

原著論文

中高年剣道実践者の生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の 関連要因について

The factors related to kendo practice that affect Ikigai-Kan of middle-aged and
older kendo practitioners

松本 大佑¹⁾ 松浦 伸郎²⁾ 濱口 郁枝³⁾ 濱口 雅行⁴⁾ 内田 勇人¹⁾
Daisuke Matsumoto¹⁾ Shinro Matsuura²⁾ Ikue Hamaguchi³⁾
Masayuki Hamaguchi⁴⁾ Hayato Uchida¹⁾

Abstract

The purpose of this study was to clarify the factors related to kendo practice that affect Ikigai-Kan and actual conditions of generativity, mental health of middle-aged and elderly Kendo practitioners. We selected 97 middle-aged and older Kendo practitioners who are practicing at Dojos in Osaka and Hyogo prefectures as research participants. Items that are basic attributes were grouped into two groups, and the values of each survey item were compared between groups. In addition, correlation analysis was performed to grasp the mutual relationship between the basic attributes and each survey item value. Furthermore, in order to clarify the factors related to the practice of kendo that affect Ikigai-Kan, multiple regression analysis was performed. Each item value indicating the practice status of kendo was used as independent variable. As a result, it was confirmed that the frequency of practice with young people ($\beta=0.384, p<0.01$) affected Ikigai-Kan. These results show that the collaboration between the school and the community, the creation of an environment where the skills and experience of middle-aged and elderly people such as club activity instructors and local sports organizers can be enhanced, and opportunities to interact with or practice with young people would lead to Ikigai.

キーワード：生きがい 世代性 剣道 中高年者 世代間交流

Ikigai, Generativity, Kendo, Middle and elderly aged persons,
Intergenerational exchange

-
- 1) 兵庫県立大学大学院環境人間学研究科 *Graduate School of Human Science and Environment, University of Hyogo*
2) 松浦診療所 *Matsuura Clinic*
3) 甲南女子大学人間科学部生活環境学科 *Department of Human Life Environments, Faculty of Human Sciences, Konan Women's University*
4) 元 大阪府立大学 *Former Osaka Prefecture University*

I 緒言

2020年の総務省統計局(2020)による人口推計結果をみると、日本人の人口は1億2565万人に対して、15歳未満の人口は1499万人で、前年に比べ18万人の減少となり、65歳以上の高齢者人口は過去最多の3617万人であった。また、世帯数においては単独世帯が年々増加しており、2050年には単独世帯が約4割を占め、そのうち高齢者単独世帯の割合は5割を超えると推測されている。このように、我が国では例を見ない速さで社会の少子高齢化・核家族化が進行しており、それは同時に世代間の希薄化に繋がり、我が国の社会保障の基盤となる世代間の相互扶助が成す精神の醸成、より豊かな日常生活の背景を創造する文化の伝承・伝達の機会の喪失につながりかねない。

こうした社会的動向を背景に、厚生労働省(2013)は生涯現役社会の実現を掲げており、中高年者においては、生涯就労のみでなく、生きがいをもって地域社会に参加し、社会的役割としての活躍が期待されている。スポーツ庁(2021)においては、人口減少および教員の働き方改革の影響により、将来的な運動部活動の存続等の観点から、運動部活動の地域移行が検討されている。したがって、今後、地域スポーツの環境下で異世代同士が良好な関係を構築できる環境づくりが必要となる。そのような環境が整備されることは異世代同士の交流機会が増加し、生徒の社会性の発達や肯定的な異世代イメージの形成(村山, 2009; 松本ほか, 2021)、中高年者においては心身の健康の保持増進(藤原ほか, 2007; 根本ほか, 2018)などの相互効果を生み出し、地域の活性化に繋がる可能性がある。

ところで、内閣府(2013)が60歳以上を対象として実施した「平成25年度高齢者の地域社会への参加に関する意識調査結果」をみると、生きがいを感じる時として「孫など家族との団らんの時(48.8%)」に続いて、「趣味やスポーツに熱中している時(44.8%)」が多く、小野口・福川(2017)の研究においても中年者・高年者ともに社会活動やスポーツ、趣味活動を生きが

いと感じており、それらの活動を通じた他者交流に生きがい感を感じることは地域と年代に関わらず、精神的健康を良好にすると報告されている。伊藤ほか(2017)は中高年者の地域スポーツクラブにおけるスポーツ活動の頻度が地域愛着やソーシャルキャピタルに影響を及ぼし、さらにスポーツ活動を通じた友人との関わり合いが生きがい感に繋がることを報告している。

