

令和5年度 長寿科学研究者支援事業  
『長生きを喜べる長寿社会実現研究支援』

2023年度  
継続審査会

※公開用抜粋版

# 「貢献寿命延伸への挑戦！」

## ～高齢者が活躍するスマートコミュニティの社会実装～」

2024年2月28日

プロジェクト代表 檜山敦



HITOTSUBASHI  
UNIVERSITY



Social  
Data  
Science

プロジェクトメンバー：秋山弘子、菅原育子、吉田涼子（東京大学）  
前田展弘（ニッセイ基礎研究所）、今城志保（リクルート・マネジメントソリューションズ）

# 1. 本プロジェクトの概要と社会実装の姿

貢献  
寿命

「貢献寿命延伸への挑戦！～高齢者が活躍するスマートコミュニティの社会実装～」

新たな長寿価値である「貢献寿命」の延伸を目指して、地域コミュニティでの生涯現役社会実現に向けたICT活用事業モデルを確立します！

- ねらい1 新たな長寿価値「貢献寿命」を開発し、社会に広く提唱します！
- ねらい2 貢献寿命延伸につながるシニア向け就労・貢献活動の選択肢を拡げます！
- ねらい3 ICTプラットフォーム『GBER』で地域実装を実現します！



<実装研究>

<社会実装>

【タスク1】  
貢献寿命の開発

【タスク2】  
就労・貢献要素開拓

【タスク3】  
GBER地域実装

【タスク4】  
GBER組織の事業化

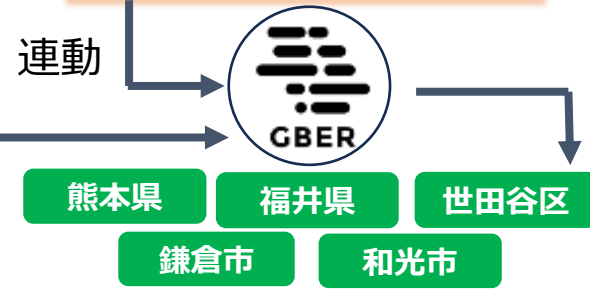
【タスク5】PJ管理・研究

新たな長寿価値  
『貢献寿命 (指標)』  
の確立  
※貢献寿命延伸要素の可視化、タスク分解方法の構築

《目標1》「貢献寿命」～国民の認知度80%以上※中高年対象  
- 国政、自治体、企業等の目標に掲げられる（健康寿命、人生100歳のように）  
- 「貢献寿命」の測定と延伸活動の普及

《目標2》「GBER」利活用地域～100地域展開  
- 事業の安定化・自立化～事業拡大

国民の貢献寿命の延伸～長生きを喜べる長寿社会の実現



法人設立～初期段階  
多地域展開  
自治体拡充モデル

持続的事業展開  
事業の多角化・拡大  
産官学民共創モデル

貢献寿命延伸&  
GBER利活用推進に向けた  
「事業モデル」  
の確立

## 2. 本プロジェクトのタスク別進捗状況（主なエッセンス）

<2023年度計画（目標）>

<2023年度成果・実績>

【タスク1】  
貢献寿命の開発

個人版指標・尺度案の  
作成

◎ 定量的・定性的調査のデータを蓄積するなかで、**個人版「貢献寿命」測定尺度案**を開発済（全16問から構成）。

【タスク2】  
就労・貢献要素開拓

シニア向け就労・貢献活動  
要素の体系化

◎ シニア3000人調査等（計5調査）を通じ、**シニアの階層別の就労等のニーズ実態を整理**するとともに、シニア向け就労・貢献活動の選択肢一覧（暫定版）を作成中。

【タスク3】  
GBER地域実装

GBER活用モデルの試行  
（介護助手モデル）

◎ シニアを活用した**「介護助手」の仕事のタスク分解とモザイク就労の実現**に向けた施行に着手。ノウハウ・課題を把握。

【タスク4】  
GBER組織の事業化

GBERの利活用推進に向  
けた地域活動の展開

◎ 新たに**和光市**の取組みをスタート。**鎌倉市**では市役所の関係各部と連携し、**推進体制をさらに強化**など。

【タスク5】PJ管理・研究

PJ全体に関する検討・研究

◎ 内閣府「高齢社会フォーラム」（10月）、日経新聞「超高齢社会の課題を解決する国際会議」（11月）等で、本プロジェクト（貢献寿命等）をPR。

# 【タスク1】貢献寿命の概念構築、指標と尺度の開発

## 超高齢未来の新たな長寿価値：平均寿命、健康寿命・・・→「貢献寿命」の延伸

※「貢献寿命」(Engaged life expectancy) (仮説) 社会や他者との積極的な関わりを持ち続けられる人生期間

シニア、障害者の就労や社会参加に関する支援者および当事者4団体・53個人へのインタビューより概念モデル構築 (2023 IAGG Asia/Oceania Congressにて発表)

### 「貢献度尺度」社会とつながり役割を持ち、誰かの役に立つ、感謝されるといった関わりを持つ程度

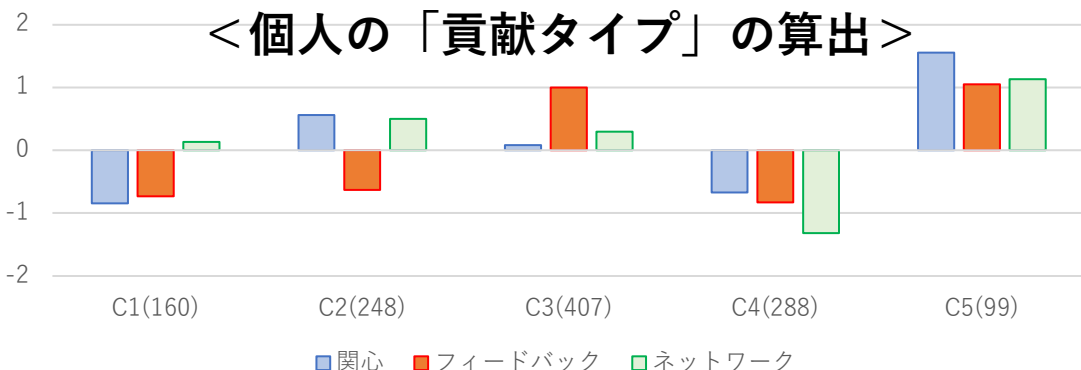
他者や社会と主体的に関わろうとする**意欲**をもっていること

(客観的にみて)社会的な**役割・つながり**を持っていること

自分の存在や行動(役割)に対して、他者から**フィードバック**を得ていること

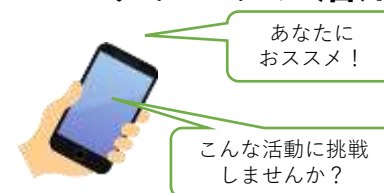
一般成人 (調査会社モニター、18歳~99歳、平均50.4 ± 15.6歳) 1,200名対象のWEB調査により心理尺度構成、**全16問からなる「貢献度尺度」を開発** (International Congress of Psychology 2024にて発表予定)

