

修士論文（要旨）
2026 年 1 月

旅行活動が高齢者のウェルビーイングに与える影響
—中国青城山地区を例にして—

指導 杉澤 秀博 教授

国際学研究科
国際学専攻
老年学学位プログラム
224J5005
狄 明渝

Master's Thesis (Abstract)
January 2026

The Impact of Travel Activities on the Well-being of the Elderly: A Case Study of the
Qingchengshan Region, China

Mingyu Di
224J5005
Master of Arts Program in Gerontology
Master's Program in International Studies
International Graduate School of Advanced Studies
J. F. Oberlin University
Thesis Supervisor: Hidehiro Sugisawa

目次

第1章	はじめに	1
1.1	研究背景	1
1.1.1	中国高齢化の進展と問題	1
1.1.2	旅行の拡大とウェルビーイング研究の課題	1
1.2	先行研究の到達点	2
1.2.1	観光研究におけるウェルビーイング概念と測定の整理	2
1.2.2	旅行参加とウェルビーイング・健康に関する実証知見	9
1.2.3	旅行体験がウェルビーイングに作用するプロセス	14
1.2.4	先行研究の限界と本研究の位置づけ	19
1.3	研究目的	20
1.4	用語定義	20
1.4.1	ウェルビーイング	21
1.4.2	旅行活動（旅行経験）	21
1.4.3	健康状態	21
1.4.4	生活機能（自立度）	21
1.4.5	家族条件（家族関係）	22
1.5	分析枠組み	22
第2章	研究方法	24
2.1	調査対象	24
2.2	調査票の配布と回収	24
2.3	分析項目	24
2.3.1	従属変数（ウェルビーイング）	24
2.3.2	独立変数（旅行活動）	25
2.3.3	調整変数（生活条件）	25
2.4	統計解析	26
2.4.1	データの整備	26
2.4.2	ウェルビーイング指標（従属変数）の得点化	27
2.4.3	記述統計と前提確認	27
2.4.4	尺度の信頼性	27
2.4.5	主分析（研究課題 RQ1・RQ2）	27
2.4.6	追加分析（RQ3）	28
2.4.7	有意水準	28
2.5	倫理的な配慮	28
第3章	結果	29
3.1	分析対象者の基本属性	29
3.2	主要変数の記述統計	31
3.3	尺度の信頼性	31

3.4	研究課題の検討（主分析：RQ1・RQ2）	32
3.4.1	旅行有無による群間差（t 検定）	32
3.4.2	統制変数を考慮した回帰分析	32
3.5	追加分析（旅行経験者に限定：RQ3）	34
第 4 章	考察	35
4.1	主要結果の要約	35
4.2	先行研究との比較および解釈	35
4.3	実践的示唆	36
4.4	研究の限界と今後の課題	37

参考文献

第1章 はじめに

1.1 研究背景

中国では高齢化の進行に伴い、高齢者の生活の質の維持・向上が社会的課題となっている。とりわけ、身体機能の低下や慢性疾患の増加に加え、社会参加機会の減少や心理的負担の増大が、ウェルビーイングの低下につながりうる。旅行活動は日常生活圏から一時的に離れ、気分転換や刺激、社会的交流を得る契機となる可能性があり、高齢期のウェルビーイングに寄与しうる行動として注目される。

1.2 先行研究の到達点

先行研究では、余暇活動や旅行経験が心理的健康や生活満足に関連する可能性が報告されてきた一方、高齢者を対象に「旅行参加の有無」を明確に定義し、認知的側面と情動的側面の双方からウェルビーイングを同時に検討した量的研究は十分とはいえない。また、旅行参加は健康状態や生活機能、経済条件の影響を受けやすく、単純比較では「旅行できる人は元々条件が良い」という交絡の問題が残る。

1.3 研究目的

本研究は、中国四川省都江堰市・青城山地域の高齢者を対象に、過去12か月以内の宿泊旅行（少なくとも1泊）の経験有無がウェルビーイング（生活満足度および感情経験）に与える影響を検討することを目的とする。加えて、健康・生活機能等の交絡要因を統制した上でも関連が維持されるかを検証する。

第2章 研究方法

2.1 調査対象と調査報告

調査は都江堰頤養中心の協力のもと実施し、60歳以上の高齢者177名の有効回答を得た。旅行経験は「過去12か月以内に日常生活圏を離れ、少なくとも1泊を伴う旅行をしたか（1=有、0=無）」で測定し、旅行あり83名、旅行なし94名であった。

2.2 分析項目

本研究で用いた分析項目は以下のとおりである。

1) 従属変数（ウェルビーイング）

- (1)生活満足度（認知的側面）：Satisfaction With Life Scale (SWLS) 5項目の合計得点 (SWLS_SUM) を用いた。
- (2)否定感情（情動的側面）：I-PANAS-SF の否定感情 (NA) 5項目の合計得点 (NA_SUM) を用いた。
- (3)肯定感情（情動的側面）：I-PANAS-SF の肯定感情 (PA) 5項目の合計得点 (PA5_SUM) を用いた。

2) 独立変数（旅行活動）

- (1)旅行有無：過去12か月以内に日常生活圏を離れ、少なくとも1泊を伴う旅行経験の有無を用いた。

（必要に応じて旅行回数も把握したが、要旨では主要分析を旅行有無に焦点化した。）

3) 統制変数

- (1) 年齢
- (2) 性別
- (3) 学歴
- (4) 経済状況（主観）
- (5) 主観的健康状態
- (6) 慢性疾患の有無
- (7) ADL（介助程度）
- (8) IADL（日用品の買い物可否）

