

ふれあい給食が世代間交流として 地域高齢者および短大生に与える効果

Effect of 'Fureai Community Lunch' as a intergenerational communication in the Elderly and College Student

加藤美穂, 三浦英雄, 加藤恵子

Yoshiho KATO, Hideo MIURA, Keiko KATO

'Fureai Community Lunch' is performed as a support program in various regions for prevention of homebound, and Life for the elderly. The intergenerational communication is effective as Life of the elderly. However, there are poor report about 'Fureai Community Lunch'. In this study, we investigate whether 'Fureai Community Lunch' is useful for intergenerational communication or not. Subjects are the elderly (AV:74.8±4.8age) and college students participating in 'Fureai Community Lunch'. As a result, 96.4% of the elderly responded to feel more enjoyable than usual. 98% of the elderly responded to enjoy the lunch with college students. 'Fureai Community Lunch' was effective of the elderly as a intergenerational communication, making friends and their Life.

「ふれあい給食」は、高齢者の閉じこもり防止や生きがい作りの支援プログラムとして多くの地域で行われている。世代間交流もまた高齢者の生きがい作りとして有効であると言われているが、ふれあい給食が世代間交流の場として利用されている事例報告はあまりない。そこで本研究では、ふれあい給食が世代間交流の場として活用できるかを検討した。

対象者は本学主催の「ふれあい給食」に参加した高齢者（平均年齢72.8±4.8歳）と本学の学生である。96.4%の高齢者が普段の食事と比べて楽しかった、98%が短大生との会食は楽しかったと回答した。ふれあい給食は、高齢者の仲間作りや生きがい感を向上させる効果以外にも、喫食を通じて世代間交流の場としても有効であると示唆された。

キーワード：ふれあい給食，世代間交流，閉じこもり，生きがい作り，高齢者

Keyword: 'Fureai community lunch', intergenerational communication, homebound, life, elderly

【緒言】

わが国は、世界最高水準の高齢化率となり、超高齢社会を迎えている。厚生労働省は、2050年には、肩車型社会と呼ばれる「一人の若者が一人の高齢者を支える」時代が訪れると予想しており、社会問題の一つである¹⁾。国民医療費においては、現在年間で約30兆円もの規模であり、その1/3が高齢者に係る医療費となっている²⁾。今後も高齢化の進行に伴い、高齢者に係る医療費は、さらに増大の一途を辿ると予想される。このことから高齢社会では、高齢者の健康寿命の延伸が、経済や社会に与える影響は大きいといえる。そこで各分野、各地域において高齢者が健康に高齢期を過ごすための健康づくりや

介護予防に関する施策が行われている。その地域政策の一つとして、全国社会福祉協議会が中心に行っている「ふれあい・いきいきサロン」がある。「ふれあい・いきいきサロン」のような高齢者の生きがい作りや閉じこもり防止の支援プログラムは、多くの地域で行われている³⁾。「ふれあい・いきいきサロン」のプログラムは、各地域によりさまざまであり、運動プログラムやお茶会や食事会、伝承文化や成果品のサロンなどがある。

高齢期に起こる閉じこもりは、しばしば問題になっており、認知症や寝たきりなど健康寿命の短縮の原因となりうる⁴⁾。閉じこもりは、身体的要因、心理的要因、社会・環境的要因の3つの要因が相互に関連し、発生する

と言われている⁴⁾。厚生労働省では、外出の有無および外出の回数を閉じこもりのスクリーニングとしていることから⁴⁾、閉じこもり予防の第一段階として外出頻度を増やすことが重要と考えられる。しかし単に外出頻度を増やすのではなく、家庭や社会において役割を担い、社会や人と関わりを持ち、社会的刺激を受けることが重要である⁴⁾。そうすることにより、出かける楽しみや意欲が高まり、生きがいを見つけることができると考えられる。閉じこもりを防ぎ、高齢者の身体機能や生活機能の低下をできる限り遅らせ、生きがいのある生活を送れるよう支援することが重要であると考えられる。

