

## 転居高齢者の生活適応の経過に関連する要因

### ——ライフ・ライン・メソッドを用いた検討——

古田加代子<sup>1</sup>, 輿水めぐみ<sup>2</sup>, 流石ゆり子<sup>3</sup>

## Factors related to adaptation in relocated elderly using the life-line method

Kayoko Furuta<sup>1</sup>, Megumi Koshimizu<sup>2</sup>, Yuriko Sasuga<sup>3</sup>

本研究は、都道府県の境界を越えて子どもとの近居または同居を目的として転居してきた高齢者を対象に、生活適応の経過と関連要因について明らかにすることを目的とした。ライフ・ライン・メソッドを用い6名の対象者から次の結果を得た。

1. 高齢者は、転居によって生活に「慣れている」状態から「慣れていない」状態に陥り、その後平均で4.2ヶ月頃に新しい土地での生活が適応に向かっていることを実感していた。転居先の生活に「慣れている」状態になったのは、平均で1年7ヶ月後であった。
2. 転居後の適応を推進した要因である「適応のための考えや行動」は、【転居の肯定的な受け止め】【地元の人に受け入れてもらえるよう振り舞い行動する】など7カテゴリーで構成され、転居者であることを意識しながらも地域に溶け込むための積極的な行動が含まれていた。また「周囲の人的・物的環境との関係性」は【子ども家族や地域の人との穏やかな交流】【転居前の生活を継続できる環境】など8カテゴリーが含まれ、日常的な交流と安定感のある生活が要因になっていた。

キーワード：高齢者、転居、生活適応、ライフ・ライン・メソッド

### I. はじめに

2011（平成23）年の介護保険法改正（厚生労働省老健局, 2011）により、国及び地方公共団体は、被保険者が、可能な限り住み慣れた地域で、有する能力に応じて自立した日常生活を営むことができるよう、「地域包括ケアシステム」の構築に努めている。各自治体は、いわゆる団塊の世代が全て後期高齢者となる2025（平成37）年を目指して動き出したが、その取り組みは緒に着いたばかりである。現状では住宅事情に加え、小家族化による介護力不足、医療・介護に関する社会資源の偏在化、日本的扶養意識などで、高齢期に住み慣れた地域を離れる者も多い。2010（平成22）年の国勢調査（総務省統計局、

2011）によると、過去5年間に最低1回の市町村の境界を越えて住所移動をしている高齢者は200万人を超え、全高齢者の9.2%にのぼる。また年齢が高くなるにつれて移動経験者が増える傾向にあり、85歳以上では19.1%となっている。さらにこの傾向は、団塊の世代が定年退職を契機として、親や子との同居、さらには医療・福祉サービス水準の高い自治体への転居という形をとることで、増加が予想されている（東川, 2008）。

地域高齢者の転居については、別荘地や利便性の高い場所を選択して「自発的な意志決定」をして転居した場合には、転居後の精神的健康度が高く（斎藤他, 1999）、転居先での生活適応が良い（安藤他, 1995、工藤他, 2006）ことが報告されている。一方老後の不安や介護力不足のために、住み慣れた地域をはなれ子どもなどと近

<sup>1</sup>愛知県立大学看護学部, <sup>2</sup>滋賀医科大学, <sup>3</sup>山梨県立大学

居・同居のために転居する高齢者の中には「自発的な意志決定」というよりは仕方がなく転居した者が多く含まれると推察できる。これらの人々は転居後に新たな人間関係や生活に再適応しなければならず、抑うつなどの精神的健康度の低下や生活不適応の状態に陥ることも予測される。加えて介護を目的に別居子のもとに呼び寄せられた高齢者は、中等度以上の認知症状や歩行以下の活動レベルの者が一定数含まれていた（水野他，1998）という報告もある。介護予防の観点からも転居高齢者の中でも転居を余儀なくされた高齢者が、転居先で順調に生活適応することは重要な事である。転居高齢者が生活を再編し、健康状態を維持させながら生き生きと暮らし続けることは高齢者、家族双方のQOLに影響を及ぼすとも言える。

転居高齢者に関する先行研究では、転居時の状況（安藤他，1995，工藤他，2006，水野他，1998）や、転居が健康面に及ぼす影響を主観的に明らかにした研究（安藤他，1995，斎藤他，2000）が散見される。しかし転居後の生活適応の経過を明らかにした研究は見当たらない。そこで本研究では、65歳以上で長年住み慣れた地域から都道府県の境界を越えて子どもとの近居または同居を目的として転居してきた高齢者の転居後の生活に適応した経過と、適応を促進した要因を明らかにすることを目的とする。

