

地方中核市部における高齢者の暮らしぶりに関する考察

—高齢者ニーズ調査の結果から—

江見 和明^{*1}, 椋田 政春^{*2}

A Study of Lifestyle of the Elderly in a Regional Core City Area

— The Result from Survey on the Needs for Elderly —

Kazuaki EMI, Masaharu MUKUDA

キーワード：超高齢社会，高齢者，要介護認定，外出頻度，楽しみ・生き甲斐，まちづくり

1. はじめに

今日、我が国は超高齢社会を迎えており、高齢者が安心して生活できる社会の新しい仕組みを作ることの重要性が今後ますます高まると考えられる。滋賀短期大学ビジネスコミュニケーション学科では、高齢者の暮らしぶりを調べることを目的に、滋賀県大津市在住の65歳以上の方を対象としたアンケート調査を実施した。

質問項目は、高齢者が困っていること、楽しみにしていること、本当はやりたいができずにいること、現在利用している企業のサービス、今後利用したい企業のサービスなどである。今後、高齢社会が益々進展するなかで、身体を思うように動かせない、自由に出掛けられないという高齢者が増えていくことが予想される。本稿では、このアンケート調査の結果から、現在の高齢者の暮らしぶりについて考察を行うとともに、今後どのような高齢者支援が必要かということについて検討したい。

2. 調査概要

まず初めに、調査の概要について説明する（表1-1）。本アンケート調査は、一般財団法人滋賀県民間社会福祉事業職員共済会からの補助金を得て、滋賀短期大学ビジネスコミュニケーション学科による「大津高齢者産業クラスター形成プロジェクト—お年寄りが安心して暮らせるまち

^{*1}滋賀短期大学 ビジネスコミュニケーション学科, ^{*2}滋賀短期大学 非常勤講師, 専門社会調査士, 行政書士

地方中核市部における高齢者の暮らしに関する考察

を目指して一」という取り組みの中で行われた。調査期間は、平成27年4月1日から5月31日である。対象は、大津市在住の65歳以上の高齢者である。65歳以上の高齢者がどこに居住しているかということは分からないため、調査にあたって、各地域の自治会長・民生委員・福祉委員の方々、あるいは自治連合会の方々にご協力いただいた。配付数は、1100部、回収数は689部で、回収率は62.6%であった。

表 1-1 アンケート調査概要

調査名称	高齢者の暮らしに関するアンケート調査
調査主体	滋賀短期大学ビジネスコミュニケーション学科 「大津高齢者産業クラスター形成プロジェクト —お年寄りが安心して暮らせるまちを目指して—」 一般財団法人 滋賀県民間社会福祉事業職員共済会 補助金
調査方法	アンケート調査
調査対象	滋賀県大津市在住の65歳以上の高齢者 逢坂学区・・・本宮、朝日ヶ丘 平野学区・・・におの浜、石場、竜が丘、鶴の里、打出浜、松本、馬場、湖城が丘、西の庄 瀬田学区・・・大江
調査期間	平成27年4月1日～5月31日
配布数	1,100部
回収数	689部(回収率62.6%)

3. 大津市概要

アンケート調査結果について紹介する前に、大津市の概要について簡単に述べておく。大津市の人口は、約34万人、高齢化率は24.8%（2016年1月1日現在）である。滋賀県の南西端に位置し、琵琶湖の南西岸に沿って南北に広く伸びている。大津市は滋賀県の県庁所在地で、大津駅は、JRの新快速で京都まで約10分、大阪までは約40分と、交通の便の良い立地にある。

大津市は平成21年4月に中核市になった。中核市とは、政令指定都市以外の都市で規模や能力が比較的大きな都市（人口20万人以上）について、その事務権限を強化し、できる限り住民の身近なところで行政を行なうことができるようにして、地域行政を充実するために設けられた制度である。

今回のアンケート調査は、瀬田学区、平野学区、逢坂学区という3つの学区で行った。瀬田学区は、北部に商業地があり、南部に住宅地、山手には大学や卸売市場がある。平野学区は、琵琶湖沿いにびわこホール、県警等公共施設があり、国道と名神高速に挟まれた山側に住宅地がある。逢坂学区は、地形の大部分は山地になっている。JR大津駅を中心に東西南北に広がる坂の多い街で、中心部に県庁、国交省、裁判所など公共機関が多くある官庁街でもある。

4. アンケート結果について

ここからアンケートの結果について見ていく。アンケートは、単純集計、クロス集計を行い、属性別にデータを分析した。質問数は、年齢・性別・介護認定の有無・居住地といった属性に関するものと、次の12項目である。

問1 家族構成、問2 住居、問3 経済状況、問4 行動（①～⑬項目）、問5 外出における問題点、問6 日常生活の問題点、問7 困ったときの相談相手、問8 日常生活で楽しみ生き甲斐にしていること、問9 本当はやりたいが出来ずにいること、問10 情報の入手について、問11 現在利用している企業のサービス、問12 今後利用したい、利用するであろう企業のサービス。

まず属性について見ていく。年齢は、図4-1の通り70代が53.3%、80代が27.0%と多くなっている。介護認定については、自立が82.1%、介護認定を受けている人（要支援、要介護）が13.2%であった。性別は、男性が46.2%、女性が53.8%である。

年代				
	全体 n=689	逢坂学区 n=100	平野学区 n=389	瀬田学区 n=200
60代	15.8%	3.0%	13.1%	27.5%
70代	53.3%	61.0%	53.5%	49.0%
80代	27.0%	32.0%	29.0%	20.5%
90代	2.6%	3.0%	2.8%	2.0%
無回答	1.3%	1.0%	1.5%	1.0%

要介護認定				
	全体 n=689	逢坂学区 n=100	平野学区 n=389	瀬田学区 n=200
自立	82.1%	76.0%	83.3%	83.0%
要支援1・2	7.3%	8.0%	8.2%	5.0%
要介護1・2	4.4%	6.0%	4.4%	3.5%
要介護4・5	1.5%	4.0%	1.0%	1.0%
無回答	4.8%	6.0%	3.1%	7.5%

図4-1 年代と要介護認定

次に各質問の結果について見ていく。問1は家族構成についてである。ひとり暮らしが21.5%、家族と同居が78.5%と、圧倒的に家族と同居している人が多かった。

問2は、現在の住居についてである。一戸建てが79.1%、マンション・アパート等が17.7%、高齢者施設等が0.4%と、こちらも一戸建てが圧倒的に多いという結果であった。

