

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

○水野 一成 (株式会社NTTドコモ モバイル社会研究所)

## 目的

健康状態に不安のある高齢者の非対面交流が  
孤独感に影響を与えていたかを明らかにする

## 調査概要

|       |               |
|-------|---------------|
| 調査時期  | 2025.1        |
| 調査方法  | 訪問留置調査法       |
| 調査対象  | 全国,65~84歳     |
| 割付    | 性別・年齢・地域・都市規模 |
| サンプル数 | 719           |

## 高齢者の孤独感が高いと、生活満足度、認知機能、主観的健康観、抑うつ、心疾患の発症、早期死亡、自殺リスクに影響を与える

子が独立した高齢者の孤独感が高いと生活満足度が下がる

Liu LJ, Guo Q : Life satisfaction in a sample of empty-nest elderly ; a survey in the rural area of a mountainous county in China. Quality of Life Research, 17 : 823–830, 2008.

高齢者の社会的ネットワークが狭くなる（孤独感を感じる）と認知症発症リスクが高まる

Fratiglioni L, Wang HX, Ericsson K, et al. : Influence of social network on occurrence of dementia ; a community-based longitudinal study. The Lancet, 355 : 1315–1319, 2000.

定年後の孤独感が増すとうつ病リスクが高まる

Tijhuis MA, De Jong Gierveld J, Feskens EJM, et al. : Changes in and factors related to loneliness in older men. The Zutphen Elderly Study. Age & Aging, 28 : 491–495, 1999.

孤独感が高くなるとうつ病リスクがあがる

Adams KB, Sanders S, Auth EA : Loneliness and depression in independent living retirement communities : risk and resilience factors, Aging Mental Health, 8 (6) : 475–485, 2004.

高齢者の孤独感が高いと、生活満足度、認知機能、主観的健康観、抑うつ、心疾患の発症、早期死亡、自殺リスクに影響を与える

精神的サポートの欠如、交友関係の欠如があると心臓疾患の可能性が強まる

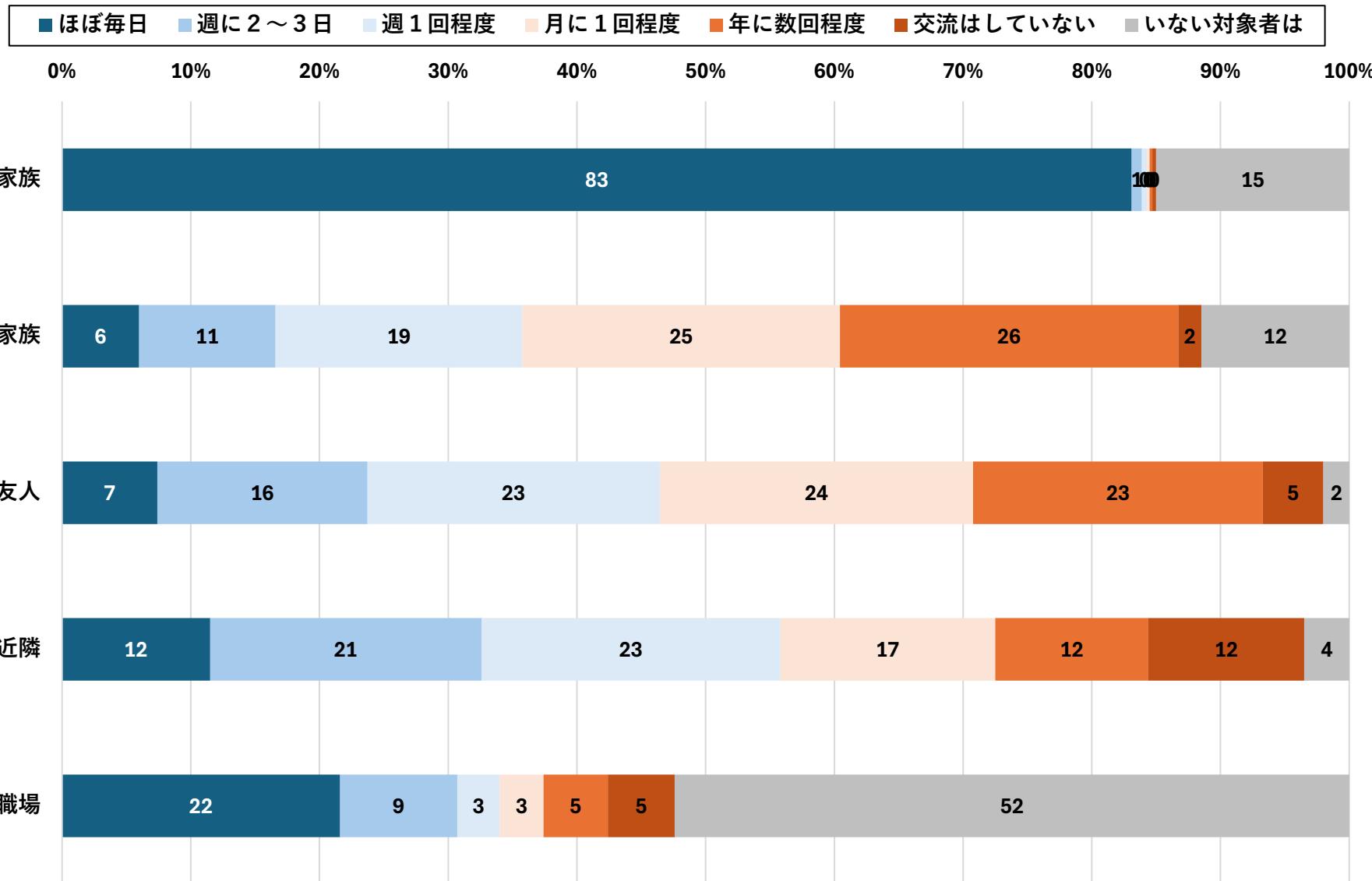
Sorkin D, Rook KS, Lu JL : LoneIiness, Lack of emotional support, lack of companionship, and the likelihood of having a heart eondition in an elderly sample. Society of Behaviont Medioine, 24 (4) : 290–298, 2002.

孤独感が高いと死亡リスクが上がる

Luo Y, Hawley LC, Waite LJ : Loneliness. health, and mortality in old age ; Anational longitudinal study. Soeial Science & Medicine, 74 (6) : 907–914, 2012.