また、世代間交流も高齢者の生きがい作りとして有効であると言われている^{5,6)}。「ふれあい・いきいきサロン」のすすめの中でも、保育園児との会食も世代間交流となつてよいと記載があり⁷⁾、先行研究の多くは幼児や小中学生との世代間交流である⁸⁾。また、看護の分野では、高齢者との世代間交流が既に取り組みされており、看護学生による老年看護学のための世代間交流についての報告⁹⁾はあるが、栄養学生との世代間交流についての事例報告はあまりない。今後、栄養士としての就職が予想される本学の学生において、福祉施設への内定者も少なくない。そのため、世代間交流は栄養士教育の一環としても一義的な意味を成すと考えられる。

本学では、地域高齢者を対象に、栄養、運動、心理といった多方面からのアプローチによる高齢者の健康講座を開催してきた¹⁰⁾。そこで、本学主催の高齢者健康講座のプログラム事業の一環として、本学の集団給食施設を使用したふれあい給食を実施し、ふれあい給食が高齢者の生きがい作りとして活用できるかを検討した。さらに、ふれあい給食が高齢者と栄養学生との世代間交流の場として活用できるかを検討を行った。

【方法】

1. 調査対象者と開催時期

調査対象者は、本学主催の「ふれあい給食」に参加した65歳以上の高齢者55名（男性：10名、女性：45名）（平均年齢72.8±4.8歳）および本学短期大学部1年生20名である。学生参加者20名のうち調理担当である給食提供者は10名、高齢者と共に喫食を行った供食者は10名とした。また、ふれあい給食は、2014年12月19日に開催した。

なお、本研究は、名古屋文理大学短期大学部研究倫理委員会の承認を得て実施された。

2. 献立

献立は、ご飯、トマトの吸い物、鶏の照り焼き、さっぱりごぼう、肉じゃが、黒ゴマムースとした。栄養価はエネルギー779 kcal、たんぱく質29.7 g、脂質22.3 g、炭水化物108.9 gであった。また、供給熱量の栄養素別比率の構成比（PFC比）は、たんぱく質15.3%、脂質25.8%、炭水化物55.9%となった。

3. 残菜調査

高齢対象者の残菜状況を調べるため、残菜調査を行った。調査方法は、喫食後、返却槽には返さずトレイごとそのままテーブルに置いておいてもらい、料理ごとに残菜を回収し計測した。

4. ふれあい給食についてのアンケート

アンケートは、高齢者用と給食提供者用、給食供食者用の3種類とした。喫食後に集合調査法によりアンケートを行った。

高齢者のアンケートの構成は、1) 対象者自身について6項目（年齢、性別、世帯構成、孫世代について、大学生世代との交流について、家族以外の人との食事の頻度について）、2) ふれあい給食について5項目（味、分量、雰囲気、普段の食事と比べて楽しかったか、短大生との会食について）、3) 自由記述とした。

給食提供者のアンケートの構成は、1) 対象者自身について3項目（祖父母との同居、祖父母以外の高齢者との交流について、高齢者が好きかどうか）、2) ふれあい給食について6項目（味、分量、雰囲気、通常の授業との比較、通常の授業と違う点および気を付けた点、栄養士として就職するために本実習で気づいたことや学んだこと）とした。

給食供食者のアンケートの構成は、1) 対象者自身について3項目（祖父母との同居、祖父母以外の高齢者との交流について、高齢者が好きかどうか）、2) ふれあい給食について6項目（味、分量、雰囲気、通常授業との比較、高齢者との会食について、栄養士として就職するために本実習で気づいたことや学んだこと）とした。

5. 統計処理

統計処理は、統計処理ソフト（IBM SPSS statistics version 21.0）を用い χ^2 検定により有意差の有無を明らかにした。なお、統計処理の結果、 $p < 0.05$ 未満を統計学的に有意とした。

【結果】

1. 高齢者自身について

対象者自身についての問いの結果を図1, 2, 3, 4に示した。

図1は、「あなたは一人暮らしですか」に対する結果である。29.1% (16名) が一人暮らし、67.3% (37名) が一人暮らしではないと回答し、その他が3.6% (2名) であり、一人暮らしではない者が多かった ($p < 0.001$)。その他の者は、2世帯住宅と回答していた。

図2は、「大学生世代 (18~24歳くらい) の孫がいますか」に対する結果である。大学生世代の孫がいると回答した者が40.0% (22名)、いないと回答した者が54.5% (30名) で、無回答が5.5% (3名) であり、大学生世代の孫がいない者が多かった ($p < 0.001$)。図3は、「孫以外の大学生とふれあう機会がありますか」に対する結果である。よくあるが3.6% (2名)、ときどきあるが21.8% (12名)、ほとんどないが49.1% (27名)、まったくないが25.5% (14名) であり、大学生世代との交流がほとんどない者が多かった ($p < 0.001$)。

