣味」が他のクラスタと比較し多く、10.0個である。次いで、「外出」「動画」「家庭」と続き、最も少ないのは「限定」の2.9個であった。時に、外出及びインターネット利用の両方を伴う割合が50%を超えている。一方、「テレビ視聴」や「読書」は趣味を行う時に、外出及びインターネット利用の両方を伴う割合は一桁である。このように趣味によって、外出やインターネット利用は大きく異なっている。

表3 高齢者の趣味によるクラスタ

	家庭	動画	多趣味	外出	限定
文化	-0.20	-0.01	0.91	-0.14	-0.17
動画	<i>-0.37</i>	0.82	0.54	-0.13	<i>-0.52</i>
活動的	<i>-0.47</i>	<i>-0.32</i>	0.79	0.20	0.00
家庭	0.92	-0.25	0.71	-0.29	<i>-0.34</i>
旅行グルメ	-0.18	<i>-0.39</i>	0.70	0.94	<i>-0.50</i>
徒歩	-0.02	-0.17	0.08	0.23	-0.05
回答数	180	269	153	243	396
構成比(%)	15	22	12	20	32
趣味の数（個）	4.2	4.7	10.0	5.0	2.9

4.4 クラスタの特性 属性・QOL

各クラスタの特性を、属性・QOLで見る。表4に示した通り、年齢差に有意な差は見られなかった。また「家庭」は女性、「限定」は男性が多い。

QOLに関する項目（生活満足度及び健康満足度は0点[不満]から10点[満足]で回答、経済的ゆとりは1点[ない]から4点[ある]で回答）は「多趣味」「外出」が高く、「動画」「限定」が低い傾向が確認できた。

表4 趣味のクラスタと属性・QOL

	家庭	動画	多趣味	外出	限定
年齢	72.2	70.8	70.9	70.9	72.2
性別	女性				男性
生活満足度		低	高	高	低
健康満足度	高	低	高	高	低
経済的ゆとり		無	有	有	無

4.5 クラスタの特性 趣味との関わり

続いて、各クラスタの特性を、趣味の関わり方と合わせて見る。調査では趣味の中から実施頻度が多い3つを選び、その趣味の「実施頻度」「趣味を行う時に外出を伴うか」「いつ頃から始めているか」「複数人で実施しているか」「趣味を行う時にインターネットの利用を伴うか」を聞いた。それぞれを「週1回以上」「趣味を行う時に外出を伴う（いつも・たびたび・たまに）」「30代以前から始めている[早期から開始]」「（いつも・多くは）複数人で実施する」「趣味を行う時にインターネットの利用を伴うか（いつも・たびたび・たまに）」と定義し、該当する趣味の個数（最大3、最小なし）で多寡を見たのが表5である。

「多趣味」は頻度が多く、複数人で行き、早期から始めている、趣味の際に外出やインターネット利用を伴う趣味を多く持っている。その結果を反転したのが「限定」であり、「家庭」も同傾向である。「外出」の特性として、頻度は低い、外出を伴い複数で行う趣味が多い。「動画」は頻度が多く、早期から始めている趣味が多く、一人で行い、外出やインターネット利用は伴わない趣味を多く持っていた。

表5 趣味のクラスタと趣味との関わり

	家庭	動画	多趣味	外出	限定
頻度		多	多	少	少
外出を伴う	少	少	多	多	少
複数で行う	少	少	多	多	少
早期開始	少	多	多	多	少
インターネット利用を伴う	少	少	多		少

5. 考察

趣味を類型化し、その特性を見るとクラスタにより、属性やQOLに違いが見られた。また、趣味への関わり方の違いも明らかになった。

出村らは高齢者にとって、生活満足度は健康に影響を及ぼすとしている[7]。そこで、生活満足度と趣味の関係を明らかにするために、年代ごと（前期高齢者と後期高齢者）に分けて分析を行った。図2は、重回帰分析を用い、目的変数を生活満足度、説明変数に

属性、趣味との関りとした、前期高齢者の結果である。経済的ゆとりと生活満足度との関連はあるが、趣味に関わる項目との関係は確認できなかった。

図3は後期高齢者である。こちらも経済的ゆとりとの関連はあったが、合わせて趣味に関する事項「高頻度」「複数で行う」さらに「インターネット利用を伴う」の間には関係があることを確認できた。それだけ後期高齢者にとっては、趣味活動が生活に与える影響が強いと思われる。