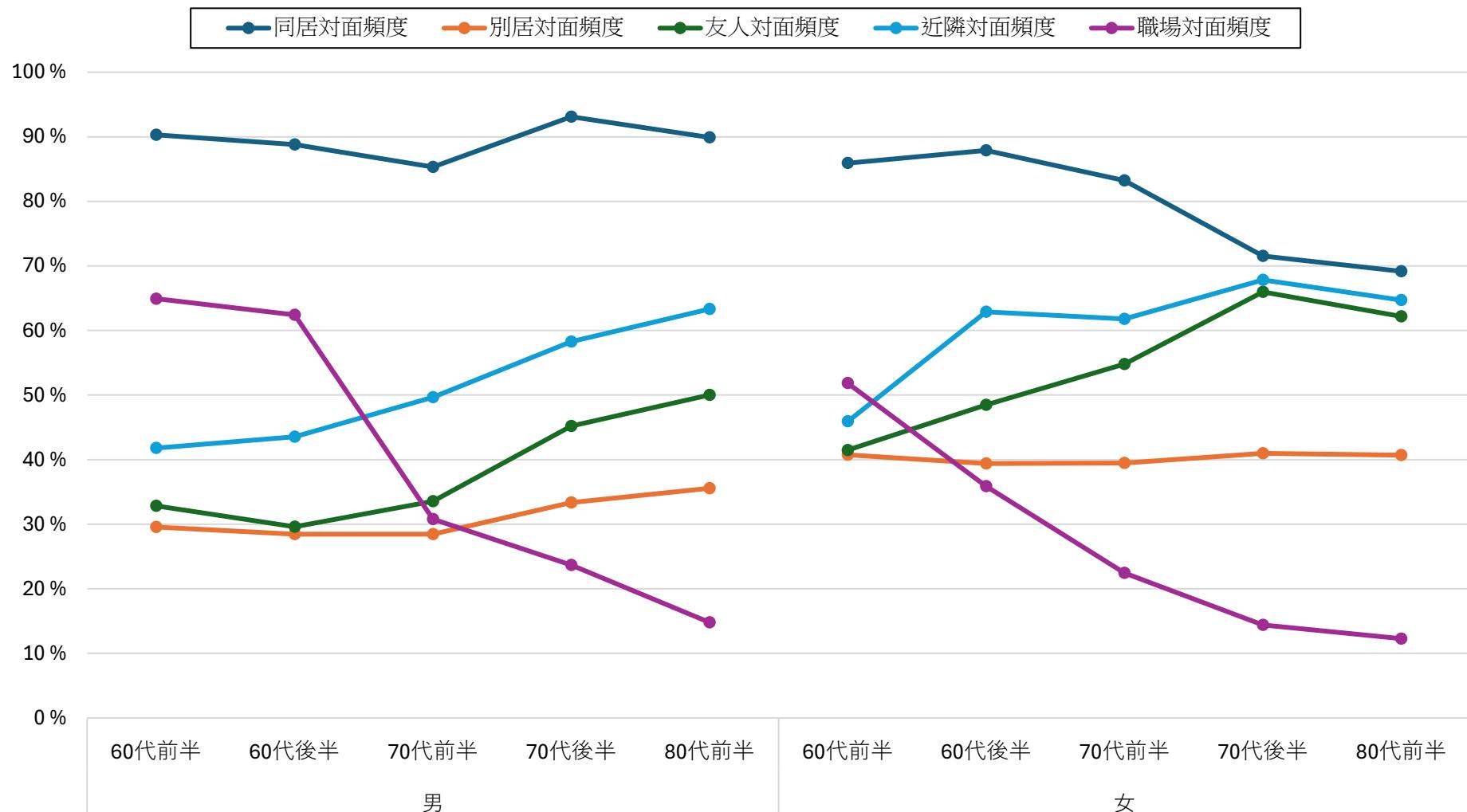
Huges CP : Community psychiatric nursing and depression in elderly people. Journat of Advanced Nursing, 17 : 34–42, 1992,

「週1回以上の交流頻度は「別居家族」36%「友人」46%「近隣」56%」



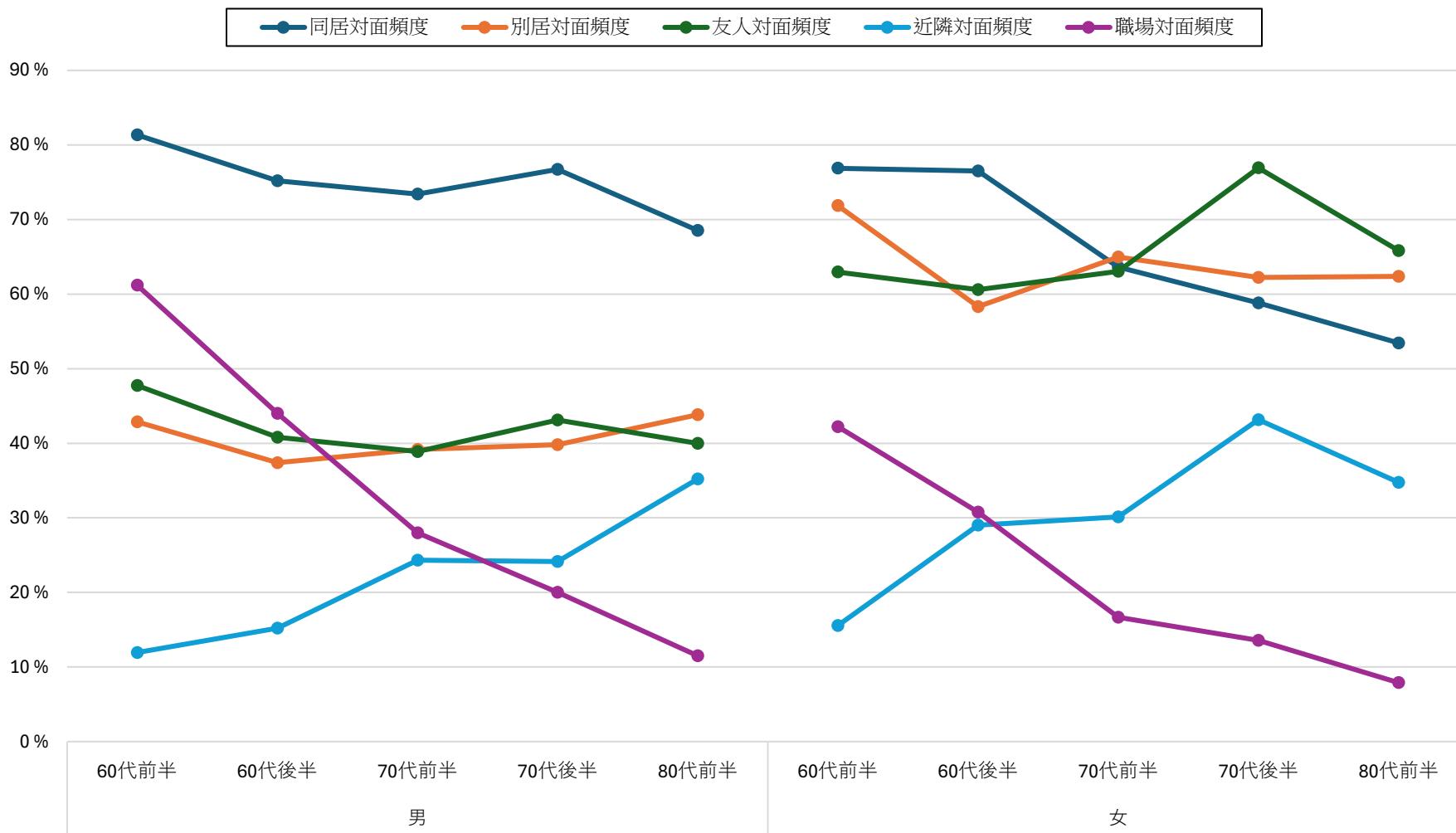
男女とも職場との交流頻度が下がり、別居家族・友人・近隣との頻度があがる。  
女性は同居家族との交流頻度が下がる。