さらに、中高年者が若者に今まで培ってきた技術や経験を伝承・伝達しようとする欲求をアメリカの発達心理学者であるErikson(1950)は“Generativity”と名付け、中・高年期の発達課題として注目されている。我が国では「世代性」という訳語が用いられ、今日での“Generativity”研究で用いられている(丸島・有光, 2007)。

先行研究において、世代性は次世代と接する機会を持つことなどを通して促進され、次世代に対する関心や若者に貢献するといった利他的行動意欲を高めることができる可能性があると報告されている(McAdams D P et al, 1986)。福島・沼山(2018)は子どもを持たない中年者においてボランティア活動や社会活動を通じた世代間交流により、世代性が高まり、主観的幸福感に影響に及ぼすことを指摘している。平沼(2021)は、高齢者が子どもに対して絵本の読み聞かせ活動を行うことで世代性が高まり、子ども達が楽しむ姿に、喜びや楽しみとともに生きがいを感じる可能性があることを指摘している。讚井・河野(2014)においては、世代性は他者との交流から影響を受け、世代性の関心を介在して精神的健康感、孤独感、自己効力感、自尊感情に影響し、それらを通して生活満足度に影響を及ぼすことを報告している。

これらの先行研究から中高年者において、スポーツ・趣味活動が生きがい感を高めること、異世代との関わり合いが世代性を促進させることがわかる。しかしながら、中高年者に着目し、スポーツ・趣味活動を通じた若者との交流が生きがい感、世代性に与える影響について言及している研究は筆者が知る限り存在しない。また、行事等での一時的な世代間交流では異世代同士

の相互的なイメージは肯定的になるもの(栗山ほか 2011)、健康増進および、異世代と良好な関係を構築するには継続的な世代間交流が効果的であると指摘されている(藤原ほか 2007)。

そうしたなか、我が国の伝統文化であり、定期的に若者と身体を通じた交流ができる活動として剣道が挙げられる。稽古環境としては部活動のOB稽古会や主に小学校の体育館などで行われる町道場、多くの老若男女が集う暑中稽古、寒稽古といった伝統行事が挙げられる。曾賀野・木村(2017)は60歳以上の剣道実践者群と剣道以外の運動習慣あり群、運動習慣なし群の特徴を比較した。その結果、剣道実践群は剣道以外の運動習慣あり群と運動習慣なし群に比べ、握力と総合的な体力スコア、うつの割合が有意に低いことが示された。松本ほか(2020)は剣道の特性である異世代同士での身体を通じた交流が「接しやすさ」を促進させると報告している。

このように剣道は異世代と交流する機会が充実しており、中高年剣道実践者の体力と精神的健康は良好であることが明らかにされているが、これら以外の心身の機能としての生きがい感や世代性については報告例がみられず、その実態については明らかにされていない。また、全日本剣道連盟(2020)は「剣の理法の修練による人間形成の道である」との剣道理念の実践を図り、地域社会の健全な発達などの促進に寄与することを目的としているが、剣道人口の減少は著しく、その対応策として地域を主体とした幼少年を育てる支援体制の構築が推進されている。これらは主に幼少年、特に中学生・高校生を対象としているが、若者を支える中高年者への剣道普及・活性化も大きな課題として認識されている。そのため、若者との定期的な稽古頻度が中高年剣道実践者の心身に与える影響を明確に示すなど、剣道発展の一助となる科学的根拠の蓄積が求められる。

以上のことから、本研究は剣道に着目し、中高年剣道実践者の世代性、精神的健康等の実態、および生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の関

連要因について検討することを目的とした。

Ⅱ 方法

1. 用語の定義

生きがいの概念に関しては「生きがいの対象」と「生きがいの対象に伴う感情」を統合した心の状態で、生きる張り合い、生きている実感、生きている価値、生きていることの喜びや幸福感、などを包括する多義的な概念定義が試みられている(東, 1999; 長谷川ほか, 2001; 近藤, 2007)。さらに熊野(2013)は、生きがいを「生きている張り合い、生きている価値を感じる状態、もしくはその状態に至るプロセスを含む用語」と定義し、過去の意味づけ、未来の目標意識といった「生きがい感へのプロセス」も含まれると指摘している。しかし、現時点では統一した概念定義に至っておらず、本研究ではプロセスではなく、生きがいを感じている精神状態に注目するため、大きな括りとして生きがいを「生きる価値や意味」と定義する。

2. 研究参加者および調査時期

本調査の実施時期は2019年6月から9月、2020年12月から2021年1月にかけて実施した。調査に際し、筆者らが調査協力の了解を得られた道場に訪れ、調査内容を口頭および文書で説明し、調査票を配布した。