岡本らは、高齢者にとって趣味を行いたい意思があっても実際行っていない人には、外出時に体のつらさを感じており、親しい友人や仲間の数が少なく、外出等への誘いが少ないことを明らかにしている[8]。また秋元らは、高齢者自身で運転ができなくなること等、交通手段が変わると日常生活にも影響が出るとしている[9]。さらに藤田らは、外出頻度が低いほど身体・心理・社会的側面で健康水準は低くなっていると、調査を通じて明らかにしている[10]。

身体的影響（外出の困難）を受けにくいのがインターネット利用ではないか。今回の調査の中では趣味活動の中で、どのような用途でインターネットを活用しているか、聞いた。その結果、表6の通り、情報検索が多く、60代では半数を超えた。また、連絡手段として利用している高齢者も60代及び70代では1割を超えた。さらに、趣味内容について、インターネットを利用し公表している人も、60代女性は8.2%いた。福定らは、非対面での交流は主観的健康にも寄与しており、インターネットを介して行われる趣味に関する交流も同様の効果が期待されるとしている[11]。

この結果は普段の情報機器の利用（情報検索、メール・LINE、SNSでの発信）と比較するとまだ低い。今後趣味の活動においても、さらにインターネットの活用が進めば、情報の検索や仲間との交流により活動が深化される、また公表することにより幸福感への寄与、さらに、身体的理由での中断が減るのではないと思われる。

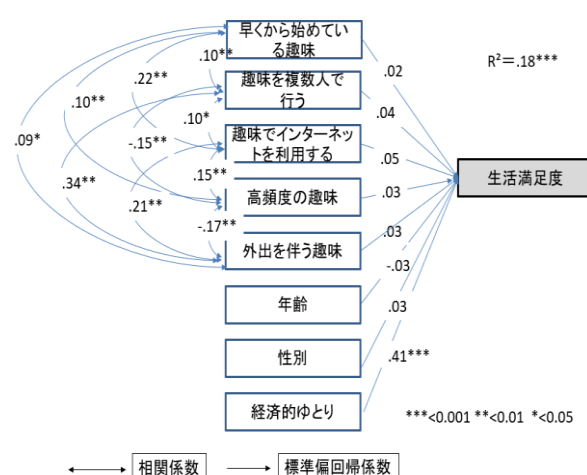


図2 前期高齢者 生活満足度との関連

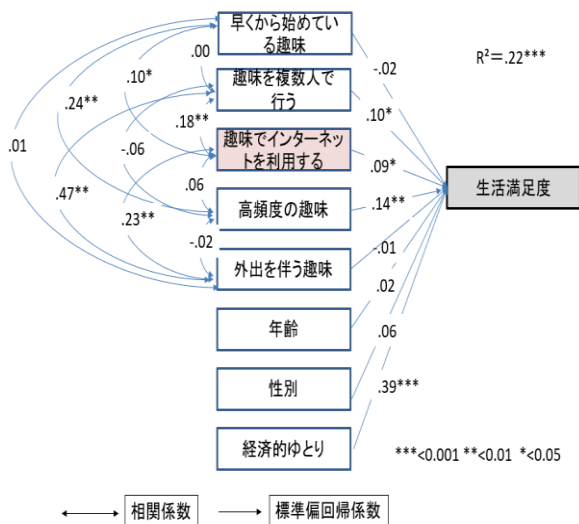


図3 後期高齢者 生活満足度との関連

表6 趣味活動時に行うインターネット利用の内容

		情報検索	連絡	公表	その他
60代	男	63.0	19.1	3.7	8.1
	女	52.1	16.3	8.2	9.7
70代	男	39.1	11.1	3.7	2.1
	女	27.6	12.6	2.7	2.7
80代前半	男	22.1	7.0	1.2	3.5
	女	7.8	4.3	0.9	0.9