#### <個人の「貢献タイプ」の算出>



#### 2024年度の課題

①Gberに搭載し、活動・仕事とのマッチングに活用



②地域の貢献度指標づくり  
③自治体等の地域診断への「貢献指標」活用可能性の検討





# 【タスク2】シニア向け就労・貢献活動の選択肢の体系化とモザイク化

※就労等、シニアの活躍の場を広げ、マッチング（モザイク就労）を推進することは貢献寿命延伸の重要な要素

① 50代向け「定年後のライフデザイン」に関するWEBアンケート  
首都圏・福井県・熊本県在住、男女、50～59歳、1308名、定年のある会社員・公務員等（ホワイトカラー）

**50代の意識を把握**  
■ 重視ポイント（マイペース、報酬、楽しみ・・・）、関心のある仕事（公共サービスが人気）

② II層シニア向け「退職後の暮らし等」に関するWEBアンケート  
首都圏在住、男女、60～74歳、1760名、ホワイトカラー出身の退職者（役員経験者、生活困窮者を除く）

**II層シニアの退職前後の意識を分析**  
■ 退職後の就労等とはつながり動機（能動的・受動的）によって幸福感が異なる。定年前にキャリア意識を高めていくことが望ましい

③ 地域関係者向け「高齢者の仕事等」に関する郵送アンケート  
生涯現役促進地域連携事業展開地域（26協議会；回収率60.5%）

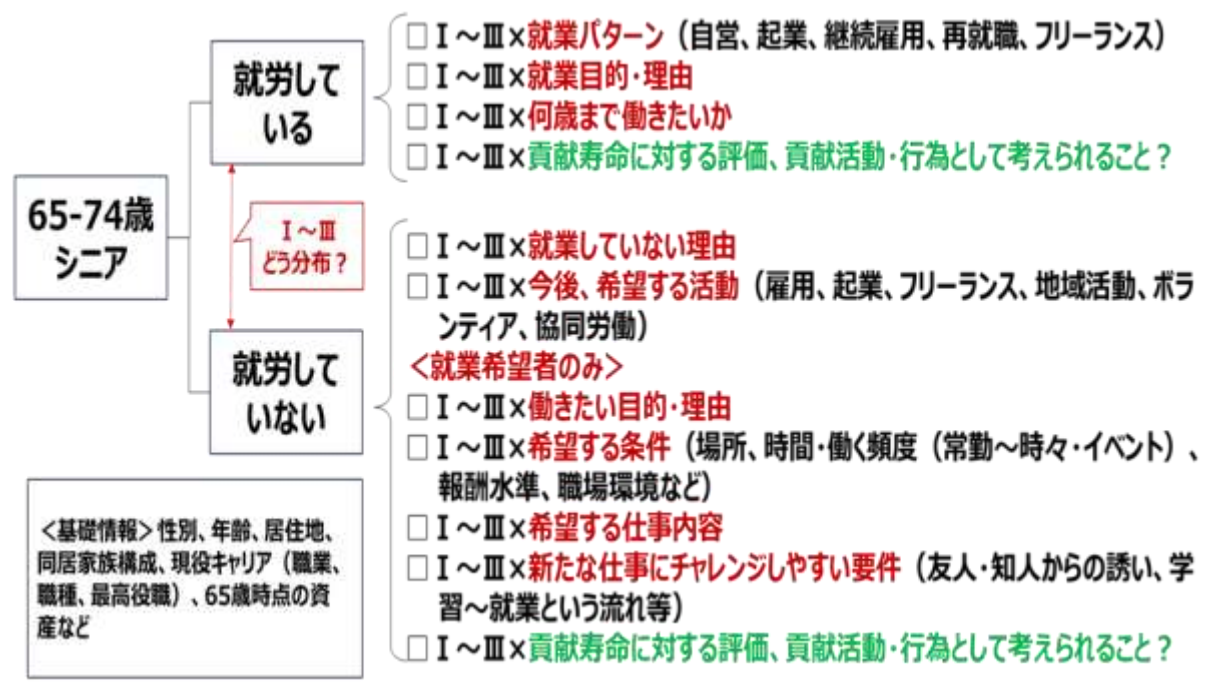
**地域の活動実践者より高齢者就労の実態等を把握**  
■ 地域の仕事を中心に、シニアに人気のある仕事、相応しい仕事をタスク単位で把握（回答数144）

④ シニア就労マッチング事業展開企業・団体へのヒアリング調査  
産業雇用安定センター、パソナマスターズ、「しごとコンビニ」（岡山県）、ルネサンス等

**企業・団体の事業実態、経営モデル等を把握**  
■ 「しごとコンビニ」モデル：タスク分解、コンサル的自治体アプローチ、教育及びフォローアップシステム、経営モデル等を把握

⑤ シニア（65～74歳）向けWEBアンケート  
「I・II・III層別実態把握」  
全国、男女、65～74歳、3000名

**I・II・III層別の意識・実態を把握＋貢献活動要素も収集**  
■ I層は「自己充実」、III層は「経済課題」、II層は「多面的」。定年前までのキャリアが影響・・・等



その人に適合する就労・貢献活動要素の体系化

# 【タスク3】GBERによるシニア就労等マッチング活動の展開

## 熊本県

- 益城町イベント
- 110名→130名

## 世田谷区

- 400名→480名
- 11月セミナー

## 福井県

- 109名→113名
- 貢献寿命調査  
(延期)

## 鎌倉市

- 70名→120名
- 介護助手分野での  
モザイクモデルの  
実践



## 和光市

- 和光市長寿あんしん課
- 就労的活動支援コーディネーター
- ジョブボラ機会拡大
- (株)ダスキンが運営する生活サポート拠点
- 0名→147名

**ボランティアを求めている方必見！  
ボランティア活用推進セミナー**

ボランティアの人に手伝ってもらえることって何だろう？  
ボランティアをしてくれる人とはどうしたらマッチングできるの？

**令和5年11月10日(金)**  
 時間：13時～14時30分(受付開始：12時30分)  
 会場：オンライン(Zoom)先着400名

対象：世田谷区内で活動している団体の方  
 申込：電話またはオンライン手続き  
 申込締切：令和5年11月9日(木)  
 申込先：世田谷区市民活動推進課 TEL: 03-6304-3174  
 (月～金曜日 午前9時～午後5時)

**プログラム**

- 1 ボランティアをしようとする人と団体・事業所をつなぐしくみ  
社会福祉法人世田谷ボランティア協会
- 2 GBER: 団体・事業所へのボランティアを集める情報プラットフォーム  
神山 義 氏 東京大学 先端科学技術研究センター 特任教授  
高齢のボランティアを募集するための情報プラットフォーム(GBER)はボランティアの募集を支援することで、地域で活躍する企業等のボランティアからの応募を受け取ることができます。ボランティア入りの多い区に多い時間帯や生活圏に合った募集とマッチングをサポートする仕組みに関する説明
- 3 ボランティア募集の方法についてご案内