対面交流頻度・・週1回以上対面交流をおこなっている割合（対象者がいない人も含める）



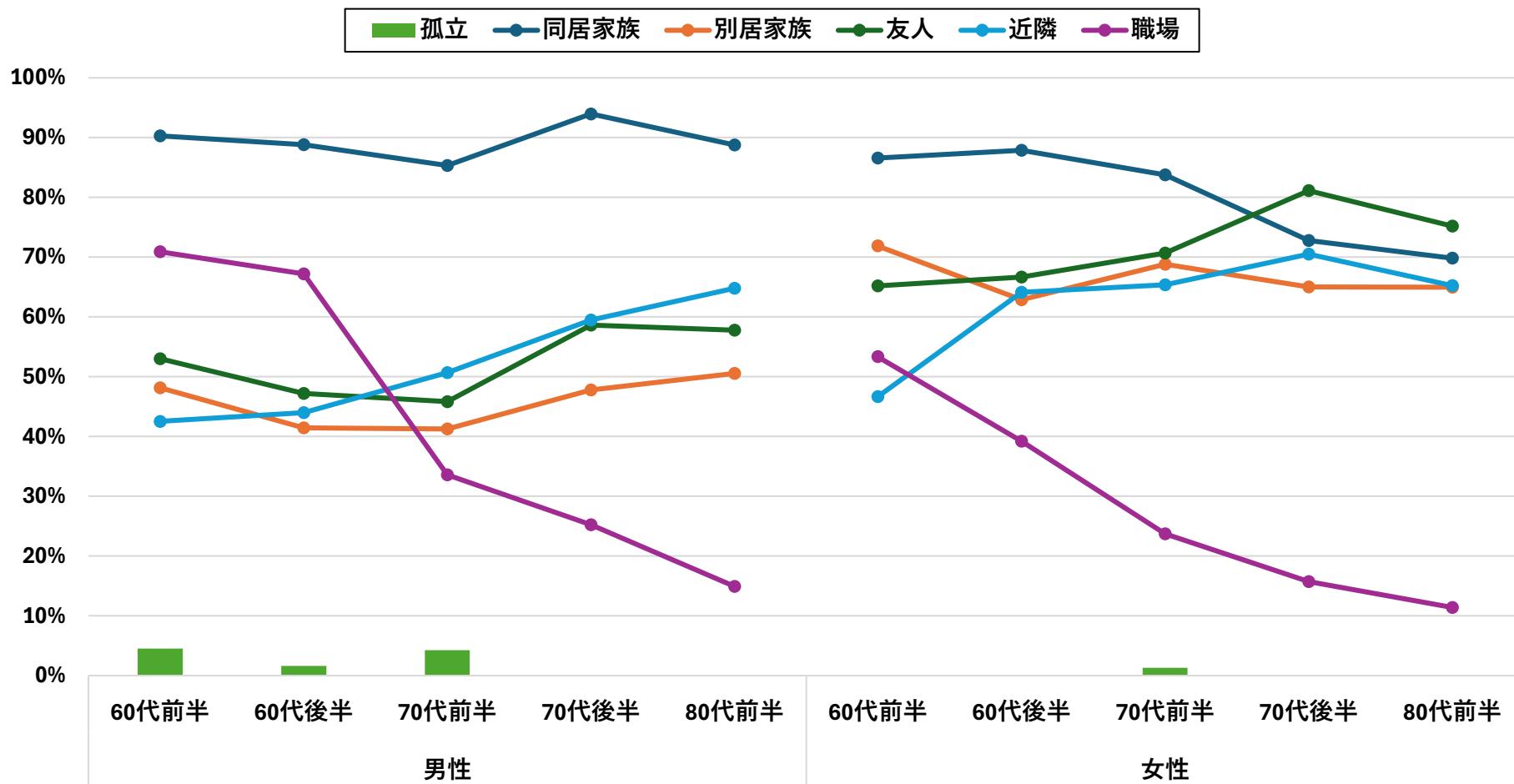
男女とも職場・同居家族との交流頻度が下がり、近隣との頻度があがる。

非対面交流頻度・・週1回以上非対面交流（通話・メール・LINE）をおこなっている割合  
(対象者がいない人も含める)



