

高齢者の推し活と生きがい感の関連性

Relation between support activities for favorites and feeling that life is worth living
among elderly people

岡藤 農¹⁾, 作間あゆみ¹⁾, 原田大輔¹⁾, 間島志織¹⁾, 山下勢尊¹⁾,
茨木 希¹⁾, 芳賀絵美子¹⁾, 松岡沙耶香¹⁾, 松本友望子¹⁾, 三木ふじこ¹⁾,
長谷川真司²⁾, 丹 佳子²⁾, 水藤昌彦²⁾, 徳田和央²⁾, 吉村耕一²⁾

Minori Okafuji¹⁾, Ayumi Sakuma¹⁾, Daisuke Harada¹⁾, Shiori Majima¹⁾, Naritaka Yamashita¹⁾,
Nozomi Ibaraki¹⁾, Emiko Haga¹⁾, Sayaka Matsuoka¹⁾, Yumiko Matsumoto¹⁾, Fujiko Miki¹⁾,
Masashi Hasegawa²⁾, Yoshiko Tan²⁾, Masahiko Mizuto²⁾, Kazuhiro Tokuda²⁾, Koichi Yoshimura²⁾

1) 山口県立大学大学院健康福祉学研究科博士前期課程

2) 山口県立大学大学院健康福祉学研究科

1) Masters Program, Graduate School of Health and Welfare, Yamaguchi Prefectural University

2) Graduate School of Health and Welfare, Yamaguchi Prefectural University

抄録

推し活は若年層でポジティブ感情の増加が報告されているが、高齢者における実態と生きがい感への影響は十分に検討されていない。本研究では、高齢者の推し活と生きがい感の関連を明らかにするために、全国の高齢者に対するオンラインアンケート調査を実施し、推し活有り群（n=480）と推し活無し群（n=500）の回答データを分析対象とした。その結果、推し活が自身に及ぼす影響については、対人関係や社会的活動といった社会的側面への肯定的影響は限定的であったが、充実感や幸福感などの心理的側面においては肯定的な回答が2/3以上を占めていた。また、推し活有り群の「生きがい感」およびその下位項目「自己実現意欲」「生活充実感」「生きる意欲」の得点は、推し活無し群に比べて有意に高値であった。これらの結果から、高齢者における推し活は、充実感の自覚や生きがい感の向上に寄与する可能性が示唆された。

キーワード

推し活、生きがい感、高齢者

Abstract

While “oshi-katsu” (activities supporting one’s favorites) has been reported to increase positive emotions among younger generations, its prevalence and impact on the feeling that life is worth living among elderly people have not been sufficiently examined. This study aimed to clarify the relation between oshi-katsu and the feeling that life is worth among elderly people by conducting an online survey targeting seniors nationwide. Responses from two groups were analyzed: those engaged in oshi-katsu (n=480) and those not engaged (n=500). The results indicated that although the perceived positive impact of oshi-katsu on social aspects such as interpersonal relationships and social activities was limited, more than two-thirds of participants reported positive effects on psychological aspects, including feelings of fulfillment and happiness. Furthermore, scores for “feeling that life is worth living” and its subscales, including “desire for self-realization,” “sense of life fulfillment” and “will to live” were significantly higher in the oshi-katsu group compared to the non-participating group. These findings suggest that oshi-katsu among elderly people may contribute to enhanced awareness of fulfillment and an increased feeling that life is worth living.

Key words

oshi-katsu (activities supporting one’s favorites), feeling that life is worth living, elderly people

I 背景

近年、自分の関心のあるアイドルやキャラクターなどを熱心に応援する「推し活」が広く認知され、今や推し活人口は1384万人に上ると報告されている(株式会社CDG, 2025)。10～40代の男女を対象とした調査では、推し活によるポジティブ感情の増加やストレスの軽減が示唆されている(原田, 2023)。一方で、高齢者における推し活の実態やその効果は、メディア等で紹介される事例は散見されるものの、学術的な知見は乏しい。

高齢者における推し活を高齢者の社会参加や生きがい感への影響を与える活動として捉え、その心理や社会的な面で推し活がどのような関連があるかを明らかにすることは、高齢者の生活の質(Quality of life)やウェルビーイング(Well-being)の理解を深める上で意義があると考えられる。しかし、推し活の意味や影響は、加齢に伴って変化する可能性が考えられるため、高齢者においても若年者と同様の効果や影響が見られるかは不明である。また、内閣府の高齢者意識調査(内閣府, 2024)において、多くの高齢者が日常生活の中で生きがいや楽しみを見出していることが示されているが、主として健康状態や社会活動という枠組みが中心に把握されており、個人の心理・社会的側面の充足につながる活動については十分な情報収集がなされていない。

