

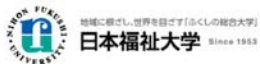
《なぜ社会的孤立は問題なのか？》

高齢者の社会的孤立の問題の所在と課題 ～社会福祉学の立場から～

斉藤 雅茂

日本福祉大学社会福祉学部・教授
日本福祉大学健康社会研究センター・センター長

本発表に関連し、発表者に開示すべきCOI関係にある企業などはありません



背景と目的

- 孤立死・孤独死、無縁社会などの文脈から高齢者の社会的孤立が大きな社会課題の1つである。社会的孤立は学際的に取り組むべき研究課題である(AARP Foundation 2012)。
- コロナ禍を経て、2021年2月には内閣府に孤独・孤立対策担当室が設置され、「人々のつながりに関する基礎調査」を実施。関連記事は増加中で2020年以降、全国紙で2,000件を超える記事が掲載
- 国際的にみると日本は孤立しがちな人が多い可能性あり(「友人」の捉え方の違いもありそう)

ref. Japan = 15.3% vs OECD-20 = 6.7% (OECD social indicators 2005)

英国と比べて、日本は孤立高齢者が2～3倍程度多い (Saito et al. 2021)

2010～16年で英国より日本は孤立スコアが悪化傾向 (Tsuji et al. 2020).

1. 社会的孤立とは何か；支援対象となる孤立像
2. 社会的孤立の何が問題なのか；問題の所在の共有
3. 社会福祉・地域福祉実践上の課題・論点

《略歴》

出身 埼玉県さいたま市

埼玉大学教育学部卒業 (2004)

上智大学大学院総合人間科学研究科博士(社会福祉学) (2009)

日本学術振興会特別研究員(2007～2009)、日本福祉大学地域ケア研究推進センター主任研究員(2008～2012)を経て、2012年4月より現職

所属学会

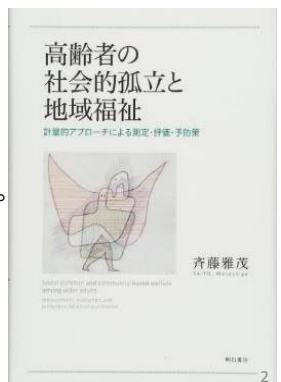
日本老年社会学会、日本社会福祉学会、日本地域福祉学会、日本公衆衛生学会、日本疫学会、貧困研究会、など。

受賞

『高齢者の社会的孤立と地域福祉；計量的アプローチによる測定・評価・予防策(明石書店、2018年)』にて日本社会福祉学会学術賞。その他、Best Article Award of Geriatrics and Gerontology International 2021, 平成26年度日本老年社会学会論文賞など。

最近の委員等

- 内閣官房孤独・孤立対策担当「孤独・孤立の実態把握に関する研究会」委員
- 全国社会福祉協議会「コロナ特例貸付からみえる生活困窮者支援のあり方に関する検討会」委員、など



社会的孤立とは何か；社会的孤立の射程

様々な定義が存在するが、Townsendの定義に基づく研究が圧倒的に多い

社会的孤立 (Social isolation)

家族やコミュニティとほとんど接触がないこと (客観的)

孤独 (Loneliness)

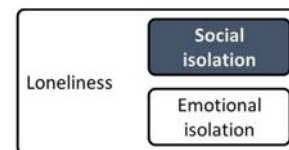
仲間づきあいの欠如あるいは喪失による好ましからざる感情を抱くこと (主観的)



Townsend (1968)

【参考】 その他の孤立の定義例

Weiss (1973)
孤独感のなかに社会的孤立と情緒的孤立



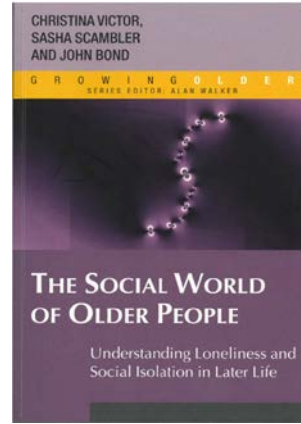
Hortulanus (2006)
交流が少なく生活に不満な人が社会的孤立

	交流(多)	交流(少)
満足	Socially competent	Socially inhibited
不満	Lonely	Socially isolated

通説としての"老いと孤立・孤独 (Old and Alone)"