※詳しくは区のホームページをご覧ください。  
 世田谷区HP>サイト内検索>ページ番号「205626」で検索  
 (発行) 世田谷区生活文化政策都市民活動推進課 まさしく推進係  
 世田谷区松原3-3-5 TEL:03-6304-3174 FAX:03-6304-3557

**ボランティア活動で地域貢献！  
地域参加スタート応援セミナー**

ボランティア活動に参加して地域に貢献したい！  
ボランティア活動のためのマッチングの支援について知りたい！

**令和5年11月17日(金)**  
 時間：13時～14時30分(受付開始：12時30分)  
 会場：生活工房 セミナールーム  
 (京浜東北線大塚駅11-1 キャロットタワー1階) ※募集の応募先にご確認ください。  
 または  
 オンライン(Zoom)

対象：世田谷区内に在住・在勤・在学  
 申込：電話またはオンライン手続き  
 ※詳しくはチラシをご覧ください。

※発行：世田谷区生活文化政策都市民活動推進課 まさしく推進係  
 世田谷区松原3-3-5 TEL:03-6304-3174 FAX:03-6304-3557

就労支援システム「かまくら版GBER」

就労支援システム「かまくら版GBER」は、企業が求人情報をよりわかりやすくシステムに細分化して登録することで、高齢者や女性（以下、「高齢者等」という。）が自らの技能や体力、時間に応じて手軽にきめ細かな求職ができるマッチングサイトです。

登録者には到着情報が自動的に送られるため、確実な情報提供ができるだけでなく、AIの活用により個人の特性や志向を加味したマッチングが期待できるシステムです。

鎌倉市では近い将来の人口減少及び少子高齢化による労働力人口の減少に備え、地域の高齢者等の就労に効果的な「かまくら版GBER」を導入します。

▶ [かまくら版GBER! 外部サイトへリンク!](#)

GBERとは、Gathering Break Elderly in the Region＝地域の元氣なシニアを集めるという意味です。

▶ [鎌倉市モザイク型就労支援システム \(GBER\) 募集要項\(要領\) \(PDF: 23KB\)](#)

**GBERを活用した生きがいづくり**

先行して就労支援システムを立ち上げますが、将来的には求人情報だけでなく、NPO・ボランティア、講座・イベント、趣味・サークルなどの募集情報への活用も検討しており、高齢者等の生きがいづくりや、これまでのスキル・経験を活かした社会貢献活動ができるようになります。

### 3. 2024年度研究活動計画（案）…貢献寿命と連動したGBERの多地域展開に向けて

2024年

2025年

基礎研究

【タスク1】  
貢献寿命の開発

- ◆個人版データの蓄積（GBERと連動）⇒標準化テスト～指標・尺度の確立
- ◆地域版指標・尺度（案）の開発【新規】 【深化】

【タスク2】  
就労・貢献要素開拓

- ◆シニア向け就労・貢献活動の選択肢拡大とモザイク化の追究【深化】

【タスク3】  
GBER地域実装

- ◆鎌倉市におけるGBER利活用推進活動モデルの追究 鎌倉市【新規】
- ◆リビングラボ（地域課題解決）と連動するGBER利活用モデルの試行【新規】

社会実装

【タスク4】  
GBER組織の事業化

- ◆GBERの利活用推進に向けた地域活動の継続展開 熊本県 福井県
- ◆GBER機能の拡充（GBER3.0化）【深化】 世田谷区 和光市

【タスク5】PJ管理・研究

- ◆法人化及び事業展開に向けた検討 【継続】
- ◆「貢献寿命」の普及・啓発活動の推進【新規／強化】
- ◆「GBER」利活用地域拡大に向けた啓発活動の推進 【継続】

社会実装（多地域展開）

2024年度は、今後の社会実装を見据えて、貢献寿命開発の基礎研究を進めながら、貢献寿命の普及・啓発活動を積極的に行う。またGBERの強みを活かす利活用モデル案を構築し、積極的なPR活動に取り組む。



## <講演・学会発表・論文発表> ※順不同

国際老年学会アジア/オセアニア地域大会2023 学会発表（ポスター発表） Sugawara, I., Akiyama, H., Imashiro, S., Maeda, N., Yoshida, R., & Hiyama, A. Engagement with life and society in old age: Qualitative exploration of retired older Japanese. International Association of Gerontology and Geriatrics Asia/Oceania Regional Congress 2023, June 12-14, 2023, Yokohama, JAPAN（菅原）

日本心理学会第87回大会 学会発表（ポスター発表）今城志保・藤村直子・菅原育子・秋山弘子・檜山敦, 定年退職後の幸福感を高める自己有用感と人とのつながり, 2023.9.15-17 神戸国際展示場（今城）

日本老年社会科学会 基調講演「貢献寿命の延伸をめざして」 / 日本老年学会総会 特別講演 2023.6.17  
横浜国際会議場パシフィコ（秋山）

日本老年学会総会 特別講演

産業組織心理学会 講演「長寿社会に生きる」 2023.7.29 リクルートビル（秋山）

ニッセイ基礎研究所WEBセミナー 講演「新たな長寿価値“貢献寿命”の延伸に向けて」 2023.9.28（秋山、前田）

ニッセイ基礎研Report「生涯“貢献”社会の創造を～新たな長寿価値『貢献寿命』の提案」 2023.4.10（前田）

東京大学高齢社会総合研究機構ジェロントロジー・アカデミー講義「本プロジェクトの紹介」 2023.5.11（前田、今城）

内閣府「高齢社会フォーラム」講演「貢献寿命を延ばそう～いつになっても『ありがとう』を交換できる社会へ」（菅原） /  
パネリスト（前田）

The 5th Nikkei Super Active Ageing Society Conference 2023.11.20 イイノホール（モデレーター：秋山、パネリスト：檜山）

データ同友会、トルコ学会、IAGG、恵比寿ロータリークラブ、エクサウィーズ、武蔵野大学「古希式」、鎌倉淡青会（秋山）



## <予定>

日本行政学会 学会発表（ポスター発表） 檜山敦、小林悠太、住民参加を促進する情報プラットフォームの地域実装—GBERを通じた社会連携—、2024年5月18-19日、学習院大学

国際心理学会2024 学会発表（ポスター発表） Sugawara,I., Akiyama,H., Imashiro, S., & Hiyama, A. Multidimensional Aspects of Social Engagement and Their Correlations with Subjective Well-Being. *International Congress of Psychology 2024, July 21-26, 2024, Prague, Czeck Republic*（菅原）

## <新聞・メディア掲載>

- ✓ NHK WORLD, BIZ STREAM, Seniors with More to Give, GBERの紹介, 2023.5.13（檜山）
- ✓ 令和5年度版消費者白書、「【事例】高齢者の社会貢献活動の促進に向けた支援」、2023.6.13（檜山）
- ✓ 読売新聞朝刊\_\_ジェロントロジー及び本プロジェクトに関するコメント記事 2023.6.21（前田）

