

シニア向け SNS における弱い紐帯の形成と心理的効果 ～シニアのオンラインコミュニティの特徴と コミュニケーション行動～

大学院生の部



KIM Nahyun

神戸大学大学院
人間発達環境学研究所
博士後期課程

1. 研究背景・目的

弱い紐帯の強さを考案したグラノヴェッター（1973）は、ほとんど会ったことない知り合いや趣味関係のような弱い紐帯によって、価値ある情報を得られると論じた。インターネット上の弱い紐帯は、コミュニケーションを促進し、市民活動の参加機会を提供する（Zúñiga & Valenzuela, 2011）。オンラインコミュニティは、関心事や興味の共有によって、相互作用しながら新しい関係を形成し、拡張していくことができるため（Cha & Kee, 2019）、高齢者にとって、新たな社会参加の場と言える。

日本の高齢者のインターネット利用率は60代84.4%、70代59.4%として、年々増加傾向であるが、家族との連絡や情報収集のため利用していることが多い（橋本ら, 2020; 総務省, 2022）。日本ではSNSのほか、高齢者を対象としたオンラインコミュニティに関する研究はほとんど行われていない。しかし、オンラインコミュニティにおける多様な情報や人々との出会いは、高齢者にとって新たな刺激を促進する「社会的刺激（片桐,

2012)」となり、心理的健康につながると予想される。

よって本研究では、高齢者の社会的ネットワークとして弱い紐帯に着目し、弱い紐帯を育む場としてオンラインコミュニティを位置づける。本研究の目的は、オンラインコミュニティの活動において、弱い紐帯を育むことにつながると考えられる積極的な利用行動が、オンライン上の弱い紐帯を形成するのか、また形成された弱い紐帯は孤独感の緩和と関連するのかについて検討することである。

2. 高齢者を対象としたオンラインコミュニティ研究のレビュー

本稿では、Arksey & O' Malley (2005) のスコーピングレビューの手順を参考に高齢者を対象としたオンラインコミュニティ研究について、レビューを実施した(図1)。

高齢者を対象としたオンラインコミュニティの種類として、シニア向けオンラインコミュニティは、50歳以上の中高齢者を対象としているオンラインコミュニティである。一般的なオンラインコミュニティは、特定の興味や関心事が合う人々が集まる場である一方、シニア向けオンラインコミュニティは、中高年者であるという共通点が前提条件として構成される。シニア向けオンラインコミュニティのテーマは、中高年者の人々が共感できる話題が多く、退職後の生活、健康等の高齢期の悩みについて意見や経験、情報を共有する掲示板から、趣味や関心事にかかわる内容まで幅広いテーマにおいて交流が行われていた(Nimrod, 2011)。また、絵文字や俳句、短歌等の表現方法と通じて交流を楽しむ等、同世代の人々が集まっていることを活かした交流が行われていた(Kanayama, 2003)。

