

修士論文（要旨）
2018年1月

ペットと高齢者の健康に関する研究

指導 芳賀 博 教授

老年学研究科
老年学専攻
216J6009
三島 富有

Master's Thesis(Abstract)
January 2018

Research Related to the Health of the Elderly with Pets

Fuyu Mishima
216J6009
Master's Program in Gerontology
Graduate School of Gerontology
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Hiroshi Haga

目次

序章	1~2
第1章：先行研究	2
1.1 論文検索について	3
1.2 ペット飼育の有無と健康との関連に関する研究について	3~4
第2章 研究目的と方法	4
2.1 目的	5
2.2 仮説と概念図	5
2.3 対象者及び対象地区の特徴	5
2.4 期間及び方法	5
2.5 調査項目	5~6
2.6 分析方法	6
2.7 倫理的配慮	6
第3章 結果	
3.1 対象者の属性	7
3.2 身体的側面	7
3.3 心理的側面	7
3.4 社会的側面	7
3.5 ペット飼育の有無と IADL 合計・GDS 得点・LSNS-6 の関連の検討	7
3.6 犬の飼育あり・犬以外の飼育あり・ペット飼育なし別の比較	8
第4章 考察	
4.1 身体・心理・社会的側面への関連	8
4.2 ペット飼育の有無と IADL 合計・GDS 得点・LSNS-6 の関連の検討	8~9
4.3 犬の飼育あり・犬以外の飼育あり・ペット飼育なし別の比較	9~10
第5章 まとめ	10
第6章 研究の限界	10
謝辞	
引用・参考文献	
図表	
資料	

高齢者の健康は、決してその個人だけで完結できるものではなく、周囲の環境やその調和のもとに創造されている。さらに、社会文化的な背景に影響され、その人の価値や信念と深くかかわるといえる。老年期は、さまざまな心身の変化や社会環境の変化が訪れる時期であり、それらに適応しながら、自分らしく充実した生活を送れることが望まれる。高齢者の心身の健康に良い影響をもたらすものの1つとして、近年、注目を集めているのが「ペット」に代表される動物とのかかわりである。内田は³⁾ 在宅高齢者にペットがもたらす効果として、癒しの効果及び、共通の話題をもつ人間関係の拡大であるとし、高齢者が生活意欲を向上できる肯定的な影響をもたらすと述べている。また、ペットがもたらす肯定的な効果の活用についても触れている。その代表格にはアニマル・セラピーやコンパニオン・アニマルによる動物介在活動 (Animal-Assisted Activity:AAA) がある。横山は4) アニマル・セラピーとは日本における造語であり、AAA(Animal-Assisted Activity : 動物介在活動)と AAT (Animal-Assisted Therapy : 動物介在療法) を包括したものであると述べている。アニマル・セラピーの効果を、生理的利点 (刺激やリラククス効果、血圧やコレステロール値の低下など)・心理的利点 (リラククス・くつろぎ作用、自尊心・有用感・達成感・責任感などの肯定的感情、心理的自立を促すなど)・社会的利点 (社会的交互作用・人間関係を結ぶ「触媒効果・社会的潤滑油」、集団のまとまり、協力関係) の3つの利点より挙げている。木全らは5)、高齢者を対象としたコンパニオン・アニマルによる動物介在療法の効果検証に関する介入研究では、介入内容はすべて「動物との触れ合い」であったと述べている。介入の結果、運動行動の向上、不安の軽減など肯定的な感情の増加及び、犬を通じての他者との交流などの効果があったと報告している。このように、高齢者にとって、動物とのかかわりは、肯定的な効果をもたらすことが実証されている。しかし、動物介在活動やアニマル・セラピーは他者の介助により成立する手段であり、高齢者個人で継続していくのは困難であるともいえる。しかし、家庭動物に代表されるペットは、高齢者が自らの意志で飼育しており、ペットが生存している限り、飼育していく必要があるため、ペット動物とのかかわりは継続していけるといえる。

平成 27 年度全国犬猫飼育実態調査⁶⁾ によると、平成 27 年 犬猫の年代別現在飼育状況では、50 才代での犬及び猫の飼育率が最も高く、次いで 60 才代となっている。また、70 代では犬を飼っている人のみ平成 26 年より上昇している。