# <参考 1>

令和5年度 日付

# 高齡社会フォーラム

令和5年 11/8 水 13:00-16:30

受付時間 12:30- 入場無料

会場 兵庫県姫路市 アクリエひめじ

オンラインでも同時配信!  
<https://youtube.com/live/Efwtg7FUE64?feature=share>

テーマ || エイジレス社会の構築に向けて

我が国においては、急速に高齢化が進み、本年9月時点で、65歳以上の人口の割合は29.1%に達しており、今後も一層の高齢化の進行が見込まれています。そのような中で、全ての年代の人々が希望に応じ、その意欲・能力を活かして活躍できるエイジレス社会の構築が求められており、また、高齢者が安心・安全に暮らせるコミュニティづくりを進めていくことが重要となっています。

本フォーラムにおいては、エイジレス・ライフの実践事例や、地域で社会参加活動を積極的に行っている高齢者のグループ等の事例を紹介するとともに、有識者による講演・パネルディスカッション等を行うことを通じて、高齢期においても、誰もが地域社会において生きがいをもっていきいきとした生活ができるようにするためには何が必要か、様々な観点から議論を深めています。

- ### プログラム
- 12:30~ 受付開始
  - 13:00~ 開会挨拶 (内閣府特命担当大臣)
  - 13:05~ 事例紹介・表彰式 (エイジレス章及び社会参加章)
  - 14:00~ 基調講演 「貢献寿命を延ばそうーいくつになっても『ありがとう』を交換できる社会へー」
  - 14:40~ パネルディスカッション
  - 16:30 閉会挨拶 (姫路市)

### 基調講演

#### 「貢献寿命を延ばそうーいくつになっても『ありがとう』を交換できる社会へー」

人と交わす笑顔や「ありがとう」のやりとり、誰かのためになる喜びは、いくつであろうと私たちに元気に、そして幸せにします。私たちそれぞれが持つ力を活かして社会とつながり貢献できる社会づくりについて、考えてみましょう。

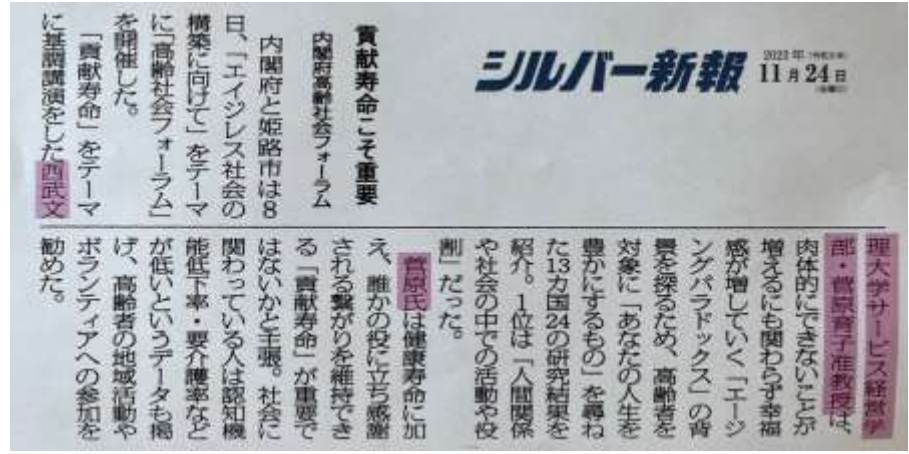


基調講演者・コーディネーター  
**菅原 育子** (すがわら いくこ) 西武文理大学 サービス経営学部准教授  
東京大学大学院人文社会科学系研究科社会心理学専門分野博士課程修了、東京大学高齢社会総合研究機構特任助教・特任講師を経て2021年4月より現職。生涯を通じた社会参加、社会関係とウェルビーイングが専門。著書に「『老年幸福学』研究が教える60歳から幸せが続く人の共通点」(共著)等。

主催：内閣府、姫路市

## 内閣府「高齡社会フォーラム」 (2023.11.8)

(基調講演テーマ)  
**「貢献寿命を延ばそう  
~いくつになっても『ありがとう』  
を交換できる社会へ~」**



# <参考 2>

## INTERNATIONAL FORUM ON THE SUPER AGING CHALLENGE

超高齢社会の課題を解決する国際会議



Day1 : 11月20日(月)

Day2 : 11月21日(火)





# <参考3>

国際老年学会アジア/オセア  
ニア地域大会2023  
学会発表（ポスター発表）  
@横浜国際会議場パシフィ  
コ（2023.6.12-14）

## Engagement with Life and Society in Old Age : Qualitative Exploration of Retired Older Japanese

I. Sugawara<sup>1,2)</sup>, H. Akiyama<sup>2)</sup>, S. Imashiro<sup>3)</sup>, N. Maeda<sup>4)</sup>, R. Yoshida<sup>2)</sup>, A. Hiyama<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Bund University of Hospitality, Saitama, Japan

<sup>2)</sup>Institute of Gerontology, The University of Tokyo, Tokyo, Japan

<sup>3)</sup>Recruit Management Solutions Co., Ltd., Tokyo, Japan

<sup>4)</sup>NLI Research Institute, Tokyo, Japan

<sup>5)</sup>Hitotsubashi University, Tokyo, Japan

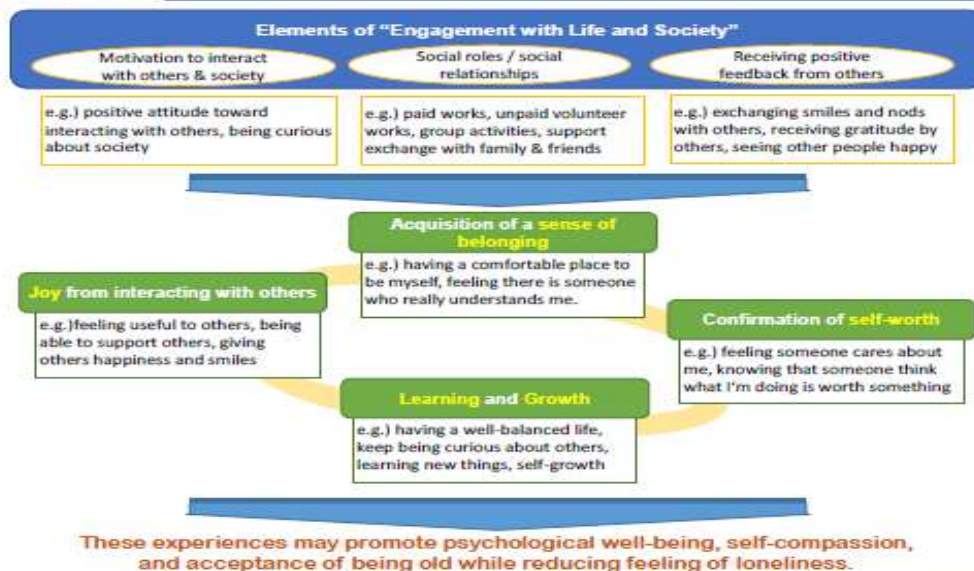
### Objectives

- Active aging and healthy aging policies both emphasize older adults' active participation and engagement in society.
- However, loss of social roles (e.g., due to retirement and spousal loss) and functional declines may prevent life-long engagement.
- In order to realize 'a life-long active society', it is necessary to understand how people view and practice 'social engagement' in later life with various adversities.
- The purpose of this study was to explore how older people view and practice engagement with life and society while facing age-related challenges.**

### Methods

- Participants: 48 Japanese adults (age 60-80s, 30 males, 18 females) living independently with or without IADL difficulty.
- Interviews: seven in-person and eight group interviews, semi-structured, 1 to 1.5 hours each.
- Questions: (a) when do you feel a sense of engagement with life and society? (b) what do you think you gain from engaging with life? (c) your ideal way of engagement with society
- Analyses: Interviews are recorded and transcribed. Texts were analyzed. 'in vivo' coding of words and phrases were conducted.

