

# 高齢者の動機研究の展望

—加齢に伴う喪失的变化への適応の志向性—

堀 口 康 太

白百合女子大学

A review of studies on the motives of older adults:  
Orientation for adapting to changes related to loss in old age

Kouta HORIGUCHI

Shirayuri University

This article reviews research on the motives (i.e., the reason for action) of older adults to engage in various activities. This review included studies on the motives of older adults engaging in the following activities: (1) physical activity/exercise, (2) lifelong learning/education, (3) volunteering, (4) leisure activities, (5) caring (i.e., medical and nursing care) for older adults, (6) relocation, and (7) work. The selected studies indicated that the motives of older adults are divided into four categories: (1) personal- and acquisition-oriented, (2) social- and acquisition-oriented, (3) personal- and regulation-oriented, and (4) social- and regulation-oriented. This finding suggested that older adults participate in activities with these motives in an attempt to adapt to changes associated with loss as they age such as a decline in physical and cognitive function, and a diminishing of interpersonal relationships.

**Key words:** motive, older adult, activity, acquisition, loss, adaptation

キーワード：動機, 高齢者, 活動, 獲得と喪失, 適応

## 1. 問題と目的

### 1.1 日本の高齢化の現状と政策の客体としての高齢者像

内閣府 (2021) によれば, 日本の高齢化率 (人口全体に占める 65 歳以上の人数の割合) は 2020 年 10 月 1 日時点で 28.8% である。65 歳時の平均余命を見ると, 男性が 19.83 歳, 女性が 24.63 歳となっており (厚生労働省, 2020), 「高齢者」と定義されるようになってからも平均して 20 年の人生を生きることになる。

以上のような人口の高齢化, 個人の長寿化は社会保障関連予算の増加と切り離せない問題として考えられる傾向がある。令和 2 年度の日本の社会保障関連予算は 35 兆 8,608 億円で, その約 78% は年金・医療・介護等, 高齢者と関連の深い予算である (捧, 2020)。こうした現状から, 社会保障費の増大を抑制するために, 高齢者に運動や身体活動への参加を促すことを重視する傾向が認めら

れる (竹内, 2002)。これは海外でも同様で, ヘルステア関連予算の増大が見込まれること (Chang, 2011) や公衆衛生政策 (Van Hoecke et al., 2014) の観点から高齢者を対象とした研究が行われている。これらのことは, 高齢者が社会保障関連予算の増大との関係で捉えられ, 健康につながる, あるいは要介護状態を予防する行動をとるように促される存在 (政策上の客体) として考えられていることを意味する。つまり, この文脈においては, 研究者が意識的であるか意識していないかにかかわらず, 高齢者を対象とした研究は高齢者に望ましい行動を促そうとしたり, 高齢者を特定の活動へと取り組ませようとする研究であるといえる。

もちろん, 運動や身体活動等, 何らかの活動に取り組むことは, 高齢者の心身の健康に良い影響を与えることが指摘されている (Adams, Leibbrandt, & Moon, 2011; Cunningham et al., 2020)。それゆえ, 何らかの活動に参加することは高齢者自身にとっても望ましい結果をもたらすものではある。

しかし、活動的であることが望ましいという価値観 (Ekerdt, 1986) のもと、研究者が高齢者を政策上の客体としてとらえている場合、そこからもたらされる研究成果は高齢者を何らかの活動に取り組ませる圧力 (Moddy, 1993) になりえる。活動的・生産的な生活の是非は、高齢者自身がそのような生活をしたかと思っただろうかから考える必要がある (岡林, 2011)。

したがって、活動に取り組む高齢者自身の立場を理解することが、高齢者にとって望ましい生活を議論するために重要である。実際に社会的活動に参加する意味を重視した研究 (Adams et al., 2011) や介護サービス利用のためのケアプラン作成においても高齢者の心情を考慮する必要性を指摘した研究 (津島ら, 2008) が行われている。

## 1.2 老年期における加齢に伴う喪失的变化の特徴

活動に取り組む高齢者の立場を理解するためには、老年期という発達段階の特徴を理解する必要がある。老年期は以下のような4つの喪失的变化に直面する時期として整理される (井上, 2007)。

第1は心身の健康度の喪失であり、加齢に伴う身体・認知機能の低下、生理的機能の低下に伴う疾病、歩行機能等の日常生活動作 (Activity of Daily Living: ADL) の低下が該当する。第2は、経済的基盤の喪失であり、定年退職等による定期的な就労収入の減少が該当する。第3は、社会的つながりの喪失であり、仕事等の役割の変化、死別等による対人関係の変化や喪失が該当する。以上3つの喪失的变化が第4の喪失である生きる目的の喪失へとつながる可能性が指摘されている。

高齢者は上記で紹介したような喪失的变化を経験するからこそ、それに対処しようとして、レジャー活動に取り組んだり、デイサービスに参加したりすると考えられる。したがって、活動に参加する意味 (Adams et al., 2011) 等、活動に取り組む高齢者自身の立場を考慮することは、高齢者ごとに異なる喪失的变化への適応に向けた志向性を理解することにつながると考えられる。つまり、活動に取り組むのが、身体機能を維持するためなのか、対人関係を維持するためなのかといった高齢者の立場を理解することによって、高齢者がどのように喪失的变化に適応しようとしているかを理解することが可能になるのである。いいかえれ

ば、高齢者が「なぜその活動に取り組んでいるのか」を理解することが高齢者にとって望ましい生活とは何かを知るために必要になるのである。

## 1.3 喪失的变化への適応に向けた志向性を反映する活動動機

上記で挙げた高齢者ごとに異なる喪失的变化への適応に向けた志向性を反映していると考えられるのが活動への動機 (motive) である。Resnick (1996) や上淵 (2019) によれば、動機は個人を行為へと導く人間の内部の力と行為の結果までのプロセスを示す動機づけ (motivation) の中に含まれる概念で、特に行為を行う意味や理由を示している。活動に取り組む動機に着目した代表的な動機づけの枠組みの例としては、自律的動機づけ—統制的動機づけの考え方が挙げられる。自律的動機づけは、ある活動や行動を自分のものとして引き受け、強制からではなく意志的に取り組んでいること (Deci & Ryan, 1991) であり、統制的動機づけとは、恥や不安等のネガティブな感情を回避する等、外的な報酬や外部・内部からの要求によって、コントロールされて行動していることを示す (Ryan & Deci, 2000)。

高齢者の動機を扱った先行研究においては、高齢者の動機は体系的に整理されていないことが指摘されているが (Schutzer & Graves, 2004)、それは、高齢者を活動的・生産的な生活へと促すことが主な目的で (Chang, 2011; 竹内, 2002; Van Hoecke et al., 2014)、加齢に伴う喪失的变化への適応に向けた志向性等、高齢者の立場を理解するための整理を必要としてみなされたことが背景にあると考えられる。本論文では、身体活動・運動、レジャー活動等、高齢者が取り組むさまざまな活動への動機を、加齢に伴う喪失的变化への適応に向けた志向性を反映している概念として位置づけ、高齢者の動機研究を概観し、動機の特徴、共通点について体系的な整理を試みる。

## 1.4 本論文における動機および活動の定義

本論文では、動機を「高齢者本人が認識しているさまざまな活動を行っている理由や意味」と定義する。本論文における定義の特徴は、以下の2点に整理される。

第1は、特定の活動レベルの動機に着目してい

ることである。本論文における活動は、新明解国語辞典（山田ら、2012）の「目的（使命）に応じた積極的な行動や運動をすること」を参考にし、一般的には活動とはあまり表現しない仕事やケア、リロケーション等、高齢者が何らかの目的をもって取り組むことを広く活動としてとらえている。具体的には、(1) 身体活動・運動、(2) 生涯学習・教育、(3) ボランティア、(4) レジャー活動、(5) 高齢者ケア（医療・介護）、(6) リロケーション、(7) 仕事という7つの領域における動機を整理する。高齢者の取り組む活動には、高齢者ケアのように身体機能や認知機能の低下、介護する家族の負担から必要に迫られて取り組まざるを得ない活動（例：デイサービス）も含まれるが、そのサービスで提供されている活動に取り組んでいる動機はさまざまであることが想定される。実際、運動を始めた動機と継続している動機を区別して考えている研究も存在する（Damush et al., 2005）。そのため、本論文では取り組み始めたきっかけが本人の動機によって影響を受けにくい活動も含んで動機を整理している。