～高齢期は孤立するのか？ 高齢者は孤立しているのか？～

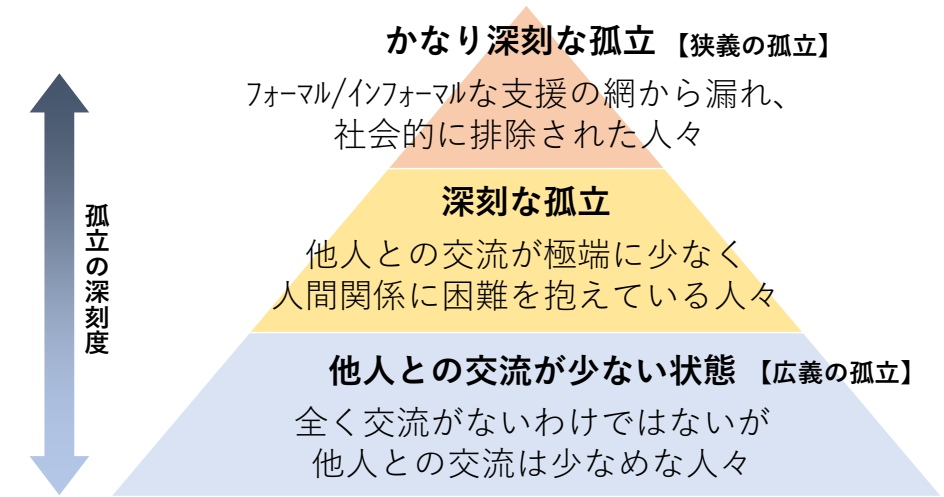
- 高齢者の多くが孤立しているわけではない (Victor et al. 2009)
- 高齢者のうち、**深刻な孤立は2～10%程度**、やや広く捉えると10～30%程度という結果が多い (齊藤2018)
- 独居高齢者のうち、他者との交流頻度が**月1回以下の人**は**5～11%**。地方部(中山間地域)と比べて、大都市圏で多い傾向 (齊藤2013)
- 高齢者のうち、他者との交流頻度が**月1回未満の人**は**8.7%**、**週1回未満は18.2%**。英国と比べて、日本の高齢者で顕著に多い傾向 (Saito et al. 2021)



孤立の深さと介入(支援)対象のイメージ

社会的孤立状態とは...

人嫌いで付き合いが全くない人？ ゴミ屋敷や不衛生な状態にある人？
あらゆるサービスを拒否し、近隣関係でトラブルを起こしている人？



作成：齊藤雅茂

6

社会福祉・地域福祉施策における支援対象イメージ

(1) 重層的支援体制整備事業(2021年度～)

相談支援・参加支援・地域づくりにむけた支援・アウトリーチ等を通じて**地域生活課題を抱える地域住民及びその世帯に対する支援体制**並びに地域住民等による地域福祉の推進のために必要な環境を一体的かつ重層的に整備する。

(2) 生活困窮者自立支援制度(2015年度～)

生活困窮者とは、就労の状況、心身の状況、地域社会との関係性その他の事情により、現に経済的に困窮し、**最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある者**。

(3) 安心生活創造事業(2009～2011年度)

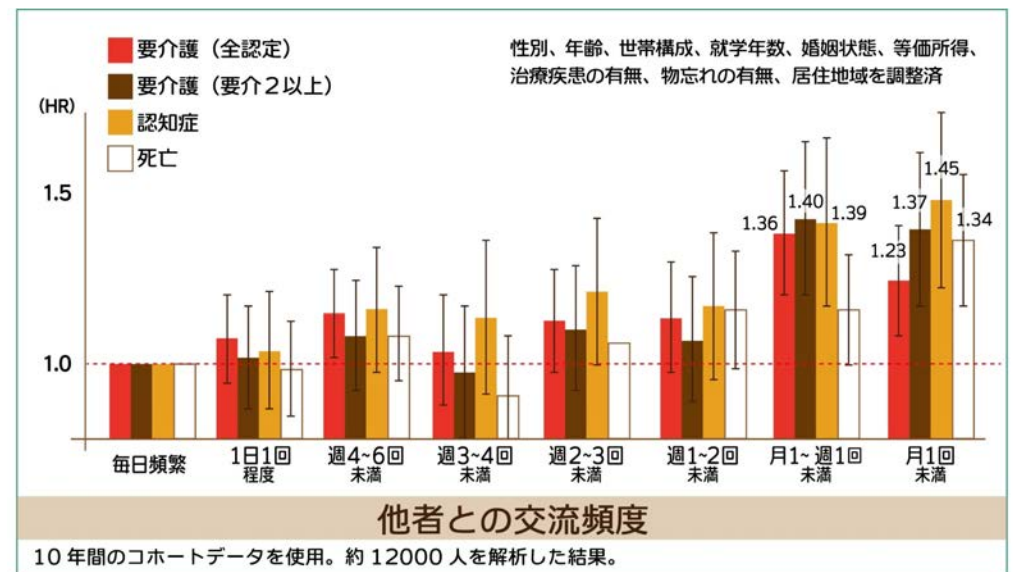
既存の公的サービスの対象とならない状態の一人暮らし世帯等が安心して暮らせるよう見守りと買い物支援を生活維持の最低限の支援である**基盤支援**と位置付ける。