調査は大阪府内の道場3か所、兵庫県内の道場1か所で実施した。その内、大阪府内の道場2か所と兵庫県内の道場1か所は、週2, 3回程度で行われている地域の町道場であった。その道場には小学生から中学生までが20名程度、中高年剣道実践者が15名程度在籍していた。つぎに大阪府内の道場1か所は大阪府の中核的な道場である大阪市立A施設であった。ここでは高校生以上を対象として平日週5回の頻度で稽古が行われおり、その稽古に参加している中高年者の中には所属している道場がありつつも、仕事帰り、出稽古として参加している者もいた。

研究参加者は41-70歳、97名、男性75名(77.3%)、女性22名(21.4%)の中高年剣道実

践者であり、無回答5名、20-30代6名を研究対象から除いたため、有効回答率は89.7%であった。

3. 調査項目

3.1 基本属性

研究参加者自身の基本属性に関する質問として、年齢、性別、職業、病気の既往、段位とした。

3.2 稽古頻度

稽古頻度については「小学生、中学生や大学生の若者との稽古頻度を教えてください。」という質問を「若者との稽古頻度」とし、「50-60代くらいの方との稽古頻度を教えてください。」という質問を「中高年者との稽古頻度」とした。これらの質問に対して、「4.よくある」、「3.ときどきある」、「2.あまりない」、「1.全くない」の中から回答を求め、4件法で素点を1-4点とした。

3.3 精神的健康度

精神的健康状態の評価においては信頼性、妥当性が確認されている精神的健康度の総合評価尺度である WHO-5 を用いた（岩佐ほか、2007；Awata et al., 2007）。質問は「最近2週間、私は明るく、楽しい気分でも過ごした」、「最近2週間、私は落ち着いた、リラックスした気分でも過ごした」、「最近2週間、私は意欲的で、活動的に過ごした」、「最近2週間、私はぐっすりと休め、気持ちよくめざめた」、「最近2週間、私は日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった」の5つであった。これらの質問に対して、「5.いつも」、「4.ほとんどいつも」、「3.半分以上の期間」、「2.半分以下の期間」、「1.ほんのたまに」、「0.全くない」の中から回答を求め、6件法で素点を0-5点とした。

3.4 生きがい感

生きがい感は信頼性と妥当性が証明されている、高齢者向け生きがい感スケール（近藤・鎌田、2003）を用いて評価した。本尺度は16項目で構成されており、「自己実現と意欲」、「存在感」、「生活充実感」、「生きる意欲」で表せる生きがい感を測定することができる。「はい」(2

点)、「どちらでもない」(1点)、「いいえ」(0点)の3件法で評価し、素点を0-2とした。最高点は32点で、点数が高いほど、生きがい感が高いことを意味する。

3.5 世代性

中高年者が若者に今まで培ってきた経験や技術を伝承・伝達しようとする欲求である世代性を測定する尺度として、信頼性と妥当性が認められた“Loyola Generativity Scale” (LGS) (McAdams D P, Aubin ES, 1992) の日本語版尺度（田淵ほか、2012）を用いた。質問項目は「自分の経験や知識を人に伝えようとしている」、「私が人のためにしてきたことは、後世にも残ると思う」等の20項目であった。「4.非常に当てはまる」、「3.どちらかという当てはまる」、「2.どちらでもない」、「1.どちらかという当てはまらない」、「0.全く当てはまらない」の5件法で素点を0-4とした。最高点は80点で、点数が高いほど、世代性が高いことを意味する。

4. 分析方法

属性別による各調査項目値の差異について検討するため、年齢（40-50代/60-70代）、性別（男性/女性）、職業（あり/なし）、病気の既往（あり/なし）、段位（三-五段/六-七段）によって調査対象者を群分けし、各調査項目値についてt検定を用いて比較した。続いて、基本属性および各調査項目値との相互の関係性を把握するために、Pearsonの相関係数を算出した。さらに生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の関連要因を抽出するため、従属変数を生きがい感とし、剣道の実践状況を示す「年齢」、「段位」、「若者との稽古頻度」、「中高年者との稽古頻度」をステップワイズ法で投入し、重回帰分析を行った。データの集計、各分析にはIBM SPSS Statistics (Ver.27) を用いた。

5. 倫理的配慮

本研究の実施にあたっては、研究の趣旨、内容、所要時間、プライバシーの保護、拒否の権利について文書と口頭にて説明し、文書で同意

の得られた者に対して質問紙調査を行なった。また、研究の協力に同意を得た後であっても、自らの自由意思で、いつでも同意を撤回することができること、そのことによって不利益を受けないことを伝えた。データ取得後は個人情報・プライバシー保護の観点から、すべてのデータは、個人が特定化されないように番号でID化し、著者の責任において保管・管理した。なお、本研究は兵庫県立大学環境人間学部倫理審査委員会の承認を得て実施された（受付番号229）。