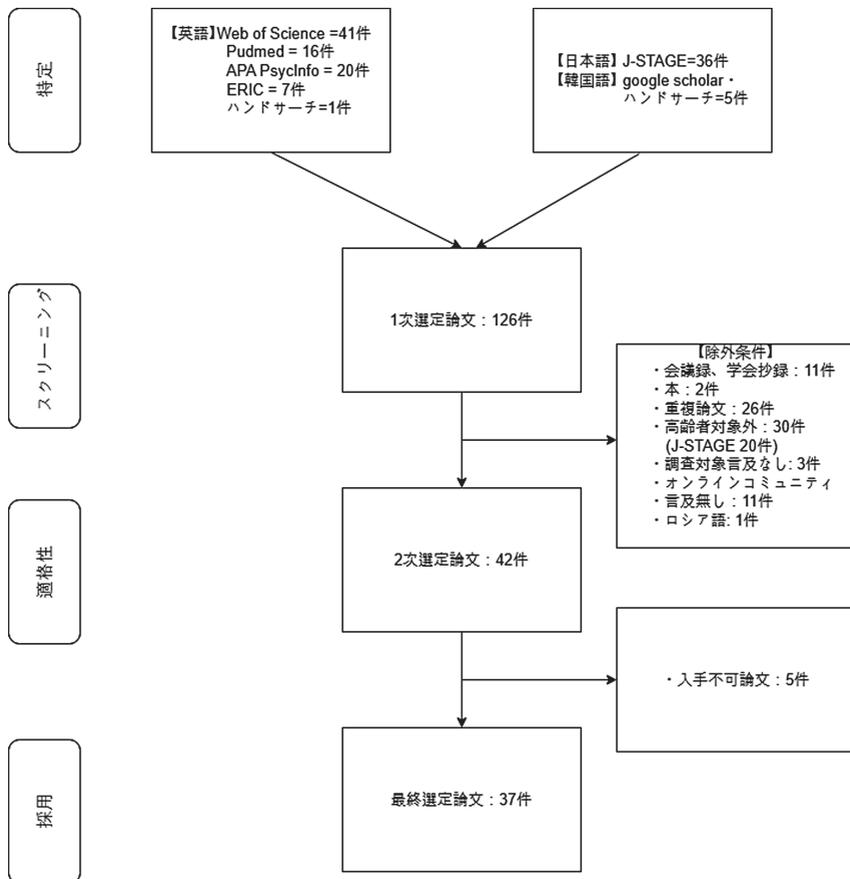


図1 文献選定のフローチャート

次に、ソーシャルネットワーキングサービス（SNS）は、近年注目されている研究領域である。本研究に含まれているレビュー論文3編全て SNS を取り上げており、SNS の利用に関する既存の知見や研究のギャップを検討した研究、SNS 利用と精神的、身体的健康との関連を検討した研究が含まれていた。高齢者の SNS 利用研究は、利用の効果を示す研究が多いが、高齢者が SNS 利用への必要性を感じないことから SNS を通じた交流への消極的な態度を示した研究もあった。

以上、オンラインコミュニティ研究について検討したが、シニア向けオンラ

インコミュニティと SNS 両方ともオンライン上において、本人のプロフィールを作成し、自分を表出することで、人々とつながるきっかけとなり得るオンラインプラットフォームである。シニア向けオンラインコミュニティと SNS のようなオンラインプラットフォームは、オンライン上における社会や他者とのかわりを基盤とする活動であり、高齢者の社会的ネットワークや心理的健康につながり得るオンライン社会参加として位置づけることができると考える。

表 1 高齢者を対象としたオンラインコミュニティ研究の概括

国 ^{a)}	①アメリカ：7件 ②韓国：6件 ③日本、中国、カナダ：4件 ④イギリス、オーストラリア、オランダ：2件 ⑤台湾、スウェーデン、ノルウェー、イスラエル、ギリシャ：1件 ⑥特定なし：4件
研究方法	①量的研究：19件 ②質的研究：8件 ③混合研究：5件 ④レビュー：3件 ⑤その他：2件
オンラインコミュニティの種類	①シニア向けオンラインコミュニティ：12件 ②ソーシャルネットワーキングサービス（SNS）：11件 ③オンライン（モバイル）社会参加：5件 ④オンラインコミュニティ：4件 ⑤その他：5件
得られた知見	①ポジティブな効果・可能性：17件 ②社会関係との関連：12件 ③オンラインコミュニティの内容・コンテンツ：5件 ④ネガティブ・効果なし：3件

^{a)} 複数の国を対象とした研究あり

3. 中高齢者向け SNS の利用行動と孤独感－ SNS 上の弱い紐帯の効果

インターネットは物理的な壁を越え、多様な人々とつながることができるツールであるが、インターネットを利用することで、家庭内のコミュニケーションが減少し、その結果孤独感が増加したというインターネットパラドックス（Kraut et al. 1998）の研究から、インターネットの利用と孤独感について多

く論じられてきた。しかし、蓄積された知見は一貫していない。高齢者にとって孤独感は身体的問題を引き起こされる一つの要因として、高齢化していく現代社会の大きな課題とも言われている。高齢者を対象とした研究では、多くの弱い紐帯を持つことによって、交流の機会が多くなり、孤独感が緩和されることが示された (Lam et al., 2023)。しかし、オフラインの関係に注目しているため、オンライン上における弱い紐帯と孤独感の関連についてはわかっていない。

よって、本研究では、A社が運営している中高齢者向け SNS の利用者を対象に、中高齢者向け SNS における「コミュニケーション行動」と「イベント参加」という利用行動が中高齢者向け SNS 上の弱い紐帯の形成につながるのか、また形成された弱い紐帯は孤独感を緩和するののかについて検討を行った。

3.1 調査概要

本研究の対象である中高年齢者向け SNS は、A社が運営している日本最大級の中高年齢者を対象としたオンラインコミュニティである。利用者は、子育て後の 50 代後半の女性や退職間際の 60 代前半の男性の利用率が高く、男性利用者が約 60% を占めている。オンラインコミュニティ内で行われる活動としては、日記や写真の投稿、自主的なコミュニティ作成と参加、オフライン・オンラインイベントの開催と参加のような機能、また他の人の投稿へのコメントや相手の反応、お気に入りさん（フォロー）、ミニメール（ダイレクトメッセージ）等のソーシャルネットワークサービスの機能を備えている (Ostance, 2023)。

調査は 2023 年 2 月、A社が運営している中高齢者向け SNS において 60 ～ 79 歳の利用者を対象にインターネット調査を実施した。回答者は男性 526 名 (61.3%) 女性 332 名 (38.7%) であった。回答は日本全国から集められ、関東地方が 352 件 (40.8%) として最も多く、関西地方 230 件 (26.7%)、中部地方 137 件 (15.9%) 順であった。

3.2 分析に用いた変数

中高齢者向け SNS の利用行動と弱い紐帯、孤独感の関連を検討するため、SNS の利用行動の変数の作成については、中高齢者向け SNS のサービス内容を参考に 9 項目を使用した。「1. 日記・写真の作成・投稿、2. 他の会員の日記・写真・コメントを読む、3. コミュニティでの書き込み・投稿、4. 他の会員の