作成：齊藤雅茂

7

しかし、極端な状態像だけが問題ではなさそう

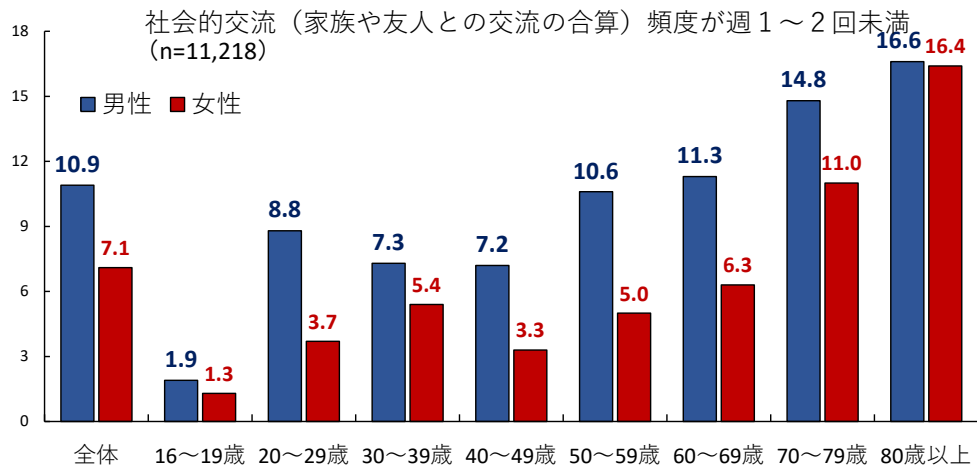
- 人との交流は**週1回未満**から健康リスクになりうる(齊藤ら2015)
※**月1回未満だと死亡リスクも有意に上昇する**。



齊藤雅茂・近藤克則・尾島俊之ほか(2015)日本公衆衛生雑誌, 62(3)より。

社会的孤立は高齢者の方が／男性の方が顕著に多い

→10%前後だとすれば全国で1,200万人、
高齢者だけでも400万人くらいが該当する可能性あり。



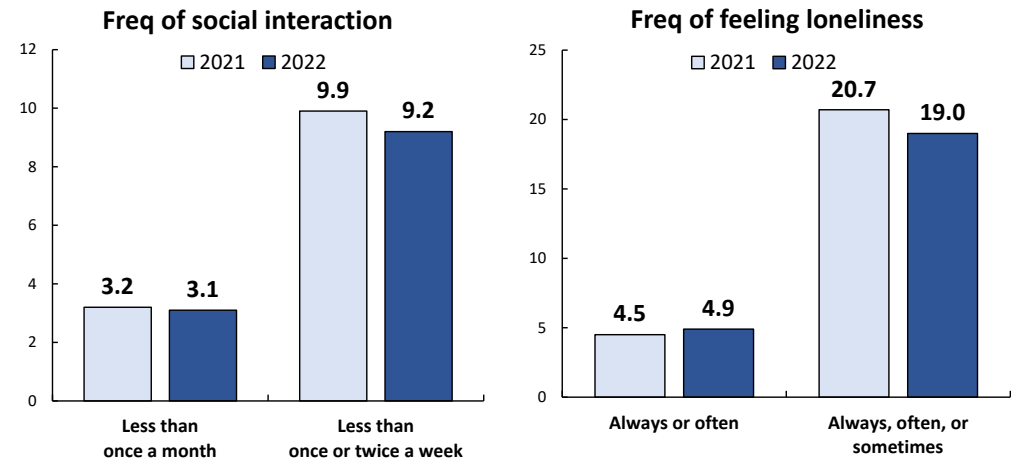
- 同居していない家族および友人と「直接会って話す」「電話」「SNS」「電子メールやショートメール」でコミュニケーションを取る頻度、および、同居している人と「直接会って話す」頻度を合算したもの。
- 1カ月を4.3週と換算し、ひと月当たりの交流頻度を算出し、月1回未満(<1.0)、月1回程度(1.0～<2.0)、2週間1回程度(2.0～<4.3)、週1～2回程度(4.3～<8.6)に該当したケースを「孤立群」に分類している。

内閣官房孤独・孤立対策担当室(2023)人々のつながりに関する基礎調査(令和4年)調査結果の概要より

9

Prop of isolation and loneliness is not largely change.

