

中国の高齢者の余暇活動とQOLに関する研究

—長春市の事例—

戴 強

仲野隆士

キーワード：生活の質，高齢者，余暇活動

Study on leisure activities and QOL of China's elderly
- Case of Changchun City -

Qiang Dai

Takashi Nakano

Abstract

The trend of Population Aging is getting more and more obvious in the 21st century, which is a problem faced by all the countries around the world. In order to solve this problem, and improve the QOL (quality of life) of the elderly people, corresponding policies need to be raised.

【Objective】 To collect and arrange related documents, with an aim to make a research on the relationship between QOL and leisure activity of elderly people in related city. And furthermore, complete the data of the effect of leisure activity and QOL of elderly persons.

【Method】 By collecting and researching on previous documents, this thesis is mainly a collection of theses on leisure activities and QOL of elderly people in China, Japan, Europe and the US. The thesis is a quantitative study based on questionnaire survey.

【Results and Conclusion】 The QOL of Chinese elderly people correlates significantly with their sports, hobbies, and creative works.

Health status correlates with satisfaction of economic living condition, leisure activities, hobbies, creative works, sight-seeing and travelings.

Leisure activities correlates with satisfaction of living conditions and hobbies and creative works.

Key words: QOL, Elderly people, Leisure activities

I. 諸言

21 世紀に入り、世界の高齢化の傾向は更に進み、国を問わず社会的に大きな問題や課題が存在しているのが現状であろう。それらの解決に向けて、高齢者の QOL（生活の質）を高め、それによって健康の保持増進を測り、心身ともに元気な高齢者であり続けるための政策が様々な形で取り組まれている。

中国は 2000 年に高齢社会に入った。2000 年末 60 歳以上の人口は 12985 万人、およそ全国の総人口の 10.5% を占め、65 歳以上の人口は 8810 万人、全国の総人口の 7.1% を占めるに至った。ここ数年来高齢化の過程は加速し、2008 年末は 60 歳および以上の人口が 15989 万人、およそ全国の総人口の 12% を占め、2000 年に比べ、1.5% 上昇し、全国の 65 歳以上の人口は 10956 万人、全国の総人口の 8.3% を占め、2000 年に比べて 1.2% 上昇した。2009 年末、長春市の 60 歳および以上の高齢者の人口数は 102.67 万であり、総人口の数量の 13.6% を占めている。

60 歳以後、一般的に加齢に伴い身体機能の退化が早まり、高齢者の健康状況は低下していき、抵抗力が減少し病気になる確率が増大し、医療費は増えていく。更に高齢者は社会と家庭の中、立場の変化により孤独な心理、無用な心理などの心の問題をも引き起こす。したがって、健康状態が悪化し、自分で処理する能力が弱まるという悪循環を招いていることが予測される。心理の変化の大きい高齢者程、経済と生活の上での世話と精神上的の慰謝が必要となる。社会において、高齢者人口が増えることに伴い、養老サービスの需要が、大幅に増加した。しかし、中国における現在の養老サービス業は、低いレベルといえる。元来、伝統的に高齢者の生活の世話を引き受けるのは家庭である。仕事が多忙であり、社会は競争が激化し、高齢者への物質面と精神面に対し、有効

な助けを提供することができなく、家庭は高齢者に対する看護が次第に減少し、高齢者の QOL は低下し、中国全体の社会的な問題となっている。

高齢者人口は中国の人口の重要な構成部分であり、中国は全面的に小康社会（小康とは、中国が経済発展の段階の一つとして目指している、「十分に裕福とは言えないが、庶民の暮らしが安定し、ある程度ゆとりのある」状態のこと）を建設し、経済の持続可能な発展を目標としており、必ず高齢者の問題を解決しなければならない。一方、高齢者の QOL の問題は、高齢者の核心問題である。高齢者の QOL は、中国の社会主義市場経済成長が持続し社会主義和諧社会の基礎を建設する上で、適切に改善されなければならない。現状から見れば、高齢者は中国社会の弱者層である。社会は高齢者の QOL への関心が足りない高齢者の QOL の理論的指導も極めて不足している。そのため、中国における高齢者の QOL の研究は急務の課題であり、高齢者の QOL を高めるために価値のある対策と提案を提供することが求められているといえる。