II 研究目的

本研究は、高齢者の推し活の実態を把握するとともに、推し活の有無および頻度と生きがい感の関連を明らかにすることを目的とした。

III 方法

1. 対象者と調査方法

対象者は全国の65歳～99歳の高齢者とした。2025年9月に、モニターを有するインターネットリサーチ会社アイブリッジ株式会社に依頼して、同社の「Freeasy」による無記名のオンラインアンケート調査を実施した。リサーチ会社は登録しているモニターのうち本研究に合致する条件を有するモニターを無作為に抽出し、モニターの自由意思により同意が得られた場合にWebアンケート調査の回答を開始した。まず全国の65～99歳の男女5000名を対象としたスクリーニング調査を行った。スクリーニング調査で「推し活をしている」の回答者647人を対象として本調査(推し活をしている人向け)実施し、回答の得られた480人を本研究の研究対象「推し活有り」とした。また、スクリー

ニング調査で「推し活をしていない」の回答者を対象として本調査(推し活をしていない人向け)実施し、回答の得られた500人を本研究の研究対象「推し活無し」とした。

2. 調査内容

(1) 推し活の定義

本研究における「推し活」とは、特定の人物、キャラクター、または様々な物や概念等に対して強い愛着と関心を持ち、情熱をもって応援しようとする行為およびそれに関連する活動全般と定義する。

(2) 基本属性

性別、年齢、婚姻の有無と子供の有無の属性情報は、モニター登録情報として回答結果に含まれた。

(3) 推し活の有無および頻度

推し活の有無と頻度について、過去半年程度の体験を振り返り、「推し活を全くしていない」「推し活をしているが月に1回未満」「推し活を月に1～3回している」「推し活を週に1～2回している」「推し活を週に3～4回している」「推し活を週に5日以上している」から最もあてはまるものを一つ選択する形式とした。

(4) 推し活をしている人向けの質問項目

推し活の対象について、「実存の人物」「キャラクター」「物や概念等」「その他」から最もあてはまるものを一つ選択する回答を求めた。また、推し活が自身に及ぼす影響や変化13項目(「生きることが楽しくなった」「日常生活が充実するようになった」「人とのコミュニケーションが増えた」「幸せな気分になるようになった」など)について、過去半年程度の体験を平均として「あてはまらない」から「あてはまる」までの5件法リッカート尺度で回答を求めた。

(5) 生きがい感スケール(K-I式)

推し活をしている人と推し活をしていない人の両方に対して、生きがい感についての回答を求めた。高齢者の生きがい感の評価には、近藤らが開発した「生きがい感スケール(K-I式)」を用いた(近藤, 2003)。

3. 分析方法

推し活の有無と頻度の回答結果から、「推し活を全くしていない」の回答者を推し活無し群、「推し活をしているが月に1回未満」「推し活を月に1～3回している」「推し活を週に1～2回している」「推し活を週に3～4回している」「推し活を週に5日以上している」

のいずれかの回答者を推し活有り群とした。推し活有り群(n=480)と推し活無し群(n=500)の回答データについて、単純集計を行った。推し活有り群(n=480)については、推し活が自身に及ぼす影響や変化13項目(「生きることが楽しくなった」「日常生活が充実するようになった」「人とのコミュニケーションが増えた」「幸せな気分になるようになった」など)について、全体並びに推し活を行う頻度別でも集計した。生きがい感スケール(K-I式)については、近藤らの方法に従って「生きがい感」の点数並びに下位項目「自己実現意欲」「生活充実感」「生きる意欲」「存在感」の各点数を算出した(近藤, 2003)。これら点数の比較分析には、2群間比較の場合にMann-WhitneyのU検定を用い、3群間以上ではKruskal-Wallis検定を用いて全体の群間差が有意であった場合にBonferroni調整を用いた多重比較を行った。統計解析にはSPSS Statistics 29 (IBM社)を用いて、有意水準5%とした。

4. 倫理的配慮

本研究では、アンケート冒頭の依頼文において、研究目的、調査協力は任意であること、回答を拒否した場合でも不利益を受けないこと、個人の特定につながる質問項目は含めていないこと、研究者らが入手して研究に使用するのには、個人情報を含めない回答データのみであること等について説明した。これらの内容を確認した上で、対象者が依頼文後の「同意する」欄にチェック行うことで研究参加の同意を得ることとした。

本研究は、山口県立大学生命倫理委員会の承認を得て実施した(承認番号2025-20)。

IV 結果

1. 対象者の基本属性

対象者の性別は、推し活有り群で男性178名(37.1%)、女性302名(62.9%)、推し活無し群では男性200名(40.0%)、女性300名(60.0%)であり、男女比について大差なかった。対象者の年齢は、推し活有り群71.3±5.4