- ✓ Compared to 2021, face-to-face contact has increased, but contact through telephone and SNS has decreased in 2022. Proportion of isolated people remains unchanged.
- ✓ Even though the occurrence of 'sometimes' has decreased, the proportion of severe loneliness has not changed remarkably.

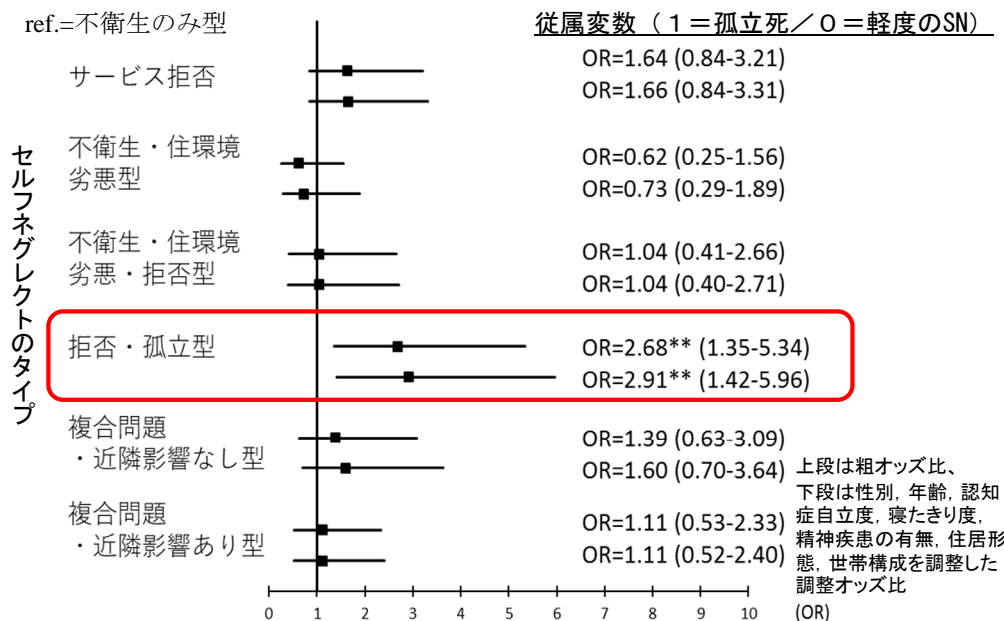


Source: The Cabinet Secretariat (2022,2023) Basic Survey on Human Connections.

10

しかも、孤立死に至りやすいのはハイリスク群とは限らない

～地域包括支援センターへの全国調査より～



全国の地域包括支援センターを対象にして収集されたセルフネグレクト事案(1,355件)を分析

斉藤雅茂ほか(2016)厚生の指標63(3):1-7より

11

社会的孤立の何が問題なのか

人づきあいには煩わしさもあるし...

社会的孤立・孤独は本人の嗜好、選択の結果であって《問題》ではない？

学術的には、

自ら望んだ孤立 (Voluntary Isolation)

社会情緒的選択理論 (Socio-Economic Selectivity Theory)

離脱理論 (Disengagement Theory) など

自己啓発に類する書籍でも孤独を肯定的に扱ったかのように見えるものが少なくない (右記参照) 注

本当なのか??



注) これらの書籍の主張はタイトルほど過激ではない。ときには一人である時間をつくって読書をしたり、内省することも大切であるという程度であり、孤独感を抱えている方が豊かな人生を過ごせるという主旨ではない。なかには、適度な人間関係としての「お節介」が重要であるとも指摘されている。

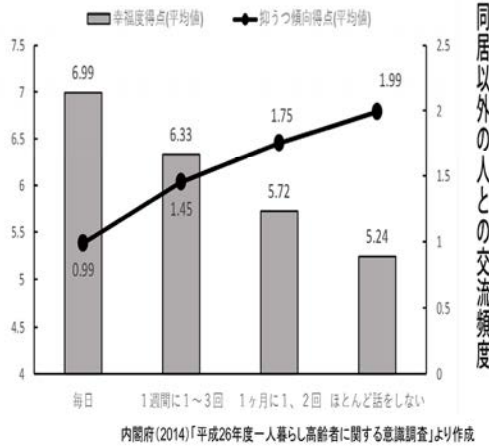
12

社会的孤立の多くは真に充実した状態なのか？

ref. 男性の孤立者は生活満足と回答した群でも4年間で1.27倍、要介護状態へ移行しやすい (斉藤2013, 老年社会科学, 35(3): 331-341)