「ペット飼育の有無と健康との関連に関する研究」5編をレビューしたところ、以下のことが分かった。①犬猫の飼育は、高齢者の社会的側面・心理的側面に影響を与え、生存日数の延伸につながった。②ペットの飼育は、対象者に心理的な効果をもたらす、身体面の健康に影響を与えていた。③犬の飼育を主にすることは、身体活動レベルの向上につながる可能性を示唆していた。④犬猫所有は、心理・社会的側面の阻害要因になる可能性を示唆していた。⑤ペットの世話が高齢者の IADL と関連しており、健康維持に影響を与えている可能性を示唆していた。以上のまとめから、ペット飼育と飼い主の健康との関連は、ポジティブな面とネガティブな面があることが分かった。

以上のことから、本研究の目的は、高齢者の健康を身体的・心理的・社会的側面から包括的に捉え、ペット飼育の有無と関連させて分析していくことで高齢者の健康とペットの有無との関連性を多面的に検討することとした。神奈川県 A 市の「B 地区」あるいは「C 地区」で在宅生活しており、その地区に住民登録している者で「B 地区」「C 地区」合わせ

て 3,058 人を対象とした。アンケート発送数 3,058 件うち、アンケート回収は 1,899 件 (回収率: 62.1%)。有効回答数は 1,864 件 (有効回答率: 61.0%) であった。調査期間は平成 29 年 6 月 27 日～平成 29 年 7 月 9 日で郵送法にて行った。

調査項目は「基本属性」健康状態として、身体的側面「IADL 合計点」、 「要介護のリスク疾患の有無」、 心理的側面「自立心」「生活満足度」「健康度自己評価」「GDS-5」(高齢者抑うつ尺度)、 社会的側面「会話の頻度」「LSNS-6」(高齢者ソーシャルネットワーク尺度)、 ペット飼育に関する項目「ペット飼育」の有無について質問し、「ペット飼育」を選 択した人のみペットの種類(犬・猫・鳥類・魚類・その他)を選択してもらった。

分析方法は、「ペット飼育の有無」に対して、身体的側面は「IADL 合計点」「要介護の リスク疾患の有無」、心理的側面「自立心」「生活満足度」「健康度自己評価」「GDS 得点」、 社会的側面は、「会話の頻度」「LSNS - 6 得点」を χ^2 検定または t 検定し集計した。単変 量解析にて有意差があった項目に対して信頼性を高めることを目的とし、単変量分析で有意であった項目を従属変数、ペット飼育の有無を独立変数、ペット飼育の有無及び健康状 態と関連していると思われる年齢、性別、暮らし向きを調整変数として、重回帰分析を行っ た。また、本研究のペットの種類で約半数を占めており、ペット飼育の有無と健康との関 連に関する研究で最も研究されている犬に特化し、「犬の飼育あり」「犬以外の飼育あり」 「ペット飼育なし」別に、単変量解析で有意であった項目に対して、一元配置の分散分析 を行った。なお、犬と犬以外のペットを飼育しているものは「犬の飼育あり」とした。本 研究は桜美林大学の研究倫理委員会に申請し承認を得た。

結果として、ペット飼育の有無と種類では、ペット飼育率は 19.4% であった。ペットの 種類別では犬が 9.5% と最も多く、次いで猫が 5.6% であった。年齢別ペット飼育の有無で は、ペット飼育「あり」(73.24±5.575) は、ペット飼育「なし」(75.32±6.199) に比べ て年齢が有意に低かった。ペット飼育の有無と高齢者の身体的側面の関連について、IADL 合計点・疾患数により検討した。IADL 得点については、ペット飼育「あり」は、「なし」 に比べて IADL 合計点の平均得点は高いことが示された。ペット飼育の有無と高齢者の心 理的側面の関連について、自立心・生活満足度・健康度自己評価・GDS5 により検討した。 自立心について、ペット飼育「あり」は、「なし」に比べて自立心が高いことが示された。 ペット飼育の有無と高齢者の社会的側面の関連について、会話の程度・LSNS-6 得点によ り検討した。LSNS-6 得点では、ペット飼育の「あり」は「なし」に比べて LSNS-6 得 点が高いことが示された。ペット飼育ありを独立変数、IADL・GDS5・自立心・LSN-6 を従属変数とし、年齢・性別・暮らし向きをコントロール変数として重回帰分析を行った。 IADL は、ペット飼育とは無関係の結果となった。しかし、GDS5 はペット飼育ありとの 間に有意差があり、ペット飼育をすることでうつ状態が軽減されることが認められた。ま た、自立心及び LSNS-6 については、ペット飼育との間に有意傾向が認められた。IADL 合計・LSNS-6・GDS5・自立心を従属変数、犬の飼育あり・犬以外の飼育あり・ペット飼 育なしを独立変数として一元配置の分散分析を行った。その結果、犬の飼育ありとペット 飼育なしでは、IADL 合計・LSNS-6・GDS5 の平均値には有意な差が認められた。また、 自立心では「犬の飼育あり」「ペット飼育なし」の平均値の間及び「犬以外の飼育あり」「ペッ ト飼育なし」の間に有意差が認められた。