地方中核市部における高齢者の暮らしに関する考察

問3は、経済状態についてである（図4-2）。これは、「家計にゆとりがある」17.7%、「家計にゆとりはないが、それほど心配ない」57.8%、「家計にゆとりがなく、多少心配である」17.3%、「家計が苦しく、非常に心配である」4.5%という結果であった。ゆとりがある、ゆとりはないが心配はないという回答を合わせると、75.5%で、比較的経済的に余裕がある世帯が多いといえる。

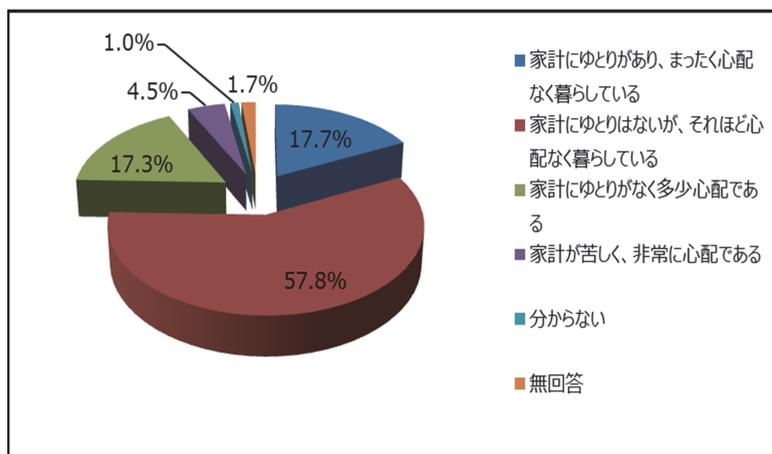


図4-2 経済状況

「多少心配」「非常に心配」の比率について集計してみたところ、全体では22.4%、自立者21.5%、要介護認定者は26.7%となっており、要介護認定を受けている人のほうが、ポイントが高いという結果であった（図4-3）。

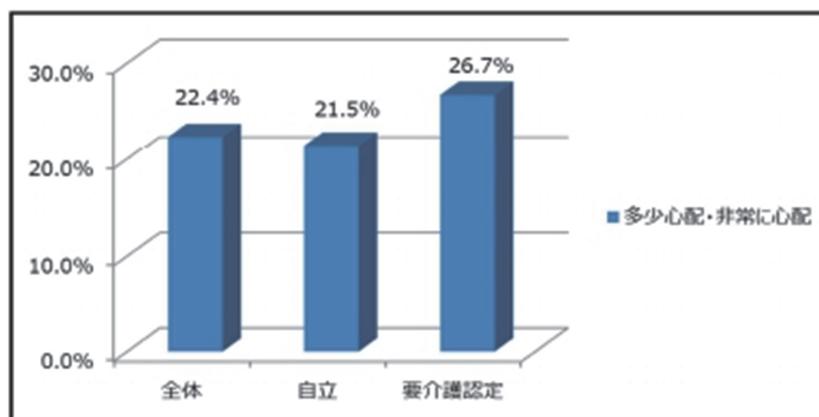


図4-3 経済状況が「多少心配」「非常に心配」

問4は外出頻度についての質問である(図4-4)。外出先別にいくつかの結果を紹介する。①日常生活に必要な買い物をする場所については、ほぼ毎日が34.5%、週に1~2回程度が45.1%、月1~2回程度が8.6%、年に数回が1.3%、ほとんど行かないが7.4%であった。

「ほぼ毎日」を年代別に見てみると、高い順に、70代52.0%、80代27.6%、60代18.1%、90代2.3%と続いている。逆に「ほとんど行かない」人は、全体では、7.6%だが、60代10.8%、70代7.5%、80代6.2%、90代6.7%となっている。なぜ、60代が他の年代より高いのか調べてみると、一人を除いて「家族と同居」となっており、本人が買い物に行く必要がないから行かないのだということが見て取れる。

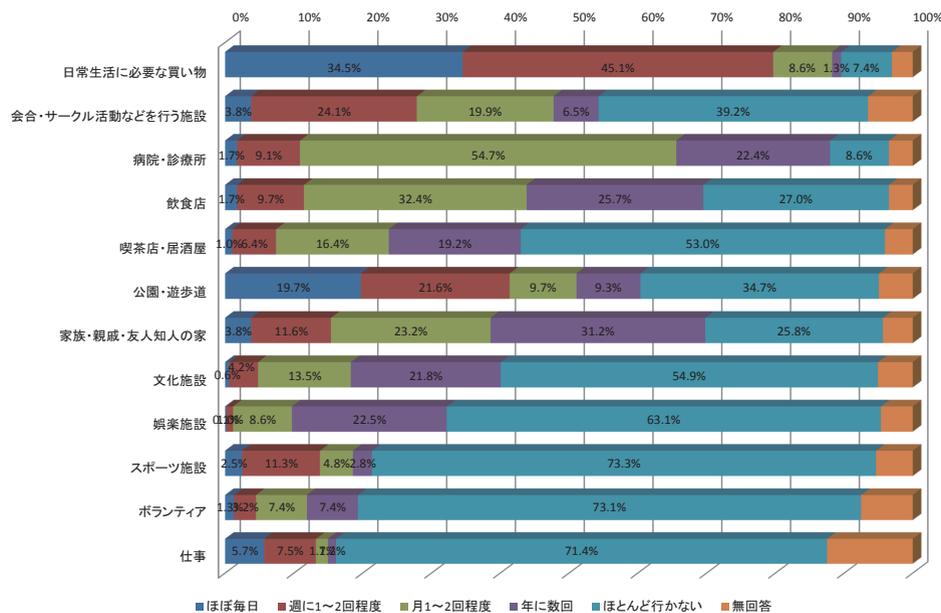


図4-4 出掛ける頻度(全体比率)(n=689)

次に、②会合・サークル活動を行う施設については、ほぼ毎日3.8%、週に1~2回程度24.1%、月1~2回程度19.9%、年に数回6.5%、ほとんど行かない39.2%、無回答6.5%であった。④飲食店(食事)は、ほぼ毎日1.7%、週に1~2回程度9.7%、月1~2回程度32.4%、年に数回25.7%、ほとんど行かない27.0%、無回答3.5%。⑦家族・親戚や友人・知人の家については、ほぼ毎日3.8%、週に1~2回程度11.6%、月1~2回程度23.2%、年に数回31.2%、ほとんど行かない25.8%という結果だった。

