健康状態に不安のある高齢者が行う非対面交流の有無と孤独感の関係

【目的】健康状態に不安のある高齢者が行う非対面交流が孤独感に影響を与えているかを明らかにする
【方法】2025 年 1 月に訪問留置法にて調査（性別・年齢・地域・都市規模で割付）したものを分析した（回答数　前期高齢者 65-74 歳 559 名、後期高齢者 75-84 歳 472 名）。健康については、ＷＨＯのＱＯＬを測る尺度から、身体に関する尺度 4 問（5 件法）を得点化し、上位 49.5%を健康群、下位 50.5%を健康不安群とした。非対面交流は通話・メール・ＬＩＮＥのいずれかを利用し、「別居家族・友人・近隣の人々」いずれかと交流が週 1 回以上の場合、交流有とした。また比較を行うために、対面交流についても同様の定義で調査した。その結果から、人との交流を「両方多い」「対面のみ多い」「非対面のみ多い」「両方少ない」に 4 群に分けた。孤独感は UCLA 孤独感尺度から 6 問（4 件法）の回答結果を基に得点化をしたもの利用した。
上記より、前期高齢者・後期高齢者それぞれ健康・健康不安に分け、人との交流 4 群ごとに孤独感の得点を算出し、得点に差があるかを分析した。
【結果】交流頻度は、性別では女性、年代では後期高齢者が活発であった。健康不安群の中で「両方多い」「対面のみ多い」「非対面のみ多い」「両方少ない」の構成比は、前期高齢者で 40.5%、6.6%、31.3%、21.6%、後期高齢者では 59.3%、11.2%、16.6%、12.9%であった。分析の結果、健康に不安がある高齢者は前期・後期高齢者問わず、「両方多い」と「両方少ない」、「非対面のみ多い」と「両方少ない」の間に孤独感に差が見られ、「両方多い」と「非対面のみ多い」の孤独感が低かった。さらに、後期高齢者においては、「非対面のみ多い」が最も孤独感が低かった。なお、健康に不安がない高齢者は前期・後期高齢者問わず、「両方多い」と「両方少ない」の間のみ孤独感に有意に差が見られ、「両方多い」の孤独感が低かった。
【結論】健康状態に不安のある後期高齢者において、非対面交流が活発である場合、孤独感は低かった。加齢により外出が難しくなり、対面交流が難しくなった場合においても、非対面交流により、孤独感を下げられる可能性を示唆した。この背景には、後期高齢者においてもスマートフォンの所有率が 74.8%（前期高齢者は 90.7%）まで上がり、LINE の利用率も 58.5%（前期高齢者は 80.7%）と上がったことが要因として考えられる。