### Results



### Discussions

- Older adults found greater meaning in their lives through various activities and social relationships.
- Smiling, nodding, and exchanging thanks with others in social roles and relationships invoked people to have positive emotions, a sense of self-worth, and a sense of belonging.
- Based on the findings, we are planning to develop the 'engagement with life and society scale' at a personal level. By measuring the engagement level, one can design intervention programs to promote engagement through life.
- To realize a society in which people can engage with life and society to the end of their life, it is also important to develop social systems that ensure opportunities to interact with and appreciate others in diverse ways, regardless of age or disability.

This study is supported by The Japan Foundation for Aging in Health (PI: Dr. A.Hiyama)  
I have no financial relationships to disclose



# <参考4>

日本心理学会第87回大会  
学会発表（ポスター発表）  
@神戸国際展示場  
(2023.9.15-17)

## 定年退職後の幸福感を高める自己有用感と人とのつながり

○今城志保<sup>1\*</sup>・藤村直子<sup>2\*</sup>・菅原育子<sup>23</sup>・秋山弘子<sup>2</sup>・檜山敦<sup>4</sup>  
(<sup>1</sup>リクルートマネジメントソリューションズ <sup>2</sup>東京大学 <sup>3</sup>西武文理大学 <sup>4</sup>一橋大学)  
キーワード: 定年退職, 就労, 社会活動, 幸福感

Examination of the effects of sense of contribution and connection with others on elderly citizens' well-being  
Shiho IMASHIRO<sup>1</sup>, Naoko FUJIMURA<sup>2</sup>, Iluko SUGAWARA<sup>23</sup>, Hiroko AKIYAMA<sup>2</sup>, Atsushi HIYAMA<sup>4</sup>,  
[\*Recruit Management Solutions Co.,Ltd, <sup>1</sup>The University of Tokyo, <sup>2</sup>Bunri University of Hospitality, <sup>4</sup>Hitotsubashi University]  
Key Words: mandatory retirement, work, social activities, well-being

近年、シニアの就労について様々なデータが提供されるようになってきている。一方で、定年退職後の就労が、シニアにどのような心理的影響を与えているのかわからないことも多い。本研究では、定年退職後のトランジションを経験したシニア層を対象に、退職後の就労と社会参加活動のそれぞれが、幸福感に与える影響を見た。サクセスフルエイジングの考え方をベースに、「人とのつながり」と「自己有用感」が、独立して幸福感を高めるかを検証した結果、いずれもプラスの関係が確認された。加えて、社会的なつながり動機の個人差を含めたプロセスモデルを作成した。就労と社会活動はともに、全般的には幸福感に望ましい効果があったものの、就労や能動的つながり動機を持つことは、時と場合によってマイナスの効果となる可能性も示された。

### 目的

- 近年、欧米諸国でもシニアの就労や退職に関する研究が注目されている(Berkman & Truesdale, 2023)。
- 人口高齢化による高齢就業者の増加と、先進国を中心とした Active Aging Policy (WHO,2002)の浸透
- サクセスフルエイジングという考え方は、心身が健康であることに加えて、生産的であること、人とのつながりを持つことの重要性が説かれている(Rowe & Kahn, 1997)
- 就労には、生産的である機会も、人とのつながり機会もある。一方で、そういった機会は趣味やボランティアなどの社会活動にもある。
- 本研究では、定年退職後のシニアの幸福感に、就労や社会活動、生産性や人とのつながりがどのように影響しているかを探索的に見ていく

### 方法

- 2023年2月に調査会社のパネルを用いてインターネット調査を実施
- 2018年1月～2022年12月に従業員規模300名以上の会社・団体を定年退職した60～74歳の首都圏在住者で、ホワイトカラー職種に従事していた人
- 就労理由で「働かないと生計が成り立たないため」を選択した人は、経済的理由のみが強く影響する可能性が高いため、今回の対象から外した
- 有効回答数は2498名で、年齢は60代(88%)、性別は男性に偏っていた(92%)
- 測定内容
  - 「就労の有無」は調査回答時点での就労の状況
  - 「社会活動の有無」は社会活動(ボランティア活動、地域活動、趣味の活動など)を行っているか
  - アジアに特徴的と考えられている協同的幸福感(Hitokoto & Uchida, 2015)を用いて、「人並みの幸福」(6件法6項目 $\alpha=0.92$ )と「人とのつながりの幸福」(6件法3項目 $\alpha=0.85$ )の2尺度を構成
  - 自らが生産的であると感じる程度として、「自己有用感」を測定(6件法7項目 $\alpha=0.95$ ;伊藤・山崎・相良(2021)の一部を使用)
  - 人とのつながりについては、周囲の人や家族・友人との会話、相談などに関する頻度を尋ねる項目で「過去半年のつながり頻度」を測定(4件法5項目 $\alpha=0.81$ ;オリジナル)。
  - どのようなつながりを持ちたいかの個人差を見るために、ネットワーキングの動機づけ尺度(Hirashima & Igarashi, 2016)を用いて、「能動的なつながり動機」(6件法5項目 $\alpha=0.89$ )、「受動的なつながり動機」(6件法3項目 $\alpha=0.88$ )の2尺度を構成
- 分析は構造方程式モデルを用いて、就労や社会参加、そしてつながり動機が、自己有用感と過去半年のつながり頻度を媒介して幸福感に影響するとのモデルを検討した

\*Berkman, L. F., & Truesdale, E. C. (2023). Working longer and population aging in the US: Why delayed retirement isn't a practical solution for many. *The Journal of the Economics of Aging*, 24, 100432.  
\*Hitokoto, H., & Uchida, Y. (2015). Interdependent happiness: Theoretical importance and measurement validity. *Journal of Happiness Studies*, 16, 211-235.  
\*Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The gerontologist*, 37(4), 433-440.  
\*伊藤裕子, 山崎幸子, & 相良真子. (2021). 自己有用感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討. *日本心理学会大会発表論文集*, 83, 1A-068.  
\*Hirashima, T., & Igarashi, T. (2016). Cross-cultural investigation of Social Networking Motivation Scale. In Symposium conducted at the 23rd International Association for Cross-Cultural Psychology.