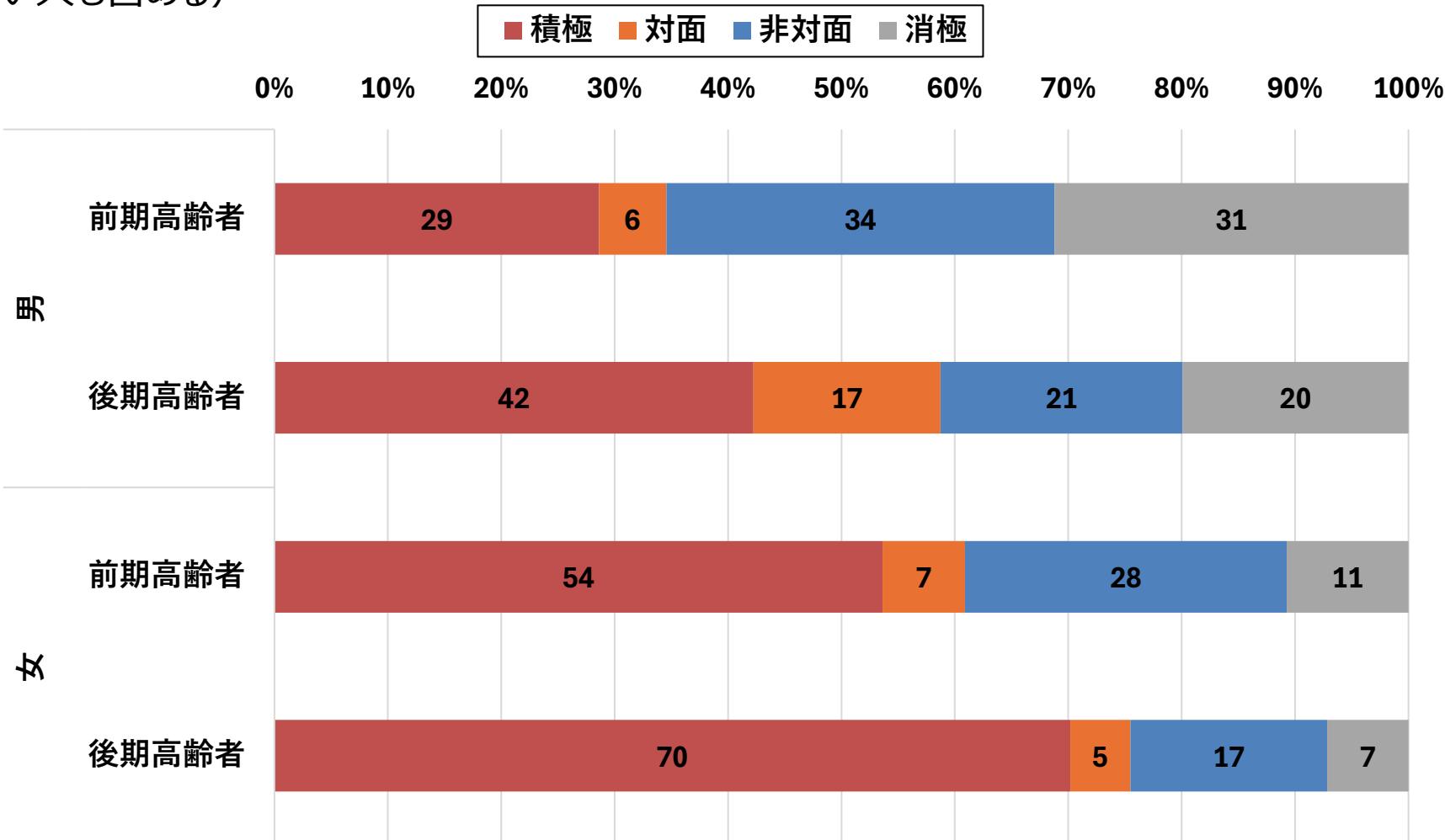
男女とも職場との交流頻度が下がり、別居家族・友人・近隣との頻度があがる。  
女性は同居家族との交流頻度が下がる。

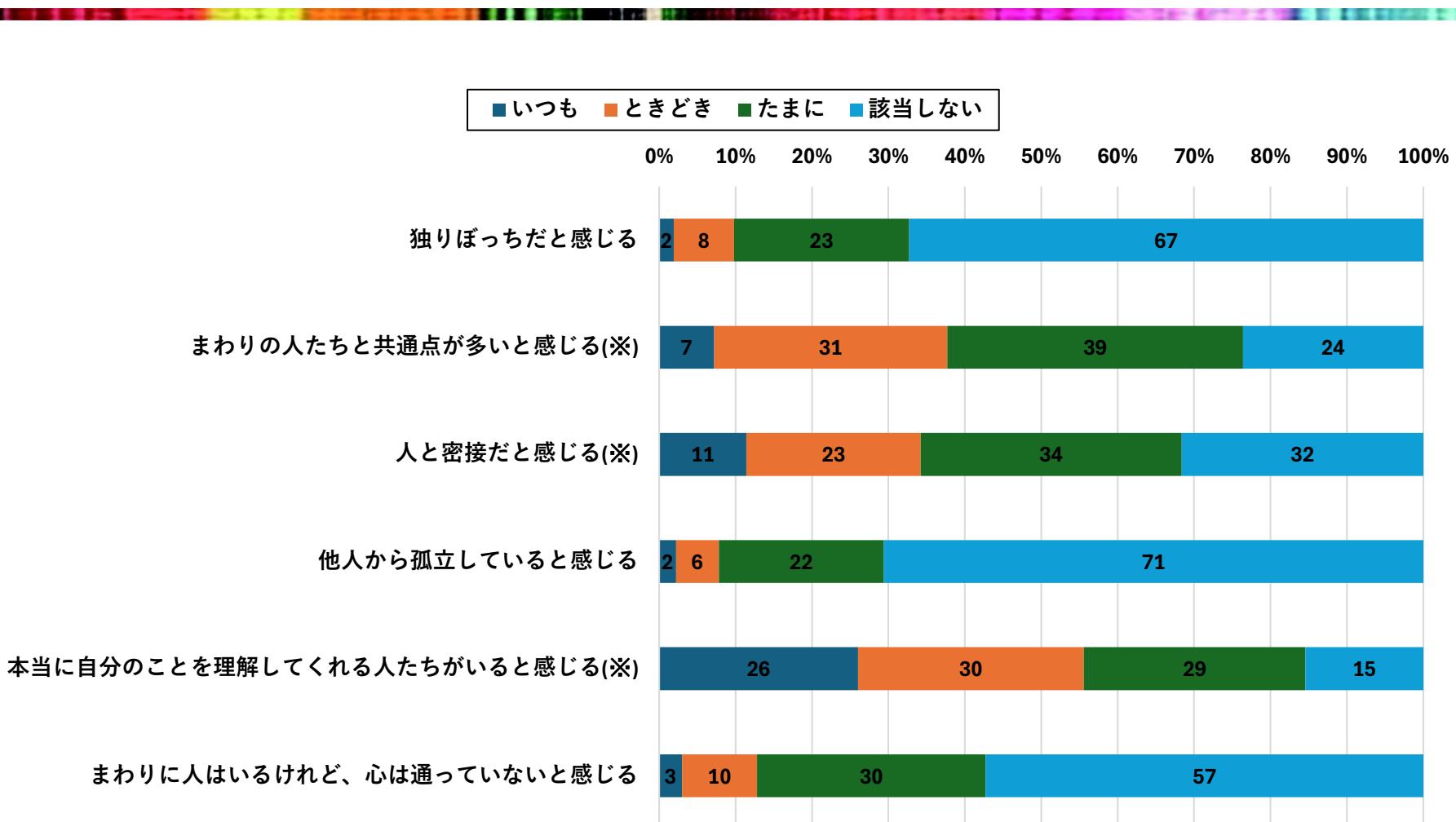
交流頻度・・週1回以上交流（対面・非対面問わず）をおこなっている割合（対象者がない人も含める）