Ⅲ 結果

1. 研究参加者における各調査項目の特徴

研究参加者の各調査項目値は表1に示した。平均年齢は55.9±8.0歳であり、高段位にあたる七段は40名（41.2%）であった。若者との稽古頻度は「よくある」が40名（41.2%）であり、中高年者との稽古頻度は「よくある」が49名（50.5%）であった。各調査項目値の得点平均値は、「精神的健康度」は17.5±4.4点、「生きがい感」は27.4±4.9点、「世代性」は49.9±11.4点であった。

対象者の各業種については表2に示した。管理的職業（会社・団体役員、管理職の公務員・会社員など）が26名（26.8%）で最も多く、つぎに多かったのは専門的・技術的職業（教員、医療職、技術者など）の17名（17.5%）であった。

表1 対象者の基本属性および各項目値

n=97		
平均年齢	45-70歳	55.9 (8.0)
性別	男性	75 (77.3)
	女性	22 (21.4)
職業	あり	87 (89.7)
	なし	10 (10.3)
病気の既往	あり	32 (33.0)
	なし	65 (67.0)
段位	三段	5 (5.2)
	四段	10 (10.3)
	五段	20 (20.6)
	六段	22 (22.7)
	七段	40 (41.2)
精神的健康度 [†]	0-25点	17.5±4.4
生きがい感 [†]	0-32点	27.4±4.9
世代性 [†]	0-80点	49.9±11.4
若者との稽古頻度	よくある	40 (41.2)
	ときどきある	42 (43.3)
	あまりない	11 (11.3)
	全くない	4 (4.1)
中高年者との稽古頻度	よくある	49 (50.5)
	ときどきある	34 (35.1)
	あまりない	8 (8.2)
	全くない	6 (6.2)

n (%)

[†]平均値±標準偏差

表2 対象者の各業種

n=97		
業種	管理的職業（会社・団体役員、管理職の公務員・会社員など）	26 (26.8)
	専門的・技術的職業（教員、医療職、技術者など）	17 (17.5)
	事務（一般事務、会計事務、営業事務など）	5 (5.1)
	販売（商品販売、営業職、卸売など）	5 (5.1)
	サービス職業（理・美容師、調理師、介護職、管理人など）	1 (1.0)
	保安職業（警備員、警察・消防官、自衛官など）	4 (4.1)
	農林漁業（農業、畜産、林業、漁業など）	2 (2.0)
	生産工程（機械整備・修理、製造・加工など）	2 (2.0)
	輸送・機械運転（鉄道、バス・タクシー、船舶、航空など）	3 (3.0)
	建設・採掘（電気工事、土木作業、大工など）	1 (1.0)
	運搬・清掃・包装など（配達員、建物清掃、ゴミ処理など）	1 (1.0)
	主婦・主夫（パートタイム従業者）	5 (5.1)
	主婦・主夫（専業）	7 (7.2)
	無職・仕事からは引退した	13 (13.4)
	その他	5 (5.1)

n (%)

2. 属性別による各調査項目値の比較

属性別に年齢（40-50代/60-70代）、性別（男性/女性）、職業（あり/なし）、病気の既往（あり/なし）、段位（三-五段/六-七段）をそれぞれ2群化し、「精神的健康度」、「生きがい感」、「世代性」、「若者との稽古頻度」、「中高年者との稽古頻度」の各調査項目値を比較した結果は表3に示した。

その結果、年齢において「若者との稽古頻度」($t(95) = 2.76, p < 0.01$)は60-70代の方が有意に多かった。段位では「若者との稽古頻度」($t(73.8) = 2.04, p < 0.05$)、「世代性」($t(95) = 2.03, p < 0.05$)が六-七段の方が有意に多かった。