## II. 方 法

### 1. 研究デザイン

本研究はライフ・ライン・メソッド（life line method）を用いた。

ライフ・ライン・メソッドを用いた研究は、我が国でも2004年頃から行われ、病などの経験を時間軸と関連させて、当事者の視点から把握することが可能な方法である（平野，2009）。本研究では転居高齢者の生活適応の経過と変化をもたらした要因に着眼しているため、活用できると判断した。

### 2. 調査対象者

対象は過去2年以上5年以内に、65歳以上で長年住み慣れた地域から都道府県の境界を越えて子どもとの近居または同居を目的として名古屋市近郊のA市に転居してきた高齢者6名である。なお、対象の認知機能はコミュニケーションに支障がないこと（介護認定を受けている

場合は認知症高齢者の日常生活自立度がIまで）、介護認定については要支援2までを条件とした。また近居には、介護・医療施設に入所・入院している場合は含めないこととした。

### 3. 調査方法

協力の得られたA市の転居高齢者が多く居住する地域の在宅介護支援センター相談員および民生委員に対象者となりうる候補者の選定と研究協力の打診を依頼し、研究参加者の紹介を受けた。研究者が訪問し、研究参加について同意を確認した後、1人につきおよそ1時間の半構造化面接調査を行った。また面接に先立ち高齢者の背景を知るために、転居年齢、転居時の要介護認定状況など簡単な聞き取り調査を実施した。

半構造化面接では転居する1年前から転居後3年までの生活適応の状態を、ライフ・ラインの推移として、研究者が準備した図に回顧的に一本の線で描いてもらった。図は先行研究（平野他，2013）を参考に、縦軸に生活適応のレベル（とても良く慣れている（+10）～全く慣れていない（-10））を、横軸に時間経過（転居1年前～転居後3年）を示した。そしてこの図を共に眺めながら、①転居する1年前から転居後3年目までの生活状況、②（転居後に線が上昇方向に傾いた起点について）生活に慣れる方向に向かっていったきっかけおよびその時期に感じたり考えたりしたこと、③（転居後に線が下降方向に傾いた起点について）生活になじめない方向に向かって行ったきっかけおよびその時期に感じたり考えたりしたことを質問した。調査対象期間については、高齢者が生活や健康上の不安のために転居をする場合は、およそ6.5割が3か月以内に転居していたという報告（水野他，1998）、中国からの帰国高齢者が日本に帰国して心理的適応に要する期間がおよそ3年間という結果（江畑他，1996）を参考にした。国内からの転居者であれば言葉の壁の問題は少なく、3年よりも短期間に適応に向かうことが考えられたため、調査対象者は転居後2年以上経過している者とした。

### 4. 分析方法

ライフ・ラインについては、変化パターンを比較し、共通性を確認した。またデータを数値化し、転居前1年、転居直前、転居直後、転居後1～3年の時期の適応レベルと転居後に適応に向かう時期を解析した。インタビューによって得られたデータは逐語化し、対象者1名

ずつについて、文脈を読みとりながらライフ・ラインの上昇および下降の要因を抽出した。データは、ひとつの意味をもつまとまりごとに、できるだけ高齢者の発言を用いてコード化した。コードは意味内容の同質性、異質性を検討し、共通するものをカテゴリー化することによって抽象度を高めた。分析結果の確証性を確保するため共同研究者との議論を重ね、厳密性を確保するため、対象者にメンバーチェックングを依頼した。

5. 倫理上の配慮

対象者には研究の趣旨、研究の参加および途中辞退の自由、得られたデータの匿名性の保持および厳重管理と研究目的外使用の禁止、協力しなくても不利益を被らないこと等を文書と口頭で説明し、文書で同意を得た。本研究は愛知県立大学研究倫理審査委員会の承認（27愛県大学情第6-30号）を得て実施した。

III. 結 果

1. 対象者の状況（表1）

対象者は6名（男性1名、女性5名）で転居時の平均年齢±SDは78.7±9.0歳であった。転居直前の家族構成は独居1名、夫婦二人暮らし3名、三世同居1名、その他1名であった。転居については5名が「どちらかというとう仕方がなかった」と回答し、5名が要介護認定を受けていない状態で転居していた。転居前の居住地は東

海地方3名、近畿地方2名、関東甲信越地方1名であった。転居後は子ども家族と同居が1名、近居が5名であり、調査時の家族構成は独居4名で最も多かった。調査時の介護認定状況は要支援1が1名のみであった。