⑤喫茶店・居酒屋、⑧文化施設(図書館、文化センターなど)、⑨娯楽施設(映画館、カラオケなど)、⑩スポーツ施設、⑪ボランティア活動をみると、半数から7割程度の人が、ほとんど行かないと回答している。

地方中核市部における高齢者の暮らしに関する考察

⑫給料がもらえる仕事については、ほぼ毎日5.7%、週に1～2回程度7.5%、月1～2回程度1.7%、年に数回1.2%、ほとんど行かない71.4%、無回答12.5%という結果であった。

出かける頻度について、要介護認定を受けている方のみで見るとグラフのようになる（図4-5）。ほとんど行かないと回答した比率の多い順に上から並べてみた。娯楽施設、スポーツ施設、文化施設、喫茶店・居酒屋、については8割以上の人がほとんど行っていない。公園・遊歩道や家族親戚・友人知人の家についても5割の人はほとんど行っていないことがわかる。

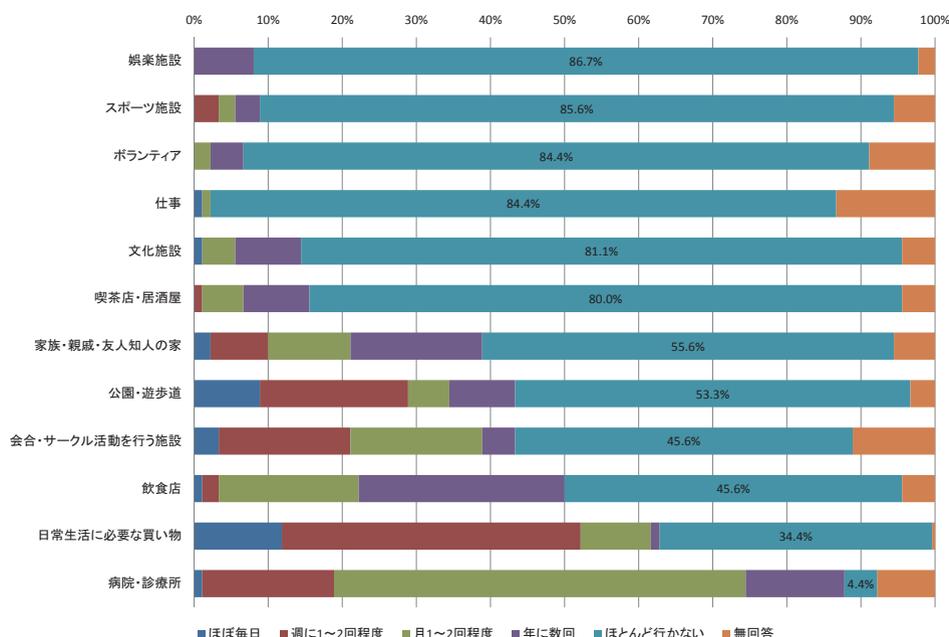


図4-5 出掛ける頻度（要介護認定）n=90

出かける手段について自立と要介護それぞれについてみる。これは各行き先について、ほぼ毎日から年に数回と回答した人が、それぞれの手段を選択した割合を示している。自立の場合、徒歩と自分で運転する車という回答が多かったが、要介護の方では徒歩に続いて家族が運転する車、知人が運転する車を利用するという回答が多いという結果であった（図4-6）。身の回りに頼める人がいるためか、介護タクシーを利用するという割合は低く、比較的よく利用している場合でも会合・サークルで10.3%（39人中4人）、病院で7.6%（79人中6人）という結果であった。

	徒歩	自転車	公共 交通機関	車(自分)	車(家族)	車(知人)	タクシー	介護タクシー	その他
日常生活に必要な買い物 n=53	67.9%	7.5%	5.7%	7.5%	24.5%	3.8%	7.5%	1.9%	10.3%
会合サークル n=39	38.5%	2.6%	10.3%	5.1%	12.8%	15.4%	7.7%	10.3%	10.3%
病院 n=79	38.0%	1.3%	8.9%	3.8%	30.4%	0.0%	19.0%	7.6%	7.6%
飲食店 n=45	22.2%	2.2%	11.1%	4.4%	66.7%	8.9%	4.4%	2.2%	2.2%
喫茶店・居酒屋 n=14	21.4%	0.0%	21.4%	0.0%	21.4%	28.6%	14.3%	0.0%	7.1%
公園・遊歩道 n=39	69.2%	5.1%	5.1%	2.6%	10.3%	2.6%	0.0%	2.6%	5.1%
友人・知人の家 n=35	37.1%	0.0%	20.0%	5.7%	40.0%	0.0%	5.7%	2.9%	0.0%
文化施設 n=13	46.2%	0.0%	30.8%	0.0%	30.8%	23.1%	7.7%	0.0%	0.0%
娯楽施設 n=7	28.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
スポーツ施設 n=8	37.5%	12.5%	0.0%	12.5%	12.5%	12.5%	0.0%	12.5%	0.0%
平均	40.7%	3.1%	11.3%	4.2%	24.9%	9.5%	6.6%	4.0%	4.3%

図 4 - 6 出かける手段 (要介護)

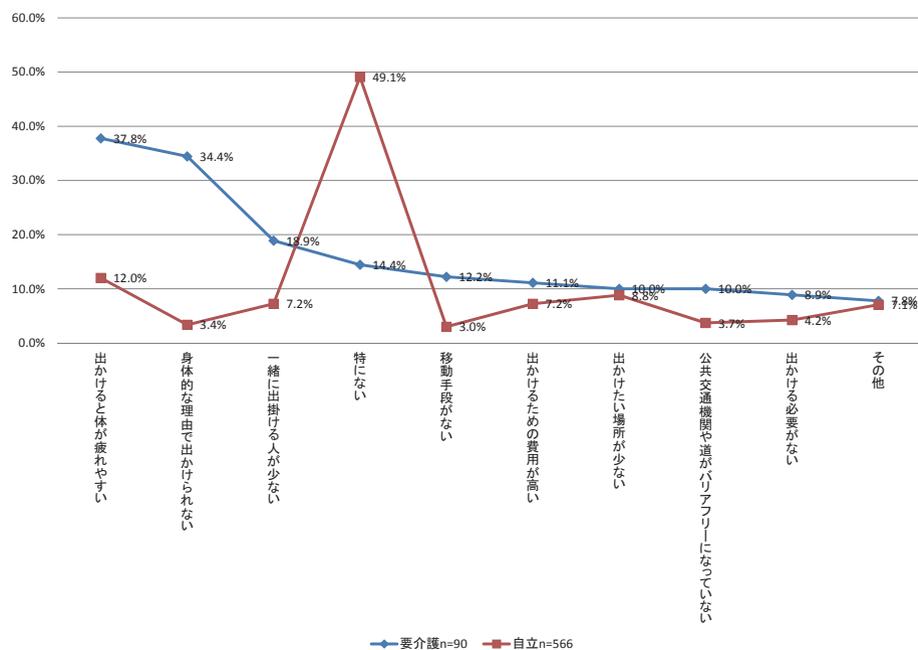


図 4 - 7 外出するうえで困っていること (要介護と自立)