II. 目的

これまでの余暇活動と QOL に関する研究では、余暇活動は QOL の向上に関連があり、ライフスタイルに余暇活動を取り入れることで QOL の向上が期待できると考えられている。一方、現在の中国では余暇活動がどのように QOL を改善し、どのような関連があるのかという、系統的な研究が不足している。そこで、本研究では、都市の高齢者の余暇活動と主観的な QOL に対する影響を分析し、余暇活動と QOL の関連を検証し、先行研究で得られている成果と比較する。

社会主義和諧社会を作り上げる背景の下で、中国という“人間本位”の原則は明らか

に示されている。高齢者は、社会と各級政府の重点的な支援の対象とされている。都市の高齢者の余暇活動と QOL の影響を研究し、現在の高齢者余暇生活の中で存在する問題と苦境を発見し、余暇活動が高齢者の QOL に与える影響を明確にすることを目的とする。

Ⅲ. 方法

本研究は量的研究なので、質問紙によるアンケート調査を実施しデータを収集することにした。

研究対象は、中国長春市の公園と広場、老人大学、養老院において余暇活動を実施する高齢者各 200 名である。中国では一般的に 60 歳以上が高齢者と捉えられているので、本研究では 60 歳以上を高齢者として定義した。

長春市では 2003 年に高齢社会に入っ、今すでに高齢化の急速的に発展する段階に入った。長春市は中国の北方に位置し、経済発展は中国の南方と比べたら、立ち遅れている。そのため長春市の若者の多くは南方で働き生活するため、高齢化率が上がっているのが現状である。

調査時期は 2015 年 8 月 3 日から 9 月 13 日で、3 ヶ所で調査を実施した。

公園と広場に関しては、留め置き法による質問紙調査を実施した。200 部を配布した。190 部を回収した。有効回収数は 181 部であった。老人大学に関しては、大学の責任者は被験者を集合させてもらい、簡易的な説明をした後、質問紙に答えていただいた。200 部を配布し、181 部を回収した。有効回収数は 177 部であった。養老院に関しては、養老院の責任者に来意を告げ、養老院の看護師に同行していただき、被験者の部屋に行き、質問紙の答え方を説明した。その後、被験者に質問紙に答えていただいた。200 部を配布し、178 部を回収した。有効回収数

は 167 部であった。

本研究の調査内容は、表 1 に示す通りである。調査項目は、個人的属性 6 項目、余暇活動の実施頻度 26 項目、QOL 6 項目である。

表1. 調査内容

要因群	項目
個人の属性	1)性別 2)年齢 3)学歴 4)婚姻 2)5)世代 6)通院
余暇活動の実施頻度	1)散歩 2)体操 3)ハイキング 4)太極拳 5)太極拳以外のスポーツ 6)体育籤 7)飲酒 8)映画・芝居 9)民謡 10)外食 11)買い物 12)社交ダンス・踊り 13)広場ダンス 14)宗教活動 15)絵・写真・書道 16)園芸 17)編物・裁縫 18)麻雀・トランプ 19)中国将棋・囲碁 20)インターネット 21)音楽会・コンサート 22)美術館・博物館 23)日帰り旅行 24)泊りがけの国内旅行 25)海外旅行 26)社会奉仕・ボランティア活動
QOL 評価と満足度	1)人間関係(親族) 2)人間関係(仲間集団) 3)余暇活動 4)生活環境 5)経済生活 6)健康状態

本研究では SPSS、EXCEL などを用いデータ分析した。余暇活動と QOL の単純集計を男女別に行い、性差を把握する。また、余暇開発センターの《レジャー白書》の分類を参考に、各余暇活動を①スポーツ活動、②趣

味・創作活動、③娯楽活動、④観光・旅行活動に分類し、各余暇活動及び四つの活動とQOLと関連を検証する。QOLの測定指標は、カナダ全国フィットネス調査を参考に、①人間関係(親族)、②人間関係(仲間集団)、③余暇行動、④生活環境、⑤経済生活、⑥健康状態の6項目の満足度で構成した。