この研究は、令和4年度産科科学研究者交流事業である「若手研究者を支援する高齢社会福祉研究交流」を受けて実施されたものです。記してお礼申し上げます。

### 結果と考察

- 図1に就労と社会活動の有無別に、2種類の幸福感の平均値を示した
- 人並みの幸福では、就労あり・社会活動ありと就労なし・社会活動ありの間にのみ有意差がなく(赤○)、就労より社会活動をしている人ほど平均値が高い傾向があった
- 人とのつながりの幸福では、就労あり・社会活動なしと就労なし・社会活動ありの間にのみ有意差がなく(青○)、就労も社会活動も同等に幸福感を高めた
- 図2は構造方程式モデルの最終モデルで、関連を想定したパスをすべて引いた後、有意にならなかったものを外した ( $\chi^2=10.3, p=0.02, AGFI=0.96, RMSEA=0.03, AIC=76.36$ )
- 就労も社会活動も、つながり頻度と自己有用感にポジティブな関係があったが、その程度は就労のほうが強かった
- 2種類のつながり動機もつながり頻度と自己有用感にポジティブな関係があったが、つながり頻度には受動的なつながり動機が、自己有用感には能動的なつながり動機のほうが、パスの値が大きかった
- つながり頻度と自己有用感、どちらも2種類の幸福感にポジティブな関係があった(自己有用感の方が値が大きいが、測定尺度の影響である可能性)
- サクセスフルエイジングで論じられたように、生産的であること、人とのつながりを持つことは、定年退職後のシニアの幸福感を高める可能性が示された
- 想定と異なる結果の一つは、就労はつながりや有用感を媒介しないと、幸福感にネガティブな影響があったこと(赤○)である
- もう一つは、受動的なつながり動機は2種類の幸福感にいずれもポジティブな影響があったが、能動的なつながり動機は、人並みの幸福に対してネガティブなパスとなったこと(青○)である
- 就労も能動的なつながり動機も、有用感を感じられない、あるいは人とつながる機会がないと、望むものが得られないフラストレーションとなり、幸福感が下がるのだから
- 今回は、経済的理由で就労しておらず、定年退職時に300名以上の組織で働いていた首都圏在住者を対象としていること、女性がほとんど含まれておらず、1時点のデータであるため、今後さらにデータ収集を行い、検討を進めたい

図1 就労・社会参加の有無別 2種類の幸福感の平均値

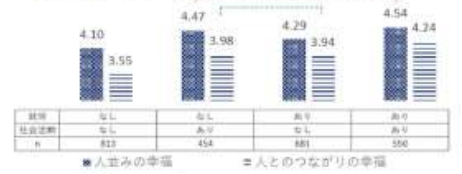


図2 構造方程式モデル



# <参考5>

NHK WORLD, BIZ  
STREAM, Seniors with  
More to Give, GBERの  
紹介, 2023.5.13

NHK WORLD-JAPAN

Watch Live

On Demand

Video

Audio

Programs

Playlists



## Seniors with More to Give

BIZ STREAM 28m 00s

Broadcast on **May 13, 2023** / Available until **May 13, 2024**





# <参考6>

令和5年度版  
消費者白書、  
「【事例】高齢者の社会貢献活動の促進に向けた支援」、  
2023.6.13

## 事例 デジタル技術で高齢者の地域活動を支援する

### GBER

一橋大学大学院ソーシャル・データサイエンス研究科の楢山教授は、高齢者の就労と社会参画を促進するウェブアプリケーション「GBER: Gathering Brisk Elderly in the Region」(以下「GBER」という。)を研究開発、運営しています。高齢者と、仕事を始めとする地域活動とを、時間、場所、スキルの三つの観点からつないで、高齢者層の社会参画を促進するプラットフォームの社会実装を目指しています。

### 元気な高齢者を、社会を支える存在として応援したい

バーチャルリアリティ等の研究を行っていた楢山教授は、博士号取得後、高齢者の生活支援ロボットの研究開発プロジェクトに携わりました。支えられる対象としての高齢者にアプローチするものでしたが、プロジェクトを通して高齢者と触れ合い、超高齢社会について理解を深めていく中で、少数の若者層で社会を支え続けようとするのではなく、元気な高齢者が社会を支える側になることで、より日本を明るく未来へと導くことができるのではないかと考え始めました。



楢山教授

### 高齢者の生活スタイルに合わせて、地域活動とのマッチングを行う

楢山教授が研究開発するウェブアプリケーションGBERは、仕事、ボランティア、生涯学習、イベント等の多種多様な地域活動を、高齢者と結び付けることをサポートするマッチングプラットフォームです。GBERでは、カレンダー(スケジュール)機能を使い、自分が参加できる日時で活動を探ることができます。また、地図機能を使い、自分の生活圏内の活動を探することもできます。さらに、簡単な質問に答えることで自分の興味・関心やスキルを登録することもできます。このようにして、GBERは「時間」「空間」「できること・関心があること」という三つの視点を、自分の生活スタイルに合わせた地域活動探しに取り入れています。また、地域の求人団体や高齢者にとっても、お互いの都合に合わせて一件一件電話で問い合わせていたことに対し、マイペースで募集と応募ができるメリットがあるそうです。

仕事やボランティアと高齢者とのマッチングに際しては、一見すると専門知識や技能が必要そうな内容であったり、一人の時間や体力ではこなせなさそうな内容であっても、その一部であれば、現役時代の経験や技能をいかしたり、自分の体の状態に合わせて参加することもできます。このように、一人分の仕事を分割し、複数

### GBER: 地域活動へのマッチングプラットフォーム



地域参加したい予定管理  
生活圏内の地域活動を検索  
GBERの画面  
興味関心を手軽に入力

名の高齢者が力を合わせて地域の困り事を解決するという考え方が、高齢者に無理のない就労や社会貢献活動を考える際には重要といえます。

### 柏市で実証研究後、熊本県を皮切りに社会実装が拡大中

GBERは最初に千葉県柏市で実証研究が行われました。高齢者の就労や社会貢献活動を支援する団体でGBERを導入し、地域の住宅のガーデニングの仕事とのマッチングが行われています。その結果、2016年4月から2022年3月までに、延べ約9,000人の高齢者が参加しました。

この研究成果を基にアプリケーションを改善し、2019年に自治体事業として初めて熊本県での社会実装が始まりました。熊本県では高齢者へのインフォーマルサービス(介護保険外)を提供している団体とシルバー人材センターがGBERを活用しており、GBERの講習会や、スマートフォンを使い慣れていない方へのサポートも行っています。GBERは、東京都世田谷区、福井県、神奈川県鎌倉市でも活用されており、その社会実装が広がっています。



活動に取り組み高齢者の方々

### 課題は、参加のハードルを下げる

高齢者は柔軟な働き方を求めているといっても、いざ仕事探しを始めると企業の知名度や仕事内容等、現役時代と同じような観点で仕事を探すため、地域の事業者のことを知らなかったり、実際の業務よりも業種への先入観から自分には合わないと思ったりするため、応募へのハードルは高いそうです。自分の住む地域についてよく知らない方も多くいます。初めの一步を踏み出せるように、まずはイベント等を通して、地域の活動や事業者を知ってもらうことが必要です。