2.3 統計解析

まず旅行有無による群間差を独立標本 t 検定で検討した。次に、統制変数を加えた線形回帰分析により、旅行有無の独自関連を検証した。尺度の信頼性は Cronbach's α で確認し、PA は 5 項目版で内的一貫性が低かったため、当該項目を除外した 4 項目版 PA による感度分析を行った。

第 3 章 研究結果

3.1 旅行有無による群間差（t 検定）

旅行あり群は旅行なし群に比べ、SWLS が有意に高く（13.30 vs 18.45）、NA が有意に低く（15.16 vs 10.95）、PA が有意に高かった（PA5 : 13.82 vs 17.36 ; いずれも $p < .001$ ）。また 4 項目版 PA でも同様に旅行あり群が有意に高かった（ $p < .001$ ）。

3.2 旅行有無による群間差（統制後の回帰分析）

統制変数を投入した回帰分析でも、旅行有無は SWLS と正の関連（ $B = 2.752$, $\beta = .295$, $p < .001$ ）、NA と負の関連（ $B = -1.962$, $\beta = -.228$, $p = .002$ ）、PA5 と正の関連（ $B = 1.880$, $\beta = .304$, $p < .001$ ）を示した。さらに 4 項目版 PA でも旅行有無の効果は維持され（ $B = 2.172$, $\beta = .309$, $p < .001$ ）、結論の頑健性が支持された。

第 4 章 考察

本研究は、過去 12 か月以内の宿泊旅行経験が高齢者のウェルビーイング（生活満足度、肯定感情、否定感情）と関連する可能性を示した。健康状態や生活機能、経済条件等を統制しても関連が残ったことから、旅行経験は単なる健康差だけでは説明しきれない心理的・社会的意義を持つ可能性がある。一方、横断研究であるため因果は確定できず、ウェルビーイングが高い者ほど旅行に参加しやすい逆方向の可能性も残る。また情動尺度の一部項目は解釈差の影響が示唆され、今後は翻訳・測定等価性の検討や縦断的研究により、旅行活動がウェルビーイングに及ぼす過程を精緻に検証する必要がある。

参考文献

- [1] 国際連合経済社会局人口部（2017）『世界人口高齢化 2017：ハイライト（World Population Ageing 2017: Highlights）』
- [2] 中国人口学会（2024）『中国 2025-2100 年人口予測と政策提案』（報告書）
- [3] 吳蘇楠（2025）『旅游回憶及分享对中老年患者生活滿意度的研究』（学位論文，桂林理工大学）DOI:10.27050/d.cnki.gglgc.2025.000047
- [4] 任明麗（2021）『旅游活動对中国老年人健康的影响机制研究』（学位論文，上海財經大学）
- [5] 孫九霞（2020）「中国旅游消費的常态化与慣性性化」『旅游学刊』35(3): 4
- [6] 中国社会科学院旅游研究中心（2025）『旅游綠皮書：2024-2025 年中国旅游發展分析与預測』
- [7] 孟彩娟・刘超（2020）「国内旅游幸福感研究総述」『湖北農業科学』59(1): 11-16
- [8] 張金薈・張宏梅（2021）「近 10 年国内旅游幸福感研究進展」『旅游研究』13(5): 88-98
- [9] 妥艷嬪・白長虹・王琳（2020）「旅游者幸福感：概念化及其量表开发」『南开管理評論』23(6): 166-178
- [10] 平良一彦・荒川雅志・笠原大吾（2007）「沖縄型健康保養観光の展望：健康科学と観光の融合を目指す当分野の先行的研究事例」『琉球大学観光科学』1: 137-149
- [11] 高橋義明（2018）『国際比較と政策利用からみた幸福度の測定方法のあり方—アジア諸国を中心とした幸福度調査結果から—』
- [12] 霍怡希・吳曉隼（2022）「旅游能促進老年人健康嗎？—基于中国老年健康影响因素調查（CLHLS）的經驗数据」『社会科学前沿』
- [13] 川久保惇・小口孝司（2015）「メンタルヘルス・ツーリズムとしての短期旅行が従業員の精神的健康に及ぼす影響」『JAFIT international tourism review』22: 179-185
- [14] 岡本秀明（2010）「市川市における高齢者の活動と心理的 well-being の関連」『和洋女子大学紀要』50: 41-53
- [15] Diener, E. (1984) “Subjective well-being” *Psychological Bulletin* 95(3): 542
- [16] Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., et al. (1985) “The satisfaction with life scale” *Journal of Personality Assessment* 49(1): 71-75
- [17] Thompson, E. R. (2007) “Development and validation of an internationally reliable short-form of the positive and negative affect schedule (PANAS)” *Journal of Cross-Cultural Psychology* 38(2): 227-242
- [18] Katz, S., Ford, A. B., Moskowitz, R. W., et al. (1963) “Studies of illness in the aged: the index of ADL: a standardized measure of biological and psychosocial function” *JAMA* 185(12): 914-919
- [19] UNWTO (2008) *Recommendations on Tourism Statistics*
- [20] Łapko, A., Hacia, E., & Łapko, P. (2025) “Determinants of Seniors’ Participation in Tourism: Psychological and Organisational Perspective in the Context of Sustainable Tourism” *Sustainability* 18(1): 259
- [21] 厚生労働省（発行年不明）『後期高齢者の質問票の解説と留意事項』
- [22] Idler, E. L., & Benyamini, Y. (1997) “Self-rated health and mortality: a review of twenty-seven community studies” *Journal of Health and Social Behavior*: 21-37