表 1. 対象者の基本属性

項目	区分	推し活有り n=480		推し活無し n=500			
		n	%	n	%		
性別		男性	178	37.1%	男性	200	40.0%
		女性	302	62.9%	女性	300	60.0%
年齢 (歳)	平均±SD	全体	71.3±5.4		全体	71.1±5.0	
		男性	72.3±5.8		男性	71.3±5.1	
		女性	70.8±5.1		女性	70.9±5.0	
年齢階層	65～69 歳	全体	224	46.7%	全体	237	49.4%
		男性	76	15.8%	男性	90	18.8%
		女性	148	30.8%	女性	147	30.6%
	70～74 歳	全体	127	26.5%	全体	136	28.3%
		男性	41	8.5%	男性	56	11.7%
		女性	86	17.9%	女性	80	16.7%
	75～79 歳	全体	86	17.9%	全体	93	19.4%
		男性	36	7.5%	男性	40	8.3%
		女性	50	10.4%	女性	53	11.0%
	80～84 歳	全体	36	7.5%	全体	26	5.4%
		男性	22	4.6%	男性	10	2.1%
		女性	14	2.9%	女性	16	3.3%
85～89 歳	全体	5	1.0%	全体	7	1.5%	
	男性	3	0.6%	男性	4	0.8%	
	女性	2	0.4%	女性	3	0.6%	
90～94 歳	全体	2	0.4%	全体	1	0.2%	
	男性	0	0.0%	男性	0	0.0%	
	女性	2	0.4%	女性	1	0.2%	
婚姻の有無	既婚	全体	370	77.1%	全体	393	78.6%
		男性	155	32.3%	男性	170	34.0%
		女性	215	44.8%	女性	223	44.6%
	未婚	全体	110	22.9%	全体	107	21.4%
		男性	23	4.8%	男性	30	6.0%
		女性	87	18.1%	女性	77	15.4%
子供の有無	あり	全体	370	77.1%	全体	380	76.0%
		男性	131	27.3%	男性	157	31.4%
		女性	239	49.8%	女性	223	44.6%
	なし	全体	110	22.9%	全体	120	24.0%
		男性	47	9.8%	男性	43	8.6%
		女性	63	13.1%	女性	77	15.4%

歳、推し活無し群71.1±5.0歳と同等であった。年齢階層については、65～74歳までの前期高齢者の占める比率が推し活有り群73.2%、推し活無し群77.7%で、両群共に前期高齢者が多かった。

婚姻の有無では、推し活有り群で既婚77.1%、未婚22.9%であった。推し活無し群では既婚78.6%、未婚21.4%であり、両群共に既婚者が8割近くを占めていた。子供の有無では、推し活有り群で子供有り77.1%、子供無し22.9%であった。推し活無し群では子供有り76.0%、子供無し24.0%であり、両群共に子供有りが8割近くを占めていた(表1)。

2. 高齢者の推し活の実態

推し活有り群(n=480)に対する推し活の対象に関する回答の結果、「実存の人物」を対象とした回答が325名(70.2%)と最も多く、次いで「物や概念等」102名(22.0%)、「キャラクター」28名(6.0%)、「その他」25名(5.4%)であった。高齢者の推し活では、実存の人物を対象とする割合が高いことが示された。

推し活の頻度別にみると、「月に1回未満」が239名(49.8%)と最も多く、次いで「月に1～3回」91名(19.0%)、「週に1～2回」50名(10.4%)、「週に3～4回」25名(5.2%)、「週に5日以上」75名(15.6%)であった。推し活をしている人の中でも推し活の頻度には個人差

が大きく、月に1回未満から週に5日以上まで幅広く分布していることが示された。

3. 高齢者の推し活の心身への影響や変化

推し活が自身に及ぼす影響や変化の13項目について、「あてはまる」「ややあてはまる」の肯定的な回答の比率が高い項目がいくつかみられた。「推し活をすることで、生きることが楽しくなった」では「あてはまる」が137名(28.5%)、「ややあてはまる」が233名(48.5%)であった。「推し活をすることで、日常生活が充実するようになった」でも「あてはまる」が110名(22.9%)、「ややあてはまる」が216名(45.0%)であり、多くの回答者が生活の充実感を感じていることが示された(表2)。「推し活をすることで、幸せな気分になるようになった」では「あてはまる」が140名(29.2%)、「ややあてはまる」が243名(50.6%)であり、推し活を行う高齢者の多くが幸せな気分になるようになったと回答した(表3)。

一方で、「推し活をすることで、友達が増えた」では、「どちらでもない」が最も多く178名(37.1%)であり、「あてはまる」は40名(8.3%)、「ややあてはまる」は96名(20.0%)と、友達が増えたと感じる回答者は多くなかった。さらに、「推し活を通じて、地域・近隣活動を頑張れるようになった」では、「あてはまらな