図4は、「友人など家族以外の人との食事の頻度について」に対する結果である。よくあるが25.5% (14名)、ときどきあるが60.0% (33名)、ほとんどないが10.9% (6名)、まったくないが3.6% (2名) であり、友人などとの食事は、ときどきあるが多かった ($p < 0.001$)。

2. 高齢者におけるふれあい給食について

高齢者におけるふれあい給食についての問いの結果を図5, 6, 7, 8, 9に示した。①図5は、「食事の味」についての結果である。とてもおいしかったが78.2% (43名)、おいしかったが16.4% (9名) で、無回答が5.5% (3名) であり、とてもおいしかったが多かった ($p < 0.001$)。②図6は、「食事の分量」についての結果である。とても多いが1.8% (1名)、多いが9.1% (5名)、ちょうどよいが87.3% (48名) で、無回答が1.8% (1名) であり、ちょうどよいが多かった ($p < 0.001$)。③図7は、「食事の雰囲気」についての結果である。とてもよかったが67.3% (37名)、よかったが29.1% (16名)、普通が1.8% (1名)、無回答が1.8% (1名) であり、とてもよかったが多かった ($p < 0.001$)。④図8は、「普段の食事と比べて、ふれあい給食が楽しかったか」に対する結果である。とても楽しかったが49.1% (27名)、楽しかったが45.5% (25名) で、変わらないが3.6% (2名)、無回答が1.8% (1名) であり、とても楽しかったが多かった ($p < 0.001$)。⑤図9は、「短大生との会食」についての結果である。とても

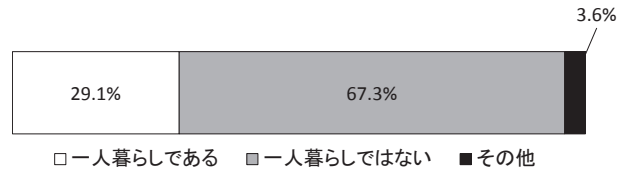


図1. あなたは一人暮らしですか ($p < 0.001$)

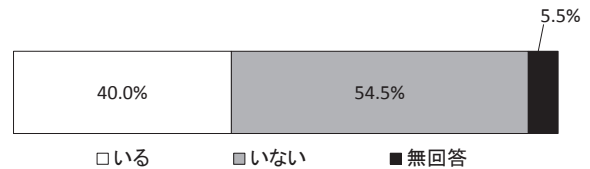


図2. 大学生世代 (18~24歳くらい) の孫はいますか ($p < 0.001$)

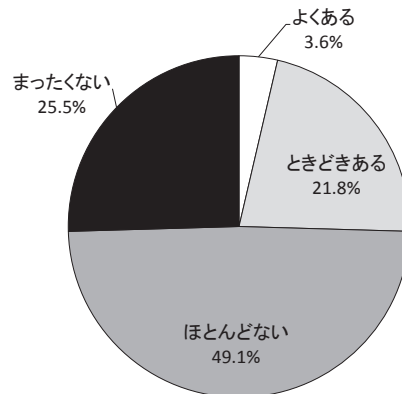


図3. 孫以外の大学生世代の人とふれあう機会がありますか ($p < 0.001$)

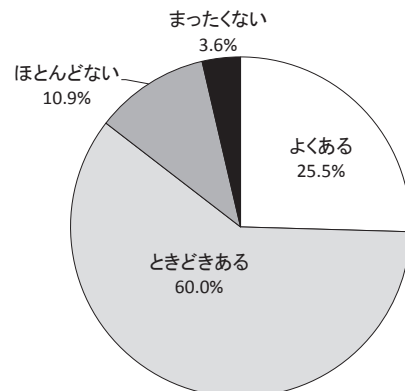


図4. 友人など家族以外の人との食事の頻度について ($p < 0.001$)

楽しかったが50.9% (28名), 楽しかったが40.0% (22名), わからないが1.8% (1名), 無回答が7.3% (4名) であり, とても楽しかったが多かった ($p < 0.001$).