2. ライフ・ラインの数量的分析（図1）

ライフ・ラインのパターンは、6名中5名が転居前はその土地での暮らしに「慣れている状態」にあったが、転居を境に「慣れていない」状態に下降していた。その後平均で4.2±4.3ヶ月頃から、上昇（適応傾向）に向いていた。転居1年前から転居直前までの時期に適応レベルが下降した者が2名いたが、転居後に再び下降を示した者はなかった。適応レベル（平均値）は、転居前1年時点7.5、転居直前6.5、転居直後-6.5、転居後1年時点-0.25、転居後2年時点2.0、転居後3年時点6.2であった。適応レベルが上昇に転じた後±0（慣れている）になったのは、平均1年7ヶ月後であった。

3. 転居後の生活適応を促進する要因（表2）

転居後は全員のライフ・ラインのパターンが「慣れていない状態」から一度も下降傾向を示すことなく、上昇傾向にあったことから、転居後の生活適応を促進する要因のみを、対象者の発言から分析した。なお、転居前に適応レベルが下降した者は、その理由として自分自身や家族の体調悪化、引っ越しの負担をあげていた。

転居後の生活適応を促進した要因は、「適応のための

表1 研究協力者の概要

n=6

項目	事例 A	事例 B	事例 C	事例 D	事例 E	事例 F
性別	女性	男性	女性	女性	女性	女性
調査時年齢（歳）	77	78	78	93	75	94
転居時年齢（歳）	75	74	73	89	70	91
転居直前家族構成	夫婦二人	夫婦二人	夫婦二人	独居	親と二人	三世代
転居前介護認定状況	なし	要介護2	なし	なし	なし	なし
転居前居住地（地方）	東海	近畿	関東甲信越	東海	近畿	東海
転居の意志	自ら希望	仕方がない	仕方がない	仕方がない	仕方がない	仕方がない
主な転居理由	病気・生活不安	病気・生活不安	病気・生活不安	病気・生活不安	病気・生活不安	住宅事情
転居後居住場所（子どもとの関係）	近居	近居	近居	近居	近居	同居
調査時家族構成	夫婦二人	独居	独居	独居	独居	子ども等と同居
調査時介護認定状況	要支援1	なし	なし	なし	なし	なし
地域活動への参加の有無	あり	あり	あり	あり	あり	あり

注) 1. 調査時平均年齢±標準偏差は 82.7 ± 8.5(歳)、転居時平均年齢±標準偏差は 78.7 ± 9.0(歳)  
 2. 転居理由については、「どちらかという自分が望んでいた」「どちらかという仕方がないと思っていた」から選択してもらった

