

日本の高齢者におけるウェルビーイングの世代差 —時間横断的メタ分析—

中川 威¹、福沢 愛²、竹内真純³、Sala Giovanni⁴

(¹大阪大学、²武藏野大学、³東京都健康長寿医療センター研究所、⁴University of Liverpool)

＜要 旨＞

日本では平均寿命が延伸し、高齢者の身体的健康も時代につれて向上していることが知られている。一方で、高齢者においてウェルビーイングが時代につれてどのように変化しているかは十分に検討されていない。本研究では、日本の高齢者におけるウェルビーイングの時代的変化を明らかにするために、時間横断的メタ分析を試みた。2021年までに刊行された査読誌に掲載された論文を対象とした。文献検索の結果として、PubMedで989件、PsycInfoで1,839件、Web of Scienceで963件の文献を収集した。重複を除き、2,866件の文献を収集した。2段階のスクリーニングを実施し、156件の文献を選定した。現在、コーディングを実施中である。今後、コーディングを終え、日本の高齢者におけるウェルビーイングの平均値が調査実施年とどのように関連するかをメタ分析によって検討する計画である。日本の高齢者におけるウェルビーイングの時代的変化を明らかにすることで、高齢化に対応してきた日本の政策の成否を評価するための知見が得られるだろう。

＜キーワード＞ 高齢者、ウェルビーイング、メタ分析、世代差

【はじめに】

現在、教育、医療、福祉、経済といった多様な分野での実践と政策において、ウェルビーイング(well-being)が重視されつつある。とりわけ医療と福祉においては、健康は、単純に病気や障害がないことを意味せず、身体的、心理的、社会的に良好な状態と定義され(World Health Organization, 1948)、ウェルビーイングの重要性が20世紀半ばから認識してきた。

ウェルビーイングへの社会的関心が高まるにつれて、心理学では、心理的に良好な状態がウェルビーイングと定義され、高齢者におけるウェルビーイングが、他の年齢層に先駆けて、測定されてきた(Havighurst, 1961; Neugarten et al., 1961; 古谷野, 1981; 古谷野他, 1989)。その後、人生満足感、ポジティブ感情、ネガティブ感情の

3つの要素から成る主観的幸福感(subjective well-being)という概念が提案されると(Diener, 1984)、若年者を含む幅広い年齢層におけるウェルビーイングに関する実証知見が蓄積してきた。

ウェルビーイングが社会的にも学術的にも重視されてきた一方、先行研究はウェルビーイングがむしろ低下していることを示唆してきた。自尊感情、抑うつ気分、不安などのウェルビーイングに関する研究では、過去数十年にわたり、若年者においてウェルビーイングが低下しているという時代的変化がアメリカ、中国、日本で報告されている(Gentile et al., 2010; 小塩他, 2014; Twenge & Campbell, 2001; S. Xin et al., 2023; Z. Xin et al., 2010)。しかし、高齢者におけるウェルビーイングの時代的変化については十分に検討

されていない。日本の高齢者では、歩行速度や握力と言った身体的健康が向上するという時代的変化が報告されている一方(Ouchi et al., 2017; Suzuki et al., 2021)、ウェルビーイングの時代的変化に関して明確な傾向を導き出すことができない(小塩他, 2014)。日本の高齢者におけるウェルビーイングが歴史的に悪化する傾向にあるか、向上する傾向にあるかを検証することで、高齢化という社会的課題に対応してきた日本の政策の成否を評価するための知見が得られるだろう。

目的

先行研究における限界を解決するため、本研究では、日本の高齢者におけるウェルビーイングの時代的変化を時間横断的メタ分析(cross-temporal meta-analysis)という方法を用いて検討することを目的とする。

時間横断的メタ分析とは、心理学的概念の時代的変化を検討する方法の一つである。この方法では、過去に出版された文献から平均値などの統計量を抽出し、データが収集された調査実施年ごとに統合することで、ある心理や行動の平均値と調査実施年の関連を検討する。たとえば、Yu et al. (2016)は、ウェルビーイングを測定する特定の尺度を用いて、60歳以上を対象にし、1990年から2010年までに出版された61本の論文を収集することで、ウェルビーイングの平均値と調査実施年の関連を検討した。その結果として、負の相関を報告し、より最近の世代ほど平均的にはウェルビーイングが低下するという時代的変化が認められた。さらに、Yu et al. (2016)は、ウェルビーイングの各調査実施年の平均値がマクロレベルの要因(たとえば、都市化、ジニ係数、医療費、出生