⑥自由記述について

自由記述は, 表1に示した. ふれあい給食について異世代との会食や会話を楽しんだという意見が多く, 全体的に好印象を受けた意見がほとんどであった. 献立については, 味の濃さについての意見があり, ふれあい給食での味は普通の「味」よりも薄いということがわかった.

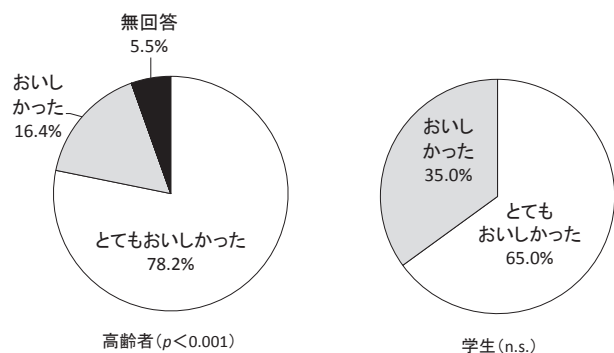


図5. 味について

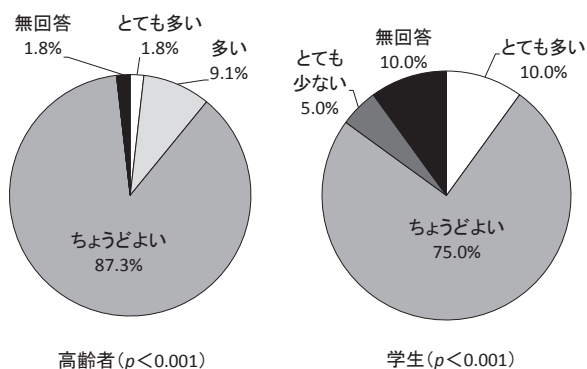


図6. 分量について

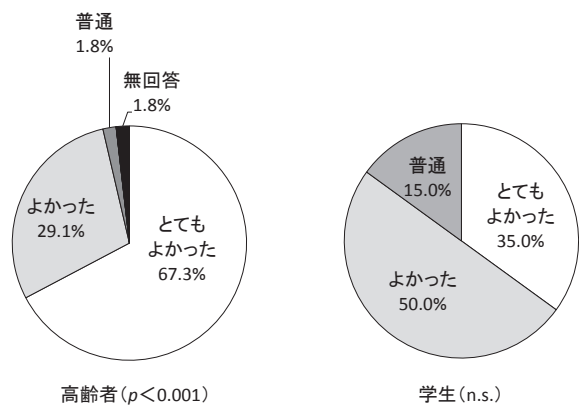


図7. 雰囲気について

3. 残菜調査について

残菜量は, ご飯0.6kgを除きそれ以外の献立は0.1kg以下であった.

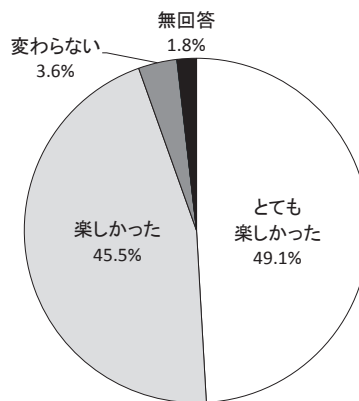


図8. 普段の食事と比べて楽しかったですか ($p < 0.001$)

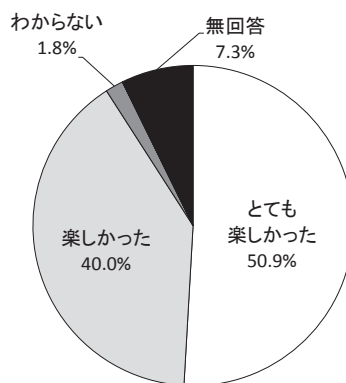


図9. 短大生との会食について ($p < 0.001$)

表1. ふれあい給食についての自由記述

ふれあい給食について	<ul style="list-style-type: none"> ● 違う世代の人の会食は楽しかった. ● 若い方と食事ができて楽しかった. ● みんなと食べることで食事が進んだ. ● 年齢の違う方とのお話は楽しかった. ● 大学の雰囲気がとても楽しそうであった. ● 学生さんと皆と頂くのはとてもありがたかった.
献立について	<ul style="list-style-type: none"> ● 薄味でちょうど良かった. ● 簡単にできそうなものは, 家で作ってみたい. ● 彩りが良く, ごぼうもかたいかと思ったがしゃきしゃきして美味しかった. ● もう少し塩分が濃い方が良かった. ● 栄養価などがわかる簡単なレシピがあると家でも作れるのでよい.