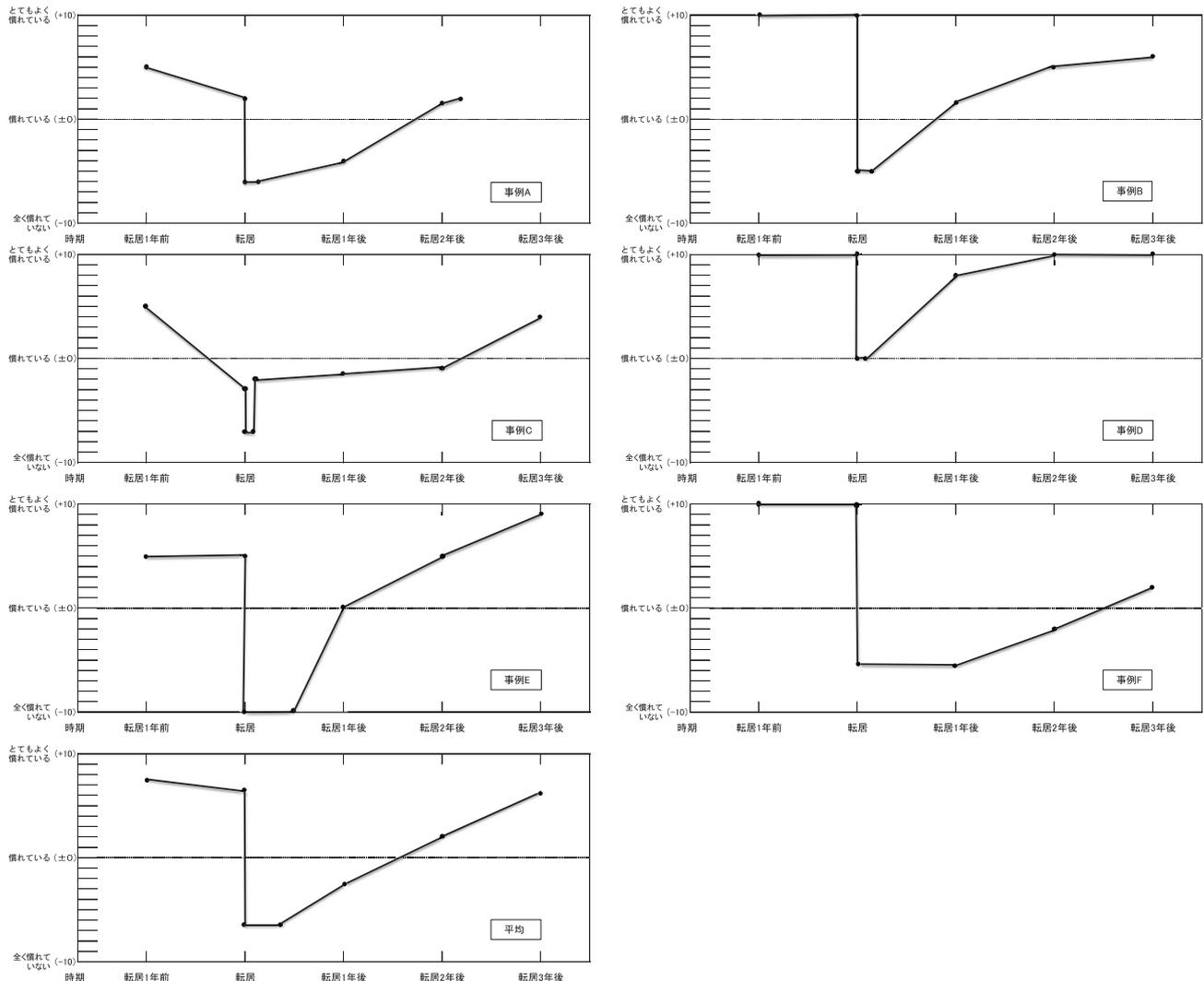


図1 転居高齢者の転居前後の生活適応の経過

注) 高齢者が描いたライフ・ラインをもとに、各時点の値をプロットし線で結んだ高齢者には「どの程度その土地の暮らしに慣れているか」という視点でライフ・ラインを描いてもらった

考えや行動」7カテゴリーと「周囲の人的・物的環境との関係性」8カテゴリーに大別された。以下カテゴリーは【 】、サブカテゴリーは〈 〉、語られたデータは「 」で示す。

1) 適応のための考え方や行動

(1) 【転居の肯定的な受け止め】

転居について高齢者は、「転居先での暮らしは子どもたちが話し合って準備してくれたと受け止めた」など〈転居先での暮らしの肯定的受け止め〉をしていた。また〈転居前のことをうじうじ考えない前向きな生活〉を送っていた。さらに「転居先での付き合いは今までにない経験

ができる」に代表されるように、〈転居先ならではの経験への期待〉を抱く者もいた。

(2) 【自分の体調に合わせて楽しく暮らす】

何らかの健康管理を必要とする高齢者は〈転居先で楽しく暮らすために体調を維持する意欲〉を持つと共に、「老人クラブの旅行は、健康状態をみて行ける時に参加するようにしている」など〈体調に合わせた老人クラブ活動への参加〉をしていた。