問 5 は、外出する際に困っていることについて聞いた。自立の回答者が多いことから、最も多い回答は「特にない」であった。次いで、「出かける時体が疲れやすい」108人 (15.7%), 「出かけた場所が少ない」63人 (9.1%), 「一緒に出掛ける人が少ない」60人 (8.7%), 「出かけるための費用が高い」55人 (8.0%) となっている。

地方中核市部における高齢者の暮らしに関する考察

これについて要介護認定を受けた方と自立の方を比較して見てみた。まず外出するうえで困っていることについて見てみると、「特にない」以外のすべての項目で要介護認定を受けた方の回答率が上回っていることがわかる。「移動手段がない」(12.2%)、「出掛けるための費用が高い」(11.1%)、また「出かける必要がない」という回答も8.9%あった。要介護状態になって出かけることを諦めてしまっている人もいるのではないかと想像することができる。

問6は、日常生活で困っていることについてである(図4-8)。複数回答で上位10位は次の通りであった。「物忘れすることが多くなった」176人(25.5%)、「地震等、自然災害に対して不安を感じている」172人(24.9%)、「終活に向けての身辺整理ができていない」169人(24.5%)、「健康状態に不安を感じている」161人(23.3%)、「一人で食事をとることが多い」124人(18.0%)、「玄関、部屋、風呂、トイレなどに段差がある」104人(15.1%)、「家の片づけ、整理整頓ができていない」83人(12.0%)、「階段の昇り降りがづらい」80(11.6%)人、「お墓参りに行きたいが、なかなか行けない」71人(10.3%)、「住居が古くなったり、いたんだりしている」69人(10.0%)。

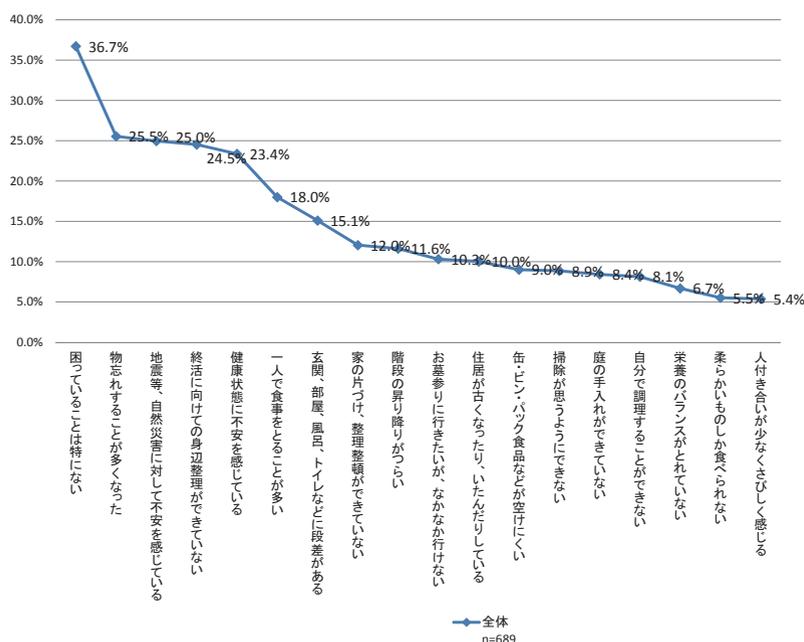


図4-8 日常生活で困っていること(全体比率)

要介護認定者と自立の方を比較したものが(図4-9)である。これについても、困っていることは特にないを除き、すべての項目で要介護が自立を上回っている。どどこに行きたいが行けないというニーズがあることがわかる。