4. 学生自身について

学生自身の問いについて図10, 11, 12に示した。図10は、「祖父母との同居」についての結果である。祖父母と同居している者は20.0% (4名), 同居していない者は80.0% (16名)であり, 祖父母と同居していない者が多かった ($p=0.007$)。図11は、「祖父母以外の高齢者と接する機会」についての結果である。よくあるが15.0% (3名), ときどきあるが20.0% (4名), ほとんどないが40.0% (8名), まったくないが25.0% (5名)であり, 有意な差は認められなかった。図12は、「高齢者が好きですか」に対する結果である。とても好きが20.0% (4名), 好きが55.0% (11名), どちらでもないが20.0% (4名), 好きではないが5.0% (1名)であり, 好きと回答した者が多かった ($p=0.013$)。

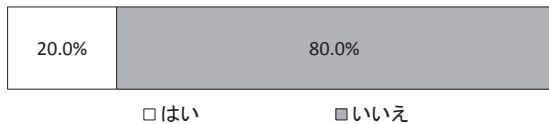


図10. 祖父母と同居していますか ($p=0.007$)

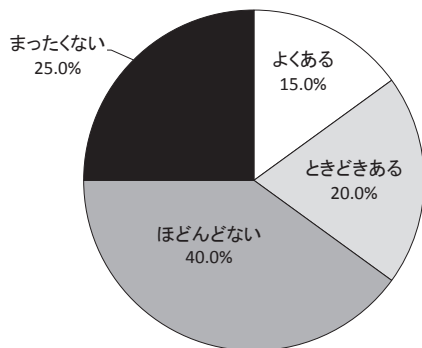


図11. 祖父母以外の高齢者と接する機会がありますか (n. s.)

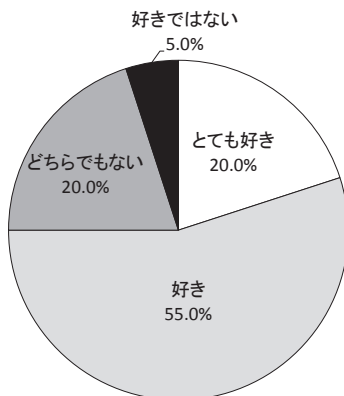


図12. 高齢者は好きですか ($p=0.013$)

5. 学生におけるふれあい給食について

学生におけるふれあい給食についての問いの結果を図5, 6, 7, 13, 14に示した。①図5は、「食事の味」についての結果である。とてもおいしかったが65.0% (13名), おいしかったが35.0% (7名)であった。②図6は、「食事の分量」についての結果である。とても多いが10.0% (2名), ちょうどよいが75.0% (15名), とても少ないが5.0% (1名), 無回答が10.0% (2名)であり, ちょうどよいが多かった ($p < 0.001$)。③図7は、「食事の雰囲気」についての結果である。雰囲気については, とてもよかったが35.0% (7名), よかったが50.0% (10名), 普通が15.0% (3名)であった。④図13は、「通常の授業での給食実習と比べてどうでしたか」に対する結果である。とても満足できたが25.0% (5名), 満足できたが50.0% (10名) 変わらないが20.0% (4名), 無回答が5.0% (1名)であり, 満足できたが多かった ($p=0.038$)。

⑤高齢者と喫食を行った供食者のみに、「高齢者との会食についてどうであったか」について質問を行い, その結果を図14に示した。とても楽しかったが90.0% (9名), まあまあ楽しかったが10.0% (1名)であり, とても楽しかったが多かった ($p=0.011$)。

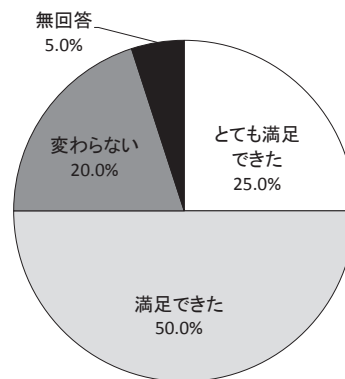


図13. 通常の授業での給食実習と比べてどうでしたか ($p=0.038$)