(3) 【地元の人に受け入れてもらえるよう振る舞い行動する】

高齢者は〈転居先で暮らすためには地元の人と接触が大事〉と考え、〈出会った人には自分から挨拶し話しか

表2 転居高齢者の転居後の生活適応を促した要因

分類	カテゴリー	サブカテゴリー
適応のための 考えや行動	転居の肯定的な受け止め	転居先での暮らしの肯定的受け止め 以前のことをうじうじ考えない前向きな生活 転居先ならではの経験への期待
	自分の体調に合わせて楽しく暮らす	転居先で楽しく暮らすために体調を維持する意欲 体調に合わせた老人クラブ活動への参加
	地元の人に受け入れてもらえるよう振る舞い行動する	転居先で暮らすためには地元の人と接触が大事 出会った人には自分から挨拶し話しかける 地元の人と付き合う時には控えめな対応を心がける 友人を作るために老人クラブ等の活動に自ら参加 転居前の自分の趣味が継続できる場を探す 誘われて老人クラブ等の活動に参加 知人・友人から誘われたら、断らずにどこへでもついて行く 様々な場や方法で地元の人とふれあう機会を作る
	自分を大切にすることを優先しながら地元の人と付き合う	自分を大切にすることを優先しながら地元の人と付き合う
	仲間に喜んでもらえることを考え実行する	自分のできることで知人・友人に喜んでもらえることを行う 楽しんでもらえることを考え自分から知人・友人を誘う
	自分がしたいことを実現させるために関係者や地元の人に相談する	自分がしたいことを実現させるために関係者や地元の人に相談する
	自分にとってなじみの土地になるよう行動する	広く土地のことを知るために自ら出掛けて楽しむ 近所や街の様子を自分の目で確認する 先祖のお墓を転居先に移す
周囲の人的・ 物的環境と の関係性	転居前の生活を継続できる環境	転居前から行っていた1人で楽しめる趣味を継続できる環境 転居前後で変わらない生活 転居前に同居していた孫たちとの交流の継続 家族や旧友との良好な距離感と親交の継続
	転居前よりも無理がなく安心感のある生活	自分のペースで過せる心配のない生活 頼りになる子どもが近くにいるという安心感
	子ども家族からの新たな生活構築と維持のためのサポート	子どもからの新生活とその維持のための手助け 子ども家族からの外出への誘い
	子ども家族や地域の人との穏やかな交流	子どもや孫と行き来する関係 隣近所の人たちと交流しながらの生活 地域の人や友人・知人の親切な人柄に触れる
	新たに得た知人・友人の存在	地域活動を通して知り合いあった知人・友人の存在 自分を気にかけてくれる知人・友人との出会い 地域の中で出会ったときに立ち話出来る知人・友人の存在 親交を深めた個人的な付き合いの出来る友人の存在
	新しい楽しみの発見と獲得	出掛けて行って楽しめる場や機会の発見と獲得 子どもや孫と一緒に時間を過ごす新たな楽しみ 新しい知人・友人と旅行などに出かける楽しみ
	満足できる豊かな自然環境	満足できる豊かな自然環境
	信頼できる医療環境の中での健康状態の改善	適切な医療を施してもらえる病院との出会い 信頼できる医師の存在による健康管理の安心感 健康状態の改善と健康維持の実感

ける〉〈地元の人と付き合うと時には控えめな対応を心がける〉ことをしていた。「老人クラブに入会し、週1

回カラオケを始めた」など〈友人を作るために老人クラブ等の活動に自ら参加〉し、〈転居前の自分の趣味が継

続できる場を探す)行動を起こしていた。また〈誘われて老人クラブ等の活動に参加)し、「誘いの声がかかったら、絶対に断らなかった」というように〈知人・友人から誘われたら、断らずにどこへでもついて行く)ことを実行していた。その他にも貸し農園で農作業をするなど〈様々な場や方法で地元の人とふれあう機会を作る)ことをしていた。

(4)【自分を大切にすることを優先しながら地元の人と付き合う】

高齢者は地元の人に受け入れてもらおうとする一方で、「畑も肥料もただで貸してやると言われても、お金を半分出した方が楽だ」「付き合いのために、趣味のどれひとつもやめてはいけない」と〈自分を大切にすることを優先しながら地元の人と付き合う)ことをしていた。

(5)【仲間に喜んでもらえることを考え実行する】

知人・友人ができると高齢者は、「みんなのためにカラオケの時に季節感のある食べ物を差し入れている」に代表されるように〈自分のできることで知人・友人に喜んでもらえることを行う)ことや、カラオケの会を主催するなど〈楽しんでもらえることを考え自分から知人・友人を誘う)ことをしていた。

(6)【自分がしたいことを実現させるために関係者や地元の人に相談する】

高齢者は生活が落ち着いてくると、「顔見知りのケアマネージャーに介護認定されていない高齢者が通える場所を尋ねた」など〈自分がしたいことを実現させるために関係者や地元の人に相談する)ことをしていた。

(7)【自分にとってなじみの土地になるよう行動する】

高齢者は転居先について「あちこち出歩かないと土地のことは覚えられない」と考え、「冒険旅行のようであってもそれを楽しんで出かけている」というように〈広く土地のことを知るために自ら出掛けて楽しむ)ことをしていた。そして〈近所や街の様子を自分の目で確認する)ことを大事にしていた。また「先祖のお墓を移さないと落ち着かなかったので、お墓を移した」と語り〈先祖のお墓を転居先に移す)ことをしていた。