表2. 推し活による影響や変化と推し活を行う頻度(1)

推し活による影響や変化	推し活を行う頻度										合計 n=480		
	月1回未満		月1～3回		週1～2回		週3～4回		週5日以上		n	%	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%			
生きることが 楽しくなった	あてはまらない	1	0.4%	1	1.1%	1	2.0%	1	4.0%	1	1.3%	5	1.0%
	ややあてはまらない	14	5.9%	1	1.1%	2	4.0%	0	0.0%	4	5.3%	21	4.4%
	どちらでもない	46	19.2%	19	20.9%	6	12.0%	4	16.0%	9	12.0%	84	17.5%
	ややあてはまる	122	51.0%	47	51.6%	27	54.0%	13	52.0%	24	32.0%	233	48.5%
	あてはまる	56	23.4%	23	25.3%	14	28.0%	7	28.0%	37	49.3%	137	28.5%
日常生活が充 実するよう になった	あてはまらない	5	2.1%	1	1.1%	1	2.0%	0	0.0%	1	1.3%	8	1.7%
	ややあてはまらない	11	4.6%	4	4.4%	3	6.0%	0	0.0%	5	6.7%	23	4.8%
	どちらでもない	72	30.1%	24	26.4%	9	18.0%	9	36.0%	9	12.0%	123	25.6%
	ややあてはまる	112	46.9%	43	47.3%	24	48.0%	10	40.0%	27	36.0%	216	45.0%
	あてはまる	39	16.3%	19	20.9%	13	26.0%	6	24.0%	33	44.0%	110	22.9%
友だちが増 えた	あてはまらない	34	14.2%	15	16.5%	6	12.0%	4	16.0%	22	29.3%	81	16.9%
	ややあてはまらない	45	18.8%	10	11.0%	13	26.0%	6	24.0%	11	14.7%	85	17.7%
	どちらでもない	95	39.7%	38	41.8%	17	34.0%	8	32.0%	20	26.7%	178	37.1%
	ややあてはまる	51	21.3%	19	20.9%	8	16.0%	5	20.0%	13	17.3%	96	20.0%
	あてはまる	14	5.9%	9	9.9%	6	12.0%	2	8.0%	9	12.0%	40	8.3%
家族関係が良 くなった	あてはまらない	21	8.8%	11	12.1%	5	10.0%	1	4.0%	13	17.3%	51	10.6%
	ややあてはまらない	43	18.0%	7	7.7%	9	18.0%	8	32.0%	13	17.3%	80	16.7%
	どちらでもない	120	50.2%	47	51.6%	23	46.0%	7	28.0%	30	40.0%	227	47.3%
	ややあてはまる	48	20.1%	21	23.1%	9	18.0%	7	28.0%	17	22.7%	102	21.3%
	あてはまる	7	2.9%	5	5.5%	4	8.0%	2	8.0%	2	2.7%	20	4.2%
人とのコミュ ニケーション が増えた	あてはまらない	18	7.5%	8	8.8%	5	10.0%	0	0.0%	14	18.7%	45	9.4%
	ややあてはまらない	34	14.2%	8	8.8%	10	20.0%	4	16.0%	11	14.7%	67	14.0%
	どちらでもない	83	34.7%	33	36.3%	14	28.0%	11	44.0%	19	25.3%	160	33.3%
	ややあてはまる	89	37.2%	32	35.2%	16	32.0%	9	36.0%	20	26.7%	166	34.6%
	あてはまる	15	6.3%	10	11.0%	5	10.0%	1	4.0%	11	14.7%	42	8.8%
地域・近隣活動 を頑張れるよ うになった	あてはまらない	41	17.2%	17	18.7%	8	16.0%	4	16.0%	25	33.3%	95	19.8%
	ややあてはまらない	61	25.5%	18	19.8%	10	20.0%	9	36.0%	12	16.0%	110	22.9%
	どちらでもない	102	42.7%	36	39.6%	19	38.0%	10	40.0%	29	38.7%	196	40.8%
	ややあてはまる	32	13.4%	17	18.7%	9	18.0%	1	4.0%	6	8.0%	65	13.5%
	あてはまる	3	1.3%	3	3.3%	4	8.0%	1	4.0%	3	4.0%	14	2.9%

表3. 推し活による影響や変化と推し活を行う頻度(2)