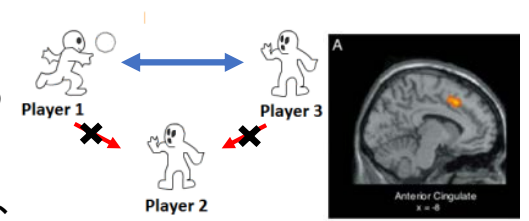
孤立者の多くは強い孤独感を抱えている

家族やその他の会話や世間話の頻度(電話を含む)による幸福度・抑うつ傾向の相違

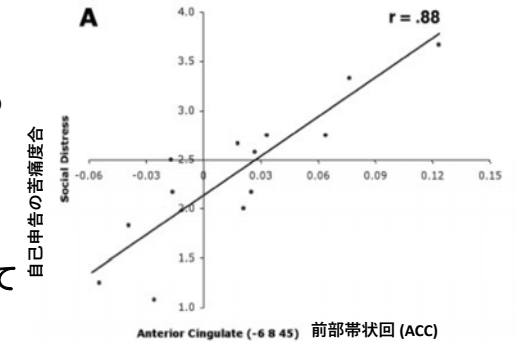


孤立(仲間外れ)は肉体的な苦痛と同様の反応

3人のボール・トス・ゲームで、途中から仲間外れにされてしまうとななるのか (n=13) ※大学生を対象



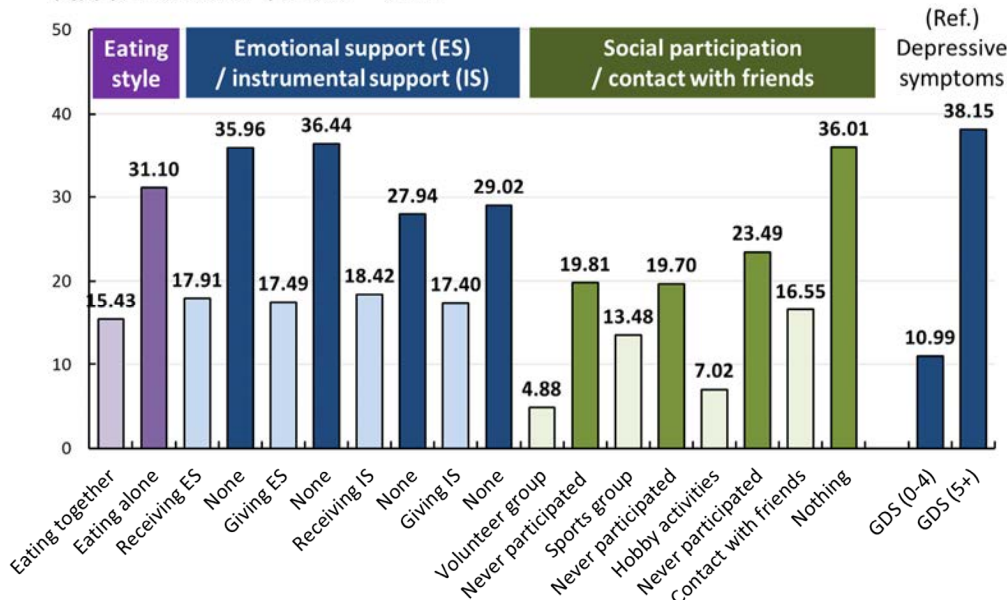
- 仲間外れにされている間のみ、神経上の“警報装置”である前帯状皮質が反応 (肉体的苦痛と同様)
- 上記の反応は自己申告による苦痛度合とも強い相関あり



人間にとって疎外されることは肉体的苦痛と同じ脳内処理が行われている可能性あり

Eisenberger NI. et al. (2003) Does rejection hurt? An fMRI Study of Social Exclusion. *Science*. 302:290-292

高齢者の社会的交流による10万人あたり自殺発生率の相違 ~高齢者4.6万人の7年追跡データより~



12自治体の高齢者4.6万人を7年間追跡した結果。自殺死亡者は55名(10万人あたりの年間発生率: 14.17)

Saito M. et al (2024) Under review

日本では年間1.9~2.0万人程度の高齢者が孤立状態にあることで早期死亡に至っている可能性あり

- 社会的孤立は、情報や資源の不足、サポートの乏しさ、自己効力感や自尊感情の低下を経由して不健康へ。
- 人づきあいの乏しさは喫煙と同程度のリスクである (Holt-Lundstad et al. 2010)。