IV. 結果

1. サンプルの特性

回答者の性別、年齢構成は、男性が91名、女性が90名で男女比率はほぼ同じである。回答者の年齢層は、65～69歳が最も多く、男性で40.7%、女性でも42.2%を占めた。次に60～64歳と続く。

老人大学の結果は、男性が98名、女性が79名である。回答者の年齢層は、男性が60～64歳最も多く、女性は60～64歳と65～69歳がほぼ同じである。60代の女性は70%を占めた。

養老院の結果は、男性が66名、女性が101名である。回答者の年齢層は、男性が70～74歳最も多く、60.6%を占め、女性でも60%以上を占めた。

世帯構成は、養老院の高齢者は全て養老院に住み、他は夫婦二人が暮らしている場合が最も多く、次に子どもやその家族との同居であった。しかしながら、老人大学の一人暮らし、子どもと一緒に同居する高齢者は、公園と広場の高齢者よりも高い値を示した。

通院については、26.5%が定期的に病院通いしており、通院してない人は28%であった。非定期的に通院している者は、男性で50.6%、女性で44.1%であった。

2. 性別からみた余暇活動の参加頻度

余暇活動の参加頻度は、表2に示した。「散歩」は、参加頻度が非常に高く、高齢者に対して、最もよく行う活動である。同じスポー

ツ活動として、「太極拳」については男性の過半数が実施している。高齢者には、散歩や太極拳など、適切な運動量、身近に行えるスポーツ活動の実施頻度が高い傾向を示した。

趣味・創作活動について、「広場ダンス」、「買い物」、「麻雀・トランプ」などはよくされている活動である。顕著な性差が見られた項目は「広場ダンス」であり、参加者はほとんどが女性であった。一方、「麻雀・トランプ」、「中国将棋・囲碁」を実施している者のほとんどが男性であった。その他、「音楽会・コンサート」、「美術館・博物館」は、毎年何回が実施されているが、入場券は必要である。中国の高齢者の意識は、お金はかけない処を好む傾向が強い。「趣味・創作活動」に関して、高齢者たちは、日常的に身近に行える活動に比重が置かれていた。

観光・旅行活動については、中国の高齢者は大部分が孫を配慮し、且つ、お金が掛からない活動に参加するため、旅行活動はほとんど実施しないようである。

表2. 性別からみた余暇活動の実施頻度 (%)