第2は、活動に取り組む高齢者の主観的な認識としての動機に着目していることである。高齢者の動機を看護師や医師等の専門職が評定している研究（King & Barrowclough, 1989）では、リハビリテーションの動機は、運動機能の向上として評価されている。しかしリハビリテーションを対象として、高齢者の主観的な認識から動機を測定している研究（阿部・村田、2007；藤原・阿部、2002；棚町ら、2005）では、友人関係を作りたい等、さまざまな参加動機が抽出されている。主観的な認識から動機を整理する方が喪失的变化へのさまざまな適応への志向性を検討することができると考えられる。

### 1.5 本論文において動機には含まれていない概念

以上の通り本論文における動機は、高齢者本人が認識している特定の活動に取り組む理由や意味のことである。本論文では、全般的水準の動機と活動に取り組まない動機に関する研究は含まれていないこと明記しておく。

全般的水準の動機は、いくつかの生活・活動文脈にまたがる個人の動機の全般的な特徴を示しており、パーソナリティレベルの動機である

（Vallerand & Ratelle, 2002）。全般的水準の動機としては、人生や生活上の目標が何かを検討しているパーソナルストライビング等の目標理論（Hooker & Siegler, 1993；Lapierre, Bouffard, & Bastin, 1997；Lawton et al., 2002）、自分の能力を伸ばそうとするのか（学習目標）、自信のないことは避けようとするのか（遂行目標）、人が有能さを示すための目標構造の違いに着目した達成目標理論（Die, Seelbach, & Sherman, 1987；Jacob & Guarnaccia, 1997；Pelechano & de Miguel, 1991；Steinberg, Grieve, & Glass, 2001）、働くことに対して、どのような価値観を持っているかを示す労働観（Adams & Rau, 2004）が挙げられる。こうした全般的水準の動機は、活動への動機と区別して考える必要がある。その理由は労働観のような全般的水準の動機は特定の活動への動機と必ずしも対応していない可能性があるからである。たとえば、実際の仕事場面においては、人事異動等の事情から自らのスキルや経験を活かせない仕事に取り組まざるを得ない事態も生じるため、「責任のある仕事に取り組めることを重視する」という労働観を有していたとしても、今取り組んでいる仕事には「責任をもって取り組める仕事だから」という動機で取り組めていない場合も想定される。そのため、全般的水準と特定の活動への動機を区別し、本論文では、全般的水準の動機に関する研究は取り上げていない。

活動に取り組まない動機は「しない動機」、あるいは「やめる動機」として整理することができるが（梅崎、2004）、高齢者の動機に関する研究では、「活動場所が通うのに遠い」といった環境的な活動の阻害要因（Barrier）として整理されることが多い（Burton, Lewin, & Boldy, 2013）。そのため、本論文では活動に取り組まない動機は取り上げていない。

## 2. 各種の活動における高齢者の動機の特徴

### 2.1 身体活動・運動（Physical activity, exercise）

身体活動や運動を対象とした研究は比較的多く行われている。近年では、Burton et al. (2017) は、1975年から30年間で公刊された60歳以上を対象とした14本の研究を対象として、(1) 身体面（例：健康）、(2) 心理面（例：メンタルヘル

ス)、(3) 社会面(例:所属感)、(4) 環境面(例:アクセスのしやすさ)という4つの動機を抽出している。14の質的研究の結果を統合した研究(Devereux-Fitzgerald et al., 2016)においても、健康状態や自分の能力を維持することといった身体面の動機、気分よさや楽しさといった心理面の動機、そして社会的交流等の社会面の動機、活動場所へのアクセスのしやすさ等の環境面の動機が共通して抽出されている。

アクセスのしやすさのような環境面の動機は量的研究と質的研究のいずれにおいても共通して抽出されている動機ではあるものの、環境面は個人内の動機というよりは、立地条件等の活動場所の特徴を示す外的要因であると考えられる。したがって、高齢者の身体活動や運動への動機として、比較的一貫して抽出されているのは、身体面、心理面、社会面という3つの動機であると考えられる(Cohen-Mansfield, Marx, & Guralnik, 2003)。

身体面の動機は、健康や体力の維持・改善・増進がほぼ共通した動機である(Burton et al., 2013; Cohen-Mansfield et al., 2003; Damush et al., 2005; Nielsen et al., 2014; 大友ら, 1994, 1995)。自由記述の質問紙を用いても(Cohen-Mansfield et al., 2003)、あらかじめ選択を設けた質問紙に回答を求めた場合でも(Damush et al., 2005)、健康の維持等、身体面に関する動機が選択される傾向は相対的に高いことが示唆されている。上記にあげた以外の身体面の動機としては、身体の痛みを改善したい(Damush et al., 2005)や健康で魅力的でありたい(Antunes et al., 2017; Clarke, 2002)といった動機も挙げられている。

心理面としては、主に肯定的な感情を求めて身体活動・運動に参加しようとする動機が挙げられる(Burton et al., 2013; Cohen-Mansfield et al., 2003; Damush et al., 2005; Mantri et al., 2019; 大友ら, 1994, 1995)。たとえば、楽しいから(Burton et al., 2013)、運動をすると気分が明るくなるから(大友ら, 1994, 1995)が心理面の動機の具体例である。

社会面としては、主に身体活動・運動への参加を通じて、社会参加や人間関係を求める動機が挙げられる。たとえば、運動すると友達とわいわいできて楽しいから(大友ら, 1994, 1995)、家族や友人からのソーシャルサポートが得られるから

(Damash et al., 2005)、友人、家族そして親類と一緒に外出したり、楽しめるから等の交流志向の動機(Burton et al., 2013; Nielsen et al., 2014)が具体例として挙げられる。

以上のような身体活動・運動への動機の違いを左右する要因としては、性別や年齢(Kolt et al., 2002)といった人口統計学的な要因に加えて、身体機能の状態(Rasinaho et al., 2006; Vancampfort et al., 2019)があることが指摘されている。たとえば、歩行機能の障害の程度が重いほど、病気の管理が動機となる傾向があり、逆に歩行機能に障害がないほど、健康状態の維持を動機としている傾向が示されている(Rasinaho et al., 2006)。加えて、こうした動機の質の違いは、異なる結果を示すことが示唆されている。身体面、心理面、社会面という3つの動機に分類できない研究ではあるものの、身体活動・運動に対する自律的動機づけが高いほど、運動頻度が高いこと(Russell & Bray, 2009)やwell-being(Ferrand et al., 2012; Solberg, Halvari, & Ommundsen, 2013)が報告されている。

## 2.2 生涯学習・教育(Lifelong learning, education)

生涯学習・教育も、身体活動・運動と同様に比較的多くの研究が行われている領域である。これまで報告されてきた研究を概観すると、以下の5つの動機に大きく分けることができる。

第1は生涯学習・教育への参加に対する内発的動機である(Brownie, 2014; Cachioni et al., 2014; Chen & Wang, 2016; Kim & Merriam, 2004; Wirtz & Charner, 1989)。具体的には、多くの知識を得たい(Cachioni et al., 2014)や大学での学びを通して興味を広げたい(Chen & Wang, 2016)、大学での学習を継続したい(Derhun et al., 2019)等の動機が挙げられる。こうした内発的動機はリタイア後の生活満足度と関連することが報告されている(Stephan, Fouquereau, & Fernandez, 2008)。

第2は、老年期における自己実現を求める動機(Chen & Wang, 2016; Narushima, Liu, & Diestelkamp, 2013)であり、学習を通して自分の人生を豊かにしたい(Kim & Kim, 2015)、個人的な成長を求めたい(Brownie, 2014)、大学で学位を取得したい(Chen & Wang, 2016)、大学のコースを修了したい(Kim & Kim, 2015)等の動機が挙げられる。高齢者が生涯学習・教育を通して自己実現を求め

るのは、たとえば、戦争による教育の中断等、過去に達成できなかった学習機会を確保しようとする（Chen & Wang, 2016）が背景にあると考えられる。

第3は、加齢によって直面する変化を制御しようとする動機である。たとえば、健康状態を維持したい（Derhun et al., 2019）、認知面の活動性を維持したい（Narushima et al., 2013）や自由時間活用のため（Cachioni et al., 2014）、空いた時間を埋めたい（Chen & Wang, 2016）といったように、認知面、身体面、そして生活面の活動性を維持しようとする動機が含まれる。

第4は、他者との積極的な交流を求める動機であり、家族との関係性を改善したい（Kim & Merriam, 2004；Petik, Kézdy, & Kocsis, 2013；Wirtz & Charner, 1989）、新しい人や友達に出会えるから（Chen & Wang, 2016；Nalshima et al., 2013；Wirtz & Charner, 1989）、他者や社会と交流したい（Brownie, 2014；Cachioni et al., 2014；Derhun et al., 2019；Kim & Merriam, 2004）、人を助けるための知識を得たい（Cachioni et al., 2014）、組織や社会へ貢献したい（Brownie, 2014）等の動機が挙げられる。