推し活による影響や変化	推し活を行う頻度										合計 n=480		
	月1回未満 n	%	月1~3回 n	%	週1~2回 n	%	週3~4回 n	%	週5日以上 n	%	n	%	
身だしなみに 気を遣うよう になった	あてはまらない	24	10.0%	14	15.4%	5	10.0%	2	8.0%	14	18.7%	59	12.3%
	ややあてはまらない	39	16.3%	14	15.4%	8	16.0%	5	20.0%	7	9.3%	73	15.2%
	どちらでもない	93	38.9%	29	31.9%	20	40.0%	13	52.0%	26	34.7%	181	37.7%
	ややあてはまる	71	29.7%	25	27.5%	12	24.0%	3	12.0%	18	24.0%	129	26.9%
	あてはまる	12	5.0%	9	9.9%	5	10.0%	2	8.0%	10	13.3%	38	7.9%
健康に気を遣 うようになった	あてはまらない	18	7.5%	13	14.3%	4	8.0%	0	0.0%	11	14.7%	46	9.6%
	ややあてはまらない	29	12.1%	10	11.0%	7	14.0%	6	24.0%	7	9.3%	59	12.3%
	どちらでもない	72	30.1%	25	27.5%	17	34.0%	8	32.0%	17	22.7%	139	29.0%
	ややあてはまる	94	39.3%	33	36.3%	13	26.0%	7	28.0%	21	28.0%	168	35.0%
	あてはまる	26	10.9%	10	11.0%	9	18.0%	4	16.0%	19	25.3%	68	14.2%
前向きな考え ができるよう になった	あてはまらない	8	3.3%	4	4.4%	1	2.0%	0	0.0%	3	4.0%	16	3.3%
	ややあてはまらない	16	6.7%	5	5.5%	6	12.0%	5	20.0%	4	5.3%	36	7.5%
	どちらでもない	73	30.5%	19	20.9%	16	32.0%	4	16.0%	14	18.7%	126	26.3%
	ややあてはまる	113	47.3%	51	56.0%	20	40.0%	14	56.0%	30	40.0%	228	47.5%
	あてはまる	29	12.1%	12	13.2%	7	14.0%	2	8.0%	24	32.0%	74	15.4%
疲労感が軽減 するようになった	あてはまらない	12	5.0%	6	6.6%	3	6.0%	0	0.0%	5	6.7%	26	5.4%
	ややあてはまらない	38	15.9%	7	7.7%	5	10.0%	6	24.0%	7	9.3%	63	13.1%
	どちらでもない	106	44.4%	40	44.0%	23	46.0%	15	60.0%	28	37.3%	212	44.2%
	ややあてはまる	72	30.1%	31	34.1%	17	34.0%	3	12.0%	22	29.3%	145	30.2%
	あてはまる	11	4.6%	7	7.7%	2	4.0%	1	4.0%	13	17.3%	34	7.1%
ストレスが軽 減するよう になった	あてはまらない	3	1.3%	2	2.2%	3	6.0%	1	4.0%	2	2.7%	11	2.3%
	ややあてはまらない	21	8.8%	5	5.5%	4	8.0%	1	4.0%	5	6.7%	36	7.5%
	どちらでもない	68	28.5%	20	22.0%	16	32.0%	5	20.0%	20	26.7%	129	26.9%
	ややあてはまる	119	49.8%	52	57.1%	21	42.0%	14	56.0%	25	33.3%	231	48.1%
	あてはまる	28	11.7%	12	13.2%	6	12.0%	4	16.0%	23	30.7%	73	15.2%
不安な気持ち が軽減するよ うになった	あてはまらない	6	2.5%	2	2.2%	3	6.0%	1	4.0%	4	5.3%	16	3.3%
	ややあてはまらない	24	10.0%	9	9.9%	6	12.0%	3	12.0%	6	8.0%	48	10.0%
	どちらでもない	111	46.4%	37	40.7%	17	34.0%	13	52.0%	23	30.7%	201	41.9%
	ややあてはまる	83	34.7%	38	41.8%	22	44.0%	7	28.0%	26	34.7%	176	36.7%
	あてはまる	15	6.3%	5	5.5%	2	4.0%	1	4.0%	16	21.3%	39	8.1%
幸せな気分 なるようにな った	あてはまらない	2	0.8%	2	2.2%	2	4.0%	0	0.0%	2	2.7%	8	1.7%
	ややあてはまらない	14	5.9%	2	2.2%	2	4.0%	0	0.0%	3	4.0%	21	4.4%
	どちらでもない	44	18.4%	13	14.3%	6	12.0%	2	8.0%	3	4.0%	68	14.2%
	ややあてはまる	119	49.8%	48	52.7%	27	54.0%	17	68.0%	32	42.7%	243	50.6%
	あてはまる	60	25.1%	26	28.6%	13	26.0%	6	24.0%	35	46.7%	140	29.2%

い」が95名(19.8%)、「ほとんどあてはまらない」が110名(22.9%)、「どちらでもない」が196名(40.8%)であり、地域・近隣活動を頑張れるようになったとは感じない回答者が多かった。また、「推し活をすることで、家族関係が良くなった」では、「あてはまらない」51名(10.6%)、「ほとんどあてはまらない」80名(16.7%)、「どちらでもない」227名(47.3%)であり、推し活が家族関係に好影響を与えるとはいえない結果が示唆された(表2)。