		3回以上/週	1～2回/週	1回/月	2～4回/年	1～2回/年	しなかった
散歩	男性	21(22.4)	34(34.3)	5(2.0)	0(0.0)	5(2.0)	1(0.4)
	女性	21(22.1)	48(47.0)	8(3.0)	0(0.0)	0(0.0)	5(1.8)
体操	男性	28(11.0)	14(5.5)	18(7.5)	7(2.7)	1(0.4)	188(72.9)
	女性	25(8.8)	20(11.5)	24(8.9)	4(1.5)	8(2.2)	180(68.7)
マイキング	男性	18(0.4)	2(0.8)	20(11.8)	74(28.0)	28(10.2)	107(42.0)
	女性	18(5.8)	7(2.8)	20(7.4)	55(18.3)	25(13.0)	140(51.9)
太極拳	男性	87(94.1)	73(28.2)	11(4.3)	1(0.4)	8(2.4)	78(30.8)
	女性	40(14.8)	28(12.2)	8(2.2)	4(1.5)	11(4.1)	170(68.0)
太極拳以外のスポーツ	男性	14(5.5)	15(5.9)	68(26.7)	12(4.7)	18(8.3)	130(51.0)
	女性	13(4.8)	8(3.0)	38(14.1)	17(8.3)	17(8.3)	177(66.6)
作楽	男性	18(5.1)	7(2.7)	20(7.8)	22(8.6)	18(5.1)	180(70.6)
	女性	10(3.7)	7(2.8)	8(3.0)	8(3.0)	28(8.8)	210(77.8)
飲酒	男性	20(7.8)	41(16.1)	84(32.8)	24(9.4)	18(8.3)	70(27.5)
	女性	5(1.9)	8(3.0)	17(8.3)	24(8.9)	27(10.0)	188(70.0)
映画・芝居	男性	4(1.8)	8(3.2)	14(5.5)	31(12.2)	58(22.7)	145(58.7)
	女性	8(3.0)	8(2.2)	17(8.3)	25(9.3)	48(17.0)	188(68.2)
民謡	男性	2(0.8)	2(0.8)	8(1.2)	11(4.3)	18(7.5)	218(86.5)
	女性	2(0.7)	0(0.0)	5(1.8)	14(5.2)	28(10.4)	221(81.9)
外食	男性	18(5.1)	15(5.9)	68(27.1)	73(28.8)	31(12.2)	54(21.2)
	女性	9(3.3)	12(4.4)	68(25.2)	82(30.4)	28(10.4)	88(32.2)
買い物	男性	58(22.0)	34(13.3)	47(18.4)	13(5.1)	27(10.8)	78(30.8)
	女性	72(28.7)	44(16.3)	20(11.8)	28(10.4)	34(12.8)	88(32.2)
社交ダンス・踊り	男性	21(8.3)	17(8.7)	12(4.7)	8(3.1)	7(2.7)	180(74.5)
	女性	27(10.0)	28(10.7)	13(4.8)	8(3.0)	10(3.7)	182(67.4)
広場ダンス	男性	49(18.8)	30(11.8)	8(3.1)	4(1.5)	8(2.4)	159(62.4)
	女性	120(44.4)	27(10.0)	13(4.4)	8(3.0)	10(3.7)	88(32.4)
音楽活動	男性	7(2.7)	2(0.8)	2(0.8)	11(4.3)	24(9.4)	208(80.0)
	女性	3(1.1)	8(2.2)	4(1.5)	13(4.8)	15(5.6)	228(84.8)
絵・写真・書道	男性	10(3.8)	8(1.2)	12(4.7)	23(9.0)	33(12.8)	174(68.2)
	女性	7(2.8)	8(1.1)	11(4.1)	12(4.4)	21(7.8)	218(80.0)

園芸	男性	8(2.4)	3(1.2)	2(0.8)	10(3.9)	22(8.0)	211(82.7)
	女性	0(0.0)	1(0.4)	11(4.1)	17(6.3)	24(8.8)	217(80.4)
編物・裁縫	男性	4(1.8)	7(2.7)	6(2.4)	6(2.5)	10(3.8)	214(85.9)
	女性	2(0.7)	11(4.1)	15(5.8)	45(16.7)	58(20.7)	141(53.2)
麻雀・トランプ	男性	38(14.1)	48(18.0)	48(18.0)	29(9.0)	9(3.5)	60(28.5)
	女性	17(8.3)	27(10.0)	28(14.4)	21(7.8)	17(6.3)	149(55.2)
中国将棋・囲碁	男性	35(13.7)	6(2.8)	3(1.2)	8(3.5)	13(5.1)	109(41.8)
	女性	10(3.7)	14(5.2)	12(4.4)	4(1.5)	13(4.8)	217(80.4)
インターネット	男性	18(8.3)	15(5.8)	18(8.3)	4(1.8)	12(4.7)	180(75.3)
	女性	20(7.4)	15(5.8)	12(4.4)	5(1.8)	14(5.2)	204(75.8)
音楽会・コンサート	男性	1(0.4)	3(1.2)	3(1.2)	6(2.4)	30(11.3)	212(83.1)
	女性	2(0.7)	1(0.4)	2(0.7)	12(4.4)	20(7.4)	229(88.3)
美術館・博物館	男性	0(0.0)	1(0.4)	4(1.8)	17(6.7)	30(11.3)	203(79.8)
	女性	0(0.0)	1(0.4)	1(0.4)	14(5.2)	30(11.3)	224(83.0)
日帰り旅行	男性	1(0.4)	0(0.0)	4(1.8)	20(12.5)	85(25.5)	153(60.0)
	女性	0(0.0)	0(0.0)	3(1.1)	28(10.7)	71(28.3)	187(81.9)
泊りがけの国内旅行	男性	0(0.0)	0(0.0)	3(1.2)	13(5.1)	79(28.8)	189(85.1)
	女性	0(0.0)	0(0.0)	3(1.1)	11(4.1)	58(21.9)	187(73.0)
海外旅行	男性	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	1(0.4)	18(7.1)	239(92.5)
	女性	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2(0.7)	15(5.8)	253(93.7)
社会奉仕・ボランティア活動	男性	1(0.4)	0(0.0)	4(1.8)	10(3.9)	38(14.1)	204(80.0)
	女性	0(0.0)	2(0.7)	2(0.7)	10(3.7)	40(14.8)	218(80.0)

