

早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書（Web 公開用）

申請者（ふりがな）	伊藤 希子（ いう のりこ ）
所属・資格（※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載）	博士後期課程 2 年
発表年月 または事業開催年月	2025 年 9 月
発表学会・大会 または事業名・開催場所	第 17 回日本地域活性学会
発表者（※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること）	伊藤 希子 扇原 淳
発表題目（※学会発表の場合のみ記載）	COVID-19 流行下および流行後における高齢者の生活習慣とその要因
発表の概要と成果（抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。）	
【背景・目的】新型コロナウイルス感染症（COVID-19：以下、COVID-19）の世界的流行により、日本では 2020 年 2 月 1 日に指定感染症に指定され、4 月には緊急事態宣言が発令された。厚生労働省（2020）の 3 密回避注意喚起に伴い、感染すると重症化しやすいと言われている高齢者のライフスタイルに大きな変化が生じた。現在、COVID-19 が感染症法上季節性インフルエンザと同じ 5 類になってから 2 年が経過した。COVID-19 流行後による人々の生活習慣と健康との関連については、研究の蓄積がされつつあるが、縦断研究については十分でない。本研究では、同一高齢者を対象として COVID-19 流行下および流行後における生活習慣の変容とその要因について明らかにすることを目的とした。 【方法】COVID-19 流行下では、2021 年 9 月 25 日～11 月 1 日の間に地域在住の 75 歳以上の高齢者 6 名にそれぞれ約 60 分、COVID-19 流行後では、2025 年 4 月 20 日～5 月 1 日の間に前述の対象者 5 名にそれぞれ約 60 分、半構造化面接を行った。得られたデータについては、質的データ分析を行った。 【結果・考察】COVID-19 流行下：分析で明らかになった結果（変容と要因）は、「散歩・ラジオ体操は体力低下予防（フレイル予防）」「体重の増加・足腰の痛みは食欲増進」「趣味や習い事休止は COVID-19 に感染する不安」「スマートフォンやパソコン等の ICT 機器を利用はコミュニケーション方法の獲得」「ゴミの量の増加は内食の共食回数の増加」「外出の頻度の激減は行動自粛」であることが示された。COVID-19 流行前と比較して COVID-19 に感染する不安が募り行動を自粛した結果、人との関わりが希薄になったと考えられる。しかし、ICT 機器を利用した新たなコミュニケーション方法の獲得は、希薄化した人との関わりの解消に役立つと考えられる。COVID-19 流行後：COVID-19 流行下と異なる変容は「規則正しい食生活・マスク着用をやめた」「股関節の手術・杖や補聴器の使用」「ディサービスにて趣味や習い事の領域を継続」「外食や花見などの外出再開」「近隣づきあい再開により困りごと解消」「外出頻度は増加」したことが示された。以上の結果から、COVID-19 流行下で高齢者の生活習慣は変容したが COVID-19 流行後はほぼ元に戻ったといえる。変容の要因は COVID-19 に感染する不安が関係していたと考えられた。同一対象者のデータを長期にわたって収集することで COVID-19 流行前後の高齢者の生活変容を詳細に分析することが出来た。今後は、高齢者の社会的繋がり維持に役立つよう ICT 機器活用の促進策を検討する必要がある。	

※無断転載禁止