本研究を通じて、ペット飼育の有無が高齢者の健康状態に与える影響について以下1)～4)が分かった。1) 高齢者が、他者に頼らず自分の身の回りのことは自分で行うという心理（自立心）にペットの存在が関係していた。2) 飼い主である高齢者の精神的健康に、ペットの存在は関連していた。3) 普段付き合いのある友人の数にペットの存在は関係していた。4) 高齢者の健康とペットの中でも、特に犬の飼育は関連することがうかがえた。研究の限界は次の1)～2)である。1) 本研究は、横断研究であるため因果関係の信頼性・妥当性は明確ではない。2) 今回の調査方法は、「普段している活」の中から「ペット飼育」の項目を選択してもらうため、ペットの主な飼い主であるか否か明確ではない。

参考文献

- 1) 内閣府：平成 29 年版高齢社会白書（全体版）（PDF 版）
- 2) 内閣府：平成 28 年版高齢社会白書（全体版）（PDF 版）
- 3) 内田恵理・三好陽子：独居高齢者にペットがもたらす心理的効果、医学と生物学、平成 20 年 7 月、第 152 巻第 7 号、P. 264~270
- 4) 横山章光：アニマルセラピー、老年精神医学雑誌、2008 年、第 19 巻第 7 号、P. 797~803
- 5) 木全明子・眞茅みゆき：がん医療における動物介在活動の可能性と課題、2015 年、ヒトと動物の関係学会誌、Vol. 42, P. 44~52
- 6) 一般社団法人ペットフード協会：平成 27 年（2015 年）全国犬猫飼育実態調査
- 7) 東京都福祉保健局：東京都における犬及び猫の飼育実態調査の概要（平成 23 年度）
- 8) ペットとの生活に関する調査（第 6 回）マイボイスコム株式会社
- 9) 星 旦二、望月友美子：我が国の高齢者における犬猫飼育と 2 年後累積生存率、社会医学研究、2016 年、Vol, 27(4) P. 108~115
- 1 0) 饗庭尚子・堀田一樹他：ペットを飼育する急性心筋梗塞患者における周波数領域・非線形領域解析を用いた心拍変動に関する検討、ストレス科学、2013 年、第 33 巻 1 号、Vol, 33(1) P. 99~110
- 1 1) 早川洋子、小野正人、新井今日子他：犬の主たる飼育者の身体活動量と生活習慣病リスクの関係民族衛生、2008 年、第 74 巻第 2 号、Vol, 74(2) P. 45~54
- 1 2) 金児恵：コンパニオン・アニマルが飼主の主観的幸福感と社会的ネットワークに与える影響、心理学研究、2006 年、第 77 巻 1 号、P. 1~9
- 1 3) 齋藤具子・岡田昌史他：在宅高齢者におけるコンパニオン・アニマルの飼育と手段的日常生活動作能力との関連、日本公衆衛生学会誌、2001 年、第 48 巻 1 号、P. 47~55
- 1 4) 安藤孝敏・古谷野亘・児玉好信・浅川達人：地域老人におけるペット所有状況とペットとの交流、老年社会科学、第 19 巻第 1 号、1997 年 P. 69~75、
- 1 5) 安藤孝敏：ペットとの情緒的交流が高齢者の精神的健康に及ぼす影響、横浜国立大学教育人間科学部紀要、III, 社会科学 10, 1-10, 2008-02
- 1 6) 菊池和美・長田久雄：地域コミュニティにおける高齢者の「犬の散歩」をきっかけとした交流、応用老年学、第 7 巻第 1 号、2013 年、P. 33~41
- 1 7) 菊池和美・海老原絵理・長田久雄：高齢な飼い主による高齢犬の世話～ある飼い主の高齢犬との生活について～、応用老年学、第 9 巻第 1 号、2015 年、P. 122~128
- 1 8) 小林真朝：犬の飼育から人々が得るもの、聖路加看護大学紀要、No. 39、2013 年