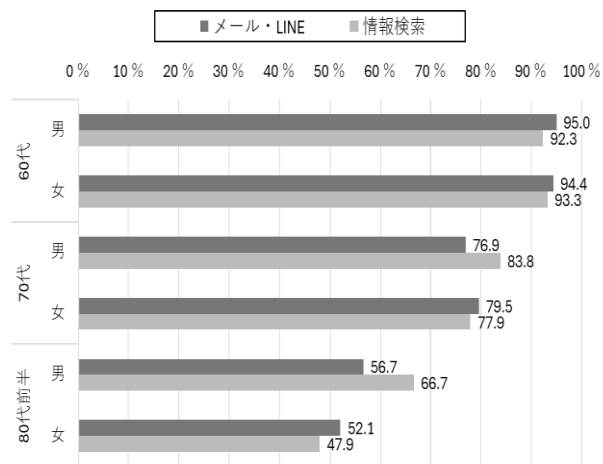


図3 メール・LINE 情報検索の利用率

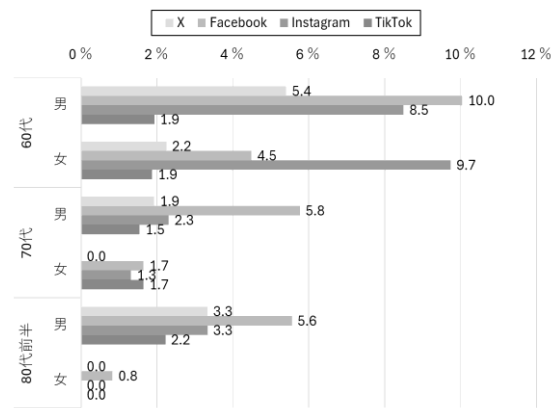


図4 SNS発信利用率

参考文献

- 1) NTT ドコモ モバイル社会研究所:シニアのスマホ所有率 (<https://www.mobaken.jp/project/seniors/seniors20240318.html>, 2024.03.18)(2024.06.27 確認)
- 2) 岡本 明・岡田 進一・白澤 政和(2006) 大都市居住高齢者の社会活動に関連する要因 身体, 心理, 社会・環境的要因から『日本公衆衛生雑誌/53 巻 (2006) 7 号』
- 3) Takumi Abe, Satoshi Seino, Yui Tomine, Mariko Nishi, Toshiki Hata, Shoji Shinkai, Yoshinori Fujiwara, Akihiko Kitamura(2022) Identifying the specific associations between participation in social activities and healthy lifestyle behaviours in older adults『Maturitas Volume 155, January 2022』 24-31
- 4) LingLING・辻 大士・長嶺 由衣子・宮國 康弘, 近藤克則 (2020)高齢者の趣味の種類及び数と認知症発症: JAGES6 年縦断研究『日本公衆衛生雑誌第 67 巻 11 号』 800-810
- 5) 金 洪稷・樋野 公宏・薄井 宏行・花里 真道・高木 大資・近藤 尚己・近藤克則(2019)高齢者の趣味活動・スポーツ参加と近隣施設の密度の関係ー名古屋市における JAGES のパネルデータを用いて『都市計画論文集 Vol.54 No.3』 1490-1495
- 6) 水野 一成・近藤 勢津子・吉良 文夫・是永 論(2023) ICT シニアの趣味の多さと趣味活動時の「外出頻度」及び「インターネット利用頻度」の関連『2025 年社会情報学会大会』
- 7) 出村慎一・野田政弘・南雅樹・長澤吉則・多田信彦(2001) 在宅高齢者における生活満足度に関する要因『第 48 巻 日本公衆衛生誌第 5 号』 356-366
- 8) 岡本 明・岡田 進一・白澤 政和(2006) 高齢者の社会活動における非活動要因の分析: 社会活動に対する参加意向に着目して『社会福祉学 46 (3)』 48-62
- 9) 秋元 伸裕・有賀 康平・塚田 伸也・原田 昇・森田 哲夫 (2025) 『交通工学論文集 11 (2),』 B_91-B_99
- 10) 藤田 幸司・藤原 佳典・熊谷 修・渡辺 修一郎, 吉田 祐子・本橋 豊・新開 省二(2004) 地域在宅高齢者の外出頻度別にみた身体・心理・社会的特徴『日本公衆衛生雑誌 51 巻 3 号』 168-180
- 11) 福定城・斉藤雅茂・近藤克則・斎藤民 (2022) 対面・非対面交流のタイプ別にみた高齢者の主観的健康: JAGES2019 横断研究『厚生 の指標 2022.10』,1-9