第5は、生涯学習・教育を通じて、社会の変化に対応しようとする動機であり、社会の変化に乗り遅れないようにしたい（Chen & Wang, 2016）、外国語（英語）を勉強しているということを通して体面を保ちたい（Kim & Kim, 2015）といった動機が挙げられる。

### 2.3 ボランティア (Volunteering)

高齢者のボランティア動機は、利他的動機と利己的動機という2つの観点で共通している。利他的動機とは、ボランティアに参加することが他者や社会のためになるという動機のことであり、世代性や他者への責任（例：次世代のために社会をよくしたい）が中核的であると指摘されている（Bushway et al., 2011）。具体的には、道徳的な責任や社会的な義務を果たしたい（Okun, 1994）、社会や研究に貢献できるから（Kleiber & Nimrod, 2008；Warburton & Dyer, 2004）、他者を助けることができるから（Barlow & Hainsworth, 2001；Kleiber & Nimrod, 2008；Okun, 1994）といった動機が挙げられる。一方の利己的動機は、ボランティアに参加することは自分のためであると考えられる動機で

ある。具体的には、新しいスキルや経験を獲得したい（Kleiber & Nimrod, 2008；Okun, & Eisenberg, 1992）、自分自身の問題を解決したい（Okun, 1994；Principi et al., 2016）、自己を理解したい（Principi et al., 2016；Warburton & Dyer, 2004）、知的刺激を得たい（Barlow & Hainsworth, 2001）が挙げられる。こうした利他的な動機は、ボランティアへの参加を通して、自分の人生の意味を追求しているという共通点が指摘されている（Bushway et al., 2011）。

その他、ボランティアを通して他者と交流したい（Barlow & Hainsworth, 2001）、ボランティアの中で他者と協働したい（Celdrán & Villar, 2007；Kleiber & Nimrod, 2008；Okun, 1994；Principi et al., 2016）、他の人に合わせてボランティアに参加しているだけ（Okun & Eisenberg, 1992）等、利他的動機としては整理することができない他者・社会志向的な動機を挙げることができる。

加えて、ボランティアに参加する動機は、「自分のためが他者のためになる」、「他者のためが自分のためになる」という循環的な性質を有していることが指摘されている（伊藤, 2009）。このことから、ボランティアにおいては、他者や社会のためになることを自分のものとして引き受けている場合も想定できる。このように、個人が他者や社会のためになることを自分のものとして引き受けている状態を内生的社会的エイジェンシー（Miller, 2003）といい、特に「自分がそれを行うのは、自分の親しい誰かにとって重要だから」等、活動への動機として概念化されたものが関係性志向の自律的動機づけ（Gore & Cross, 2006）である。高齢者のボランティア動機についてさらに理解を深めるためには、関係性志向の自律的動機づけの存在も考慮した研究が必要になると考えられる。

### 2.4 レジャー活動 (Leisure activities)

高齢者のレジャーへの動機づけに関する研究では、映画鑑賞やショッピング等の外出や趣味、学習等の社会参加が含まれている（速水, 2000）。このうち、本節では、TV鑑賞（Rubin & Rubin, 1982）、バーチャルリアリティ（VR）を利用したレジャー活動（Reid & Hirji, 2003）、旅行（Aswin, 2008）等、先に紹介した学習等の活動以外を対象

としている研究、および活動内容を限定せず広くレジャー活動への動機を検討している研究の成果を整理する。

Lawton (1993) は、レジャー活動全般に渡る動機を「経験的」、「社会的」、「発達の」という3つの側面に整理している。経験的とは、経験することそのものを志向した内発的なもの、社会的とは、他者との交流や社会的影響力のことを示し、発達のとは知的な挑戦や個人の効力感の源泉になるようなものである。

経験的な動機の例としては、日々何かをしている感覚を得たい (Caro et al., 2009)、楽しみや肯定的感情を感じたい (Burton et al., 2013; Chang, 2011; Chang & Yu, 2013; Everard, 1999; Losier, Bourque, & Vallerand, 1993; Son, Mowen, & Kerstetter, 2008) といった内発的動機を典型例として挙げることができる。

社会的な動機の例としては、地域や周囲の他者に貢献したい (Caro et al., 2009; 堀口・小玉, 2014; 堀口・大川, 2018)、他者を助けたい (Reid & Hirji, 2003) といった他者や社会への貢献を志向した動機、家族や友人等、他者と一緒に活動できるから (Burton et al., 2013; Reid & Hirji, 2003) といった他者との交流志向の2つの側面を挙げることができる。

発達の動機としては、活動に関するスキルを維持したい (Caro et al., 2009)、新しいことに挑戦したい (Caro et al., 2010)、活動の達成を目指したい (Reid & Hirji, 2003)、新しい知識を得たい、自己を向上させたい (Aswin, 2008; 堀口・小玉, 2014; 堀口・大川, 2018) といった動機が挙げられる。

Lawton (1993) の枠組みでは分類できない動機としては、加齢によって直面する変化を制御しようとする動機が挙げられる。具体的には、健康を維持したい (Burton et al., 2013; Son et al., 2008)、情報を得たい、忘れっぽさを防ぎたい、空いた時間を埋めたい (Everard, 1999; Reid & Hirji, 2003; 堀口・小玉, 2014; 堀口・大川, 2018) といった動機が存在することが報告されている。

## 2.5 高齢者ケア (医療・介護)

高齢者ケアに関しては、主に2つの研究領域がある。第1は、投薬等の医療的ケアに関する研究

である。この研究領域では、がん治療 (Godskesen et al., 2016)、治験 (Frédéric & Nathalie, 2014) への動機に関する研究が行われている。医療的ケアにおいては、病気の治療を含む個人的利益 (Frédéric & Nathalie, 2014) が動機として抽出される一方、社会から受けたものを返したい、助けてもらっていることへの義務といった他者・社会志向的な動機も抽出されているのが特徴である (Godskesen et al., 2016)。

第2はデイケア、デイサービス等の在宅ケアの利用動機を扱った研究である。在宅サービスにおいて提供される活動には、リハビリ等、身体活動・運動に類する活動や手芸、カラオケ等、レジャーのような活動もある。そうした背景もあり、在宅ケアにおける動機は、身体活動・運動、レジャーと類似しており、身体面、心理面、社会面に大きく分けることが可能である。

身体面としては、在宅ケアが機能訓練・回復を本来的な目的としていることもあり、身体機能や日常生活の質を改善したい (藤原・阿部, 2002; 堀口・大川, 2020) が中心的な動機として挙げられる。心理面としては、楽しさ、幸福感やリラクセス等、肯定的な感情の獲得に関する動機が認められる一方で、転倒する不安・孤独感等の否定的な感情の解消を目的として在宅ケアに参加していることを示す動機も挙げることができる (阿部・村田, 2007; Annika & Louise, 2005; Høst, Hendriksen, & Borup, 2011; 藤原・阿部, 2002; 堀口・大川, 2020; 棚町ら, 2005)。社会面としては、他の人と会話をするのが大事だと思うから (堀口・大川, 2020) 等、友人を作ったり、職員と話したりすることを通して、他者との交流を志向する動機 (阿部・村田, 2007; Annika & Louise, 2005; Høst et al., 2011; 藤原・阿部, 2002; 棚町ら, 2005) が挙げられる。

先述したとおり、在宅ケアに対する動機は身体活動・運動やレジャー活動と類似する部分はあるが、特に在宅ケアにおいては、孤独感や転倒する不安といった生活上の不安を解消したい等、一見、消極的に見える動機が在宅ケアへの自律的動機づけとなっていることが相違点である (堀口・大川, 2020)。身体機能が低下し、ケアを必要としている高齢者にとっては、先に挙げた生活上の不安は、解消すべき差し迫った不安である。その

うえ、身体機能が低下しているために、送迎がないと外出が困難になり、在宅ケアがほぼ唯一の活動であることも少なくない。在宅ケアの利用という数少ない活動の機会を利用して生活上の不安を解消しようとするのは、高齢者本人にとって重要なことである。そうした背景から生活上の不安を解消しようとする動機は、強制からではなく高齢者本人の感じる重要性や意志に基づき取り組んでいることを示す自律的動機づけ (Deci & Ryan, 1991) として位置づけられると考えられる。