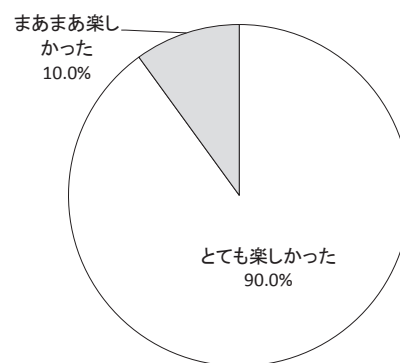


図14. 高齢者との会食について ($p=0.011$)

⑥給食提供者のみに、「通常の授業と違う点および気を付けた点」についての質問を行い、その回答を表2に示した。調理方法において注意を払ったことや提供時の姿勢について挙げている学生が見受けられた。

⑦栄養士として就職するために、「本実習で気づいたことおよび学んだこと」についての回答を表3に示した。配膳や会食を通してコミュニケーションの重要性を学んだこととして挙げている学生が見受けられた。

表2. 「通常の授業と違う点および気を付けた点」について

- 普段の給食実習での味付けよりも薄味にした。
- キャベツの千切りを細く切るように気を付けた。
- 切る大きさを揃えたり、食べやすいように切り方を気を付けた。
- 配膳時に笑顔でご飯を提供するように気を付けた。
- 顔見知りの方ではない本当のお客様に食事を提供しているように感じる事ができた。

表3. 栄養士として就職するために、本実習で気づいたこと学んだことについて

- 自分たちが作ったご飯を喫食する方たちに、笑顔で配膳することの大切さが分かった。
- 食事配膳でも、笑顔で配ることがおいしく頂いてもらうための、第一歩だと感じた。
- 授業での実習よりも少ない人数だったため、一人一人が役割を把握する大切さを改めて感じた。
- 人と接することも大切だと思った。
- 薄味でいいねと言われたが、私にはちょうど良い味付けであった。高齢になると濃い味付けを好むようになるので授業で習っていたので、実際にそうなんだと思った。
- 高齢者の方のご飯作りの話など、普段聞くことのできない話が聞けて良かった。
- とてもいい体験ができてよかった。授業でも役立てたい。
- これから栄養士として就職するのに大切な体験だと思った。
- おじいちゃん、おばあちゃんたちの「ありがとう」という声がうれしかった。

【考察】

高齢期における問題の一つに閉じこもりがあるが、閉じこもりは、QOLの低下や健康寿命の短縮に繋がると厚生労働省の介護予防マニュアル⁴⁾にも指摘されていることから、閉じこもりを防ぎ、生きがい感を作ることが重要である。高齢者の生きがい作りや閉じこもり防止として有効であるとされているプログラムに「ふれあい・いきいきサロン」がある¹¹⁾。「ふれあい・いきいきサロン」のプログラム内容は各地域で多岐にわたっている。そこで、本学では「ふれあい・いきいきサロン」を参考に高齢者が会食を通じて、世代間交流を図ることを目的にふれあい給食を実施した。そしてふれあい給食が、高齢者の生きがい作り、及び世代間交流の場として有効であるかについて検討を行った。

現代では、核家族化の進行に伴い家族間における異世代交流の場が減少している¹²⁾。平成26年度国民生活基礎調査の報告では、65歳以上の者がいる世帯のうち三世帯同居率は昭和61年では44.8%であったのに対し、平成26年では13.2%にまで減少している¹³⁾。本学の学生20名に祖父母との同居について質問したところ、同居していると回答した者は2割であった。また、本研究の高齢者において29.1%と約3割が一人暮らしであり、平成26年度国民生活基礎調査では、25.3%が単独世帯であると報告されている¹³⁾。神岡ら¹⁴⁾の研究によると、高齢者の若い世代との交流に参加意向があるものは52.7%で半数以上が若い世代との交流を望んでいるのに対し、実際に若い世代と交流がある高齢者は半数以下であったとの報告がある。本研究の高齢者の半数以上が、大学生世代との交流はほとんどないと回答していた。このことから、本研究の高齢者の多くは、大学生世代とは交流が少ないことが明らかとなった。さらに高齢者の世代間交流について、保育園児や小中学生との交流についての報告では、高齢者が保育園児や小中学生などの子どもとの接し方がわからないという世代間ギャップが生じ、ストレスがかかるとの指摘がある^{15,16)}。本研究において、9割以上の高齢者が「普段の食事よりも楽しかった」、「短大生との会食は楽しかった」と回答したことから、保育園児や小中学生と比べてコミュニケーション能力が高い大学生世代との交流は高齢者にとってもストレスの少ない世代間交流となるのではないかと考えられる。雰囲気についても9割以上が「とてもよかった」、「よかった」と回答しており、普段交流のない世代との食事や大勢で食事をすることにより、満足感が向上し、高齢者にとって有意義な時間であったと考えられる。自由記述においても、「違