3. 性別とQOL

QOLは人間関係(親族)、人間関係(仲間集団)、余暇活動、生活環境、経済生活、健康状態の6つの満足度で構成され、それぞれの満足度と性別との関係は、表3に示すとおりである。

この6つの満足度については、それぞれ高い満足度を示した。また、親族の人間関係については、男女とも満足傾向を示した。最も満足度の高かった項目は、健康状態であり、逆に比較的満足度の低かった項目は、経済生活であった。中国における一人当たり実質所得未だに低く、高齢者ではさらに低い。それに対して、中国の医療費は高く、高齢者が病気になると経済的に大変な状況となる。

また、生活環境の満足度では、やや不満足と満足はほぼ同じである。その原因は、いま中国の空気の質は非常に低く、PM2.5の値は更に高く、室外の余暇活動はほとんど実施することができない地域が多く存在しているからと考えることができる。

表3. QOLを構成する指標の満足度(%)

	満足している	まあ満足している	どちらともいえない	やや不満足である	不満足である
人間関係(親族)					
男性	92(36.1)	143(56.1)	4(1.6)	15(5.9)	1(0.4)
女性	93(34.4)	146(54.1)	7(2.6)	24(8.9)	0(0.0)
人間関係(仲間集団)					
男性	61(23.9)	155(60.8)	9(3.5)	29(11.4)	1(0.4)
女性	63(23.3)	163(60.4)	13(4.8)	30(11.1)	1(0.4)
余暇活動					
男性	44(17.3)	153(60.0)	20(7.8)	32(12.5)	6(2.4)
女性	44(16.3)	159(58.9)	24(8.9)	38(14.1)	5(1.9)
生活環境					
男性	40(15.7)	162(63.5)	11(4.3)	36(14.1)	6(2.4)
女性	46(17.0)	163(60.4)	13(4.9)	44(16.3)	4(1.5)
経済生活					
男性	40(15.7)	147(57.6)	9(3.5)	48(18.8)	11(4.3)
女性	42(15.6)	155(57.4)	10(3.7)	53(19.6)	10(3.7)
健康状態					
男性	46(18.0)	176(69.0)	6(2.4)	24(9.4)	3(1.2)
女性	45(16.7)	186(68.9)	8(3.0)	26(9.6)	5(1.9)

4. 余暇活動とQOLの関連

各余暇活動とQOLとの関連は、表4に示してある。1%水準で相関関係の認められた項目は、「ハイキング」、「太極拳」、「園芸」、「編物・裁縫」であり、5%水準で認められた項目は、「散歩」、「太極拳以外のスポーツ」、「宗教活動」、「インターネット」、「泊りがけの国内旅行」であった。

表4. 余暇活動とQOLの相関

項目	r	P	項目	r	P
1) 散歩	0.091	*	14) 宗教活動	0.099	*
2) 体操	0.051		15) 絵・写真・書道	0.025	
3) ハイキング	-0.119	**	16) 園芸	0.144	**
4) 太極拳	-0.183	**	17) 編物・裁縫	0.164	**
5) 太極拳以外のスポーツ	-0.101	*	18) 麻雀・トランプ	-0.042	
6) 体育館	-0.005		19) 中国将棋・囲碁	-0.073	
7) 飲酒	-0.062		20) インターネット	0.098	*
8) 映画・芝居	0.015		21) 音楽会・コンサート	-0.018	
9) 民謡	0.066		22) 美術館・博物館	0.06	
10) 外食	0.027		23) 日帰り旅行	0.053	
11) 買い物	0.007		24) 泊りがけの国内旅行	0.101	*
12) 社交ダンス・踊り	-0.056		25) 海外旅行	0.041	
13) 広場ダンス	-0.02		26) 社会奉仕・ボランティア活動	0.058	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