2) 周囲の人的・物的環境との関係性

(1)【転居前の生活を継続できる環境】

高齢者にとって転居先には、俳句、絵手紙、野菜作りなど〈転居前から行っていた1人で楽しめる趣味を継続できる環境)があった。また「転居前も一人暮らし、転居後も一人暮らしで生活そのものは変わっていない」な

ど、〈転居前後で変わらない日常生活)を送ることができていた。さらに〈転居前に同居していた孫たちとの交流の継続)や、転居前と同様に〈家族や旧友との良好な距離感と親交の継続)ができていた。

(2)【転居前よりも無理がなく安心感のある生活】

転居後の生活が、転居前に比べ良好に変化したことを実感している者もいた。「転居前よりも家事の負担が減って楽になった」「ここはのんびりと暮らせる」など〈自分のペースで心配のない生活)があった。また〈頼りになる子どもが近くにいるという安心感)が生活の中に存在するようになった。

(3)【子ども家族からの新生活構築と維持のためのサポート】

高齢者は転居後に役所での手続きの代行、病院の付き添い、買い物など〈子どもからの新生活とその維持のための手助け)を受けていた。また「週末に子どもたちにあちこち連れて行ってもらった」など〈子ども家族からの外出への誘い)を得て、地域に出かける機会を持っていた。

(4)【子ども家族や地域の人との穏やかな交流】

高齢者は「週末は子どもの家におしゃべりに行く」「孫が遊びに来てくれた」など〈子どもや孫と行き来する関係)を作っていた。また挨拶やお裾分けなどをおし〈隣近所の人たちと交流しながらの生活)をし、〈地域の人や友人・知人の親切な人柄に触れる)ことを経験していた。

(5)【新たな知人・友人の存在】

適応のための要因として、このカテゴリーについてはすべての高齢者から語られた。老人クラブや介護予防サロンなどの〈地域活動をとおして知り合った知人・友人の存在)や関係性が発展して〈自分を気にかけてくれる知人・友人との出会い)〈地域の中で出会ったときに立ち話出来る知人・友人の存在)は、高齢者にとって欠かすことのできない転居先の生活に慣れる要因になっていた。さらに〈親交を深めた個人的な付き合いの出来る友人の存在)を得た者もいた。

(6)【新しい楽しみの発見と獲得】

1名の高齢者を除き、グランドゴルフ、カラオケ、介護予防サロン、趣味の教室など〈出掛けていって楽しめる場や機会の発見と獲得)をあげた。また「週に1回、孫の好きな料理を作って届けることを楽しみにしている」など〈子どもや孫と一緒に時間を過ごす新たな楽しみ)や〈新しい知人・友人と旅行などに出かける楽しみ)を得た者もいた。

## (7) 【満足できる豊かな自然環境】

「自宅から見える緑の多い景色がとても気に入っている」など〈満足できる豊かな自然環境〉を、適応の要因にあげた者もいた。

## (8) 【信頼できる医療環境の中での健康状態の改善】

転居高齢者は全員が健康状態の管理を必要としており、4名が自身の健康状態に不安を抱えて転居していた。「近くの総合病院で、重大な病気の手術をしてもらい、命を助けてもらった」など〈適切な医療を施してもらえ病院との出会い〉や「主治医は地域の友人関係まで気にかけてくれる信頼できる医師だ」の発言に代表されるように〈信頼できる医師の存在による健康管理の安心感〉を得ていた。さらに「転居後の手術で健康状態が改善した実感がもてた」など〈健康状態の改善と健康維持の実感〉を持っていた。

## IV. 考 察

## 1. 転居高齢者の生活適応の経過

生活適応についてのライフ・ラインは、転居を境に「慣れている」状態から「慣れていない」状態に下降し、その後平均で4.2±4.3ヶ月頃から、上昇傾向を示した。転居後に再び下降を示した者はなかった。適応レベルが上昇に転じた後、転居先の生活に「慣れている」状態になったのは、平均で1年7ヶ月後であった。