	孤立の曝露割合	総死亡へのハザード比	集団寄与危険度	
			% ^{b)} (95%CI)	n ^{a)}
日本	他者との交流頻度 (月に1回未満)	8.7 (8.2 - 9.2)	1.18	1.6 (1.5 - 1.6) 18,799 (17,788 - 19,809)
英国	他者との交流頻度 (月に1回未満)	1.3 (1.1 - 1.7)	1.27	0.4 (0.3 - 0.5) 1,827 (1,422 - 2,232)

a) 年間死亡者数は日英の公的統計に基づいて下記の値を用いている。日本=1,208,908 (2017) 英国: N=422,159 (2017)

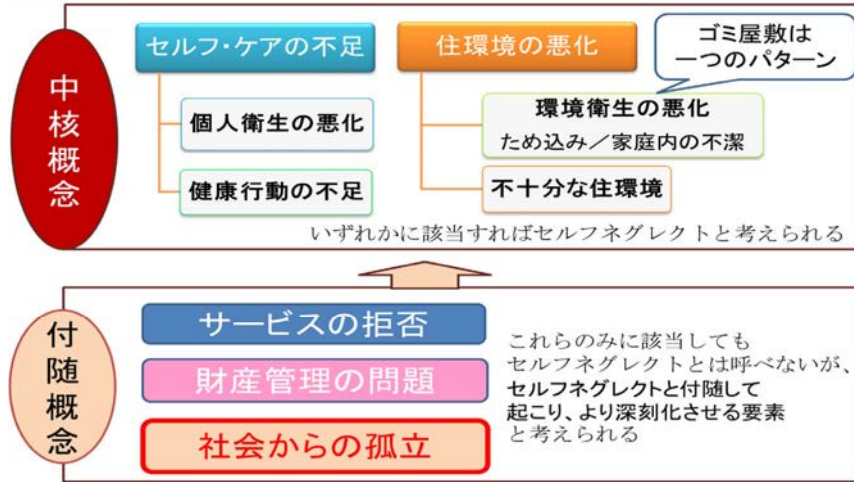
b) 集団寄与危険度(%) = $\frac{Pe(HR - 1)}{(Pe(HR - 1)) + 1}$ Pe: 曝露割合, HR: ハザード比

Saito M. et al. (2021) *Geriatr Geront Int*, 21(2): 209-214

社会的な孤立はセルフネグレクトを深刻化させる要素でもある

セルフ・ネグレクトとは

「一人暮らしなどの高齢者で、認知症やうつなどのために生活能力・意欲が低下し、極端に不衛生な環境で生活している、必要な栄養摂取ができていない等、客観的にみると本人の人権が侵害されている事例」(東京都高齢者虐待対応マニュアルより)



野村祥平ら(2014) 高齢者虐待防止研究. 10(1): 175-187に基づいて作成

17

社会福祉・地域福祉実践上の課題・論点

論点① 社会的孤立軽減に資する取り組みは誰に届いているのか ～当初のターゲット層に届いているのか～

2013年4月に発表された総務省の勧告から
10年でどう変わったのか

(1) 事業実績が低調な事例あり

http://www.soumu.go.jp/main_content/000217313.pdf

- 安心生活創造事業では、3年間の延べ利用者数が**数名**という自治体が2つあり(それぞれ3人と8人)
- 地域商業活性化補助事業を活用した買い物代行サービスの**目標達成率は0.9%に留まる**事業者あり