う世代との会食は楽しかった」や、「年齢の違う人との会話は楽しかった」との感想があった。本研究では、主観的幸福度についての調査は行わなかったが、地域レストランを活用した食と運動の健康講座において、会食や他者との交流により主観的幸福感が高くなり、精神的な健康の改善が認められたとの報告もある¹⁷⁾。ただ会話をするだけでなく、喫食というツールを用いることにより、より交流が深まり高齢者の生きがい感を高める可能性が窺えた。

またアンケート結果から「普段より食事が進んだ」という意見もあったことから、食事を楽しむことは、「おいしさ」を向上させ、食欲の増進に繋がることが考えられる。今回の献立は、ごぼうなど咀嚼が必要な献立があったのにもかかわらず、残菜量もほとんどなく、食事が進んだ様子が窺える。身体機能の低下などにより食事作りが億劫になったり、一人暮らしでは作り甲斐がないなどの理由から食事がおざなりになりがちな高齢者にとって、「食事が進む」ことは、貴重な体験であり、低栄養予防の観点からも重要なことといえる。

また、友人との食事の頻度について、ときどきあるが60.0%、ほとんどないが10.9%、まったくないが3.6%であった。高齢者は、「友人や知人との食事や雑談をしている時が、生きがいを感じる」との報告もある^{18,19)}。このことから、高齢者の生きがい作りとして「ふれあい給食」を通じて、会食の楽しさを体感し、友人との会食頻度を増やすきっかけになれば、生きがい作りに繋がると考えられる。

さらに、ふれあい給食に参加した学生は、高齢者との交流に好感を示す学生がほとんどであった。将来栄養士として就職を目指す学生にとって世代間交流は、人間関係の拡充に繋がると考えられる。草野らは、世代間交流の利点として、「子どもたちにとって人間関係を拡充させる」を挙げている²⁰⁾。栄養士は、コミュニケーション能力が不可欠であると言われているため、ふれあい給食を通じた世代間交流は、人間関係を拡充させコミュニケーション能力を向上させる効果が期待される。また、学生達がふれあい給食を通じて学んだこととして、笑顔で配膳することの重要性や人と接することの大切さを挙げている。さらに、高齢者と接する機会が全くなく、高齢者が「好きではない」と回答した学生も、高齢者との会食は「とても楽しかった」と回答していたことから、ふれあい給食が学生達にとって、価値のある体験だったと言える。

以上のことから、ふれあい給食は、高齢者の仲間作り

や生きがい感を向上させる効果以外にも、喫食を通じて世代間交流の場としても有効であることが示唆された。

また、ふれあい給食を活用した世代間交流は、栄養士教育の一環として学生達のコミュニケーション能力向上の一助となることが示唆された。高齢期の栄養は、栄養学を学ぶ上で重要な分野の一つであり、高齢者とのふれあいにより高齢者の実態を知る機会になると考えられる。今後は、高齢者側からみた世代間交流だけではなく、栄養士教育の一環として学生側の視点に合わせた世代間交流の検討をしていきたい。