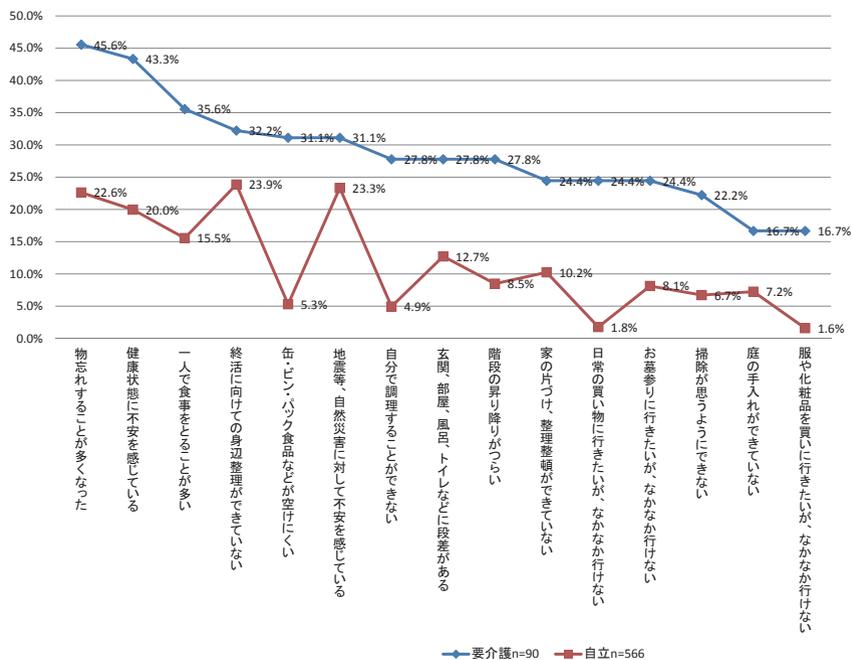


図4-9 日常生活で困っていること（要介護と自立）①

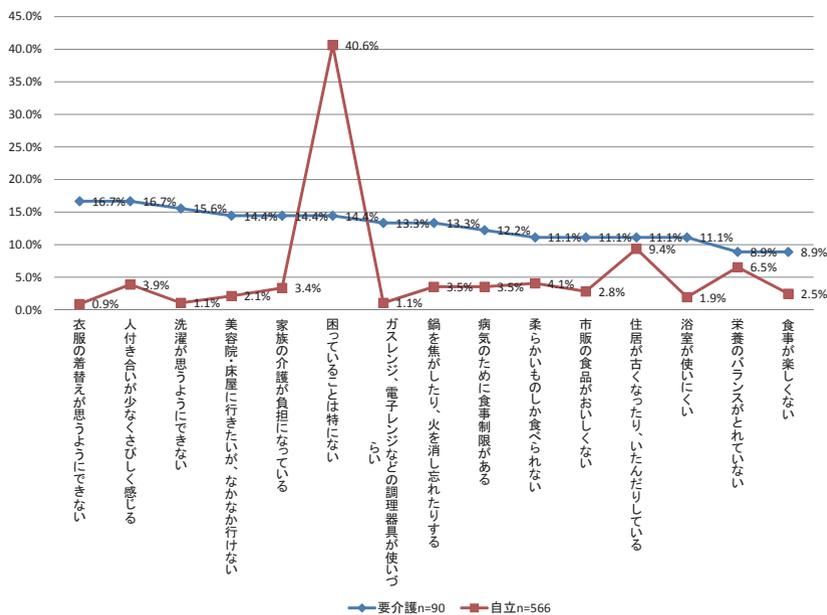


図4-9 日常生活で困っていること（要介護と自立）②

地方中核市部における高齢者の暮らしに関する考察

問7は、困ったときの相談相手について聞いた（図4-10）。家族551（80.0%）人、親戚145人（21.0%）、友人154人（22.4%）、近所の人75人（10.9%）、ケアマネジャー（介護支援専門員）54人（7.8%）、民生委員40人（5.8%）、行政（社会福祉協議会等）18人（2.6%）、相談人がいない14人（2.0%）、その他18人（2.6%）という結果であった。

要介護認定者と自立を比較したグラフを見ると、要介護認定を受けた方の、ケアマネジャー、民生委員に相談するという割合が高いことがわかる。社会福祉協議会など行政については、自立・要介護とも低くなっている。

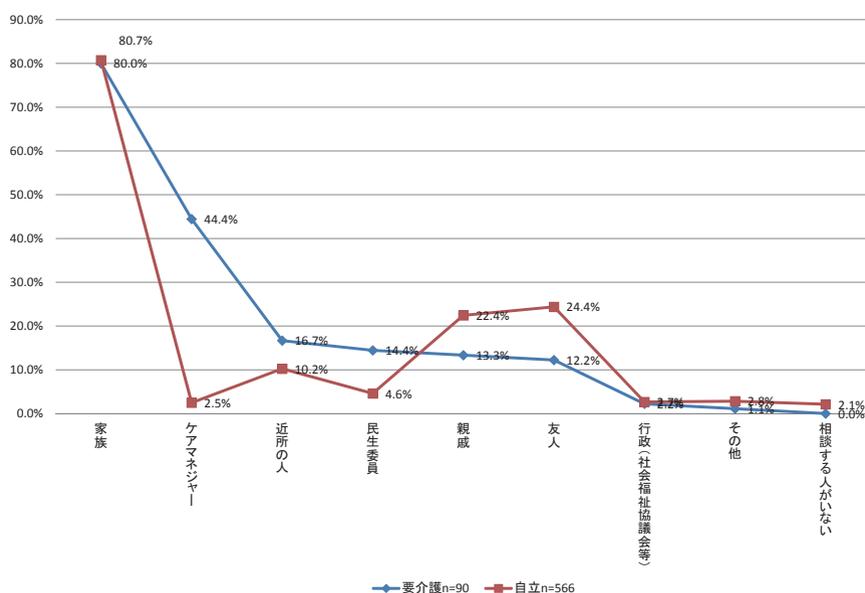


図4-10 困ったときの相談相手（要介護と自立）

問8は、現在の楽しみ、生き甲斐にしていること、問9では、本当はやりたいが出来ずにいることについて聞いた。グラフは、両者を並べて表したものである（図4-11）。青い線の楽しみ生き甲斐については、左から回答数の多い順に並べてある。上位10位は、テレビ・ラジオ507人（73.6%）、新聞・雑誌397人（57.6%）、友人・知人との交流324人（48.5%）、食事・飲食258人（37.4%）、旅行234人（34.0%）、家族との団らん218人（31.6%）、買い物206人（29.9%）、読書178人（25.8%）、散歩、ウォーキング、ジョギング175人（25.4%）、スポーツ観戦、観劇、音楽会、映画150人（21.8%）であった。

本当はやりたいが出来ずにいることの上位10位は、次の通りである。旅行146人（21.2%）、散歩、ウォーキング、ジョギング58人（8.4%）、パソコン、インターネット52人（7.5%）、屋内で行う趣味（絵画、書道、手芸、裁縫、工芸、陶芸等）49人（7.1%）、スポーツ活動（ゲートボール、ゴルフ、水泳、テニス等）41人（6.0%）、登山、ハイキング、キャンプなどアウトドア39人（5.7%）、

音楽・ダンス（カラオケ，民謡，コーラス，楽器演奏，社交ダンス等）38人（5.5%），友人・知人との交流33人（4.8%），ボランティア活動33人（4.8%），スポーツ観戦，観劇，音楽会，映画31人（4.5%）。