4. 推し活の頻度と心身への影響や変化との関連

推し活が自身に及ぼす影響や変化の13項目について、推し活の頻度が多い人の方が「あてはまる」「ややあてはまる」の肯定的な回答の比率が高い項目がいくつかみられた。「生きることが楽しくなった」に対して「あてはまる」と回答した割合は、月1回未満(23.4%)、月1~3回(25.3%)、週1~2回(28.0%)、週3~4回(28.0%)、週5日以上(49.3%)であった。「日常生活が充実するようになった」に対して「あてはまる」と回答した割合も、月1回未満(16.3%)、月1~3回(20.9%)、週1~2回(26.0%)、週3~4回(24.0%)、週5日以上(44.0%)で

あり、「週に5日以上」で「あてはまる」の回答が最も多かった(表2)。同様に、「前向きな考えができるようになった」では、月1回未満(12.1%)、月1~3回(13.2%)、週1~2回(14.0%)、週3~4回(8.0%)、週5日以上(32.0%)、「不安な気持ちが軽減するようになった」で、月1回未満(6.3%)、月1~3回(5.5%)、週1~2回(4.0%)、週3~4回(4.0%)、週5日以上(21.3%)、「幸せな気分になるようになった」でも、月1回未満(25.1%)、月1~3回(28.6%)、週1~2回(26.0%)、週3~4回(24.0%)、週5日以上(46.7%)であった。これらの項目で「あてはまる」と回答した人の割合は、週に5日以上において最も高かった(表3)。

一方で、推し活の頻度が多い人の方が「あてはまらない」「ややあてはまらない」の否定的な回答の比率が高い項目もみられた。「友だちが増えた」に対して「あてはまらない」と回答した割合は、月1回未満(14.2%)、月1~3回(16.5%)、週1~2回(12.0%)、週3~4回(16.0%)、週5日以上(29.3%)であった。「家族関係が良くなった」では、月1回未満(8.8%)、月1~3回(12.1%)、週1~2回(10.0%)、週3~4回(4.0%)、週5日以上(17.3%)であった。また、「地域・近隣活動を

頑張れるようになった」でも、月1回未満(17.2%)、月1～3回(18.7%)、週1～2回(16.0%)、週3～4回(16.0%)、週5日以上(33.3%)であった。これらの項目で「あてはまらない」と回答した人の割合は、週に5日以上において最も高かった(表2)。

5. 高齢者の推し活の有無と生きがい感の関連

推し活の有無と生きがい感との関連を明らかにするために、生きがい感スケール(K-I式)の得点を推し活有り群(n=480)と推し活無し群(n=500)の間で比較した。「生きがい感」は、推し活無し群 22.6 ± 7.5 点、推し活有り群 24.3 ± 6.3 点で、推し活有り群の方が有意に