表5には、四つに分類分類された余暇活動とQOLを構成する6項目の満足度との関連が示されている。余暇活動の満足度と各余暇活動の実施頻度について、全部の要因で相関関係が認められた。余暇活動の実施に伴い、余暇活動に満足していることが示された。また、健康状態の満足度と各余暇活動実施頻度との間も、全ての要因で相関関係が認められた。余暇活動を活発に行っている程、経済生活にも満足している。結局、余暇に自分の健康状況に適した活動を実施することは、余暇活動に対する満足感を得ることができ、また経済状況においても満足度を高めるものと考えられる。他にも、

関連が認められた要因は、親族の人間関係の満足度とスポーツ活動、余暇活動の満足度と趣味・創作活動、生活環境の満足度と趣味・創作活動であった。やはり、スポーツや趣味・創作に自分の体と脳を鍛えるためには、自分の状態も良く、親族との関係も良いであることが必要であると推察される。

表5. QOLにおける指標の満足度と余暇活動との相関

要因	スポーツ活動	娯楽活動	趣味・創作活動	観光・旅行活動
人間関係(親族)	0.171**	0.001	0.033	0.087*
人間関係(仲間集団)	0.141**	0.057	0.105*	0.111*
余暇活動満足度	0.158**	0.053	0.135**	0.052
生活環境満足度	0.139**	0.071	0.158**	0.049
経済生活満足度	0.164**	0.073	0.196**	0.128**
健康状態満足度	0.122**	0.094*	0.167**	0.088*

*...p<.05 **...p<.01

個々の項目について t 検定を実施した。その結果は表 6 に示す通りである。「不定規実施群」と「定規的实施群」を設定している。この表を見つけ、「不定規実施群」の高齢者は余暇活動と QOL の関連性がある。つまり、余暇活動に参加することと QOL の関係が認められない。

表6. 各項目の t 検定結果

項目	不定規実施群		定規的实施群		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
散歩	12.92	5.06	12.82	4.03	0.11	0.91
体操	13.07	4.09	11.77	3.82	2.88	0.00***
ハイキング	13.02	4.08	10.61	3.32	3.67	0.00***
太極拳	12.41	4.23	12.11	3.77	3.68	0.00***
太極拳以外のスポーツ	13.00	4.08	11.24	3.67	2.92	0.00***
体育鑑	12.90	4.11	11.84	3.52	1.54	0.13
飲酒	12.90	4.14	12.42	3.69	0.93	0.35
映画・芝居	12.86	4.11	12.20	4.04	0.73	0.46
民謡	12.85	4.08	11.00	2.90	1.11	0.27
外食	12.90	4.11	12.10	3.72	1.31	0.19
買い物	13.00	4.37	12.57	3.56	0.00	0.22
社交ダンス・踊り	12.08	4.17	11.68	3.40	3.46	0.00***
広場ダンス	13.45	4.44	12.00	3.36	4.10	0.00***
宗教活動	12.82	4.09	13.00	3.58	-0.18	0.86
絵・写真・書道	12.91	4.05	10.96	4.31	2.26	0.02*
園芸	12.82	4.09	13.10	3.21	-0.21	0.83
編物・裁縫	12.79	4.11	13.71	3.12	-1.08	0.28
麻雀・トランプ	13.08	4.17	12.05	3.66	2.48	0.01**
中国将棋・囲碁	13.15	4.15	11.75	3.64	3.58	0.00***
インターネット	12.82	4.02	12.88	4.49	-0.11	0.92
音楽会・コンサート	12.87	4.08	9.57	2.37	2.14	0.03*
美術館・博物館	12.80	4.06	20.00	2.83	-2.50	0.01**
日帰り旅行	12.82	4.07	18.00	0.00	-1.27	0.20
泊りがけの国内旅行	12.83	4.08	0.00	0.00	0.00	0.00***
海外旅行	12.82	4.08	0.00	0.00	0.00	0.00***
社会奉仕・ボランティア活動	12.84	4.07	11.33	5.77	0.64	0.52