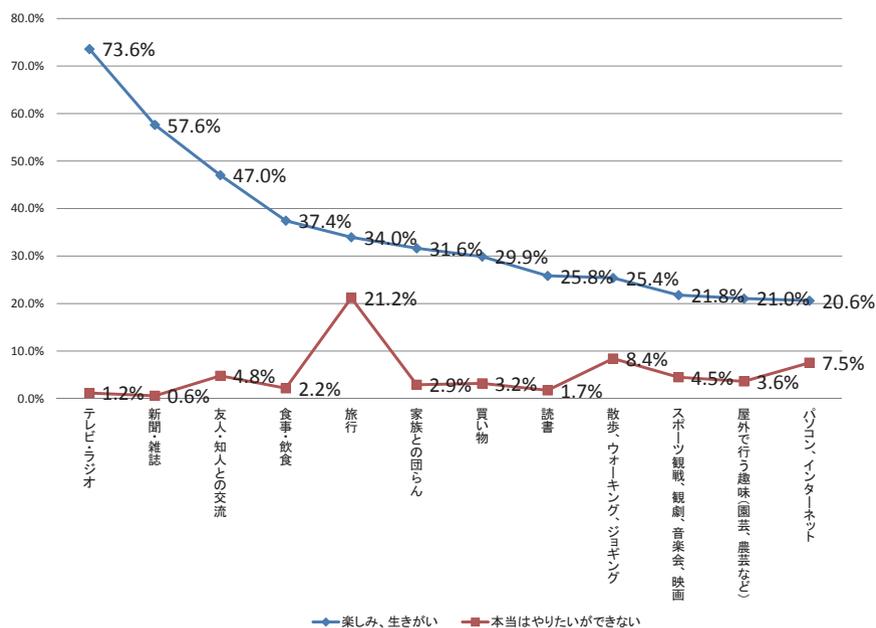


図4-11 楽しみ・生き甲斐とやりたいが出来ていないこと①

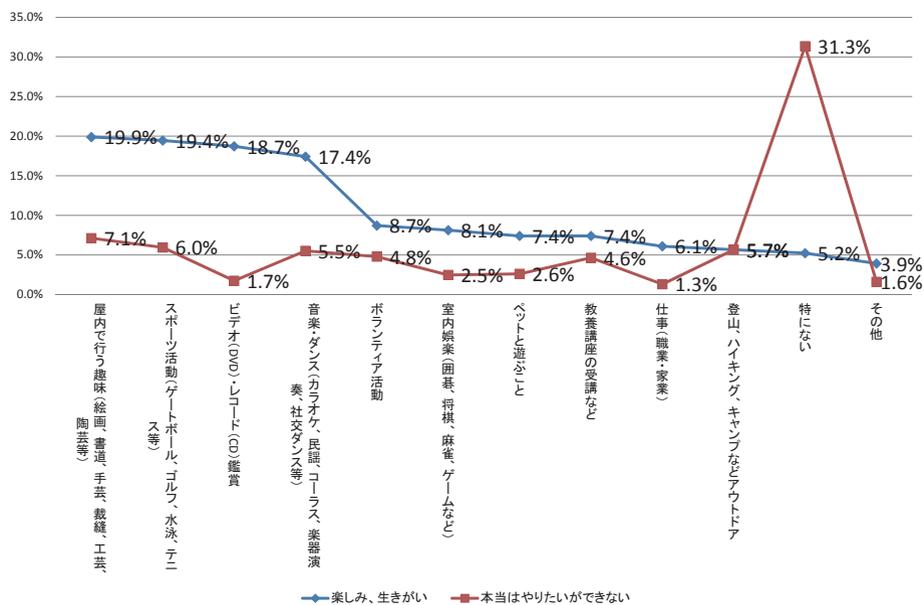


図4-11 楽しみ・生き甲斐とやりたいが出来ていないこと②

地方中核市部における高齢者の暮らしに関する考察

楽しみ・生きがいについて要介護者と自立を比較すると、テレビ・ラジオで要介護認定者が上回っており、その他多くの項目で、要介護認定者が自立を下回っている。特に、旅行を楽しみにしているという回答は、自立を大きく下回っている（図4-12）。

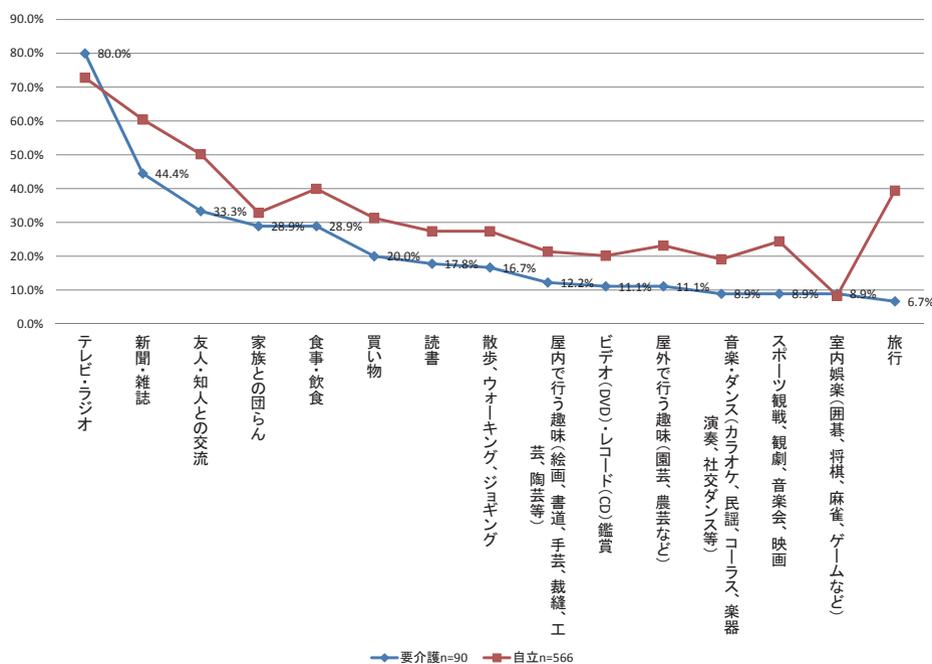


図4-12 楽しみ・生き甲斐にしていること（要介護と自立）

本当はやりたいが出来ずにいることについて要介護認定者の回答をみると、旅行について要介護認定者が大きく上回っており、友人・知人との交流、散歩・ウォーキング・ジョギング、屋内で行う趣味、買い物などが多くなっている。自分で出かける必要があること、体を動かす必要があることが上位に入っていることがわかる（図4-13）。