本研究は、名古屋文理大学短期大学部食と栄養研究所プロジェクト研究の一環として行われ、調理、誘導等はプロジェクト研究スタッフで実施した。

- 1) 厚生労働省, 今後の高齢者人口の見通しについて
http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/chiiki-houkatsu/dl/link1-1.pdf#search='%E5%8E%9A%E7%94%9F%E5%8A%B4%E5%83%8D%E7%9C%81+%E9%AB%98%E9%BD%A2%E8%80%85%E3%81%AE%E4%BB%8A%E5%BE%8C%E3%81%AE%E8%A6%8B%E9%80%9A%E3%81%97' より 2015年11月20日検索
- 2) 厚生労働省, 医療制度改革の課題と視点
<http://www.mhlw.go.jp/houdou/0103/h0306-1/h0306-1d.html> より 2015年11月20日検索
- 3) 松原茂樹, 岩根敬子, 鈴木毅, 田中康裕, 奥俊信, 木多道宏, 大阪府ふれあいいりビング事業と運営と連携—住民が運営する交流の場所と地域環境の関わりに関する研究, 日本建築学会計画系論文集, Vol.74, No.636, 347-354 (2009)
- 4) 厚生労働省: 介護予防マニュアル改正委員会, 介護予防マニュアル改正版
- 5) 立松麻衣子, 高齢者の役割作りとインタージェネレーションケアを行うための施設側の方策, 日本家政学会誌, Vol.59, No7, 503-515 (2008)
- 6) 佐藤宏子, 中山間地域の山村留学による住民への効果と地域特性—兵庫県神河町の質的研究より—, 兵庫県立大学環境人間学部, 研究報告17号, 15-27, (2015年)
- 7) ふれあい・いきいきサロンのすすめ, 全国社会福祉協議会

- 8) 糸井和佳, 亀井智子, 田高悦子, 梶井文子, 山本由子, 廣瀬清人, 菊田文夫, 地域における高齢者と子どもの世代間交流プログラムに関する効果的な介入と効果—文献レビュー—日本地域看護学会誌, Vol15, No1, 33-43 (2012)
- 9) 張 平平, 大塚真理子, 辻玲子, 畔上光代, 丸山優, 善生まり子, 看護学生と地域高齢者との世代間交流がもたらした結果—文献研究を通して—, 埼玉県立大学紀要15号, 43-51 (2013)
- 10) 加藤恵子, 原田 隆, 小田良子, 三浦英雄, 日比野久美子, 山本ちか, 百合草誠, 上田洋子, 市原俊, 小濱絵美, 酒井博臣, 内田あや, 久保冨美, 加藤美穂, 吉村 梓, 大西梨沙, 水谷恵里花, 中村裕子, 田中明奈, 高齢女性の健康維持・増進に寄与する要因に関する一考察 中間報告, 食と栄養研究所報告, No1, 27-44, (2015)
- 11) 中村久美, 地域コミュニティとしての「ふれあい・いきいきサロン」の評価, 日本家政学会誌, Vol.60, No1, 25-37 (2009)
- 12) 福島忍, 少子高齢社会に向けた子ども—高齢者の世代間交流の促進に関する市町村の取り組み—長野県における保育園の中老年・高齢者保育サポーター事業の展開, 長野大学紀要, 第27巻, 第2号, 25-38 (2005)
- 13) 平成26年国民生活基礎調査
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa14/dl/02.pdf> より 2015年11月20日検索
- 14) 神岡まゆ, 内田恵美, 太田今日子, 熊谷 恵, 佐藤桃子, 田中菜月, 松尾笑加, 地域の力を活かした高齢者対策—高齢者のこころと体の健康維持を目指して—, ISFJ 日本政策学生会議「政策フォーラム2008」
- 15) 名嘉一幾, 得丸定子, 世代間交流プログラム実践及び評価の検討—客観的評価としてのストレス度測定の導入—, 日本家政学会誌, Vol.63, No2, 51-60 (2012)
- 16) 村山陽, 竹内留美, 大場宏美, 安永正史, 倉岡正高, 野中久美子, 藤原佳典, 世代間交流事業に対する社会関心とその現状—新聞記事の内容分析および実施主体者を対象とした質問紙調査から, 日本公衆衛生学雑誌, Vol.60, No3, 138-145 (2013)
- 17) 新宅賀洋, 千須和直美, 小橋麻衣, 田中都子, 木村美佳, 春木敏, 地域レストランを活用した食生活支援プログラム—高齢者の主観的幸福感の形成, 栄養学雑誌, Vol.71, No3, 145-154 (2013)
- 18) 池上久子, 青山昌二, シニアからの健康づくり—データが語る生きがい生活, 生きがい研究会, 114-115 (2003)
- 19) 健康長寿ネット, 高齢者の生きがい
<http://www.tyoju.or.jp/hp/page000000800/hpg000000723.htm> より2015年11月20日検索
- 20) 草野篤子, 秋山博介, 現代のエスプリ インタージェネレーション: コミュニティを育てる世代間交流, 至文堂, No444, p.5-6 (2004)