高齢者が地域活動に参画しやすくするため、GBERでは仕事だけではなく、ボランティアや生涯学習等の様々な地域活動を集約し、高齢者が心身の状況に合わせて活動を選べるようにしています。最初は参加のハードルが低い生涯学習やイベント等から参加し、自分の住む地域と事業者についての理解やつながりを深めた後に、地域で仕事を行うこともできます。

このように、就労も含めた様々な地域活動を集約し、高齢者に提案していくためには、それぞれの活動に関わる様々な行政部署との連携も重要になってきます。GBERの社会実装が更に進むためには、地域の事業者や団体だけでなく、高齢者に関わる様々な行政部署が特を超えて協力して取り組んでいくことが重要であるとのことでした。

### 目指すのは、高齢者の地域での活躍と、現役世代の負担軽減

楢山教授は「GBERを通して、高齢者の帰属意識を、現役時代とは異なり、企業から地域へと移すことで、高齢者自身の経験とスキルを様々な地域企業に提供する機会を増やし、そこで頑張る現役世代の負担も軽減できる社会を実現したい」と話します(図表)。

### 【図表】目指す社会の姿 現役世代の負担軽減 企業から地域への帰属





# <参考7>

死と生を  
見つめて 第4部  
多様な研究 ⑤

人生100年時代を迎え、「老年学(ジェロントロジー)」が注目されている。

加齢に伴う心身の変化を研究し、個人と社会の様々な課題の解決を目指す学問——ニッセイ基礎研究所ジェロントロジー推進室、首席研究員の前田展弘さんは、こう説明する。

文・理系問わない分野

1903年に、免疫学者・メチニコフが提唱。生物学、医学、経済学、社会学、社会福祉学など、文系理系問わず広い分野にまたがる。当初は寿命をいかに延ばせるかに主眼が置かれ、やがて高齢者の生活の質向上などへテーマが広がった。人種差別、性差別とともに社会の3大差別

「健康でなくなくても誰かの支えになれる」という新たな長寿の価値を示したい」と語る前田さん。——黒瀬祐生撮影

## 老年学、加齢の課題に焦点

とされる年齢差別をなくすことも目的のひとつだ。「長生きの価値が揺れ、年を取ることに悲観的な人が増えています。日本は高齢化の最先進国で、課題解決についても最先進国になる必要があります」

これまで、高齢化に関する様々な研究が行われてきた。例えば老化や寿命。遺伝子が寿命に与える影響は、3割にすぎず、生活・環境的要因が、8割。寿命を決めているのは自分自身ということになる。「適正な睡眠」「喫煙しない」「適正な体重」など、寿命を延ばす要因とされるものは数多くあるが、こうすれば長生きするという決定要因は分かっていない。

これまでの世界の最長寿者は

120歳。日本は110歳。哺乳類の最長寿命は、性成熟年齢の5〜7倍とする説があり、人間の場合、14歳×7=98歳となる。2年前には、米国の大学の研究者が、今世紀中に100歳まで生きる人が現れる確率を13%と予測し、話題になった。

高齢者の心理的变化については、米国の精神科医が後半生に四つの発達段階があるという説も提唱している(表参照)。

老後の不安を希望に

日本では現在、東京大、桜美林大、国立長寿医療研究センター、東京都健康長寿医療センター研究所、ニッセイ基礎研究所などが老年学関連の研究に取り組んでいる。

読売新聞朝刊 (2023.9.21)

① 健康より おカネより、大切なこと

キーワードは「貢献寿命」でした

# 大研究

## 「幸せな晩年の

人生100年時代。長生きはできるようになったが、新たな問題が。ありあまる時間をどう過ごせば幸せに老いることができるのだろうか。老年学の研究が進んだ結果、ひとつの解が見えてきた。

幸せな晩年を送るためにはなにが必要なのか——洋の東西を問わず、人間社会が長きにわたって向き合ってきた難問だ。おカネは必要だろう。健康であることに越したことはない。ところが、健康であってもおカネがあっても、心の底に渦巻く漠然とした不安を抑え込むことができない。一

体なせなのか。老いについて研究する老年学の世界で、この難問に対するひとつの答えが見つかるうとしてい

る。本当に幸せな晩年を迎えるためには、「貢献寿命」が大切であることがわかってきたのだ。

ニッセイ基礎研究所・首席研究員の前田展弘氏が説明する。

「命の時間、人々の健康は、こころ、こ

「週刊現代」(2023.10.21-28号)



# <参考12> ◆ 北欧各国大使館主催 Nordic Talkでの国際的な意見交換 (2月14日)

NORDIC  
TALKS

INSPIRE TO ACT  
ACT TO INSPIRE

## NORDIC TALKS JAPAN

### Smart Cities in Aging Societies



**Momoko Nakatani**

Associate Professor,  
Tokyo Institute of Technology



**Svend Haakon Kristensen**

President &  
Representative Director,  
Laerdal Medical Japan K.K.



**Kirsi Kotilainen**

Smart Energy and Built Environment,  
Solution Sales Lead,  
VTT Technical Research Centre of Finland



