

氏名・（本籍） 中山 健（静岡県）

学位の種類 博士（スポーツ科学）

報告番号 乙 第69号

学位授与年月日 2022（令和4）年7月31日

学位授与の要件 学位規則（昭和28年4月1日文部省令第9号）

第4条第2項該当

論文題目 高齢者の運動実施に関わる人的支援要因

審査委員（主査） 菊池 秀夫

来田 享子

種田 行男

## 博士学位審査の経過報告

学位審査委員会

委員長・主査 菊池 秀夫

来田 享子

種田 行男

本学位審査委員会（2021年11月17日設置）は、中山 健氏から提出された博士学位請求論文「高齢者の運動実施に関わる人的支援要因」について、下記のとおり審査したことを報告いたします。

### 記

2021年11月17日（水）博士学位請求論文の受理・審査委員会設置

2021年12月3日（金）第1回学位審査委員会（「iThenticate（剽窃検知ツール）」を活用した申請論文の独自性チェック、審査スケジュールの確認）

2021年12月23日（木）第2回学位審査委員会（問題点等の確認）

2022年3月7日（月）第3回学位審査委員会（修正点の確認）

2022年4月12日（火）第4回学位審査委員会（再修正点の確認）

2022年4月28日（木）審査委員会による口頭試問（学力等の確認）

2022年5月18日（水）研究科委員会にて最終試験

2022年5月31日（火）第5回審査委員会〈稟議〉（学位審査報告の最終確認）

2022年6月8日（水）博士課程委員会にて審査結果報告

論文の公示：2022年6月15日（水）～2022年6月22日（水）

合否の判定：2022年7月13日（水）博士課程委員会

## 論文審査および最終試験の結果

### 1. 論文審査の結果

(1.1) 提出された論文の構成は次のとおりである。

第1章 序論

第2章 日本における高齢者の運動実施の動向と先行研究の検討および研究課題の設定

第3章 人的支援が運動実施に対する自己効力感に与える影響の検証

第4章 運動実施に関わる人的支援測定尺度の作成

第5章 人的支援、自己効力感および運動行動との関係性の検証

第6章 結論

(1.2) 提出論文の概要

高齢者の生活の質（QOL）を維持するために、身体活動や運動が有用であることが、科学的に明らかにされている。他の国に先んじて超高齢社会となった我が国において、機能的に自立した高齢者の増加が希求されている。本研究は高齢者の運動実施に対する人的支援（他者からの働きかけ）に着目して実施されたものである。本研究では、人的支援を運動実施に対する他者からの促進的および阻害的な働きかけと定義し、人的支援が高齢者の運動実施および関連する心理的変数にどのような関わりをもつかについて、実証的に検討した。

第1章では、日本における高齢社会の現状と課題について概観し、研究目的を述べている。第2章では、先行研究のレビューと作業課題の設定を行っている。高齢者の運動行動とそれを規定する要因等についての研究動向を整理するとともに、運動実施に対する自己効力感とそれに影響する人的支援との関連から、以下の3つの課題を導出している。

[課題1] 人的支援が運動実施に対する自己効力感に与える影響の検証

[課題2] 運動実施に関わる人的支援を測定する尺度の作成

[課題3] 人的支援、自己効力感及び運動行動との関係性の検証

第3章では、課題1（人的支援が運動実施に対する自己効力感に与える影響）が検討されている。首都圏の老人福祉センターの利用者（60歳以上の男女）を対象とした質問紙調査でデータを収集し、人的支援が運動実施に対する自己効力感に与える影響について、階層的重回帰分析を用い、個人的属性要因と比較しながら検討している。その結果、人的支援は運動実施の自己効力感に正の有意な影響を示したものの、その強さに関しては個人的属性要因よりも弱いことが明らかとなった。しかし、使用した人的支援の測定尺度が支援の有無や働きかけの認知的側面のみを考慮していたために、誰からの、どのような働きかけが自己効力感に影響しているのかについては明らかにならず、課題として残された。

第4章では、第3章（課題1）で明らかにならなかった運動実施に関わる他者からの働きかけについて、

その促進面と阻害面の両側面を含む人的支援内容を測定する尺度の作成を目的とした。この目的のために、2つの調査を行った。調査1では測定尺度を作成し、調査2では作成した測定尺度の妥当性を検討している。人的支援尺度は他者からの働きかけを促進面と阻害面から把握し、働きかけの主体をインフォーマル関係とフォーマル関係とから構成した。調査1では、首都圏の老人福祉センター利用者（有意抽出された60歳以上の男女）を対象に質問紙調査によるデータ収集を行い、信頼性係数や検証的因子分析を用いて尺度の信頼性及び妥当性の確認を行っている。自己効力感を従属変数とした階層的重回帰分析では、フォーマル関係からの促進的な働きかけのみが、正の有意な影響を示すという結果が得られた。

一方、調査2では、地方都市で無作為抽出された男女（65歳～80歳）を対象として質問紙調査を行い、調査1と同様の手続きで分析を行った。その結果、まず測定尺度の信頼性と妥当性について一定の基準を満たすことを確認している。階層的重回帰分析では、フォーマル関係からの促進的な働きかけが、対象全体と性別で従属変数（自己効力感）に対して正の有意な影響を有すること、またインフォーマル関係からの促進的な働きかけも自己効力感に正の有意な影響があることを明らかにしている。調査1の結果との関係については、対象者の生活習慣等の確認等を行い、地域差等の差異については特段考慮する必要がないレベルにあると判断している。以上から、人的支援尺度の交差妥当性を確認すると共に、インフォーマル及びフォーマル関係からの促進的な働きかけが、運動実施に対する自己効力感に正の有意な影響を有することを確認している。