表3 属性別による各調査項目値の群間比較

	年齢			性別			職業			病気の既往			段位		
	(n)	mean±SD	p	(n)	mean±SD	p	(n)	mean±SD	p	(n)	mean±SD	p	(n)	mean±SD	p
精神的健康度	40-50代 (68)	17.9±4.5	0.253	男性 (75)	17.3±4.7	0.459	あり (87)	17.4±4.4	0.484	あり (32)	17.1±3.8	0.508	三-五段 (35)	17.7±3.5	0.796
	60-70代 (29)	16.8±4.4		女性 (22)	18.1±3.7		なし (10)	18.5±5.1		なし (65)	17.8±4.7		六-七段 (62)	17.5±5.0	
生きがい感	40-50代 (68)	27.4±5.2	0.759	男性 (75)	27.1±5.3	0.231	あり (87)	27.7±4.9	0.350	あり (32)	27.5±4.2	0.983	三-五段 (35)	26.5±6.1	0.139
	60-70代 (29)	27.7±4.6		女性 (22)	28.6±3.5		なし (10)	25.7±5.4		なし (65)	27.5±5.3		六-七段 (62)	28.0±4.2	
世代性	40-50代 (68)	51.1±10.5	0.107	男性 (75)	49.7±11.2	0.812	あり (87)	50.0±11.1	0.750	あり (32)	48.8±11.8	0.491	三-五段 (35)	46.8±11.4	0.044*
	60-70代 (29)	47.0±13.1		女性 (22)	50.4±12.4		なし (10)	48.8±14.4		なし (65)	50.5±11.3		六-七段 (62)	51.6±11.3	
若者との稽古頻度	40-50代 (68)	3.0±0.8	0.007**	男性 (75)	3.3±0.8	0.286	あり (87)	3.2±0.8	0.732	あり (32)	3.1±0.7	0.295	三-五段 (35)	3.0±0.8	0.044*
	60-70代 (29)	3.6±0.6		女性 (22)	3.1±0.5		なし (10)	3.3±0.9		なし (65)	3.1±0.7		六-七段 (62)	3.3±0.8	
中高年者との稽古頻度	40-50代 (68)	3.3±0.8	0.933	男性 (75)	3.3±0.8	0.320	あり (87)	3.3±0.9	0.700	あり (32)	3.2±1.0	0.526	三-五段 (35)	3.0±1.1	0.105
	60-70代 (29)	3.3±1.0		女性 (22)	3.1±1.1		なし (10)	3.4±0.8		なし (65)	3.3±0.8		六-七段 (62)	3.4±0.7	

t検定, * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

3. 基本属性および各調査項目値の相関

研究参加者の基本属性および各調査項目値における相関係数を表4に示した。「生きがい感」には、「若者との稽古頻度」、「中高年者との稽

古頻度」、「精神的健康度」、「世代性」との間に有意な正の相関 ($r = 0.217 - r = 0.634$)が認められた。

表4 基本属性および各調査項目値の関係性

	中高年者との稽古頻度	年齢	段位	精神的健康度	生きがい感	世代性
若者との稽古頻度	0.279**	0.175	0.289**	0.261**	0.404**	0.355**
中高年者との稽古頻度	-	0.028	0.143	0.166	0.217*	0.241*
年齢	-	-	0.164	-0.076	0.047	-0.180
段位	-	-	-	-0.007	0.165	0.176
精神的健康度	-	-	-	-	0.268**	0.297**
生きがい感	-	-	-	-	-	0.634**

Pearsonの相関係数, * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

4. 生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の関連要因

生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の関連要因を抽出するため、従属変数を「生きがい感」とし、剣道の実践状況を示す「年齢」、「段位」、「若者との稽古頻度」、「中高年者との稽古頻度」

を独立変数として、ステップワイズ法を用いて重回帰分析を行った(表5)。その結果、「生きがい感」に影響を及ぼす要因として抽出された項目と標準化係数は「若者との稽古頻度」($\beta = 0.384, p < 0.01$)であり、有意な正の係数が確認された。調整済み決定係数は0.139であった。

表5 生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の要因

	β	p	R	R^2
若者との稽古頻度	0.384	0.000**	0.148	0.139

「生きがい感」を従属変数とした重回帰分析(ステップワイズ法) ** $p < 0.01$

「年齢」、「段位」、「若者との稽古頻度」、「中高年者との稽古頻度」を独立変数とした。

β : 標準化係数 R : 決定係数 R^2 : 調整済み決定係数

IV 考察

本研究の目的は、中高年剣道実践者の世代性、精神的健康等の実態および、生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の関連要因を明らかにすることであった。

はじめに本研究参加者による若者との稽古頻度は「よくある」41名、「ときどきある」47名であり、半数以上の者が定期的に若者と稽古していた。精神的健康度(WHO-5)は13点以上で精神的健康に問題がないとされているなかで、平均得点値は17.5点であり、生きがい感に関しては、近藤(2007)が合計点の判定基準を示しており、24点以上が「高い」とされるなか、本研究では27.4点であった。このように、本研究参加者は良好な精神的健康状態にあり、生きがい感も高いことが確認された。曾賀野・木村(2017)は60歳以上の男性を対象として剣道実践者と剣道以外の運動習慣あり群と運動習慣なし群の3群間で心身の機能を比較したところ、剣道以外の運動習慣あり群と運動習慣なし群より剣道実践者のほうがうつ尺度(Geriatric Depression Scale)において、うつと判定される割合が有意に低いことを報告している。本研究は、精神的健康の尺度としてWHO-5を用いたため、曾賀野・木村(2017)