## 女性・後期高齢者の交流が盛ん

交流・・週1回以上交流（別居家族・友人・近隣）をおこなっている割合（対象者がいない人も含める）

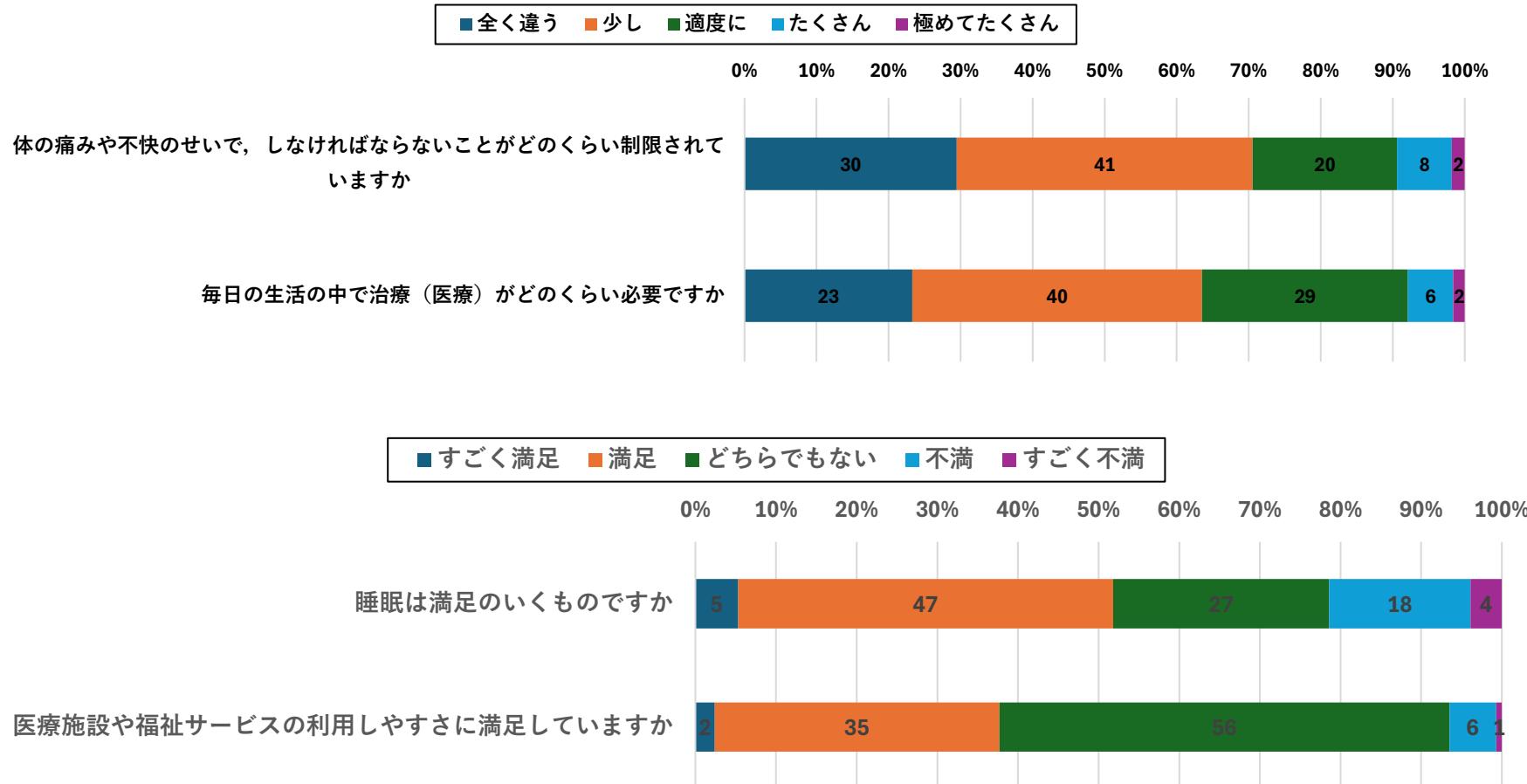




※逆転項目

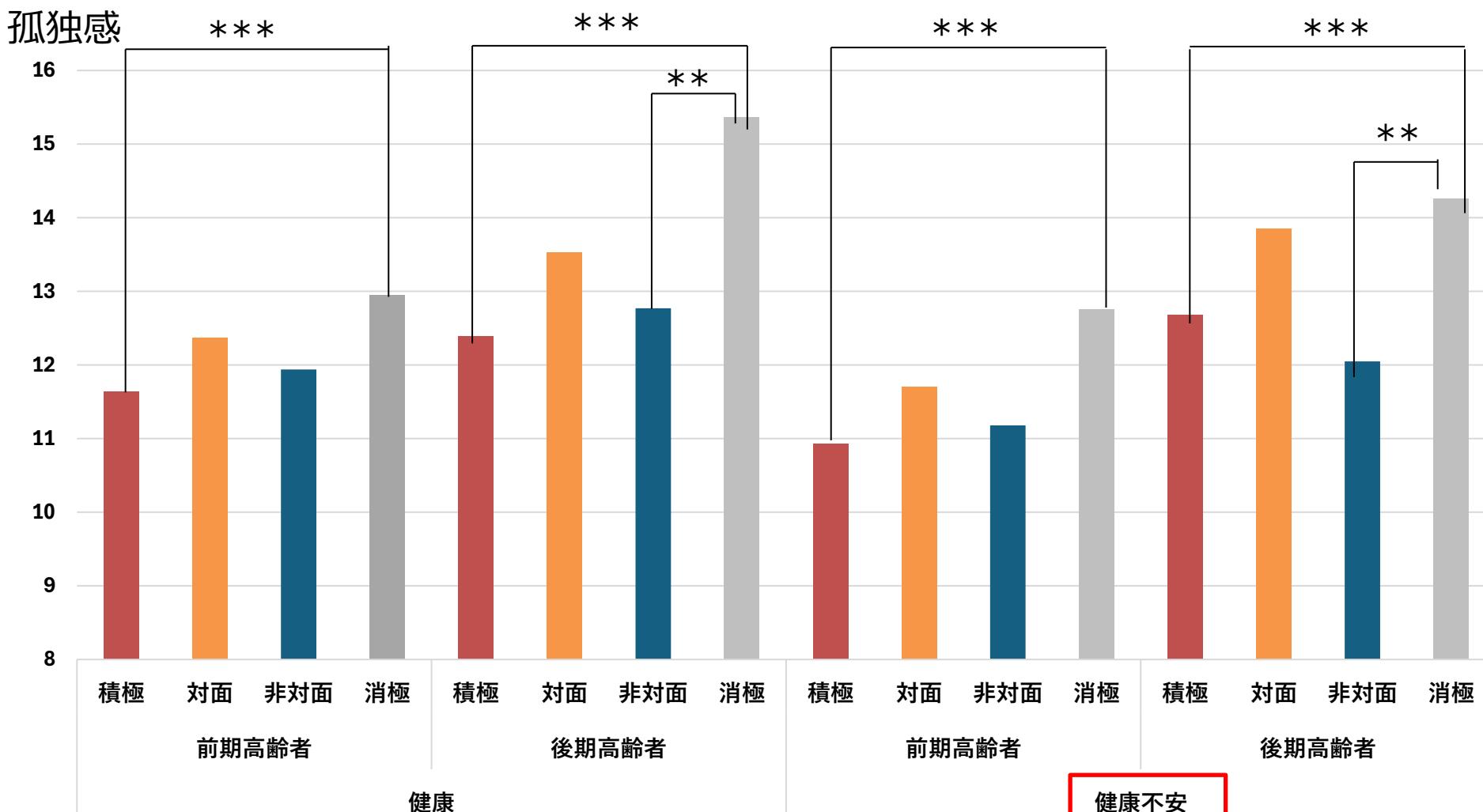