率)と関連していることを報告し、都市化が進行し、医療費が増加すると、ウェルビーイングが低いという関連が示唆されている。ただし、ウェルビーイングのミクロレベルの要因(たとえば、社会経済的地位、社会関係、身体的健康)が時代によって異なるかは未検証だった。

本研究でも、先行研究と同様に時間横断的メタ分析を用いることで、日本の高齢者におけるウェルビーイングの時代的変化を明らかにするとともに、その時代的変化に関連するマクロレベルおよびミクロレベルの要因を検討することが可能になるだろう。

【方法】

本研究は事前登録を行った上で実施した。事前登録の詳細は <https://osf.io/sxwve> に記載した。

文献検索

オンラインデータベース(DiaL、CiNii、J-STAGE、PubMed、PsycInfo、および Web of Science)を用いて文献検索を行った。本研究では、主観的幸福感の概念枠組み(Diener, 1984)を踏まえて、人生満足感とポジティブ感情といったウェルビーイングのポジティブな感情的要素に着目し、文献を検索する際の検索式を、("well-being," "happiness," "life satisfaction," "morale," "positive affect," "positive mood," or "positive feeling*"), ("age," "aging," "ageing," "elderly," "old," or "older"), and "Japan*"とした。英語と日本語で書かれた文献を検索するため、“日本”という語を除いて、英語を日本語に翻訳し、2021年12月に文献検索を行った。

適格基準および除外基準

高齢者のウェルビーイングの関連要因を検討した既存のメタ分析を参考に(Pinquart & Sörensen, 2000)、以下の基準にあてはまる研究を分析対象とした。その基準は、(1)60歳以上の日本人が対象者に含まれており、サンプルの平均年齢が55歳以上である、(2)相関係数、もしくは、相関係数に変換できる統計量(たとえば、各群のサンプルサイズ、平均値、標準偏差)が報告されている、(3)論文が英語または日本語で記されている、(4)査読付論文である、であった。

また、以下の基準にあてはまる研究は分析対象から除いた。その基準は、(5)対象者の年齢が報告されていない、(6)妥当性や信頼性が確認されていない尺度を用いている、(7)病理的な精神的健康(例: 抑うつ気分、健康関連QOL)やウェルビーイングの認知的要素(例: 自尊感情、生きがい)が測定されている、(8)相関係数、もしくは、相関係数に変換できる統計量が報告されていない、(9)学会発表抄録や書籍など、査読付論文ではない、であった。

コーディング

表1に示したように、出版年、言語、調査実施年、調査名、サンプルサイズ、平均年齢、年齢群(65歳まで、65歳から75歳、75歳から85歳、85歳以上)、性別の割合、居住地(地域か施設か)、抽出手続き(無作為抽出か有意抽出か)、研究デザイン(横断研究か縦断研究か)、データ収集法(郵送調査か面接調査か)、相関係数もしくは相関係数に変換できる統計量、ウェルビーイングの尺度、関連要因の種類(社会経済的要因、社会的要因、身体的要因など)などをコーディングした。

【結果と考察】

日本語データベースのうち、DiaLは、検索可能なキーワードの数に制限があった。また、CiNii、J-STAGEは、要約が登録されていないといった情報の精度に問題があった。そのため、日本語データベースは使用しなかった。

図1に、文献選定のプロセスを示した。文献検索の結果として、PubMedで989件、PsycInfoで1,839件、Web of Scienceで963件の文献を収集した。重複を除き、2,866件の文献を収集した。

次に、独立した評定者2名がタイトルと要約を確認する1次スクリーニングを行った。その結果、1,468件の文献が抽出された。続いて、独立した評定者2名が本文を確認する2次スクリーニングを行った。その結果、156件の文献が抽出された。現在、独立した評定者2名が本文から情報を抽出するコーディングを行っている。出版年については、文献収集時に確認しており、156件の文献が1990年から2020年までの30年間に出版されていた。