**Atsushi Hiyama**

Professor,  
Graduate School of  
Social Data Science,  
Hitotsubashi University

**Feb 14th, 17:00-18:30 (JST): Hybrid Event**



ROYAL DANISH EMBASSY  
Tokyo



Embassy of Sweden  
Tokyo



NORDIC  
INNOVATION  
HOUSE

Finnish Institute in Japan  
フィンランドセンター



Embassy of Iceland  
Tokyo



Norwegian Embassy  
Tokyo

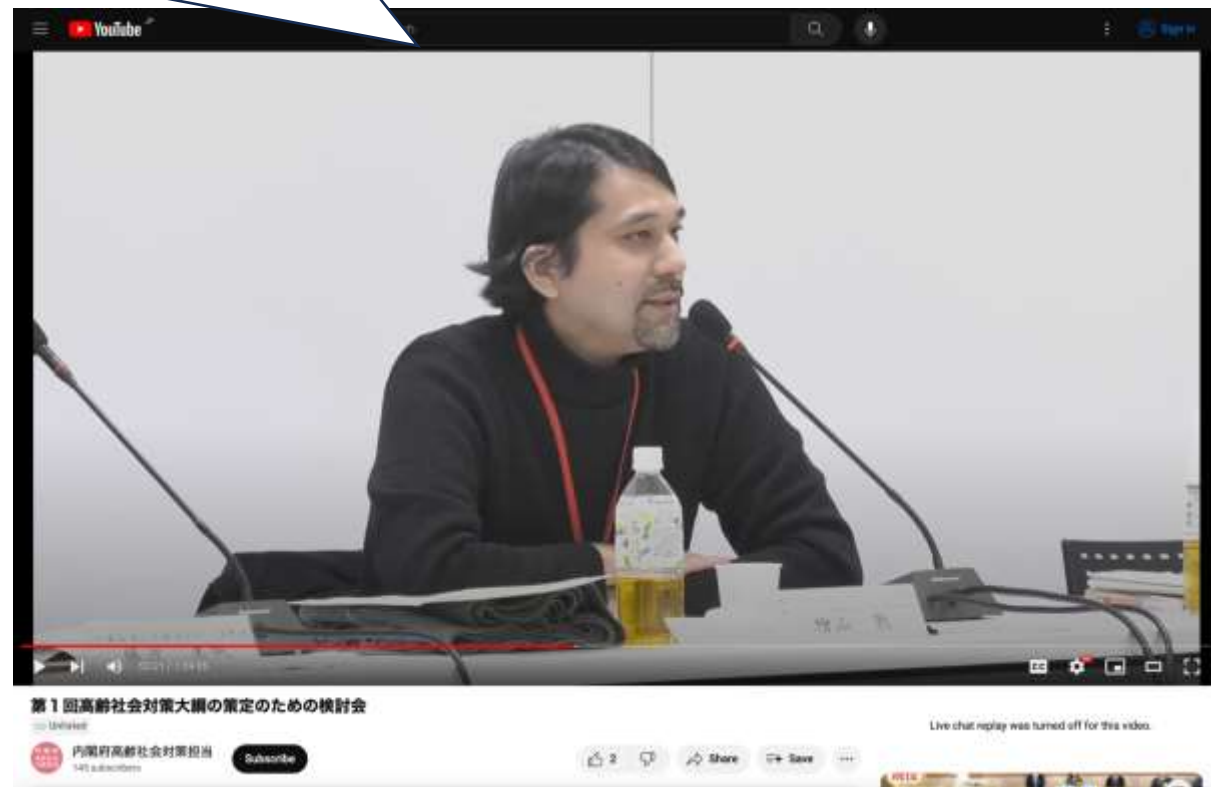
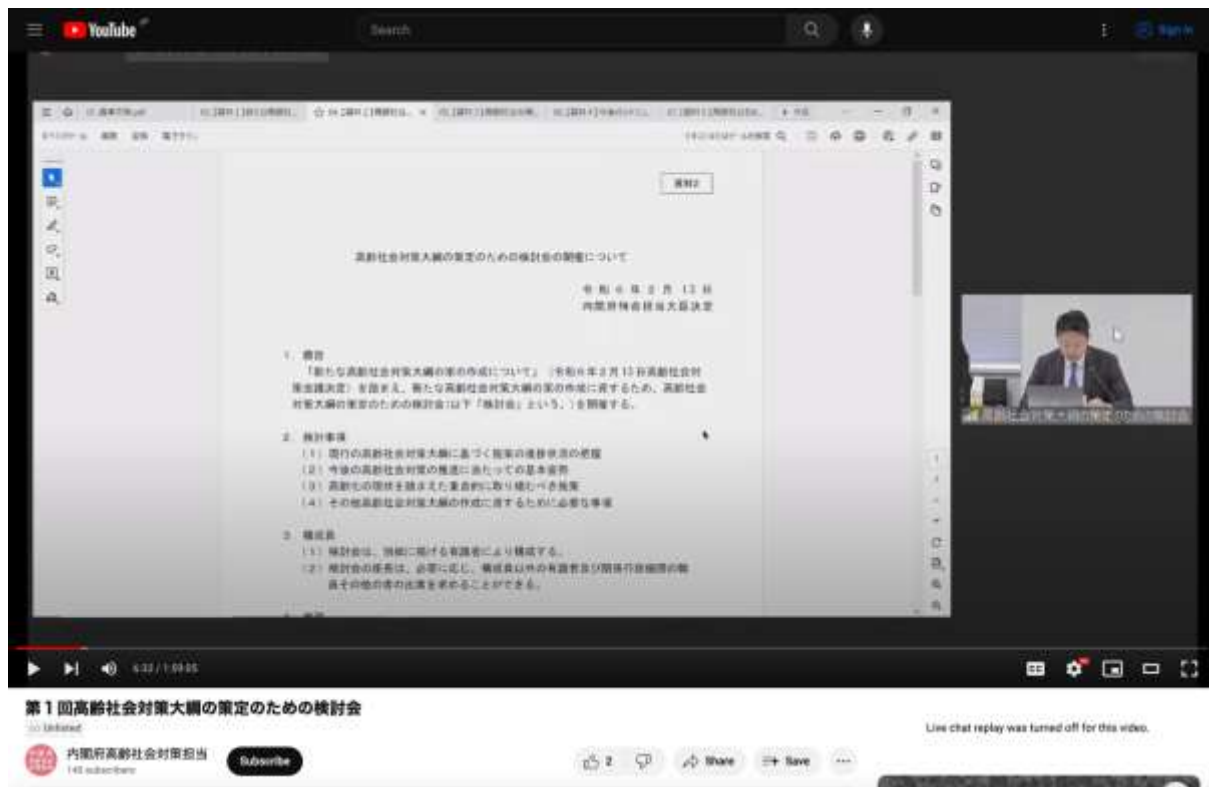
ノルウェー大使館 @NorwayinJapan · 2月15日

昨日開催のNORDIC TALKS @tokyotech\_jp  
高齢化が日本と北欧で共通の課題となるなか、テクノロジーやデータを活用し、都市やサービスをデザインする上での課題や最新の事例紹介など、ヘルスケアやスマート化、情報通信の分野の専門家たちがトークを繰り広げました。ご参加・ご協力いただいた皆様TAKK!



# <参考13> ◆内閣府 高齢社会対策大綱の策定のための検討会（第1回）（2月15日）

これからの高齢社会における貢献寿命の概念と  
ICT利活用の重要性を発信





# <参考14> ◆東京都主催 東京ホームタウン大学 (2月17日)



東京ホームタウン大学 2024

**2024 2/17 土**

13:00 - 17:30 (開場12:30)

**参加無料 要事前申込**

東京大学 伊藤国際学術研究センター

**いま、地域のトビラを開く**

—東京でつながる・動き出す—

**地域参加のトビラ 見本市**

市内で活躍する地域団体・NPOとの出会いの場!

同時開催

「4年ぶりの会場開催!」

**メインセッション**

「2025年、そして、その先へ。」

超高齢社会・東京のこれまでとこれから

**テーマ別分科会**

独立系・ダブルケアといった課題への取り組みや、デジタル技術活用、シニアの活躍、生活支援など様々な活動の事例をヒントに、地域とつながり、地域で活躍するこれからを考えます。はじめの一歩を今と後押しするセッションも。

**クロージングセッション**

「さあ、地域に踏み出そう!」

東京を「ホームタウン」にするための提案

**講師**

堀田 聡子氏 (慶應義塾大学大学院 健康マネジメント研究科 教授)

檜山 敦氏 (一橋大学大学院 ソーシャル・データサイエンス研究科 教授)

池口 武志氏 (一般社団法人定年後研究所 理事・所長)

**主催** 東京都福祉局

このイベントは、令和16年度高齢社会の地域創生推進事業による地域創生型NPOの普及啓発の一環として開催します。

内容の詳細はこちら、もしくはお電話をご覧ください。