(2) 補助事業終了後は利用されない

- ICTふるさと元気事業による端末を介した見守りは、通信料を自己負担に移行後、**継続利用は3.1%へ**
- 補助金で整備された宅配用車両の活用策が不明

(3) 目標設定・効果測定がされていない

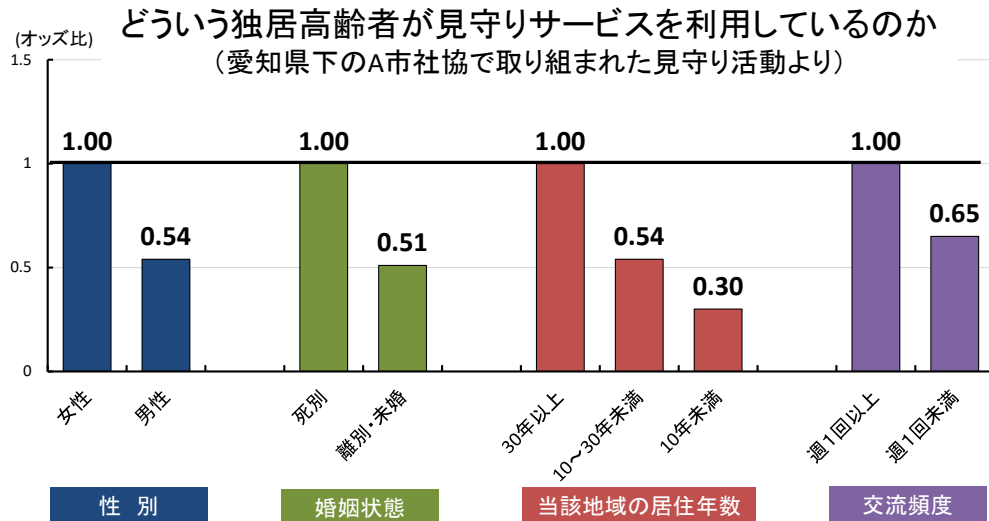
- 安心生活創造事業などを実施した75機関のうち、**57.3%で目標設定なし**(効果の測定・評価ができない)



18

プロセス評価の視点

～非利用者と比べて利用者はどういう人か (利用の実人数は?)～



社協の利用者名簿データと調査データを結合できた428名(見守りあり: 116名、見守りなし: 312名)を分析したもの。一部抜粋。

斉藤雅茂ほか(2017) 社会福祉研究, 129, 85-92より。

論点② 社会的孤立はどの程度、軽減・予防できているのか ～地域実践(介入)の効果評価の蓄積・精緻化～

社会的孤立は可変的である(軽減・予防しうる)という報告が多い

- 個人介入より**集団介入**の方がややポジティブな結果
ref. ターゲティングは"する"より"**しない**"の方がポジティブ (Dickens 2011)
- バイアスリスクの低い研究の方がやや保守的な傾向あり

高齢者の社会的孤立・孤独に対するランダム化比較試験の知見

介入内容	社会関係					孤独感			
	構造的側面		機能的側面			n	効果あり	%	
	n	効果あり	%	n	効果あり				%
集団介入	14	10	71.4	4	4	100.0	11	6	54.5
個人介入	3	2	66.7	4	1	25.0	5	1	20.0
集団と個人の混合	3	3	100.0	1	1	100.0	3	2	66.6
バイアスリスク ^{a)}									
中	5	5	100.0	1	1	100.0	3	2	66.6
低い	15	10	66.6	8	5	62.5	16	7	43.8
全体	20	15	75.0	9	6	66.7	19	9	47.4

Tong et al. (2021) *Front Psychol* 12: 554145 より作成

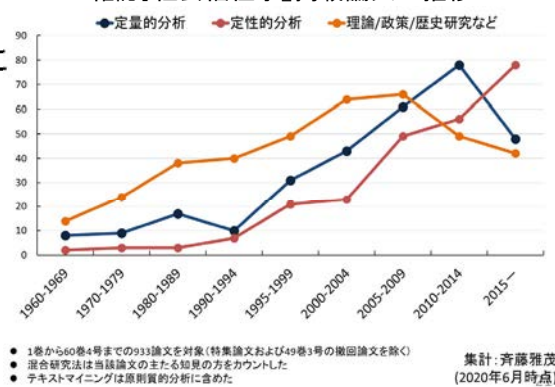
a) Cochrane risk of biasに基づいて、ランダム割付の作成、割り付けの隠蔽の欠如、盲検化の欠如、アウトカムデータの不完全さ、選択的な報告、その他のバイアスという6項目からバイアスリスクをスコア化し、バイアスリスクが高いと判断された2論文をレビュー対象から除外している。

20

ただし...

- 孤立・孤独軽減プログラムの効果に関するレビュー論文がいくつか報告されているが、必ずしも結果は一致していない。
 - ✓ レビューされた論文には30年以上前のものが多い。
 - ✓ 効果指標が孤立・孤独でないものもある。
 - ✓ エビデンスレベルが低い(シングルシステムデザインや遡及的な評価に留まるものが多い)。
 - ✓ 短期的な評価に留まる。