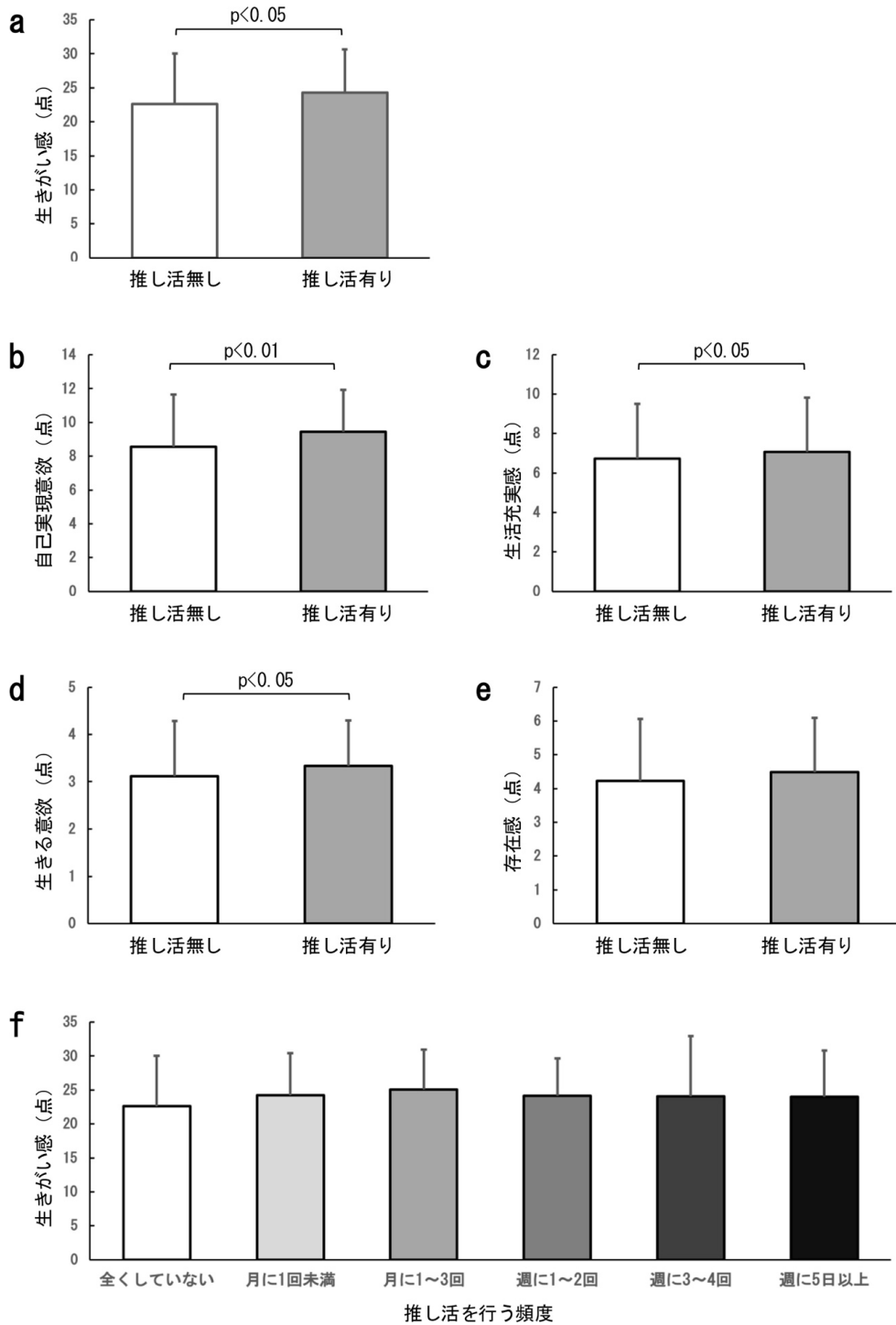


図1. 推し活の有無・頻度と生きがい感スケールへの影響

高値であった($p < 0.05$, 図1a)。下位項目について、「自己実現意欲」は、推し活無し群 8.6 ± 3.1 点、推し活有り群 9.5 ± 2.5 点で、推し活有り群が有意に高値であった($p < 0.01$, 図1b)。同様に、「生活充実感」は、推し活無し群 6.7 ± 2.8 点、推し活有り群 7.1 ± 2.8 点で、「生きる意欲」は、推し活無し群 3.1 ± 1.2 点、推し活有り群 3.3 ± 1.0 点で、いずれも推し活有り群が有意に高値であった($p < 0.05$, 図1c-d)。一方で、「存在感」は、推し活無し群 4.2 ± 1.8 点、推し活有り群 4.5 ± 1.6 点で、両群間に有意差は認められなかった(図1e)。

推し活の頻度と生きがい感との関連を明らかにするために、推し活の頻度別に生きがい感の得点を比較した。「生きがい感」は、「推し活を全くしていない」 22.6 ± 7.5 点、「月に1回未満」 24.2 ± 6.2 点、「月に1～3回」 25.0 ± 5.9 点、「週に1～2回」 24.1 ± 5.5 点、「週に3～4回」 24.1 ± 8.9 点、「週に5日以上」 24.0 ± 6.8 点であり、推し活の頻度の違いによる生きがい感点数の有意な違いは認められなかった(図1f)。

V 考察

1. 高齢者における推し活の影響

本研究における推し活の実態調査の結果、推し活を行っている高齢者は、日常生活の充実感や幸福感の向上を自覚していることが明らかとなった。特に「生きることが楽しくなった」「日常生活が充実するようになった」「幸せな気分になるようになった」といった項目において肯定的な回答が多かったことから、推し活が高齢者の心理的側面に肯定的な影響を及ぼしている可能性が示された。一方、「友達が増えた」「家族関係が良くなった」「地域・近隣活動を頑張れるようになった」の項目では、肯定的な回答は限定的であった。このことから、高齢者にとって推し活は、対人関係の拡大や社会参加の促進といった外向きの変化よりも内面的側面に影響を与えやすい可能性が考えられる。

推し活の頻度に着目すると、「週に5日以上」で肯定的な回答が多くみられた項目として、「生きることが楽しくなった」「日常生活が充実するようになった」「前向きな考えができるようになった」「不安な気持ち軽減するようになった」「幸せな気分になるようになった」が認められた。このことは、推し活という活動の継続性や反復性が、日常生活における肯定的な感情や生活への活力を強化する可能性を示唆している。逆に、「友達が増えた」「家族関係が良くなった」「地域・近隣活動を頑張れるようになった」といった対人関係や社会的活動に関する項目では、「週に5日以上」