第5章では、課題3（人的支援、自己効力感及び運動行動との関係性）について検証することを目的とした。地方都市で無作為抽出された男女（65歳～80歳）を対象に質問紙調査を実施し、トランスセオレティカル・モデルを援用して作成された運動行動モデルの分析を行った。運動実施を従属変数としたパス解析の結果、自己効力感やインフォーマル関係、フォーマル関係からの促進的な働きかけが正の有意な影響を示すとともに、健康意識が自己効力感に対し有意に影響することが明らかとなった。また、人的支援が運動実施に与える直接的または間接的経路には性差があることも確認された。

第6章では一連の研究を総括し、次のように結論している。高齢者の運動実施に関わる人的支援は、運動実施および運動実施に対する自己効力感に直接的・間接的に影響を及ぼしている。その働きかけの主体にはインフォーマルとフォーマル関係が考えられ、内容的にも促進面と阻害面の両面が含まれている。また、自己効力感には健康意識からの影響も受けることが確認されたことから、より詳細な分析には地域レベル（メゾレベル）での要因を考慮する必要性が示唆された。

### (1.3) 提出論文の評価

これまでのソーシャルサポート研究の分析枠組みを拡張し、より包括的な運動支援のあり方とその理解につながる視点を提示したという点で評価できる。高齢者の運動実施に対する人的支援については、従来のソーシャルサポート研究では主にインフォーマル関係（支援主体）からの促進的な働きかけについての知見が蓄積されてきた。一方、本研究の独創性は、支援対象としてインフォーマル関係とフォーマル関係の双方を考慮している点、働きかけには促進面と阻害面の両面があることを想定している点にあり、これらの観点を含めた検証を実証的に行っていることにある。加えて、地域との関係性が深い健康意識が自己効力感に影響することや、人的支援が運動実施に与える影響の経路には男女差があることなども明らかにしている。従来の研究成果に対し、より重層的な視点で人的支援を捉えた知見は、新規性に富むと考えられる。

今日の高齢者の運動支援に関する研究は、本研究が対象とした人対人レベル（マイクロレベル）での分析から、ソーシャルキャピタル（社会関係資本）に代表されるメゾレベルでの分析へと焦点がシフトしてき

ている。しかしながら、それはマイクロレベルの研究がその役割を終えたことを意味するものではない。むしろ、メゾレベルとマイクロレベルの双方からのアプローチがあって、運動行動や運動支援のより包括的な理解につながるものと考えられる。副次的にはあるが、本研究からはそうした方向性を示す成果も得られている。マイクロレベルにある本研究は、運動支援や現場での介入を検討する上で重要な役割を果たす。本研究で得られた知見は高齢者の運動実施や運動支援分野の研究と実践の両面から重要な意味をもつものであり、スポーツ科学分野における貢献も大きい。

一方で本研究には問題点があることも指摘できる。本研究を構成する一連の研究は比較的長い時間をかけて行われたものであり、全体としての整合性という点では改善すべき点も残されている。また対象者の設定についてもより精緻な手続きが必要であったことも指摘できる。しかし、それぞれの研究については論理的に展開され、目的とそれを達成する手続きについても適切な選択がなされて、結論が導き出されている。指摘した問題点は、当該研究の全体としての価値を損なうほどのものではない。今後の課題とすることにより更なる発展も期待できる。以上のような理由から、本学位審査委員会は本論文が博士学位論文として適格であるとの結論に達した。

#### (1.4) 提出論文と既刊論文との関係

本論文は、学術雑誌に掲載された以下の既刊論文を再構成して書かれている。

- ① 中山健・川西正志（2004）人的支援が高齢者の運動実施に対する自己効力感に与える影響に関する研究. 生涯スポーツ研究, 2(1) : 23-29.
- ② 中山健（2013）高齢者の運動実施に対する自己効力感への人的支援が与える影響に関する研究；支援内容と働きかけの主体に着目して. スポーツ健康科学研究, 35 : 99-110.
- ③ 中山健（2021）高齢者の運動実施に関わる社会心理的要因—トランスセオレティカル・モデル構成要素を用いたモデルの検証—. 応用老年学研究, 15(1) : 1-14.

## 2. 最終試験の結果

最終試験は、2022年5月18日（水）の研究科委員会にて行った。その内容は、（1）高齢者の運動実施とその支援に関する基礎的理解、（2）本研究で用いた研究手法や統計的手続きについての基礎的理解、（3）本研究における問題点および限界などを確認しようとするものであった。その結果、研究能力および専門領域に関して博士の学位に値する学識を有していると判定した。

## 3. 学力の確認

最終試験に先立ち学位審査委員会において口頭試問を実施し、論文内容と学力の確認を行った。論文提出者は、本研究科の指導指針に則り学術誌に3編の原著論文を含む研究論文を発表している。また、その一部を国際学会においても発表している。これらのことから、提出者は博士の学位を授与されるに値する学力を有していると判断した。

## 4. 結論

本学位審査委員会は、提出された博士学位請求論文が博士の学位に値するものであり、かつ学位請求者はその専門領域に関する相応の学識と研究能力を有する者と判断したので、博士（スポーツ科学）の学位を授与するのに適格であるとの結論に達した。