一方、レジャー活動に参加している身体的に自立している高齢者は、身体機能が低下している高齢者と異なり、生活上の不安は差し迫ったものではない場合が多い。加えて、身体的に自立していれば、活動場所まで自ら行くことができるため、自分にとって重要であり、価値観と合致した活動を選択し、それに取り組むことができる余地が残っている。そのような状況で生活上の不安を解消することを志向して活動に取り組むのは、生活上の不安が実際に起こるかもしれないと、必要以上にとらわれてしまっている状態であると考えられる。こうした背景からレジャー活動においては、生活上の不安を解消しようとする動機は、内部からの要求によってコントロールされて行動していることを示す統制的動機づけ (Ryan & Deci, 2000) として位置づけられるのだと考えられる (堀口・小玉, 2014)。

## 2.6 リロケーション (relocation)

リロケーションを対象とした研究は、海外移住と一人暮らしからの移行 (家族との同居あるいは施設入所) の2つの研究領域に分類することができる。

海外移住に関する研究では、欧米や日本の高齢者が主に東南アジアや地中海等、温暖な土地に移住した動機を検討している。海外移住の動機を大きく分けると、以下の3つに分類することができる。第1は、関節炎の療養にとってよい環境だから (Wong & Musa, 2014) 等、健康状態の改善を志向した身体面の動機である (Casado-Diaz, Kaiser, & Warnes, 2004)、第2は、リタイア後は自分のために時間を使い、第2の人生を有意義にしたい (Wong & Musa, 2014) や出身の国、地域では犯罪等が多く、安心してリタイア後の生活が送れない

から (Wong & Musa, 2014) 等、生活面に関する動機である (Casado-Diaz et al., 2004; Howard, 2008)。第3は、娘や親せき、パートナーが移住先にいるから (Wong & Musa, 2014) 等の社会面の動機である (Casado-Diaz et al., 2004; Howard, 2008) である。このほかにも仕事やレジャー等の実利的な動機も報告されている (Casado-Diaz et al., 2004)。

一人暮らしからの移行においては、都市部以外に居住している日本人高齢者の移住動機は、自立生活を営むのが難しくなったことや子どもから呼び寄せられたことにあると報告されている (Saito, Lee, & Kai, 2007)。施設入所の動機については、在宅生活をしている虚弱高齢者は、衣食住の快適さや痛みのなさ、他者との交流を求めて施設入所を検討するという研究 (Steverink, 2001) がある一方、家族の決定だからと半ば仕方なく入所している等、自発的な選択に基づかない場合があることも報告されている (佐瀬, 1997)。

海外移住と一人暮らしからの移行においては、健康状態の維持等を考慮した身体面の動機、生活面の支障を解消しようとする生活面の動機、そして他者との交流を考えた社会面の動機がいずれも共通していると考えられる。ただし、海外移住の動機は基本的に自発的なものであり、他者に同調して海外移住したり、仕方がないから海外移住するという動機は抽出されていない。一方で、家族との同居や施設入所というリロケーションは、家族の意向等、高齢者本人が自らコントロールできない理由が動機として報告されていた。身体機能や認知機能が低下し、施設に入所せざるを得ない時は多いと考えられるが、入所後の施設生活に対して、自律的に動機づけられることが高齢者の well-being に関連することが報告されているため (Altintas, De Benedetto, & Gallouj, 2017; Altintas et al., 2018; Curtiss, Hayslip, & Dolan, 2008; O'Connor & Vallerand, 1994; Philippe & Vallerand, 2008; Vallerand & O'Connor, 1989; Vallerand, O'Connor, & Hamel, 1995)、自らコントロールできないリロケーションを経験したとしても、リロケーション後にできる限り高齢者の自律性を支援することが重要であると考えられる。

## 2.7 仕事 (Work)

高齢者の就労働機に関する先駆的な研究として

は、Mor-barak (1995) が挙げられる。この研究では、社会的動機（例：他者からの尊敬が得られるから）、経済的動機（例：生活するのに十分な収入が必要）、個人的動機（例：個人的な満足が得られる）、世代性の動機（例：若い人に自分のスキルを共有する機会になる）という4つの動機が抽出されている。

Mor-barak (1995) 以外の研究においても、親密な関係性を維持することを目的とした社会的動機 (Ulrich & Brott, 2005)、生計を維持することを目的とした経済的動機 (船橋, 1983; 堀口・御手洗, 2020; Mor-barak, 1995; 日本政策金融公庫総合研究所, 2017)、働くことを通して新しいスキルを獲得しようとする個人的動機や若い社員に自分のスキルを伝えることを志向する世代性的な動機が同様に抽出されており (堀口・御手洗, 2020)、Mor-barak (1995) による4つの動機の種類は高齢者就労においてほぼ共通したものであると考えられる。

特に高齢者就労においては、以上の4つの中でも社会的動機や世代性の動機が重視される傾向がある。たとえば、Kanfer and Ackerman (2004) や Zhan, Wang, and Shi (2015) は、高齢者の就労働機において重要なのは、快適な社会関係や重要な他者との関係等の他者・社会志向的な動機であることを指摘している。こうした他者・社会志向的な動機は、世代性を発揮することが自分自身にとっての獲得を意味する場合 (堀口・御手洗, 2020) と親密な関係性や責任等、退職により喪失したものを制御しようとする場合 (Ulrich & Brott, 2005) の2つに分類することができるが、特に前者のような世代性の要素を含む動機が職務満足度 (Dendinger, Adams, & Jacobson, 2005) や生きがい感 (堀口・御手洗, 2020) と正の関連を示すことが報告されている。

しかし、仕事への動機に関連する要因については、職場におけるコミュニケーションの有無 (堀口・御手洗, 2020)、仕事の自律性 (Bal et al., 2012) 等、職場要因との関連を示した研究が少数報告されているだけで、研究知見の蓄積は不足していることが指摘されている (Bal et al., 2012)。日本においては、2021年4月から70歳までの就業確保措置が企業の努力義務として改正高年齢者雇用安定法に規定され、生涯現役社会が近づいて

きている。高齢者の就労働機を理解すること、就労働機に関連する要因を検討することは、今後ますます増加する働く高齢者が活躍できる環境を整えていくために必要であると考えられる。

これまで概観した活動ごとの動機の特徴についてまとめたものを表1に示す<sup>1)</sup>。

### 3. 高齢者の活動動機を理解するための2つの次元

これまで整理してきた高齢者の動機は以下の2つの次元からとらえることができると考えられる。

第1は、個人志向—社会志向の次元である。個人志向の動機は、高齢者自身に関することが活動する動機になっているもので、たとえば、身体面の動機 (身体活動・運動、高齢者ケア、リロケーション)、心理面の動機 (身体活動・運動、高齢者ケア)、内発的動機 (生涯学習・教育、レジャー活動)、加齢に伴う変化を制御しようとする動機 (生涯学習・教育、レジャー活動) が例として挙げられる。社会志向の動機は、他者との交流を志向したり、他者や社会への貢献を意図した動機である。他者との交流を志向する動機は、本論文で紹介したすべての活動において認められている。交流以外の社会志向の動機としては、他者や社会に貢献しようとする動機 (ボランティア、レジャー、仕事)、社会への変化に対応しようとする動機 (生涯学習・教育) が挙げられる。

第2は、獲得志向—制御志向の次元である。Baltes (1997) は、人の生涯発達には、獲得と喪失の制御という2つの志向性のバランスに基づいていることを指摘しており、獲得と制御は高齢者の喪失的变化への適応を考える際に有用な次元であるといえる。獲得志向の動機は活動に取り組む高齢

1) 本論文で紹介した以外の活動動機としては、信仰 (O'Connor & Vallerand, 1990; Roberts & Maxfield, 2018) やギャンブル (Clarke & Clarkson, 2008; Pattinson & Parke, 2016) が挙げられる。前者については、信仰への自律的動機づけが高いほど、認知症への不安やうつ病の得点が低いことが指摘されている。後者については、「心理的ストレスの軽減 (リタイア等への負の感情の軽減)」、「身体的ストレスの調整 (身体の痛みからの逃避)」がギャンブルの動機になっていることが指摘されている (Pattinson & Parke, 2016)。このほか、大量服薬の動機に着目した研究も行われている (Dennis et al., 2007)。