で否定的な回答が多くなる傾向がみられた。この結果は、高齢者の推し活は必ずしも他者との交流や社会参加の促進を主目的とする活動ではなく、内面的な性質を持つ個人活動であることを示唆しているのかもしれない。岡本は、高齢者の社会活動を「個人活動」「社会参加・奉仕活動」「学習活動」「仕事」の4側面に分類し、個人活動が生活満足度と関連することを報告している(岡本, 2008)。個人活動は本人の意思や好みに基づいて選択されやすく、義務的要素や望まない人間関係に縛られにくいという特徴を持つ。本研究で示された高齢者の推し活の特徴の一部は、岡本の示した個人活動の特性に合致すると考えられる。

2. 推し活と生きがい感との関連

推し活の有無と生きがい感スケール(K-I式)との関連を検討した結果、推し活をしている高齢者は推し活をしていない高齢者よりも「生きがい感」が有意に高かった。さらに、下位項目の「自己実現意欲」「生活充実感」「生きる意欲」についても、推し活をしている高齢者が有意に高かった。青木は自己効力感、精神的健康度、支え、役割および経済状況が生きがい感につながるとしており(青木, 2009, 青木, 2015)、千葉は役割の有無、張り合いのある生活、達成感・承認・期待の要素が生きがい感と強く関連すると述べている(千葉, 2009)。本研究で下位項目として検討した「自己実現意欲」「生活充実感」「生きる意欲」は、青木や千葉が述べている自己効力感や張り合いのある生活などと共通する点が多く、「生きがい感」の重要な要素になり得ると考えられる。

3. 研究の限界と今後の課題

本研究はオンラインアンケート調査により実施したため、回答者はインターネット利用やデジタルデバイスの利用可能な高齢者に限られた。そのため、得られた結果が必ずしも全ての高齢者に一般化できるとは限らない点に留意が必要である。

また、推し活が自身に及ぼす影響や変化の質問13項目は、本研究において独自に作成した質問項目であり、各項目の信頼性並びに全体構成の妥当性が十分に検証されたものではない点が限界として挙げられる。今後は、因子構造並びに信頼性・妥当性を検討して尺度化を行うことで、推し活の心理・社会的影響を評価できる測定ツールにつながると考えられる。

VI 結論

本研究では、高齢者の推し活の実態を把握するとともに、推し活の有無および頻度と生きがい感との関連を検討した。その結果、推し活を行っている高齢者は、日常生活の充実感や幸福感の向上などの肯定的な影響を自覚していることと、推し活を行っていない高齢者と比較して有意に生きがい感が高いことが明らかになった。高齢者による推し活が、高齢者の生きがい感等を向上する一助として広く認知され、活用されていくことを期待したい。

謝辞

本研究にご協力いただきました、全国の対象者の皆様に厚く御礼申し上げます。

利益相反

本研究に関して、著者らに開示すべき利益相反はない。

著者資格

岡藤、作間、原田、間島、山下は、いずれも筆頭著者として、本研究の立案、調査実施、データ分析、論文執筆について同等に貢献した。長谷川、丹、水藤、徳田、吉村は研究実施あるいは論文作成への助言を行った。全ての著者は最終原稿を読み、承諾した。

文献

- 青木邦男: 高齢者向け生きがい感スケールの因子構造とその得点の検討. 山口県立大学学術情報 2, 100-107, 2009.
- 青木邦男: 在宅高齢者の性格特性, 生きがい感関連要因及び生きがい感の関連性. 山口県立大学学術情報 8, 7-17, 2015.
- 千葉和夫: 高齢者の閉じこもり予防と生きがい支援の接続に関する研究. 日本社会事業大学研究紀要 56, 5-21, 2009.
- 原田祐理花, 小松優衣, 加納里梨, 吉村耕一: 「推し」活動が人の健康に及ぼす影響. 山口県立大学学術情報:看護栄養学部紀要 16, 1-6, 2023.
- 株式会社CDG: NEWS推し活人口は1384万人、市場規模は3兆5千億円! 第2回推し活実態アンケート調査結果を公式noteで公開, 2025. <https://www.cdg.co.jp/推し活総研/3725/> (2025.12.20アクセス)
- 近藤 勉, 鎌田次郎: 高齢者向け生きがい感スケール(K-

I式)の作成および生きがい感の定義. 社会福祉学 43, 93-101, 2003.

内閣府: 令和6年度高齢者の経済生活に関する調査結果(全体版), 2024. <https://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/r06/html/index.html> (2025.12.20アクセス)

岡本英明: 高齢者の社会活動と生活満足度の関連－社会活動の4側面に着目した男女別の検討－. 日本公衆衛生雑誌 6, 388-395, 2008.