得点化…いつも4点、ときどき3点、たまに2点、該当しない1点 24点～6点

《高得点ほど孤独感を感じている》



得点化…各5～1点 20点～5点→上位49.5%を健康 下位50.5%を健康不安

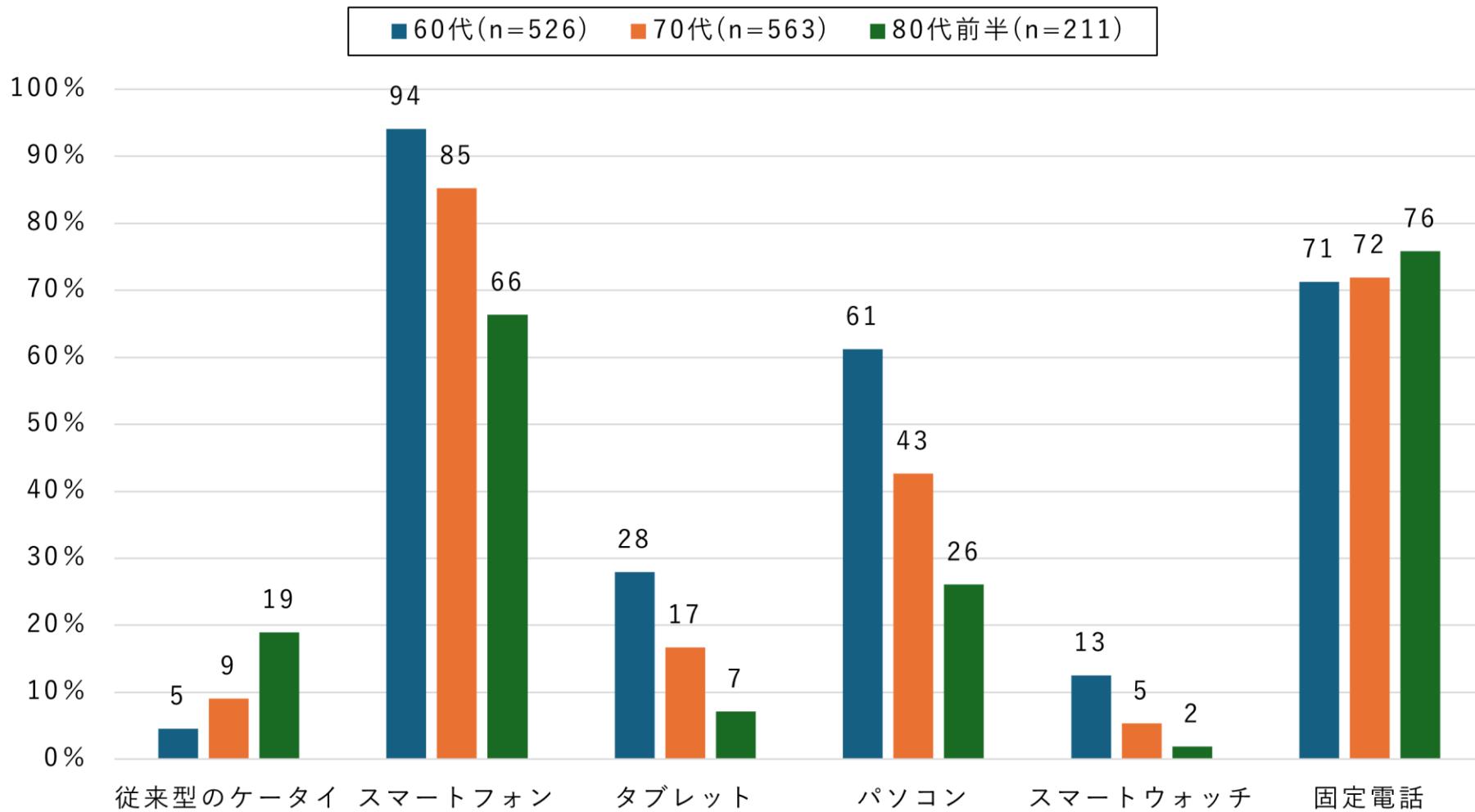
健康不安のある後期高齢者において、非対面交流を実施する層は、  
実施していない層と比較し孤独感が低い



