

2011年12月26日

博士学位論文審査報告書

大学名 早稲田大学
研究科名 人間科学研究科
申請者氏名 前場 康介
学位の種類 博士（人間科学）
論文題目 高齢者の運動実践に寄与するセルフ・エフィカシーに関する研究
The study on self-efficacy contributing to exercise behavior among older adults
論文審査員 主査 早稲田大学教授 竹中 晃二 Ed.D. (Boston University)
博士（心理学）（九州大学）
副査 早稲田大学教授 熊野 宏昭 博士（医学）（東京大学）
副査 早稲田大学教授 嶋田 洋徳 博士（人間科学）（早稲田大学）
副査 桜美林大学教授 長田 久雄 博士（医学）（山形大学）

近年、高齢者人口の急激な増加に伴い、高齢者の生き甲斐や生活の質を高めるための研究が大きな意味を持つようになった。その一つの要素として、運動の実践は、高齢者にとって、リハビリテーションなどの三次予防の観点だけでなく、二次予防、さらには老化を遅延させる一次予防など、彼らの日常生活を支える上で重要な意味を持っている。本研究では、高齢者における運動実践の促進を目的として、心理的変数の1つであるセルフ・エフィカシー (SE) に着眼した種々の検討を行っている。

1章においては、従来、高齢者の運動行動に関わる SE 研究が我が国において多く行われているものの、いまだ解決できていない課題を挙げている。2章では、本研究の目的および意義として、1章であげた課題の解決に言及している。それらは、①高齢者の運動 SE およびその情報源を測定するために信頼性および妥当性を有した尺度を開発すること、②運動 SE の情報源における関連要因を検討すること、③運動の長期的継続に伴う運動 SE の役割について検討すること、および④対象者の特徴に合わせた運動 SE の強化介入を実施し、その効果を検討すること、の4点である。

3章では、高齢者の運動 SE に関連する尺度の開発を行っている。3章研究 I -1 では、すでに我が国で開発されている運動 SE 尺度の高齢者への適用可能性を検証し、一方、研究 I -2 において、高齢者における運動 SE 情報源尺度 (SEES) を開発し、内的整合性、基準関連妥当性、内的妥当性、および構成概念妥当性について検討を行っている。

4章研究 II -1 では、先の研究 I -2 において開発した SEES を用い、高齢者の運動 SE 情報

源に関連する諸変数の検討を行い、いずれの情報源得点においてもステージの進行とともに漸増する傾向を示した。研究Ⅱ-2では、運動SE情報源における関連パターンを明らかにするために、Ward法クラスタ分析によるパターンの分類を試みている。その結果、運動SE情報源における関連パターンとして、①全情報源充足型、②全情報源不足型、③自己関連情報源充足型、④代理的体験充足型、および⑤言語的説得充足型、の5つに分類され、各パターンにおける特徴が明らかになった。研究Ⅱ-3では、運動SEとその情報源、および運動継続との関連を示す因果モデルを構築し、仮定されたモデルの妥当性を共分散構造分析により検討し、仮説モデルの妥当性を認めた。

5章では、高齢者の長期的な運動継続におけるSEの役割、および長期的な運動が彼らの心身へもたらす恩恵の作用機序を説明する変数としてのSEの役割について検討を行っている。研究Ⅲ-1においては、運動実践者が一時的な運動停止を生じるハイリスク状況およびその対処方略を明らかにし、対処方略とSEとの関連についても検討を加えた。つづく研究Ⅲ-2では、定期的な運動実践と健康関連QOLとの関連に果たす運動SEの調整変数および媒介変数としての役割について検討し、身体的健康については運動SEの媒介効果を確認した。一方、精神的健康についてSEが果たす役割は、調整効果および部分的な媒介効果であった。

6章では、高齢者の運動SEおよびその情報源における縦断的研究および介入研究を行っている。研究Ⅳ-1では、運動教室へ通う高齢者を対象として、その継続的参加に伴う運動SEおよびその情報源の縦断的変化を2ヵ月の間隔を空けて計3回測定した。その結果、運動教室への継続的な参加達成度が高い者は、そうでない者と比較して高い運動SEを有しており、さらにその情報源として代理的体験や言語的説得といった他者関連情報源をより強く認識していた。最後に、研究Ⅳ-2では、高齢者における運動SEの強化を目的として、対象者に不足する情報源に焦点を当てたニューズレターを配布し、その介入効果を検討している。

7章では、以上の研究結果を踏まえた総合論議を行っている。本研究では、高齢者における運動SEおよびその情報源が実際の運動行動と密接に関連することを証明し、また運動SEが有する多面的な役割の存在を示唆した。さらに、高齢者が不足している情報源に基づく介入は、彼らの運動行動の促進に有効であることを示した。以上、計7章9研究から成る本研究は、従来明確でなかった運動SEの情報源に焦点をあて、それらが高齢者の運動行動に果たす役割を明確に示した点で価値がある。

なお、本論文（一部を含む）が掲載された主な学術論文は以下のとおりである。

- [1] 前場康介, 竹中晃二 (2010) 在宅高齢者における転倒自己効力感に影響を与える因子の検討 日本老年医学会雑誌 47巻4号, 323-328頁。

- [2] 前場康介, 藤澤雄太, 満石寿, 飯尾美沙, 竹中晃二 (2011) 高齢者の転倒恐怖と身体活動を関連づける要因の検討-ミディエータとしての転倒関連セルフ・エフィカシーの役割- 老年社会科学 32 巻 4 号, 405-412 頁.
- [3] 前場康介, 満石寿, 藤澤雄太, 飯尾美沙, 竹中晃二 (2011) 高齢者における運動セルフ・エフィカシー情報源尺度の開発と運動セルフ・エフィカシーおよび定期的運動習慣との関連 健康支援 13 巻 1 号, 19-28 頁.
- [4] 前場康介, 竹中晃二 (2011) 高齢者を対象とした運動介入研究におけるセルフ・エフィカシーの意義 健康心理学研究 24 巻 1 号 67-81 頁.
- [5] 前場康介, 満石寿, 飯尾美沙, 藤澤雄太, 竹中晃二 (2011) 中・高齢者の運動停止を導くハイリスク状況への対処方略とセルフ・エフィカシーとの関連 老年社会科学 33 巻 3 号, 417-425 頁.
- [6] 前場康介, 竹中晃二 (2012) 中・高齢者における運動セルフ・エフィカシー情報源の特徴 -クラスタ分析に基づく検討- 老年社会科学 33 巻 4 号, 575-584 頁.

主査および副査の 4 名によって審査した結果, 本研究論文は博士 (人間科学) の学位を授与するに十分値するものと認める. 以上.