表1 本研究で取り上げた各種の活動における高齢者の動機の特徴

活動の領域	動機の特徴
身体活動・運動	身体活動・運動への動機は、(1) 身体面、(2) 心理面、(3) 社会面といった3つの側面に分類することができ、動機の質によって、運動頻度が異なること、性別や年齢、身体機能の状況によって、顕著な動機が異なることが報告されている。
生涯学習・教育	生涯学習・教育に関する動機は、(1) 生涯学習・教育への参加に対する内発的動機、(2) 老年期における自己実現、(3) 加齢によって直面する変化を制御しようとする動機、(4) 他者との積極的な交流を求める動機、(5) 生涯学習・教育を通じて、社会の変化に対応しようとする動機の5つに分類することができる。
ボランティア	ボランティアへの動機は、(1) 世代性や他者への責任を中核とした利他的動機、(2) 新しいスキルや経験を獲得すること等、自分の人生の意味を追求しようとする利己的動機、(3) 交流・協働・同調を中核とした他者との交流志向の動機の3つにまとめることができる。加えて、ボランティアは「他者のためになることを自分のこととして引き受けて行う」という関係性志向の自律的動機づけも想定することができる。
レジャー活動	レジャー活動への動機は、(1) 内発的動機を中心とした経験的な動機、(2) 地域への貢献や他者との交流を中心とした社会的な動機、(3) 自らのスキルを維持することを中心とした発達の動機、(4) 健康を維持すること等、加齢によって直面する変化を制御しようとする動機の4つが挙げられる。
高齢者ケア (医療・介護)	高齢者ケア(医療・介護)への動機としては、(1) 身体機能や日常生活の改善等を志向した身体面の動機、(2) 楽しさや肯定的感情を得ること等を目的とした心理面の動機、(3) 他者との交流や会話を重視した社会面の動機の3つに分類することができる。特に心理面の動機として、転倒する不安・孤独感等の否定的な感情の解消を目的とした動機が抽出される特徴があり、こうした動機が現在の生活課題を自ら解消しようとする自律的動機づけである可能性も指摘されている。
リロケーション	海外移住と一人暮らしからの移行においては、(1) 身体面の動機、(2) 生活面の動機、(3) 社会面の動機はいずれも共通したりロケーションの動機である。ただし、海外移住の動機は基本的に自発的なものである一方で、施設入所の動機は、身体機能や認知機能の低下によって、高齢者本人が自らコントロールできない理由が動機として報告されており、動機の自律性という観点から考えると相違点も認められた。
仕事	仕事においては、(1) 尊敬や交流を求める社会的動機、(2) 収入を求める経済的動機、(3) 個人的な満足を求める個人的動機、(4) 若い世代へのスキル等の継承を意図した世代性の動機という4つの動機が共通して抽出されている。特に高齢者就労においては、世代性の動機がwell-beingに関連することが報告されている。

者自身、周囲の他者や社会にとって価値や意味のあることの獲得を志向した動機である。たとえば、心理面の動機(身体活動・運動、高齢者ケア)、内発的動機(生涯学習・教育、レジャー活動)、他者との交流を重視した社会面の動機、他者や社会に貢献しようとする動機(ボランティア、レジャー、仕事)が挙げられる。制御志向の動機は、個人の健康状態や対人関係の喪失等、加齢によって直面する個人的、社会的な生活面の変化に対処しようとする動機である。たとえば、身体面の動機(身体活動・運動、高齢者ケア、リロケーション)、加齢に伴う変化を制御しようとする動機(生涯学習・教育、レジャー活動)が挙げられる。

高齢者の動機はこの2つの次元をもとにした4つのタイプの動機に大きく分類することができる。4つのタイプの動機を図1に示す。

第1のタイプは、個人—獲得志向の動機である。この動機は、自分にとって価値のあるものを経験すること、獲得することを志向する動機である。たとえば、楽しさ等の肯定的感情を得ることを目的とした身体活動における心理面の動機(e.g., Burton et al., 2013)やレジャー活動における経験的動機や発達の動機(Lawton, 1993)が挙げられる。

第2のタイプは、社会—獲得志向の動機である。この動機は、他者との交流、他者が何らかし獲得することを志向している動機として整理できる。たとえば、他者や社会との交流を求めて身体活動・運動やボランティアに取り組む動機(e.g., Brownie, 2014; Damash et al., 2005)や他者や社会への貢献を意図してレジャー活動や仕事に取り組もうとする動機(e.g., 堀口・小玉, 2014; 堀口・御手洗, 2020)が挙げられる。

第3のタイプは、個人—制御志向の動機である。



図1 2次元4象限による高齢者の動機の整理

この動機は身体機能や認知機能あるいは役割等、加齢に伴う変化によって失う可能性のあるものや失いつつあるものを制御しようとする動機として整理できる。たとえば、認知面・身体面の活動性の維持を志向して生涯学習・教育に取り組もうとする動機 (e.g., Derhun et al., 2019) や空いた時間を埋めることを志向してレジャー活動に取り組もうとする動機 (e.g., Chen & Wang, 2016) が挙げられる。

第4のタイプは、社会—制御志向の動機である。この動機は、社会関係上の喪失的变化を制御することを意図した動機として整理できる。たとえば、他者との感情的、社会的交流の喪失を補償しようとするリロケーションの動機 (Steverink, 2007) やリタイアによって失われる親密な関係性を補償しようとして仕事に取り組む動機 (Ulrich & Brott, 2005) が挙げられる。

#### 4. 活動動機から見える 高齢者の喪失的变化への志向性と 望ましい生活のあり方

本論文の目的は、高齢者の活動動機に着目し、その特徴、共通点について体系的に整理すること

を通して、高齢者がどのように喪失的变化に適応しようとしているか、その志向性を理解することであった。先述したとおり、本論文においては、高齢者の動機は個人—獲得志向、社会—獲得志向、個人—制御志向、社会—制御志向という4つに整理された。これは、この4つの志向性に基づいて、高齢者が喪失的变化に適応しようとしていることを意味している。

個人—獲得志向の動機の存在は、高齢者においては、喪失を制御することが相対的に重要になる (Baltes, 1997) とはいえ、獲得することも依然として重要な喪失的变化への適応の志向性であることを示していると考えられる。特に本論文においては、高齢者は楽しさを求めるような内発的動機等の心理面における獲得を志向して活動に取り組む、喪失的变化への適応を試みていることが示唆された。こうした獲得を志向する動機は高齢者だけではなく、社会で生きていくために必要な知識やスキルを獲得することが重要な若年者においても共通する動機である (McDonough & Crocker, 2007; Vallerand et al., 1992; Vansteenkiste et al., 2004)。人が何らかの獲得を通して、適応しようとするのは、生涯発達においては普遍的な側面があると考えられる。

個人一制御志向の動機の存在は、高齢者が喪失の変化に適応していくためには、維持や予防という制御的な側面も必要となることを示していると考えられる。これは、高齢者においては獲得できることが相対的に少なくなっていくこと (Baltes, 1997) が背景にあると考えられる。獲得できることが少なくなる分、本論文で示された認知面・身体面の活動性の維持 (e.g., Derhun et al., 2019) や空いた時間を埋めること (e.g., Chen & Wang, 2016) といった動機によって活動に取り組み、加齢に伴う身体機能の低下を防いだり、退職に伴い生活が不活発になるのを防止することを通して、喪失の変化に適応しようとしていると考えることができる。

社会一獲得志向と社会一制御志向の動機は、他者との関係を中核とした社会面における獲得や喪失の制御が、高齢者の喪失の変化への適応の志向性として重要であることを示唆している。社会面における獲得は、交流できる他者を得ることや自分が他者に何らかの貢献をしたり、獲得的な経験 (たとえば、スキルや知識の獲得の機会) を提供したりすることを意味しているが、こうした社会面での獲得を志向して喪失の変化に適応しようとするのは、加齢に伴い、個人的な獲得には限界が生じてくるからであると考えられる。たとえば、退職したことで、仕事を通じた自分のスキルの獲得が困難な状況に置かれたとき、次の世代に自らの技術やスキルを獲得させることを通して、自身の喪失の変化に適応する必要性が生じることが挙げられる。社会面での制御が必要となるのは、死別等で、親密な他者を失う等、人間関係における喪失の変化が生じるからである。失った親密な関係は取り戻しようのないものであるから、新しい活動に参加したりすることを通して、親密な関係性を補償して、喪失の変化に適応しようとしているのだと考えられる。

本論文では、高齢者の立場を理解し、高齢者にとって望ましい生活とは何かを知ることも目的としていた。肯定的な感情や新しいスキル・知識を獲得しようとする、身体機能や認知機能を極力低下させないようにすること、交流できる他者を得たり、自分が他者に何らかの獲得的な経験を提供しようとする、元には戻せない関係性を補償できる新しい関係を築こうとすること、この

ような4つの志向性に基づいて、高齢者は喪失の変化への適応を試みている。高齢者の活動動機から見える高齢者本人にとって望ましい生活とは、実際にこうした志向性に基づいて、生活の中で喪失の変化への適応を実現している状態であると考えられる。