QOL と余暇活動の 4 要因との関連は、表 7 に示されている。ここではスポーツ活動と趣味・創作活動において、1%水準で有意な相関関係が認められた。趣味・創作活動

において、5%水準で有意な相関関係が認められた。娯楽活動、観光・旅行活動では、高齢者に対して、客観要因は多いので、あまり参加しない。しかし、他の 2 つ余暇活動の参加頻度と QOL との間に関連性があることが示唆された。つまり、中国の高齢者の QOL には、スポーツ活動、趣味・創作活動といった余暇活動が影響を及ぼしており、高齢者が自分に適した余暇活動を実施することにより、QOL の向上が期待できると推察される。

表7. QOLと余暇活動との相関関係

要因	r	P
スポーツ活動	0.203	**
娯楽活動	0.081	
趣味・創作活動	0.172	**
観光・旅行活動	0.082	

*...p<.05 **...p<.01

V. 考察

現在の中国の高齢者の総人口に占める比率と、二十年前の日本の高齢者の総人口に占める比率は概ね同じである。現在、中国の 65 歳及び以上の高齢者人口は総人口の 10.1%を占め、二十年前(1990 年)の日本の 65 歳及び以上の高齢者人口は総人口の 12.1%に近い。同じ状況は互いに比べる意義がある。しかし、両国の国民の意識と両国の伝統の違いなので、且つ、この二十何年間の科学技術の絶え間なく進歩により、余暇活動の項目及び QOL も違うことが明らかとなった。

現在、中国高齢者の余暇活動に参加する項目と以前の日本高齢者の余暇活動に参加する項目の違うところがある。岳藤ら、《高齢者の余暇活動とクオリティ・オブ・ライフに関する研究》によると、当時の日本高齢者は、「体操」、「園芸」、「旅行」に参加する人が多い。一方、中国の高齢者では、「太極拳」、「広場ダンス」に参加する人が多い。

「麻雀・トランプ」、「中国将棋・囲碁」、「インターネット」をする人は少数ではない。

この原因は、日本人は小さい頃からずっとラジオ体操を行う。中国の太極拳は昔からずっと高齢者達が行う。そして、広場ダンスは新興項目で、大人気中の種目である。麻雀・トランプ、中国将棋・囲碁も高齢者の中で好まれる種目で、高齢者達はこれらの種目を行うときに、人間関係を作る。中国の高齢者の伝統意識の中で、お金がからない活動を行い、それは一番良い活動であり、ゆえに旅行に参加する人は少ないようである。

二十年前の日本は、先進国であった。急速に経済が発展し、一人当たり実質所得も高かった。QOLを構成する指標の満足度も高かった。

一方、中国の地方は今発展途上であり、一人当たり実質所得が低い、高齢者ではさらに低い。

また、生活環境の満足度では、不満足を日本と比べた場合、より高い。その原因は、いま中国の空気の質は非常に低く、PM2.5の値は更に高く、大部分の余暇活動はほとんど実施することができない。

QOLと余暇活動の4要因との関連は、岳藤ら、《高齢者の余暇活動とクオリティ・オブ・ライフに関する研究》によると、日本ではすべての要因において、1%水準で有意な相関関係が認められた。各余暇活動の参加頻度とQOLの間に強い関連性がある(表8)。

表8. 日本高齢者のQOLと余暇活動との相関関係

要因	r	p
スポーツ活動	0.233	**
趣味・創作活動	0.287	**
娯楽活動	0.251	**
観光・旅行活動	0.325	**
*...p<.05		**...p<.01

(出展：岳藤ら1992)