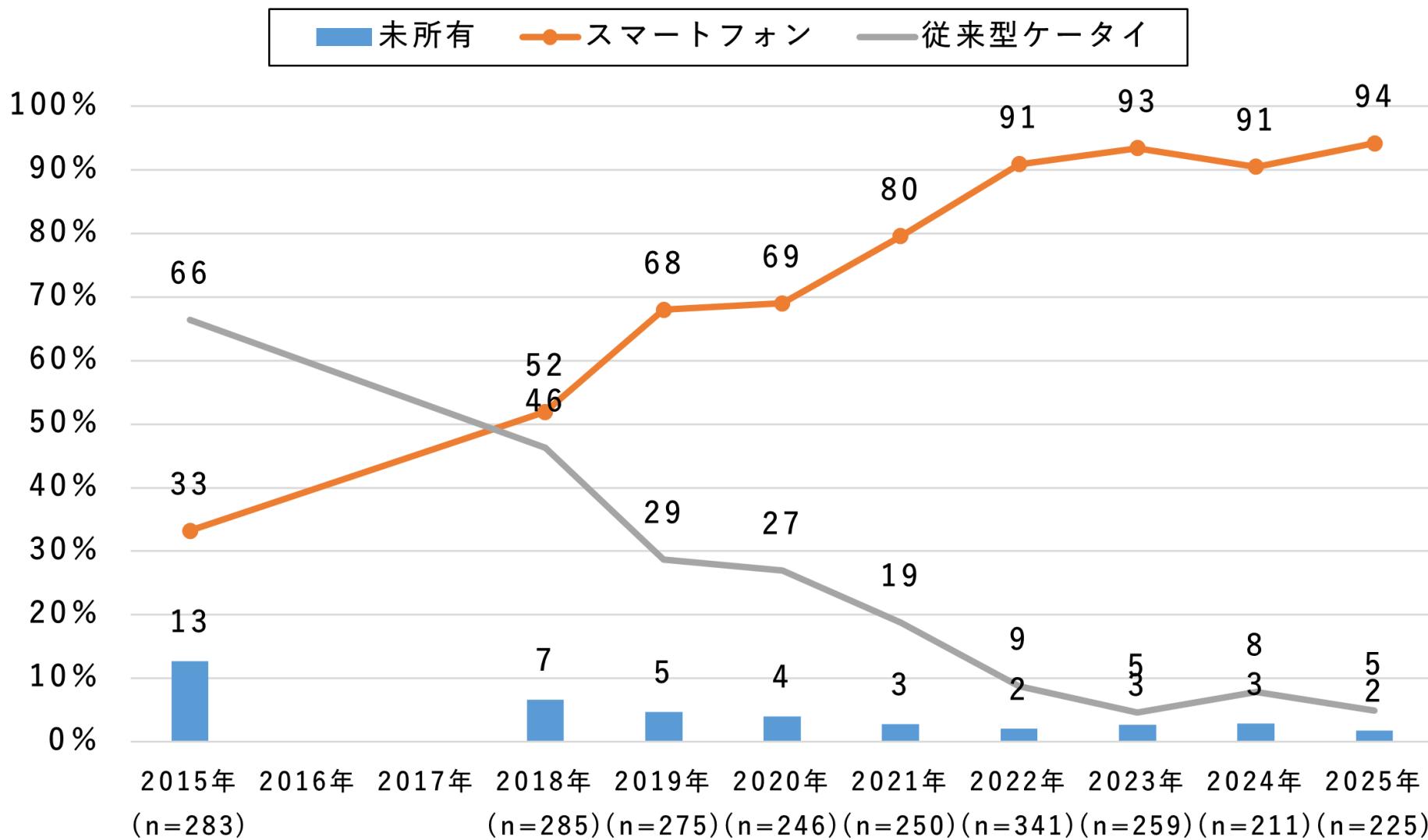
\*\*\*p<0.001 \*\*p<0.01 \* p<0.05

多くの高齢者が何かしらの情報機器を所有している

### 情報機器の所有率

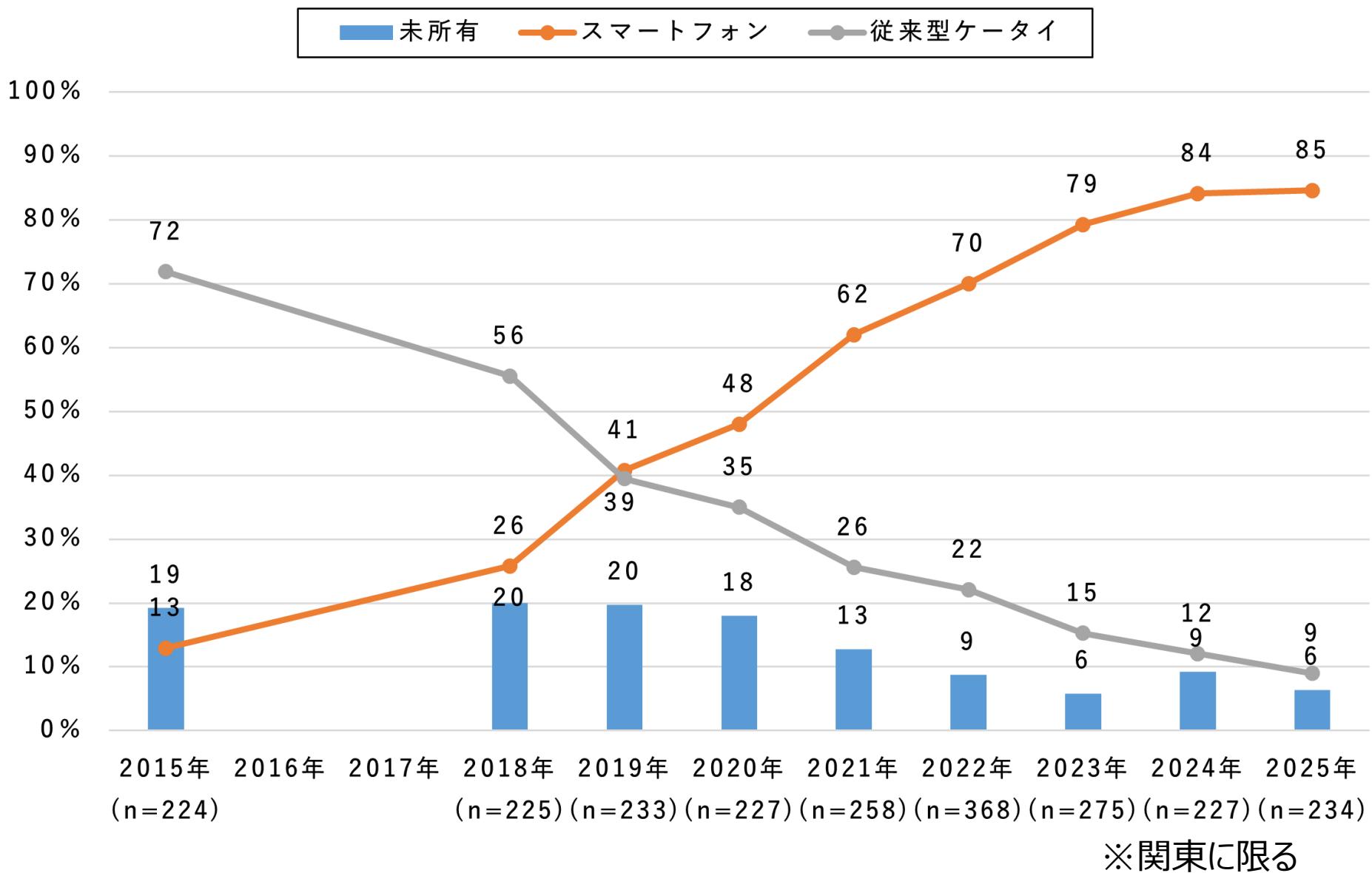


## 60代スマホ所有率推移



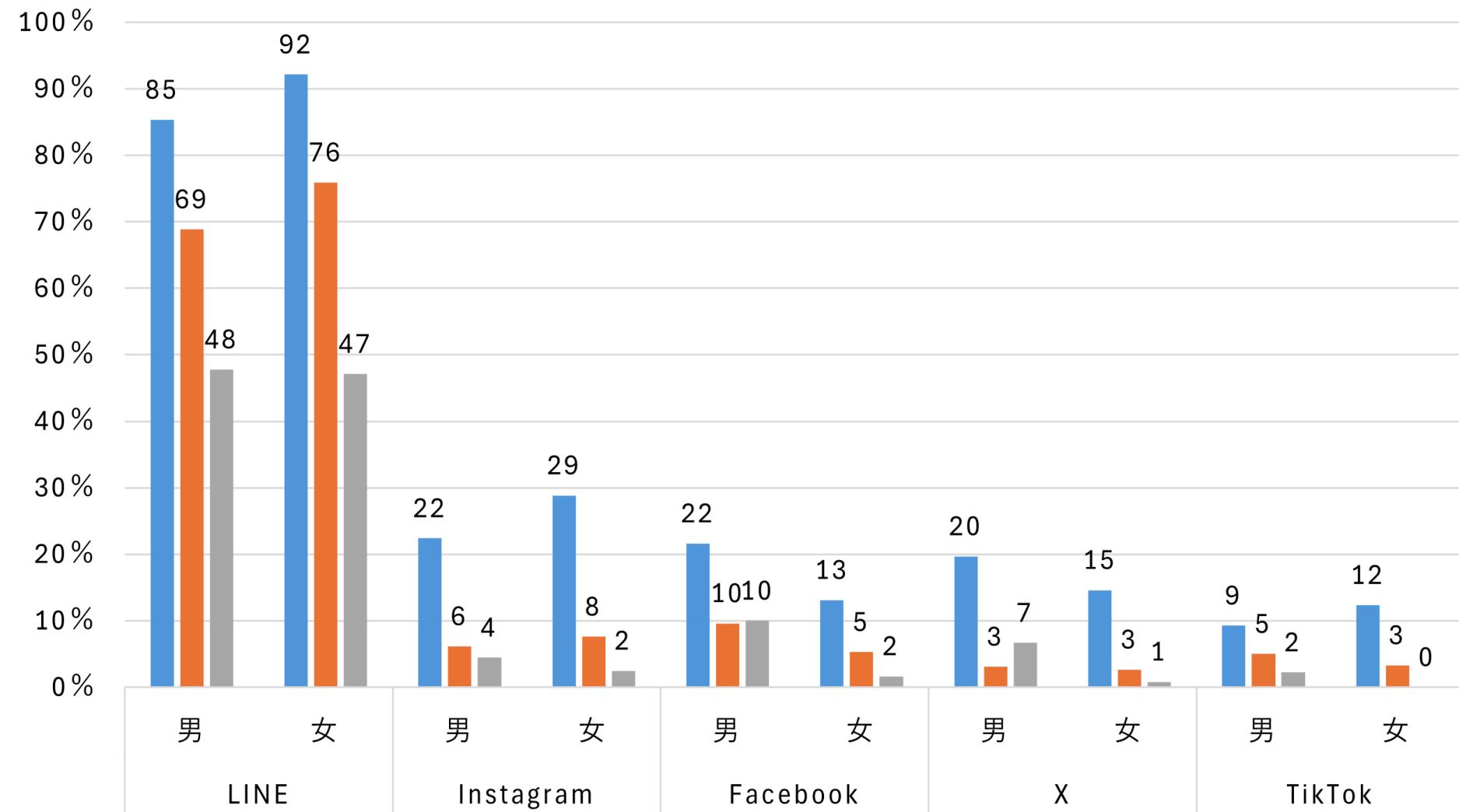
※関東に限る

## 70代スマホ所有率推移



## SNSの利用率

■ 60代 ■ 70代 ■ 80代前半



- ◆自由で独立した立場から、モバイルICTがもたらす「光」と「影」の両面を広く解明するために2004年に設立
- ◆モバイル・コミュニケーションの現在および将来への社会・文化的影響を研究・分析して成果を発信

### 【主な研究テーマ】

経年変化を把握するため2010年から毎年実施しているモバイル動向調査(基礎調査)に加え、時流に合わせた個別調査を実施

光の伸張

モバイル動向(基礎調査)  
<経年変化:2010年～>

ニューノーマル

子どものICT

スマホ利用者意識調査

健康とICT  
シニアのICT

防災・減災のICT

SNS

影の縮小

### 【研究成果の発信】

<モバイル社会白書2024>

データで読み解くモバイル利用トレンド2024-2025

データで読み解く  
モバイル利用トレンド  
2024-2025

モバイル社会白書  
株式会社NTTコモ モバイル社会研究所



(書籍・電子書籍)

<モバイル社会研究所HP>

<https://www.moba-ken.jp>



(レポート発表)

<各種学会発表>

メディア掲載・データ引用・意見交換会



ご清聴いただき、ありがとうございました

---