なお、コーディングにおいて、研究者らが協議し、除外基準を再検討したため、最終的にメタ分析の対象となる文献数は変わる予定である。協議の結果、除外基準として、ウェルビーイング間の相関係数のみが報告されていることを加えた。具体的には、ウェルビーイング尺度の開発を目的とした論文において、併存的妥当性の指標として、既存のウェルビーイング尺度との相関係数を報告されることがあるが、こうした論文は除外することにした。

限界と展望

本研究の限界として、まず、当初の計画を変更し、日本語データベースを使用しなかったことが挙げられる。英語データベースに登録された日本

語で出版された文献を網羅的に収集できなかつたと考えられる。

次に、本研究では、ウェルビーイングの感情的要素に着目した。しかし、ウェルビーイングは多様な要素から成る概念であり、要素によって関連要因や時代的変化が異なるかもしれない。

さらに、対象文献を査読付論文としたことで、統計的に有意ではない結果が公表されにくいという出版バイアスの影響を受ける可能性がある。最終的な分析では、出版バイアスが生じているか確認する必要があるだろう。

最後に、当初の計画よりも、評定者と従事時間が少なかつたこと、コーディングを実施中に除外基準を再検討したことにより、文献の2次スクリーニングとコーディングに時間を要した。今後、コーディングを終えた後、メタ分析を実施し、成果公表を行う計画である。その結果として、過去数十年間にわたる日本の高齢者のウェルビーイングの時代的変化を明らかにできるだろう。さらに、その時代的変化に関連するマクロレベルおよびミクロレベルの要因を検討できれば、実践と政策へのより具体的な示唆が得られることが期待される。

【謝辞】

文献収集では、江口幸枝さん、スクリーニングとコーディングでは、張佳潔さん、白石奈津栄さん、VU HO NHU KHOAさん、角田百穂さん、牟旭さん、徐晨さんにご助力いただきました。感謝申し上げます。

【引用文献】

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

- Gentile, B., Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2010). Birth cohort differences in self-esteem, 1988–2008: A cross-temporal meta-analysis. *Review of General Psychology, 14*(3), 261–268. <https://doi.org/10.1037/a0019919>
- Havighurst, R. J. (1961). Successful aging. *The Gerontologist, 1*, 8–13.
- 古谷野亘 (1981). 生きがいの測定・改訂PGCモール・スケールの分析-. 老年社会科学, 3, 83–95.
- 古谷野亘・柴田博・芳賀博・須山靖男 (1989). 生活満足度尺度の構造・主観的幸福感の多次元性とその測定. 老年社会科学, 11, 99–115.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology, 16*(2), 134–143. <https://doi.org/10.1093/geronj/16.2.134>
- 小塩真司・岡田涼・茂垣まどか・並川努・脇田貴文 (2014). 自尊感情平均値に及ぼす年齢と調査年の影響: Rosenbergの自尊感情尺度日本語版のメタ分析. 教育心理学研究, 62(4), 273–282. <https://doi.org/10.5926/jjep.62.273>
- Ouchi, Y., Rakugi, H., Arai, H., Akishita, M., Ito, H., Toba, K., & Kai, I. (2017). Redefining the elderly as aged 75 years and older: Proposal from the Joint Committee of Japan Gerontological Society and the Japan Geriatrics Society. *Geriatrics and Gerontology International, 17*(7), 1045–1047. <https://doi.org/10.1111/ggi.13118>
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: A meta-analysis. *Psychology and Aging, 15*(2), 187–224. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.15.2.187>
- Suzuki, T., Nishita, Y., Jeong, S., Shimada, H., Otsuka, R., Kondo, K., Kim, H., Fujiwara, Y., Awata, S., Kitamura, A., Obuchi, S., Iijima, K., Yoshimura, N., Watanabe, S., Yamada, M., Toba, K., & Makizako, H. (2021). Are Japanese older adults rejuvenating? Changes in health-related measures among older community dwellers in the last decade. *Rejuvenation Research, 24*(1), 37–48. <https://doi.org/10.1089/rej.2019.2291>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2001). Age and birth cohort differences in self-esteem: A cross-temporal meta-analysis.