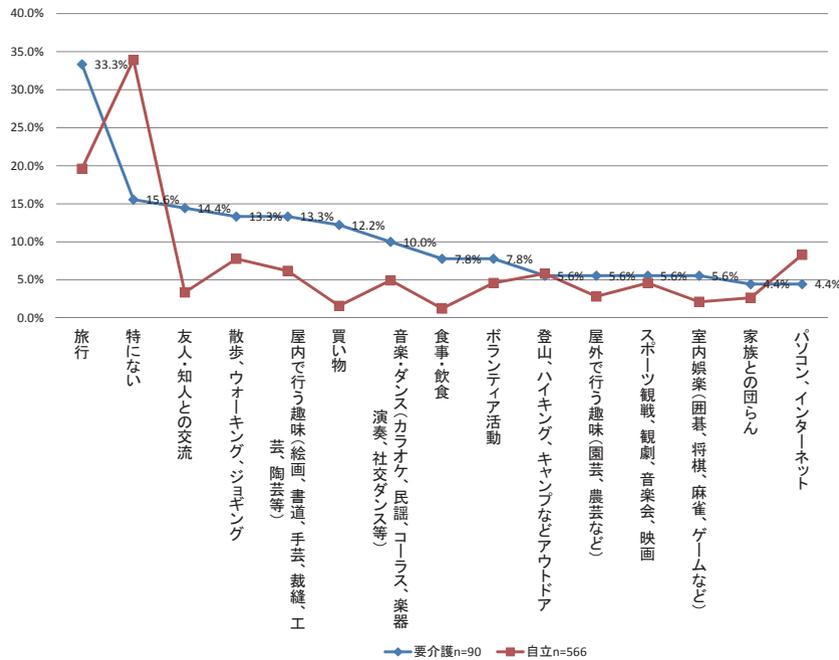


図4-13 本当はやりたいが出来ずにいること(要介護と自立)

問10は、日常生活に関する情報の入手先についてである。テレビ567人(82.3%)、新聞537人(77.9%)、家族386人(56.0%)、友人、隣人324人(47.0%)、役所、自治会の広報誌301人(43.7%)、雑誌150人(21.8%)、インターネット140人(20.3%)、地域の掲示板124人(18.0%)、ラジオ116人(16.8%)、ダイレクトメール62人(9.0%)という結果であった。

問11は、現在利用している企業のサービスについてである。問12では、同じ選択肢で、今後利用したい、利用するであろうサービスについて聞いた。図4-14は、それを対比させたグラフが図である。現在利用しているサービスは、多い順に通信販売(14.1%)、買い物の宅配サービス(12.5%)、介護保険の介護サービス(6.0%)、シルバー人材センター(4.4%)、介護タクシー(2.2%)という結果であった。今後利用したいサービスは、多い順に、買い物の宅配サービス(32.1%)、介護保険の介護サービス(26.0%)、配食サービス(21.0%)、介護タクシー(17.0%)通信販売(14.1%)、民間の家事代行サービス(11.8%)であった。

地方中核市部における高齢者の暮らしに関する考察

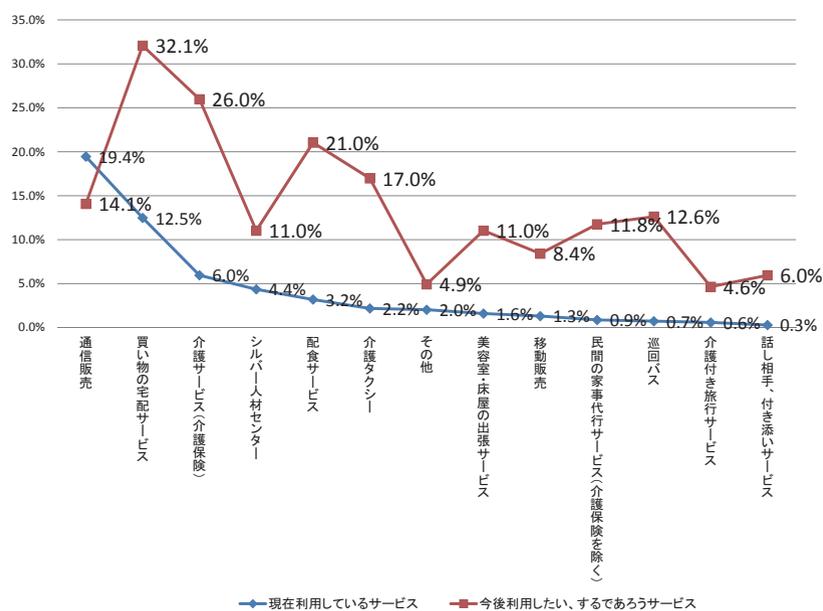


図4-14 利用している・利用したい企業のサービス

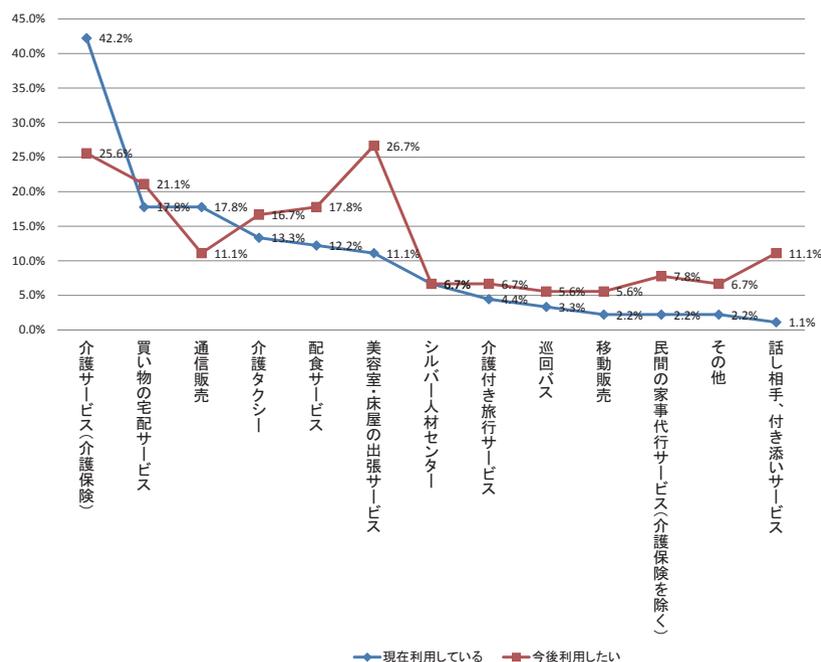


図4-15 利用しているサービス・今後利用したいサービス(要介護認定)

これについて要介護認定を受けた方の、現在利用しているサービスと今後利用したい・するであろうサービスを比較したものが図4-15である。現在利用しているサービスで回答が多かった順に左から並べた。今後利用したいサービスについて見ると、美容室・床屋の出張サービス(26.7%)、介護保険の介護サービス(25.6%)、買い物の宅配サービス(21.1%)、配食サービス(17.8%)、介護タクシー(16.7%)となっている。問8で要介護認定者の多くが、旅行に行きたいが行けずにいると回答していたが、介護付き旅行サービスを利用したいという回答は、僅かに6.7%であった。美容室・床屋といったおしゃれに関連したニーズが高いことは注目すべきことであると考ええる。