VI. まとめ

本研究の目的は、中国の高齢者の余暇活動を「スポーツ活動」、「娯楽活動」、「趣味・創作活動」、「観光・旅行活動」の4種類に分類し、それぞれの活動とQOLとの関連を明らかにすることであった。その結果、次下のことが明らかとなった。

1. 中国の高齢者のQOLとスポーツ活動、趣味・創作活動は、それぞれ有意な関連が認められる。
2. 健康状態及び経済生活の満足度とスポーツ活動、娯楽活動、趣味・創作活動、観光・旅行活動との間には、関連性がある。
3. 余暇活動及び生活環境の満足度と趣味・創作活動は、それぞれ関連性が認められる。

以上、QOLには、スポーツ活動、娯楽活動、趣味・創作活動、観光・旅行活動の余暇活動の実施が影響を及ぼしていることが明らかとなった。

本研究では、高齢者の余暇活動がQOLに少なからず影響を及ぼしていることが示された。中国に対する提言として、まず環境を整備することを強化し、高齢者の屋外で余暇活動に参加する機会を増やす。高齢者に対するサービス政策を増やし、旅行と消費性の余暇活動場所の料金を減少させ、余暇活動に参加する機会を提供する。高齢者の生きがいの創造や生活の質を高めることに社会全体がより積極的になることを求めたい。

最後に今後の課題は、まず余暇活動とQOLの関連性はさらに探求されるべきである。政府は環境を整備することを強化し、霧霾天気を減らし、高齢者の屋外で余暇活動に参加する機会を増やす必要がある。

参考文献

- 1) 「高齢化の現状と将来像」内閣府ホームページ
<http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2012/gaiyou/pdf/1s1s.pdf>
 (2015.6.13)
- 2) 中国国家统计局「2014 年国民经济和社会发展统计公报」
http://finance.ifeng.com/a/20150226/13515588_0.shtml (2015.6.13)
- 3) 「高齢社会」「高齢化社会」「超高齢社会」。改めまして定義と歴史まとめ！
<http://news.kaigonohonne.com/article/59>(2015.7.4)
- 4) 岳籐史泰、山口泰雄「高齢者の余暇活動とクオリティ・オブ・ライフに関する研究」自由時間研究、1992
- 5) 冯慧阳「基于第六次人普数据谈中国人口老龄化新变化」
 商业文化(上半月)、2011
- 6) 周长城等「社会发展与生活质量」北京：社会科学文献出版社、2001
- 7) (財)余暇開発センター:レジャー白書'13、2014
- 8) (財)余暇開発センター:レジャー白書'14、2015
- 9) 韩力「我国人口老龄化现状及成因分析」中国经济时报
- 10) Hagerty, M.R., Cummins, R. A., Ferris, A. L., L and, K. C., Michalos, A. C., Peterson, M., etal. 「Quality of life indexes for national policy: Review and a genda for research」 Social Indicators Research、2001
- 11) The Well-Being of Canadian-Highlighes of the 1988 Campbell's Survey.Canadian Fitness &Lifestyle Research Institute,1990
- 12) 翟玉喜「休闲体育对老年人心理健康的促进作用研究—以河南省开封市为例」开封大学学报(02)、11-13、2009
- 13) 楼嘉军「休闲初探」桂林旅游高等专科学校学报、(02)、5-9、2000
- 14) 董长云「城市居民休闲生活质量指标体系研究」硕士学位论文、浙江大学、2006
- 15) Baldwin, K. and H. Tinsley 「An investigation of the validity of Tinsley and Tinsley's (1986) theory of leisure experience」 Journal of Counseling Psychology、35、263-267、1988
- 16) Wankel, L and B. Berger. 「The psychological and social benefits of sport and physical activity」 Journal of Leisure Research、22、167-182、1990
- 17) Dowall, J, C. Bolter, R. Flett and R. Kammann. 「Psychological well-being and its relationship to fitness and activity levels」 Journal of Human Movement Studies 14、39-45、1988
- 18) Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. 「Subjective well-being: Three decades of progress」 Psychological Bulletin、125(2)、276-302、1999
- Teague, M.L., & MacNeil, R.D. 「Aging and leisure: Vitality in later life」 Iowa: Brown & Benchmark、1992