の研究と同じ評価尺度ではないが、剣道実践者における精神的健康状態の高さが推測される。本研究の参加者は97名と必ずしも多くなく、慎重な検討が必要であるが、剣道の実践が精神的な健康面にポジティブな影響を及ぼしている可能性が示唆された。生きがい感に関しては、多くの先行研究においてスポーツ・趣味活動が中高年者の生きがいであることが確認されている(芹沢ほか, 2006; 星ほか, 2017)。内閣府(2013)の調査結果をみると生きがいを感じる時として「趣味やスポーツに熱中している時」が2番目に多いことから、剣道の実践が生きがい感の向上に役立っていることが推察された。

続いて、本研究参加者の生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の関連要因を検討したところ、「若者との稽古頻度」が中高年剣道実践者の生きがい感に影響を及ぼしていることが示唆された。

先行研究において、小野口・福川(2017)は中高年者において、スポーツ・趣味活動を通じた他者交流に生きがい感を感じることは地域と年代に関わらず、精神的健康を良好にすると報告しており、伊藤ほか(2017)は中高年者の地域スポーツクラブにおけるスポーツ活動を通じた友人との関わり合いが生きがい感に繋がるこ

とを確認している。また、本研究の相関分析においても若者および中高年者との稽古頻度と生きがい感には正の相関関係にあることが確認された。

ところで、剣道の段位取得には一定の修業年数が必要とされている（全日本剣道連盟、2012）。例えば、五段を取得するには四段受有後4年以上の訓練期間を要した者、六段を取得するには五段受有後5年以上の訓練期間を要した者でなければならない。このように昇段するにつれ、剣道の経験年数も長くなり、技術も熟達する。剣道観に関する研究（2007）では、剣道の指導者は剣道普及に対して肯定的に捉えており、高段位の指導者ほど剣道の教育的意義は大きいと考えていると報告されている。そのような中、本研究参加者の半数以上が六段と七段であり、本研究の群間比較では六～七段の方が三～五段よりも「若者との稽古頻度」と「世代性」が有意に高かった。また、今まで培ってきた経験や技術を伝達しようとする中・高年期の発達課題である世代性は、次世代と接する機会を持つことなどを通して促進されると指摘されており（McAdams D P, et al, 1986）、精神的健康感や主観的幸福感にも影響を及ぼすことが報告されている（讃井・河野、2014；福島・沼山、2018）。

本研究参加者の生きがい感に最も強く関連していた要因は、同世代にあたる「中高年者との稽古頻度」ではなく、「若者との稽古頻度」であった。すなわち、中高年剣道実践者においては、単に稽古を通じた他者との交流ではなく、若者との交流を生きがいと感じていることが推察された。剣道は、伝統文化としての要素を多く含み、剣道の段位取得には一定の修業年数を必要とすることから、より一層、剣道の普及や次世代への教育を重視する傾向にあることが推察される。加えて、本研究参加者自身が、自らの師や先達からそうした指導を受けて育成されてきた側面を有していることも考えられる。これらのことから、剣道高段者は、若者との稽古頻度および世代性が高く、自らが習得した技術や経験等を、次世代へ伝承・伝達したいといっ

た意欲が強いことが示唆された。さらに、本研究参加者の生きがい感には若者との稽古頻度が影響を及ぼしていることが推察された。

したがって、地域社会のなかで部活指導員、地域のスポーツ団体といった中高年者の技術や経験を活かせる環境を充実させることが生きがいにつながる考えられた。更なる剣道人口の減少を見据えて、学校と地域のスポーツ団体が連携し、多くの中高年者が若者と触れ合える、または異世代と交流できる機会をより一層、充実させる工夫が重要であるといえる。