## 5. 高齢者の動機研究における今後の課題

今後の高齢者を対象とした動機研究において取り組むべき課題は以下の4点に整理することができる。

第1は、高齢者の動機のパターンやプロフィールを検討することである。先に高齢者の動機は、喪失の変化への適応に向けた志向性を反映している可能性を挙げた。しかしながら、適応への志向性は高齢者個人ごとに異なると考えられ、個人一獲得志向の動機のみが強い人もいれば、すべての動機が強い人もいると考えられる。いくつかの研究 (e.g., Altintas et al., 2018; 堀口・小玉, 2014) を除いて、こうした視点は採用されていない。高齢者の動機を個人によって異なるパターンやプロフィールから理解することで、高齢者の動機のありよう、そして喪失の変化への適応に向けた志向性をよりよく理解できるようになると考えられる。

第2は、高齢者の置かれている状態によって動機の意味が異なる可能性を考慮することである。「他にやることがないから」という動機は、同じ言葉であっても、日常生活を送るのにケアが必要なほど身体機能が低下している人とそうでない人では、動機の自律性が異なる可能性を指摘できる。先行研究においては、身体機能が同一の高齢者を対象とした研究が多いため、身体機能が異なる高齢者を同じ研究の枠組みの中で対象として、同じような特徴をもつ動機を相互に比較する等、研究方法にも工夫が必要になると考えられる。

第3は、活動開始時から継続時における動機の変化を検討することである。先に高齢者の動機を4つのタイプに分類したが、たとえば、友人が亡くなってしまい、一緒に外出する人がいなくなってしまったから、ミニデイサービス (介護保険外の自治体の独自の通所サービス) を利用しているという社会一制御志向の動機は、活動する中で他者との交流をもてるようになれば、変化していく

可能性がある。それゆえ、動機の変化を検討するための長期的な縦断研究を行うことが、高齢者の動機のさらなる理解につながると考えられる。

第4は、実践への応用を検討していくことである。高齢者の動機を喪失の変化への適応に向けた志向性として位置づけるならば、志向性と合致した生活を実現できるように、活動への動機を促進することが実践上重要になる。適応している状態を well-being な状態と仮定した時、自律的動機が well-being と関連することが示唆されているが (e.g., Vallerand et al., 1995), それ以外の動機が喪失への適応を促進するのかどうか、十分な知見を得ることができていないため、今後の研究の蓄積が期待される。

## 文 献

- 阿部純平・村田和香 (2007) 通所リハビリテーション利用者の視点からみた効果に関する検討 北海道作業療法, 24, 83-93.
- Adams, K. B., Leibbrandt, S., & Moon, H. (2011). A critical review of the literature on social and leisure activity and wellbeing in later life. *Ageing and Society*, 31, 683-712.
- Adams, G., & Rau, B. (2004). Job seeking among retirees seeking bridge employment. *Personnel Psychology*, 57, 719-744.
- Altintas, E., De Benedetto, G., Gallouj, K. (2017). Adaptation to nursing home: The role of leisure activities in light of motivation and relatedness. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 70, 8-13.
- Altintas, E., Guerrien, A., Vivicorsi, B., Clement, E., & Vallerand, R. J. (2018). Leisure activities and motivational profiles in adaptation to nursing homes. *Canadian Journal on Aging*, 37, 333-344.
- Annika, O., & Louise, N. (2005). Meanings and motives for engagement in self-chosen daily life occupations among individuals with Alzheimer's disease. *OTJR: Occupation, Participation and Health*, 25, 89-97.
- Antunes, R., Couto, N., Monteiro, D., Moutão, J., Marinho, D. A., & Cid, L. (2017). Validation of the goal content for exercise questionnaire (GCED) for sample of elderly Portuguese people. *Motricidade*, 13, 59-67.
- Aswin, S. (2008). A factor-cluster analysis of tourist motivations: A case of U.S. senior travelers. *Tourism: An International Interdisciplinary Journal*, 56, 23-40.
- Bal, P. M., De Jong, S. B., Jansen, P. G. W., & Bakker, A. B. (2012). Motivating employees to work beyond retirement: A multi-level study of the role of I-deal and unit climate. *Journal of Management studies*, 49, 306-331.
- Baltes, P. B. (1997). On the incomplete architecture of human ontology: Selection, optimization, and compensation as foundation of developmental theory. *American Psychologist*, 52, 366-380.
- Barlow, J., & Hainsworth, J. (2001). Volunteerism among older people with arthritis. *Ageing and Society*, 21, 203-217.
- Brownie, S. (2014). Older Australian's motivation for university enrollment and their perception of the role of tertiary education in promoting healthy aging: A national cross-sectional study. *Educational Gerontology*, 40, 723-736.
- Burton, E., Farrier, K., Lewin, G., Pettigrew, S., Hill, A-M., Airey, P., ... Hill, K. D. (2017). Motivators and Barriers for older people participating in resistance training: A systematic review. *Journal of Aging and Physical Activity*, 25, 311-324.
- Burton, E., Lewin, G., & Boldy, D. (2013). Barriers and motivators to being physically active for older home care clients. *Physical & Occupational Therapy in Geriatrics*, 31, 21-36.
- Bushway, L. J., Dicknson, J. L., Wagenet, L. P., & Weinstein, D. A. (2011). Benefits, motivations, and barriers related to environmental volunteerism for older adults: Developing a research agenda. *International Journal of Aging and Human Development*, 72, 189-206.
- Cachioni, M., Ordonez, T. N., de Silva, T. B. L., Batistoni, S. S. T., Yassuda, M. S., Melo, R. C., ... Lopes, A. (2014). Motivational Factors and Predictors for Attending a Continuing Education Program for Older Adults. *Educational Gerontology*, 40, 584-596.
- Caro, F. G., Burr, J. A., Caspi, E., & Mutchler, J. E. (2010). Motives that bridge diverse activities of older people. *Activities, Adaptation & Aging*, 34, 115-134.
- Caro, F. G., Caspi, E., Burr, J. A., & Mutchler, J. E. (2009). Global activity motivation and activities of older people. *Activities, Adaptation & Aging*, 33, 191-208.
- Casado-Diaz, M. A., Kaiser, C., & Warnes, A. M. (2004). Northern European retired residents in nine southern European areas: Characteristics, motivations and adjustment. *Ageing & Society*, 24, 353-381.
- Celdrán, M., & Villar, F. (2007). Volunteering among older Spanish adults: Does the type of organization matter? *Educational Gerontology*, 33, 237-251.
- Chang, L-C. (2011). An interaction effect leisure self-determination and leisure competence on older adults' self-rated health. *Journal of Health Psychology*, 17, 324-332.
- Chang, L-C., & Yu, P. (2013). Relationships between leisure factors and health-related stress among older adults. *Psychology, Health and Medicine*, 18, 79-88.
- Chen, L-K., & Wang, S. T. (2016). Seniors' demographic correlates for motivations to enroll in degree-conferring