- Personality and Social Psychology Review*, 5(4), 321–344.
https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0504_3
- World Health Organization. (1948). *Constitution of the World Health Organization*. Retrieved June 24, 2025, from <https://www.who.int/about/governance/constitution>
- Xin, S., Zhang, Y., Sheng, L., Zhao, T., & Peng, H. (2023). The impact of social change on the decreasing trend of subjective well-being in Chinese adolescents: A cross-temporal meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 150, 106988. <https://doi.org/10.1016/J.CHILDYOUTH.2023.106988>
- Xin, Z., Zhang, L., & Liu, D. (2010). Birth cohort changes of Chinese adolescents' anxiety: A cross-temporal meta-analysis, 1992–2005. *Personality and Individual Differences*, 48(2), 208–212. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.10.010>
- Yu, L., Yan, Z., Yang, X., Wang, L., Zhao, Y., & Hitchman, G. (2016). Impact of social changes and birth cohort on subjective well-being in Chinese older adults: A cross-temporal meta-analysis, 1990–2010. *Social Indicators Research*, 126(2), 795–812. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0907-8>

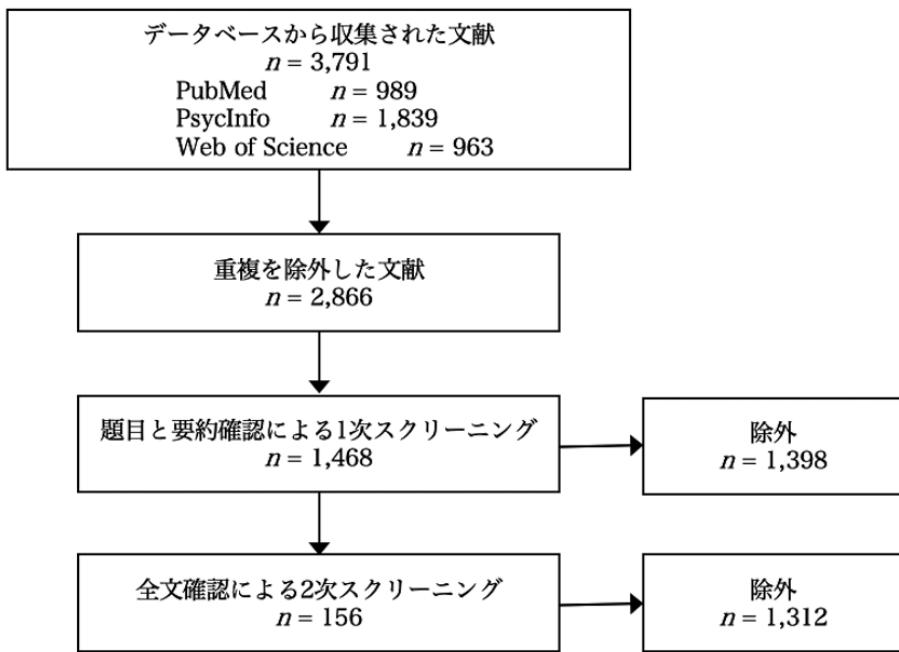


図1 文献選定のフロー

コーディング項目	選択肢など
論文 ID	
研究 ID	
効果量 ID	
第一著者名	
出版年	
言語	英語、日本語
調査開始年	
調査終了年	
調査の名称(該当する場合のみ)	
サンプルサイズ	
平均年齢	
年齢群	65歳まで、65歳から75歳、75歳から85歳、85歳以上
性別の割合(男性%)	
居住地	地域、施設、その他
抽出手続き	無作為抽出、有意抽出、その他
研究デザイン	横断研究、縦断研究、その他
データ収集法	郵送調査、面接調査、その他
効果量	相関係数、群間比較、その他
相関係数(該当する場合のみ)	
尺度の妥当性	検証済、未検証、その他、不明
尺度の名称	PGC モラール・スケール、生活満足度尺度 K、生活満足度尺度 A、主観的幸福感尺度(Subjective Happiness Scale)、WHO-5 精神的健康状態表、1項目尺度、Positive and Negative Affect Schedule(PANAS)、感情的 well-being 尺度、その他、不明
関連要因のカテゴリー	社会経済的要因、身体的要因、社会的要因(量的側面)、社会的要因(質的側面)、社会的要因(互恵性)、社会的要因(信頼)、社会人口学的要因
関連要因の内容	自由記述

表1 コーディングシート

注. 主なコーディング項目のみを示した。