これまでに転居が高齢者の心身に及ぼす影響についての報告は散見されるが、転居後にどのような適応の経過をとるのかについては、報告が見当たらない。そのような意味で少人数の結果ではあるが、今回地域生活に慣れ始めた実感が持てる時期と慣れたと感じる時期が明らかになった意義は大きい。転居した高齢者は家庭内の生活に適応し、次の段階で地域生活へ適応していく。地域のとらえ方に個人差があることは否めないが、慣れ始めた実感を持つのに4ヶ月、慣れたと感じる時期が1年7ヶ月と長期間を要したのは、身体的、経済的、人間関係的な資源等が減少しつつある中での生活再編（安藤他、1995）をしたためと考えられる。江畑ら（1996）は高齢者となった中国残留孤児およびその家族の日本への帰国後の心理的適応過程を3年間にわたって追跡し、およそ3年後に心理状態が改善したことを確認している。今回の結果は、高齢者が「慣れた」と感じる時期がそれより短いという結果であったが、これには言葉、生活様式、価値観などの隔たりが国内からの転居で小さかった事、

対象者の多くが転居後に子どもなどと良好な関係を築けているためと考えられる。しかし高齢者は環境変化に非常に脆弱な存在であることを考えると、行政などが早期に地域に溶け込めるような支援を講じることが望まれる。

## 2. 転居後の生活適応を促進した要因

転居後の生活適応を促した要因は、高齢者自身の「適応のための考えや行動」と「周囲の人的・物的環境との関係性」に大別された。

「適応のための考えや行動」では、転居を肯定的に受け止め、地元の人に受け入れてもらい、自分にとってなじみの土地となるように行動していた。一方で自分の体調や価値観など【自分を大切にすることを優先しながら地元の人と付き合う】ことをしていた。

工藤ら（2012）は、引っ越し後の高齢者は、近隣の人の誘いに応じる、自分から外に出る、自分から挨拶する、受け入れられる状況を選択するなどの行動を取り、新たな近隣関係を構築していたと報告している。今回多くの高齢者が行っていた【地元の人に受け入れてもらえるように振る舞い行動する】には、誘いに応じる、自ら地元の人と接触する、自ら挨拶し話しかける、控えめな対応など工藤らの報告と同様の行動が含まれていた。『気遣い合い的日常交流』（大森、2005）は高齢者の日常的な行動と言われる。しかし転居高齢者は引っ越しをしてきた自分をより意識して、関係構築により慎重になり、地元の人に受け入れてもらう事に価値を置いていると考えられた。しかしその一方で【自分を大切にすることを優先しながら地元の人と付き合う】ことで、自身の尊厳を保ち、心のバランスをとっていると推察できた。【自分にとってなじみの土地になるように行動する】中で高齢者は、地域のことを自分の目で確かめて知ることを重要視していた。地域で暮らすためには生活の不便さを取り除くことが重要であり、そのために地理的理解は不可欠であったと考えられる。

「周囲の人的・物的環境との関係性」では、転居高齢者が周囲との関係の中で、適応の助けになったと受け止めた事が語られた。子ども家族からのサポートや周囲の人との穏やかな交流、新たな知人・友人の存在など新たな関係構築と楽しみのある生活が適応要因になっていた。一方で安心感があり、趣味など転居前と変わらない生活も重要な要因となっていた。さらに医療環境と健康状態の改善も要因のひとつにあげられた。

転居高齢者は家族を含めた周囲の人たちとの関係で、

気にかけてもらう、立ち話をする、お裾分けをするなどの日常的な情緒的交流から、自分が受け入れてもらえたことの実感を持つに至ったと推察できる。これは単なる交流ではなく、高齢者にとっては情緒的サポートに値するものであったと考える。加えて子ども家族からは役所の手続き、受診の付き添い、買い物などの手段的サポートも得て、生活の安心感を得たと考えられる。野口(1991)はソーシャルサポートの概念枠組みを提唱する中で、ソーシャルサポートは受領と提供の互酬性があることを指摘している。またソーシャルサポートは、互酬的に交換することでよりQOLの質向上に寄与することが知られている。転居高齢者が【地元の人に受け入れてもらえるように振る舞い行動する】【仲間に喜んでもらえることを考え実行する】事と【新たに得た知人・友人の存在】【子ども家族や地域の人との穏やかな交流】などは互酬関係にあったと考えられ、転居高齢者がエイジズムを払拭し、新しい土地でも自己肯定感を持つことにつながったと考えられる。

高齢者の転居によるストレスは、高齢者に「場依存」があり、「場」に関するコントロール感が低いことが原因のひとつであると指摘されている(斎藤他, 1997)。従って【転居前より無理がなく安心感のある生活】や【転居前の生活を継続できる環境】は高齢者の転居によるストレスを減らし、適応を促す事につながったと言える。また【信頼できる医療環境の中での健康状態の改善】は、本研究の対象者のほとんどが転居理由として病気または生活の不安をあげていたことから、重要な要因であったと推察された。転居後は情報も限られる中で、自分の健康管理を託せる主治医が見つかるかどうか最も気がかりだったことを語っていた高齢者もいたことから、転居高齢者の受け入れにあたっては主治医を中心とした医療環境を整えることの重要性が示唆された。