5. さいごに

本アンケート調査は、滋賀県大津市在住の65歳以上の高齢者を対象に行った。回答していただいた方は、70代、80代の方が多く、全体の82.1%は要介護認定を受けていない自立の方であった。比較的、元気な高齢者が多かったといえる。家族構成は、78.5%の方が家族と同居しており、79.1%は一戸建ての自宅に居住している。経済状況は、75%の方が、家計について心配することなく暮らしている。今後、時間の経過とともに家族構成、身体状況など様々な環境が変化することが考えられる。元気な状態のときに、ちょっと先の暮らしを想像して、備えをしておくことも重要なことだと考える。

超高齢社会のこれからの在り方を考えるうえで、筆者は2つの視点があると考えている。ひとつは楽しみや生き甲斐のある暮らしができるかどうかということである。平均寿命は平成25年で、男性80.21歳、女性86.61歳である。65歳まで働いたとしてもかなり長い時間がある。楽しみ・生き甲斐にしていることのうち、ボランティアを挙げていたのは8.7%、仕事(職業・家業)を挙げていたのは6.1%であった。少子高齢化社会で、高齢者にも地域社会で活躍してもらうことが期待されているが、このデータや外出の頻度などを見ても、あまり活動的な印象は受けない。しかし、町内の活動やイベントなどの運営を高齢者が担っていたり、シルバー人材センターに登録して積極的に地域とのかかわりを持っていたりする高齢者も多い。そういう生き生きと活動している高齢者が、どのような組織に属し、あるいは関わりをもち、どのような活動をされているのかについても今後調査し、仕事を引退した後の活動の場として、どのような選択肢があるのかを提示していきたいと考えている。

もう一つの視点は、介護が必要になり、自由な行動・移動が難しくなっても、自分のやりたいことができるかどうかということである。旅行は、要介護状態になって諦めてしまう代表的なものだと考えられる。同様に、買い物や墓参り、友人宅を訪ねるといことも諦めることが多いように思われる。本人だけでなく、家族も連れて行くのは無理だと考えてしまうことが多いのではないだろ

うか。先程、紹介したように介護付き旅行サービスを利用したいという割合が低いのも、行くこと自体を諦めてしまっているためかも知れない。どのような状態になっても、人の手を借りることで行うことができるという意識を持てるような社会を構築することが重要であると考え。

最後に、滋賀県米原市で行われている「米原市地域お茶の間創造事業」について紹介する。これは米原市が補助金を出し、社会福祉協議会が地域の人々への働きかけやサポートを行っている事業である。そのコンセプトは、集落ごとにお茶の間を作り出し、住民の居場所とボランティアの拠点を作り出そうというものである。居場所づくりでは、空き家や公民館の一室を利用してコミュニティ・カフェを作ったり、介護予防、健康教室、パソコン・インターネット教室などを開催したりする。ボランティア拠点として、惣菜の販売、除雪や買い物、ゴミ出しといった生活の支援を元気な高齢者が行う。

いくつかの団体がこのコンセプトの下で事業を行っているが、その中の一つ、大野木長寿村まちづくり会社を取り上げる¹⁾。米原市大野木は、世帯数147、人口415人の小さな集落である。自治会のメンバーが中心となり、高齢化の進む大野木の問題・課題解決を目的に、平成23年9月に結成された。その際に重視されたのが「自分たちのことは自分たちで」という自治の精神であった。

現在、大野木長寿村では、高齢者訪問支援事業と高齢者ビジネス事業という二本の柱で事業を行っている。高齢者訪問支援事業では、高齢者夫婦、独居老人、体が不自由な人の困りごとに対し、病院までの送迎、家事、庭の手入れなどのサービスを提供している。こうした活動は、お年寄りの見守りの機能も果たしている。

高齢者ビジネス事業は「人材バンク」の機能を果たしている。これは元気な高齢者に活躍の場を提供する仕組みになっている。提供したサービスに対しては、所定の報酬が依頼主から会社を通して派遣スタッフに支払われ、その内の3割を会社が受け取るシステムになっている。毎週土曜日に開催される「たまり場」では、ランチが提供されたり、野菜やお惣菜の販売、宅配弁当の製造と配達が行われたりするが、そこでも高齢者が活躍している。

この事業でサービスを提供するのも受けるのも、大野木地区の住民のみ。「大野木人による大野木人のための」事業として行われている。サービスを提供している高齢者もいずれサービスを受ける側に代わることになるが、こうした関係であれば、たとえ自分で活動できなくなっても、堂々と人の手を借りることができるし、現役世代と一緒に新しい取り組みのアイデアを出し合ったりすることでまちづくりに参加することもできる。これも生き甲斐の一つにできるのではないだろうか。この事例のように、住民が主体となり、行政や場合によっては地元企業などとも連携を取りながらまちづくりを行うことが今後ますます重要になると考えている。

最後に、この調査を実施するにあたり、逢坂学区、平野学区、瀬田学区の皆様にも、多大なご協力をいただきました。心よりお礼申し上げます。

江見 和明, 椋田 政春

引用文献

- 1) しが絆プロジェクト ヒト・モノ・コトを結ぶ <https://www.kizuna-shiga.com/2015/08/31/vol-4/>

参考文献

1. 大津市福祉子ども部, 健康保険部『福祉の概要 平成28年度』
2. 社会福祉法人滋賀県社会福祉協議会『高齢期の「居場所」に関する調査研究報告書』, 2004年3月。
3. 田尾 雅夫『セルフヘルプ社会—超高齢社会のガバナンス対応』有斐閣, 2007年11月。
4. 内閣府『平成27年版高齢社会白書』2015年7月。
5. 野中郁次郎, 廣瀬文乃, 平田透『実践ソーシャルイノベーション - 知を価値に変えたコミュニティ・企業・NPO』千倉書房, 2014年6月。
6. 松木宏史編『あなたも一緒にほちほちと—生活実態調査報告書—』平野学区社会福祉協議会, 2015年3月。
7. ロバート・C. アッチェリー, アマンダ・S. バルシュ『ジェロントロジー—加齢の価値と社会の力学』2005年6月。