- programs in universities. *Educational Gerontology*, 42, 431–442.
- Clarke, L. H. (2002). Older woman's perceptions of ideal body weights: The tensions between health and appearance motivations for weight loss. *Ageing & Society*, 22, 751–773.
- Clarke, D., & Clarkson, J. (2008). Gambling behaviour and motivation in an urban sample of older adult gamblers. *New Zealand Journal of Psychology*, 37, 17–27.
- Cohen-Mansfield, J., Marx, M. S., & Guralnik, J. M. (2003). Motivators and barriers to exercise in an older community-dwelling population. *Journal of Aging and Physical Activity*, 11, 242–253.
- Cunningham, C., Sullivan, R. O., Caserotti, P., & Tully, M. A. (2020). Consequences of physical inactivity in older adults: A systematic review of reviews and meta-analyses. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 30, 816–827.
- Curtiss, K., Hayslip Jr, B., & Dolan, D. C. (2008). Motivational style, length of residence, voluntariness, and gender as influences on adjustment to long term care: A pilot study. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 15, 13–34.
- Damush, T. M., Perkins, S. M., Mikesky, A. E., Roberts, M., & O'Dea, J. (2005). Motivational factors influencing older adults diagnosed with knee osteoarthritis to join and maintain an exercise program. *Journal of Aging and Physical Activity*, 13, 45–60.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Vol. 38. Perspectives on Motivation* (pp. 237–288.). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Dendinger, V. M., Adams, G. A., & Jacobson, J. D. (2005). Reason for working and their relationship to retirement attitudes, job satisfaction and occupational self-efficacy of bridge employees. *International Journal of Aging and Human Development*, 61, 21–35.
- Dennis, M. S., Wakefield, P., Molloy, C., Andrews, H., & Friedman, T. (2007). A study of self-harm in older people: Mental disorder, social factors and motives. *Ageing & Mental Health*, 11, 520–525.
- Derhun, F. M., Scolari, G. A. S., Puig-Llobet, M., Salci, M. A., Baldissera, V. D. A., & Carreira, L. (2019). Participation in university activities for the elderly: Motivations of Brazilian and Spanish seniors. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 72, 104–110.
- Devereux-Fitzgerald, A., Powell, R., Dewhurst, A., & French, D. P. (2016). The acceptability of physical activity interventions to older adults: A systematic review and meta-synthesis. *Social Science & Medicine*, 158, 14–23.
- Die, A. H., Seelbach, W. C., & Sherman, G. D. (1987). Achievement motivation, achieving styles, and morale in the elderly. *Psychology and Aging*, 2, 407–408.
- Ekerdt, D. (1986). The busy ethic: Moral continuity between work and retirement. *The Gerontologist*, 26, 239–244.
- Everard, K. M. (1999). The relationship between reason for activity and older adult well-being. *The Journal of Applied Gerontology*, 18, 325–340.
- Ferrand, C., Nasarre, S., Hautier, C., & Bonnefoy, M. (2012). Aging and well-being in French older adults regularly practicing physical activity: A self-determination perspective. *Journal of Aging and Physical Activity*, 20, 215–230.
- Frédéric, B., & Nathalie, C. (2014). Attitudes of older adults to their participation in clinical trials: A pilot study. *Drugs & Aging*, 31, 373–377.
- 藤原瑞穂・阿部和夫 (2002) 在宅高齢障害者の通所サービス利用意義—ADL 能力と罹患期間による検討—作業療法, 21, 240–250.
- 船橋晴俊 (1983) 生活水準の変化 青井和夫・和田修一 (編著) 中高年齢層の職業と生活—一年退職を中心として— (pp. 95–126) 東京大学出版会.
- Godskesen, T. M., Kihlbom, U., Nordin, K., Silén, M., & Nygren, P. (2016). Differences in trial knowledge and motives for participation among cancer patients in phase 3 clinical trials. *European Journal of Cancer Care*, 25, 516–523.
- Gore, J. S., & Cross, S. S. (2006). Pursuing goals for us: Relationally autonomous reasons in long-term goal pursuit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 848–861.
- 速水敏彦 (2000) 豊かな社会での大人の動機づけ 速水敏彦・橘良治・西田保・宇田光・丹羽洋子 (著) 動機づけの発達心理学 (pp. 141–178) 有斐閣ブックス.
- Hooker, K., & Siegler, I. C. (1993). Life goals satisfaction, and self-rated health: Preliminary findings. *Experimental Aging Research*, 19, 97–110.
- 堀口康太・小玉正博 (2014) 老年期の社会的活動における動機づけと well-being (生きがい感) の関連—自律性の観点から— 教育心理学研究, 62, 101–114.
- 堀口康太・御手洗尚樹 (2020) 再雇用高齢労働者の就労動機づけ尺度の作成および関連要因の検討 実験社会心理学研究, 59, 86–106.
- 堀口康太・大川一郎 (2018) 高齢者の社会的活動への動機づけと他者との関係性の関連—活動内の仲間関係, 配偶者, 子供, 孫の4側面に着目した検討— 教育心理学研究, 66, 185–198.
- 堀口康太・大川一郎 (2020) 高齢者の通所介護利用動機づけと生きがい感の関連—自律的—統制的動機づけの枠組みから— 高齢者のケアと行動科学, 25, 67–83.

- Høst, D., Hendriksen, C., & Borup, I. (2011). Older people's perception of and coping with falling, and their motivation for fall prevention. *Scandinavian Journal of Public Health, 39*, 742–748.
- Howard, R. W. (2008). Western retirees in Thailand: Motives, experiences, wellbeing, assimilation and future needs. *Ageing & Society, 28*, 145–163.
- 井上勝也 (2007) 「老年期と生きがい」の考察 生きがい研究, 13, 4–15.
- 伊藤忠弘 (2009) 達成行動における他者志向的動機の概念の再検討学習院大学文学部研究年報, 55, 217–235.
- Jacob, M., & Guarnaccia, V. (1997). Motivational and behavioral correlates of life satisfaction in an elderly sample. *Psychological Reports, 80*, 811–818.
- Kanfer, R., & Ackerman, P. L. (2004). Aging, adult development, and work motivation. *Academy of Management Review, 29*, 440–458.
- Kim, A., & Merriam, S. B. (2004). Motivations for learning among older adults in a learning in retirement institute. *Educational Gerontology, 30*, 441–455.
- Kim, T.-Y., & Kim, Y.-K. (2015). Elderly Korean learners' participation in English learning through lifelong education: Focusing on motivation and demotivation. *Educational Gerontology, 41*, 12–135.
- King, P., & Barrowclough, C. (1989). Ratings the motivation of elderly patients on a rehabilitation ward. *Clinical rehabilitation, 3*, 289–291.
- Kleiber, D., & Nimrod, G. (2008). Expressions of generativity and civic engagement in a 'learning in retirement' group. *Journal of Adults Development, 15*, 76–86.
- Kolt, G. S., Giles, L. C., Driver, R. P., & Chadha, N. K. (2002). Exercise participation motives in older Asian Indians. *Psychological Studies, 47*, 139–147.
- 厚生労働省 (2020) 令和元年簡易生命表の概況. Retrieved from <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life19/dl/life19-15.pdf> (2021.2.2).
- Lapierre, S., Bouffard, L., & Bastin, E. (1997). Personal goals and subjective well-being in later life. *International Journal of Aging and Human Development, 45*, 287–303.
- Lawton, M. P. (1993). Meaning of activity. In J. R. Kelly (Ed), *Activity and aging: Staying involved in later life* (pp. 25–41). California: Sage Publication, Inc.
- Lawton, M. P., Moss, M. S., Winter, L., & Hoffman, C. (2002). Motivation in later life: Personal projects and well-being. *Psychology and Aging, 17*, 539–547.
- Losier, G. F., Bourque, P. E., & Vallerand, R. J. (1993). A motivational model of leisure participation in the elderly. *Journal of Psychology, 127*, 153–170.
- Mantri, S., Wood, S., Duda, J. E., & Morley, J. F. (2019). Understanding physical activity in veterans with Parkinson disease: A mixed-methods approach. *Parkinsonism and Related Disorders, 61*, 156–160.
- McDonough, M. H., & Crocker, P. R. E. (2007). Testing self-determined motivation as a mediator of the relationship between psychological needs and affective and behavioral outcomes. *Journal of sport & Exercise Psychology, 29*, 645–633.
- Miller, J. G. (2003). Culture and agency: Implications for psychological theories of motivation and social development. In V. Murphy-Berman & J. J. Berman (Eds.), *Nebraska symposium on motivation. Vol. 49. Cross-cultural differences in perspectives on the self* (pp. 59–99). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Moddy, H. R. (1993). Age, productivity, and transcendence. In S. Bass, T. Caro, & Y. P. Chen (Eds.), *Achieving a productive aging society* (pp. 27–40). Connecticut: Auburn House.
- Mor-Barak, M. E. (1995). The meaning of work for older adults seeking employment: The generativity factor. *International Journal of Aging and Human Development, 41*, 325–344.
- 内閣府 (2021) 令和3年版 高齢社会白書. Retrieved from <https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2021/gaiyou/pdf/1s1s.pdf> (2021.12.1).
- Narushima, M., Liu, J., & Diestelkamp, N. (2013). Motivations and perceived benefits of older learners in a public continuing education program: Influence of gender, income, and health. *Educational Gerontology, 39*, 569–584.
- Nielsen, G., Wikman, J. M., Jensen, C. J., Schmidt, J. F., Gliemann, L., & Andersen, T. R. (2014). Health promotion: the impact of beliefs of health benefits, social relations and enjoyment on exercise continuation. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in sports, 24*, 66–75.
- 日本政策金融公庫総合研究所 (2017) 働くシニア世代、支える中小企業一定年後の再就職・再雇用・定年延長などに関する高齢者人材の働く事情・働きがい・職業意識・企業側の対応とは— 日本公庫総研レポート, 2017-5. Retrieved from [https://www.jfc.go.jp/n/findings/pdf/soukenrepo\\_17\\_07\\_31a.pdf](https://www.jfc.go.jp/n/findings/pdf/soukenrepo_17_07_31a.pdf) (2018年11月24日)
- O'Connor, B. P., & Vallerand, R. J. (1990). Religious motivation in the elderly: A French-Canadian replication and an extension. *The Journal of Social Psychology, 130*, 53–59.
- O'Connor, B. P., & Vallerand, R. J. (1994). The relative effects of actual and experienced autonomy on motivation in nursing home residents. *Canadian Journal on Aging, 13*, 528–539.
- 岡林秀樹 (2011) 社会活動への参加 大川一郎・土田宣明・宇都宮博・日下菜穂子・奥村由美子 (編著) エピソードでつかむ老年心理学 (pp. 156–159) ミネルヴァ書房.