本研究の限界について述べる。まず、横断的研究であったことから包括的な概要を把握するに至った。本研究参加者の精神的健康状態は良好であったが、剣道そのものが有する精神修養等の側面から影響を受けた結果なのか、または世代内交流、世代間交流等との関連から生じたものであるのかについては不明確であった。そのため、同じ武道としての共通性を有する柔道や空手等の実践者に対する研究との比較を通して明らかにしていく必要がある。つぎに、本研究参加者の生きがい感には若者との稽古頻度が影響を及ぼしていたが、世代性が高いから稽古頻度が多くなるのか、それとも稽古頻度が多いから世代性が高まり、生きがい感に影響を及ぼしたのかといった因果関係については明らかにできなかった。さらに若者との稽古頻度は自己報告であることに加え、定期的に稽古する若者は1人もしくは複数人なのかなど、若者との関係性については不明確であった。したがって、今後は異世代同士の関係性を明確にしたうえで、中高年剣道実践者の健康と若者との交流内容および頻度の関係性について縦断的に検証していく予定である。

V 結論

本研究では、中高年剣道実践者の世代性、精神的健康等の実態および、生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の関連要因を明らかにすることを目的とした。

研究参加者として、大阪府、兵庫県内の道場で稽古に取り組んでいる中高年剣道実践者 97

名を選択した。基本属性である項目をそれぞれ2群化し、各調査項目値を群間比較した。また、基本属性および各調査項目値との相互の関係を把握するために相関分析を行った。さらに、生きがい感に影響を及ぼす剣道実践の関連要因を明らかにするため、剣道の実践状況を示す各項目を独立変数とし、重回帰分析を行った。その結果、群間比較では、剣道高段者（六～七段）は、若者との稽古頻度および世代性は有意に高く、重回帰分析では若者との稽古頻度が本研究参加者の生きがい感に影響を及ぼしていることが確認された。

これらのことから、学校と地域が連携し、部活指導員、地域のスポーツ団体などの中高年者の技術や経験を活かせる環境を整備し、若者と触れ合うあるいは稽古を共にする機会を充実させることが生きがいに繋がると示唆された。

利益相反

利益相反に相当する事項はない。

文献

- Awata S, Bech P, Koizumi Y, Seki T, Kuriyama S, Hozawa A, Ohmori K, Nakaya N, Matsuoka H and Tsuji I. Validity and utility of the Japanese version of the WHO-five well-being index in the context of detecting suicidal ideation in elderly community residents. *Int psychogeriatr*, 19: 77-88. 2007.
- 東清和. エイジングの心理学. 早稲田大学出版部. 1999. 131-168.
- Erikson E. 仁科弥生訳「幼児期と社会 I」. みすず書房. 1950.
- 藤原佳典・渡辺直紀・西真理子・李相侖・大場宏美・吉田裕人・佐久間尚子・深谷太郎・小宇佐陽子・井上かず子・天野秀紀・内田勇人・角野文彦・新開省二. 児童の高齢者イメージに影響をおよぼす要因“REPRINTS”高齢者ボランティアとの交流頻度の多寡による推多分析から. *日本公衛誌*, 54 (9): 615-625. 2007.
- 福島朋子・沼山博. 子どもを持たない中年期成人における世代性と主観的幸福感. *心理学研究*, 89 (6): 551-561. 2018.
- 長谷川明弘・藤原佳典・星旦二. 高齢者の「生きがい」とその関連要因についての文献的考察生きがい・幸福感との関連を中心に. *総合都市研究*, 75: 147-170. 2001.
- 平沼晶子. 就学前保育・教育施設で絵本の読み聞かせを行うシニアボランティアの語りにもられる活動の意味. *子育て研究*, 11: 3-16. 2021.
- 星旦二・長谷川明弘・櫻井尚子・藤原佳典. 都市郊外在宅高齢者における楽しみと生きがいの実態とその三年後生存との関連. *社会医学研究*, 34: 85-92. 2017.
- 伊藤央二・河野慎太郎・岡安功. 地域スポーツクラブにおけるスポーツ活動が社会的要因を通じて生きがいに与える影響の日加間比較. *笹川スポーツ研究助成研究成果報告書*, 145-151. 2017.
- 岩佐一・権藤恭之・増井幸恵. 日本語版「WHO-5 精神的健康状態表」の信頼性ならびに妥当性—地域高齢者を対象とした検討. *厚生指標*, 54: 48-55. 2007.
- 近藤勉・鎌田次郎. 高齢者向け生きがい感スケール(K-I式)の作成および生きがい感の定義. *社会福祉学*, 43 (2): 93-101. 2003.
- 近藤勉. 生きがいを測る. ナカニシヤ出版. 2007. 156-157.
- 厚生労働省. 生涯現役社会の実現に向けて, 2013.
<https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000034ttjatt/2r98520000034tye.pdf>, (参照日 2022年2月15日).
- 熊野道子. 生きがい形成モデルの測定尺度の作成—生きがいプロセス尺度と生きがい状態尺度. *教育研究*, 39: 1-11. 2013.
- 栗山裕・橋下友茂・園山和夫・山下利之. 疑似スポーツが世代間交流に果たす効果. *人間工学*, 47 (2): 61-64. 2011.
- 丸島令子・有光興記. 世代性関心と世代性行動尺度の改訂版作成と信頼性, 妥当性の検討.