雑誌『社会福祉学』掲載論文の推移

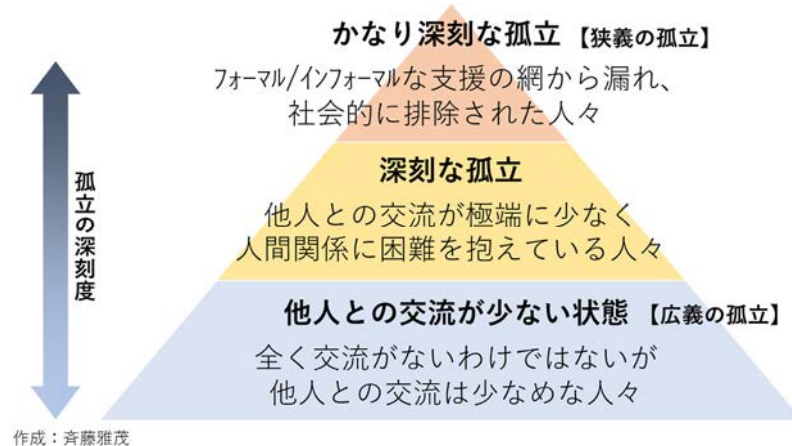


- 日本の国内の知見は極端に少ない(地域福祉実践研究として発信・蓄積する意義あり) ref. 雑誌「社会福祉学」をみると、創刊号以来、記述的な分析が多く(128/308)、[介入研究・効果評価はわずか10本のみ](#)

論点③ 地域福祉活動(プログラム)での対象はどの孤立層か ~ハイリスク戦略とポピュレーション戦略~

社会的孤立は様々な生活課題の「上流」にあるもの

深刻なケースほど支援対象として議論になりやすいが、孤立死を含め生活課題は深刻なケースからだけ生じるわけではない。(孤立傾向の人は人口10%前後だとすれば...)

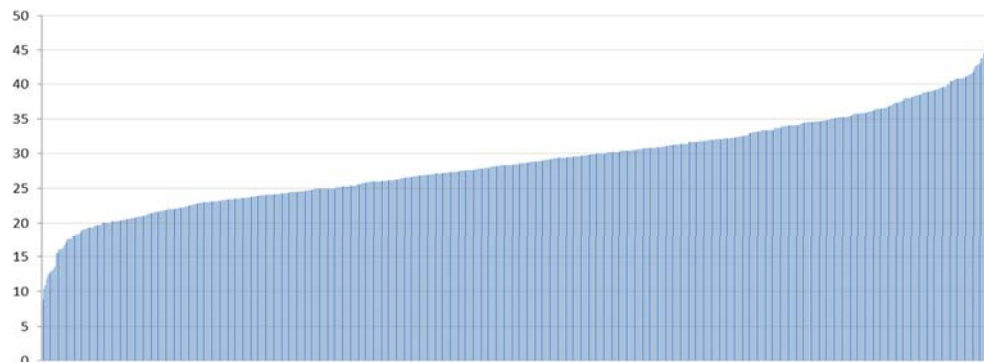


(対象者を限定しすぎずに)

孤立しにくい地域環境づくりという視点(ポピュレーション戦略)

- 安全度などで荒廃化が進んでいる地域(Krause 1993)、貧困率が高い地域(Tigges et al. 1998)では孤立しやすい。
- ボランティアなど地域活動への参加率や互酬性の規範が醸成されることで地域全体として孤立者を減少できるかもしれない(波及効果を含めて)。

友人等との交流頻度が年数回・まったくないの学区単位%(8.9~49.0%) ※5倍程度の格差あり。



齊藤雅茂(2017) Aging & Health (長寿科学振興財団), 82号3

報告のまとめ

- 社会的孤立とは家族や地域とほとんど交流がない状態。支援(介入)対象としての社会的孤立状態にはかなりの幅がある。極端な状態像だけでなく、健康リスクや自殺リスク、孤立死リスクになりうることは既に明らかになっている。
- 「個人の選択」という側面はあるものの、社会的孤立に分類されるような状態は、単に交流が乏しい状態ではなく、孤独感、情報や資源の不足、自殺、健康寿命とも関連する「問題」という共通理解・合意形成は大切と思われる。
- 多くの介入研究で、社会的孤立・孤独は改善・軽減しうることが報告されている。ただし、全体的にエビデンスレベルは低く、介入研究の精緻化が必要。国内では様々な地域福祉実践が展開されているにも関わらず、そのプロセス・効果評価の知見は極端に少なく、今後の学術的な発信が必要といえる。
- どういった層にどのように関わっていくのかという合意形成とともに、従来のハイリスク戦略だけでなく、ポピュレーション戦略の可能性とモニタリングは今後の社会福祉実践・研究の課題といえる。

《なぜ社会的孤立は問題なのか？》

高齢者の社会的孤立の問題の所在と課題

～社会福祉学の立場から～

齊藤 雅茂

日本福祉大学社会福祉学部・教授
日本福祉大学健康社会研究センター・センター長

本発表に関連し、発表者に開示すべきCOI関係にある企業などはありません