- Okun, M. A. (1994). The relation between motives for organizational volunteering and frequency of volunteering by elders. *The Journal of Applied Gerontology, 13*, 115–126.
- Okun, M. A., & Eisenberg, N. (1992). Motives and intent to continue organizational volunteering among residents of a retirement community area. *Journal of Community Psychology, 20*, 183–187.
- 大友明彦・渡辺京子・山田紀代美・鈴木みずえ・江口清・土屋滋 (1994) 高齢者の運動動機構成因子の探索—高齢者用運動動機尺度の開発にむけて— 理学療法学, 21, 218–225.
- 大友明彦・渡辺京子・山田紀代美・鈴木みずえ・江口清・土屋滋 (1995) 高齢者用運動動機尺度の妥当性と信頼性の検討 理学療法学, 22, 119–124.
- Pattinson, J., & Parke, A. (2016). Gambling behaviour and motivation in British older adult populations: A grounded theoretical framework. *Journal of Gambling Issues, 34*, 55–76.
- Pelechano, V., & de Miguel, A. (1991). Locus of control and achievement motivation in aging: Assessment and preliminary results on two instruments. *Análisis y Modificación de Conducta, 17*, 351–365.
- Petik, K. S., Kézdy, A., & Kocsis, F. (2013). Learning projects and their background motivations: Relationships with mental health in midlife and later life. *European Journal of Mental Health, 8*, 187–211.
- Philippe, F. L., & Vallerand, R. J. (2008). Actual environments do affect motivation and psychological adjustment: A test of self-determination theory in a natural setting. *Motivation and Emotion, 32*, 81–89.
- Principi, A., Schippers, J., Naegele, G., Di Rosa, M., & Lamura, G. (2016). Understanding the link between older volunteers' resources and motivation to volunteer. *Educational Gerontology, 42*, 144–158.
- Rasinaho, M., Hirvensalo, M., Leinonen, R., Lintunen, T., & Rantanen, T. (2006). Motives for and barriers to physical activity among older adults with mobility limitations. *Journal of Aging and Physical Activity, 15*, 90–102.
- Reid, D., & Hirji, T. (2003). The influence of a virtual reality leisure intervention program on the motivation of older adult stroke survivors: A pilot study. *Physical & Occupational Therapy in Geriatrics, 2*, 1–19.
- Resnick, B. (1996). Motivation in geriatric rehabilitation. *IMAGE: Journal of Nursing Scholarship, 28*, 41–45.
- Roberts, J. R., & Maxfield, M. (2018). Examining the relationships between religious and spiritual motivation and worry about Alzheimer's disease in later life. *Journal of Religion and Health, 57*, 2500–2514.
- Rubin, A. M., & Rubin, R. B. (1982). Older persons' TV viewing patterns and motivations. *Communication Research, 9*, 287–313.
- Russell, K. L., & Bray, S. R. (2009). Self-determined motivation predicts independent, home-based exercise following cardiac rehabilitation. *Rehabilitation Psychology, 54*, 150–156.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation and, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*, 68–78.
- Saito, T., Lee, H., & Kai, I. (2007). Health and motivation of elderly relocating to a suburban area in Japan. *Archives of Gerontology and Geriatrics, 45*, 217–232.
- 捧直太郎 (2020) 令和2年度 (2020年度) 社会保障関係予算 立法と調査, 420, 110–127.
- 佐瀬真粧美 (1997) 老人保健施設への入所にかかわる老人の自己決定に関する研究 老年看護学, 2, 8–96.
- Schutzer, K. A., & Graves, B. S. (2004). Barriers and motivations to exercise in older adults. *Preventive Medicine: An International Journal Devoted to Practice and Theory, 39*, 1056–1061.
- Solberg, P. A., Halvari, H., & Ommundsen, Y. (2013). Linking exercise and causality orientations to change in well-being among older adults: Does change in motivational variables play a role? *Journal of Applied Social Psychology, 43*, 1259–1272.
- Son, J. S., Mowen, A. J., & Kerstetter, D. L. (2008). Testing alternative leisure constraint negotiation models: An extension of Hubbard and Mannell's study. *Leisure Sciences, 30*, 198–216.
- Steinberg, G., Grieve, F. G., & Glass, B. (2001). Achievement goals across the lifespan. *Journal of Sport Behavior, 24*, 298–306.
- Stephan, Y., Fouquereau, E., & Fernandez, A. (2008). The relation between self-determination and retirement satisfaction among active retired individuals. *International Journal of Aging and Human Development, 66*, 329–345.
- Steverink, N. (2001). When and why frail elderly people give up independent living: The Netherlands as an example. *Ageing & Society, 21*, 45–69.
- 竹内孝仁 (2002) 別冊 総合ケア 介護予防—元気高齢者をつくろう— 医歯薬出版株式会社.
- 棚町祐子・表志津子・藤川幸朱・片寄妙子・田中瑞穂・村住英也…佐伯和子 (2005) デイケアで生き生きとした様子を見せる高齢脳卒中後遺症者にとってのデイケア参加の意味 老年看護学, 9, 92–99.
- 津島順子・小河孝則・吉田浩子・津島靖子 (2008) 虚弱高齢者の通所介護利用に関する心情 介護福祉学, 15, 182–189.
- 上淵 寿 (2019) 動機づけ研究の省察—動機づけ・再入門— 上淵 寿・大芦 治 (編著). 新動機づけ研究

- の最前線 (pp. 1–19) 北大路書房.
- Ulrich, L. B., & Brott, P. E. (2005). Older workers and bridge employment: Redefining retirement. *Journal of Employment Counseling, 42*, 159–170.
- 梅崎高行 (2004) モチベーション 青柳 肇・杉山憲司 (編著) ヒューマン・サイエンス心理学アプローチ (pp. 77–106) ナカニシヤ出版.
- Vallerand, R. J., & O'Connor, B. P. (1989). Motivation in the elderly: A theoretical framework and some promising findings. *Canadian Psychology, 30*, 538–550.
- Vallerand, R. J., O'Connor, B. P., & Hamel, M. (1995). Motivation in later life: Theory and assessment. *International Journal of Aging and Human Development, 41*, 221–238.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senécal, C., & Vallières, E. F. (1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement, 52*, 1003–1017.
- Vallerand, R. J., & Ratelle, C. F. (2002). Intrinsic and Extrinsic motivation: A hierarchical model. In E. L. Deci, & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 37–64). New York: University of Rochester Press.
- Vancampfort, D., Basangwa, D., Nabanoba, J., Smith, L., & Mugisha, J. (2019). Motives for physical activity in the adaptation and maintenance of physical activity in middle-aged and older age outpatients with a mental disorder: A cross-sectional study from a low-income country. *Psychiatry Research, 282*, 112620, 1–5.
- Van Hoecke, A. S., Delecluse, C., Bogaerts, A., & Boen, F. (2014). The long-term effectiveness of need-supportive physical activity counseling compared with a standard referral in sedentary older adults. *Journal of Aging and Physical Activity, 22*, 186–198.
- Vansteenkiste, M., Lens, W., De Witte, S., De Witte, H., & Deci, E. L. (2004). The “why” and “why not” of job search behaviour: Their relation to searching, unemployment experience, and well-being. *European Journal of Social Psychology, 34*, 345–363.
- Warburton, J., & Dyer, M. (2004). Older volunteers participating in a university research registry: Helping others my age. *Educational Gerontology, 30*, 367–381.
- Wirtz, P. W., & Charner, I. (1989). Motivations for educational participation by retirees: The expressive-instrumental continuum revised. *Educational Gerontology, 15*, 275–284.
- Wong, K. M., & Musa, G. (2014). Retirement motivation among ‘Malaysia My Second Home’ participants. *Tourism Management, 40*, 141–154.
- 山田忠雄・柴田 武・酒井憲二・倉持保男・山田明雄・上野善道…笹原宏之 (編集) (2012) 新明解国語辞典 第七版 三省堂.
- Zhan, Y., Wang, M., & Shi, J. (2015). Retirees’ motivational orientations and bridge employment: Testing the moderating role of gender. *Journal of Applied Psychology, 100*, 1319–1331.

— 2021. 8. 25 受稿, 2022. 6. 27 受理 —