- 心理学研究, 78 (3) : 303-309. 2007.
- 松本大佑・濱口郁枝・濱口雅行・内田勇人.
大学剣道部員における剣道に関わる高齢者の
イメージに関する研究. 日本世代間交流学会
誌, 9 (2) : 13-19. 2020.
- 松本大佑・濱口郁枝・濱口雅行・内田勇人.
剣道を通じた交流が中学剣道部員の高齢剣道
実践者イメージに与える影響：SD 法による
測定と横断分析. 日本世代間交流学会誌, 11
(1) : 31-39. 2021.
- McAdams DP, Aubin ES. A theory of
generativity and its assessment through
self-report, behavioral acts, and narrative
themes in autobiography. *Journal of
Personality and Social Psychology*, 62 (6) :
1003-1015. 1992.
- McAdams DP, Ruetzel K and Foley KM.
Complexity and Generativity at mid-life
relations among social motives ego
development and adults plans for the
future. *Journal of personality and social
psychology*, 50 : 800-807. 1986.
- 村山陽. 高齢者との交流が子どもに及ぼす影響.
社会心理学研究, 25 (1) : 1-10. 2009.
- 内閣府. 平成 25 年度高齢者の地域社会への参
加に関する意識調査結果 (全体版). 2013.
[http://www.cao.go.jp/notice/20191101notice.
html](http://www.cao.go.jp/notice/20191101notice.html), (参照日 2022 年 2 月 5 日).
- 根本裕太・倉岡正高・野中久美子・田中元基・
村山幸子・松永博子・安永正史・小林江里香・
村山洋史・渡辺修一郎・稲葉陽二・藤原佳典.
若年層と高年層における世代内 / 世代間交流
と精神的健康状態との関連. *日本公衆衛生雑
誌*, 65 (12) : 719-729. 2018.
- 小野口航・福川康之. 中高年期の生きがいと精
神的健康との関連：居住地域と年代に着目し
た検討. *年金研究*, 7: 84-96. 2017.
- 境英俊・山神眞一・石川雄一・藤原章司・長野
智香. 小学生と指導者の剣道観に関する一考
察. *武道学研究*, 40 (1) : 9-25. 2007.
- 讚井真理・河野保子. 高齢者の Generativity に
おける「関心」の特質, 及び高齢者の生活に
及ぼす Generativity の検討. *看護学総合研究*,
16 (1) : 6-17. 2014.
- 芹沢幹雄・大石哲夫・松井恒二. 高齢社会にお
ける生きがいとしてのスポーツに関する調査
研究：静岡市におけるグラウンド・ゴルフ愛
好者をケースとして. *静岡県立大学・経営情
報学部 / 学報*, 19 (1) : 19-35. 2016.
- スポーツ庁. 運動部活動の地域移行に関する検
討会議. 2021.
[https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/
shingi/035_index/index.html](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/035_index/index.html), (参照日 2022
年 2 月 26 日).
- 曾賀野宏美・木村みさか. 高齢の剣道高段者に
おける健康・体力と生活状況 一般高齢者と
比較して. *京都学園大学健康医療学部紀要*, 2:
21-33. 2017.
- 総務省統計局. 高齢者の人口. 2020.
[http://www.stat.go.jp/data/topics/topi1261.
html](http://www.stat.go.jp/data/topics/topi1261.html), (参照日 2021 年 5 月 20 日).
- 田淵恵・中川威・榎藤恭之. 高齢者における短
縮版 Generativity 尺度の作成と信頼性・妥
当性の検討. *厚生指標*, 59 (3) : 1-7.
2012.
- 全日本剣道連盟. 称号と段級位のルール.
2012.
[https://old2.kendo.or.jp/kendo/ranking_
titles/#all](https://old2.kendo.or.jp/kendo/ranking_titles/#all), (2022 年 2 月 15 日).
- 全日本剣道連盟. 《基本計画》次世代への継承
に向けて. 2020.
[https://www.kendo.or.jp/wp/wp-content/
uploads/2020/04/basic_plan_for_next_
generation.pdf](https://www.kendo.or.jp/wp/wp-content/uploads/2020/04/basic_plan_for_next_generation.pdf), (参照日 2022 年 2 月 1 日).
- (受付日 2022/03/23 受理日 2022/08/16)