## V. 研究の限界と今後の課題

本研究は転居高齢者を対象にし、半構造化面接調査による研究に協力の同意をした者を対象にしている。従って転居高齢者の中でも比較的転居後の生活や健康状態が安定している者が対象になっているという限界がある。今後は本研究をもとに数量的調査によって、転居高齢者の適応経過やその要因を分析していくことが課題である。

## VI. まとめ

65歳以上で長年住み慣れた地域から都道府県の境界を越えて子どもとの近居または同居を目的として転居してきた高齢者を対象に、生活適応の経過と関連要因について明らかにすることを目的とした。6名の対象者から次の結果を得た。

転居時の平均年齢が78.7歳であった高齢者は、転居によって生活に「慣れている」状態から「慣れていない」状態に陥り、その後平均で4.2ヶ月頃に適応に向かっていくことを実感していた。転居先の生活に「慣れている」状態になったのは、平均で1年7ヶ月後であった。この適応を推進した要因は高齢者自身の「適応のための考えや行動」と「周囲の人的・物的環境との関係性」に大別された。

## 謝辞

本研究に協力いただきました高齢者の皆様と関係者の皆様に深謝申し上げます。

なお本研究は、平成28年度科学研究費助成事業基盤研究(C)(課題番号:25463643)による助成を受けて行った研究の一部である。

## 文献

- 安藤孝敏, 古谷野亘, 矢富直美, 渡辺修一郎, 熊谷修.  
(1995): 地域老人における転居と転居後の適応. 老年社会科学, 16(2), 172-178.
- 江畑敬介, 曾文星, 箕口雅博. (1996). 心理的適応過程.  
江畑敬介, 曾文星, 箕口雅博編著: 移住と適応—中国帰国者の適応過程と援助体制に関する研究—.  
(pp113-141). 東京: 日本評論社.
- 大森純子. (2005): 前期高齢者の家族以外の身近な他者との交流に関する質的記述的研究—関係性の特徴: 『気遣い合い的日常交流』—. 老年社会科学, 27(3), 303-313.
- 工藤禎子, 三国久美, 桑原ゆみ, 森田智子, 保田玲子.  
(2006). 都市部における高齢者の転居後の適応と関連要因. 日本地域看護学会誌, 8(2), 14-20.
- 工藤禎子, 佐伯和子. (2012). 引っ越した高齢者における新たな近隣関係の構築に関する意識と行動. 老年

- 看護学, 17(1), 37-45.
- 厚生労働省, 老健局 (2011). 平成23年介護保険法改正について. [http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/kaigo\\_koureisha/gaiyo/index](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/gaiyo/index)
- 斎藤民, 吉田亨. (1997). 高齢者のリロケーションと適応. 保健の科学, 39(4), 226-230.
- 斎藤民, 杉澤秀博, 岡林秀樹, 柴田博. (1999). 別荘地域に転居した高齢者の精神的健康とその関連要因に関する研究. 日本公衆衛生雑誌, 46(11), 986-1002.
- 斎藤民, 杉澤秀博, 杉原陽子. (2000). 高齢者の転居の精神的健康への影響に関する研究. 日本公衆衛生雑誌, 47(10), 956-965.
- 総務省, 統計局 (2011). H22年国勢調査結果. <http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2010/index.htm>
- 野口裕二. (1991). 高齢者のソーシャルサポート：その概念と測定. 社会老年学, 34, 38-48.
- 東川薫. (2008). 高齢者の居住移動の推移と特徴. 老年社会科学, 29(4) : 547-552.
- 平野優子. (2009). 時間軸を含む病経験把握のための参考理論と方法および概念—先行文献による検討から—. 聖路加看護大学紀要, 35, 8-16.
- 平野優子, 山崎喜比古. (2013). 侵襲的人工呼吸器を装着した筋萎縮性側索硬化症患者の病経験—ライフ・ライン・メソッドを用いた心理的状态のたどる経過と関連要因—. 日本看護科学会誌, 33(2), 29-39.
- 水野敏子, 高崎絹子. (1998). 子どもの近くに転居してきた「呼び寄せ老人」に関する研究：「呼び寄せ」に対する介護者の認識とその関連要因の分析. 老年看護学, 3(1), 79-88.