投稿に拍手を送る、5. コメントの作成、6. ミニメール（ダイレクトメッセージ）の利用、7. オフラインイベント参加、8. オンラインイベント参加、9. マイページのあしあと・伝言坂の確認／返信」の項目を作成し、回答は「①ほぼ毎日、②週に数回、③月に数回、④年に1回程度、⑤利用しない（分析の際には、逆転処理）」を用いて回答を求めた。

分析を行うことにあたって、探索的因子分析を行った結果、第1因子は、「1、2、3、4、5、6、9（7項目）」を含むことから、SNSの機能を利用して交流を行う「コミュニケーション行動」と命名した。第2因子は、「7、8（2項目）」を含むことから、「イベント参加」と命名した。

中高齢者向けSNS上の弱い紐帯を測定する変数は、「中高齢者向けSNS上の中、相互お気に入り会員さんは何人いますか。」という相互フォローの人数を用いた。回答は、「①0人、1～2人、③3～4人、④5～9人、⑤10～19人、⑥20～49人、⑦50～99人、⑧100人以上」とした。

孤独感については、孤独感尺度短縮版3項目日本語版（Igarashi, 2019）を用いた。孤独感の3項目は信頼度係数 $\alpha = .73$ と高かったため、加算して1つの尺度とした。

3.3 結果・考察

3.3.1 中高齢者向け SNS 利用者に関する記述統計

中高齢者向け SNS 利用者の基本的属性について、表2にまとめた。本研究の分析対象者は、男性61.3%、女性38.7%であり、男性と女性の対象者を比較するため、年齢、主観的経済水準、主観的健康状態に関してはt検定、最終学歴、配偶者有無の変数については χ^2 検定を実施した。

表 2 中高齢者向け SNS 利用者の記述統計 (n=858)

	男性	女性	χ^2 検定 / t 検定
基本的属性			
年齢	$M=70.31$ $SD=5.08$	$M=67.48$ $SD=5.12$	$t(856)=7.916^{***}$
最終学歴	高卒程度以下 : 146 (27.8%) 大卒程度以上 : 380 (72.2%)	高卒程度以下 : 92 (27.8%) 大卒程度以上 : 239 (72.2%)	<i>n. s.</i>
配偶者有無	配偶者無 : 93 (17.8%) 配偶者有 : 430 (82.2%)	配偶者無 : 156 (47%) 配偶者有 : 176 (53%)	$\chi^2(1)=83.922^{***}$
就労状況	無職 : 272 (51.7%) 有職 : 254 (48.3%)	無職 : 176 (53%) 有職 : 156 (47%)	<i>n. s.</i>
主観的経済水準	$M=3.05$ ($SD=.94$)	$M=3.23$ ($SD=.93$)	$t(856)=-2.794^{**}$
主観的健康状況	$M=3.56$ ($SD=1.08$)	$M=3.61$ ($SD=1.00$)	<i>n. s.</i>

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

基本的属性において t 検定の結果、年齢 ($t(856)=7.916$, $p < .001$) と主観的経済水準 ($t(856)=-2.794$, $p < .01$) において男女差がみられた。年齢は男性が、主観的経済状況は女性の方が有意に高かった。

χ^2 検定の結果、基本的属性のうち、性別と配偶者有無の間に有意な関連がみられ ($\chi^2(1)=83.922$, $p < .001$)、女性より男性の有配偶者の割合が有意に高いことが示唆された。

中高齢者向け SNS 利用者の年齢は男性が高く、配偶者がいる割合も男性が多いことが示された。A 社の中高齢者向け SNS を利用しているユーザーは、女性は 50 代後半が多く、男性は 60 代前半が多い (Ostance, 2023) ことから今回得られたデータは中高齢者向け SNS 利用者の年齢的特性を捉えていると考えられる。また、女性より男性の有配偶者率が高いことは、女性の平均寿命が長いことの影響と考えられる。日本の全国データにおいても、高齢者の有配偶者率は、男性 80.1%、女性 51.4% として大きな差があることが確認できる (内閣府, 2017)。主観的経済状況については、65 歳以上の年金受給者を男女で比較した時、男性高齢者を 100 とすると、女性高齢者は 52.6 に過ぎないことが指摘さ

れている（内閣府男女共同参画局，2022）。しかし、中高齢者向け SNS を利用している女性高齢者は、男性より主観的経済状況が高い傾向が示された。インターネットや SNS の利用率は男性のほうが高いといわれている中、中高齢者向け SNS を利用していること、大卒程度の割合が多いことも踏まえると、中高齢者向け SNS を利用している女性は高学歴で、経済的にゆとりがあることが特徴としてうかがえる。

3.3.2 中高齢者向け SNS 利用行動と孤独感－中高齢者向け SNS 上の弱い紐帯の効果

本稿では、①中高齢者向け SNS における「コミュニケーション行動」と「イベント参加」の頻度が弱い紐帯の形成に関連するのか、②形成された弱い紐帯は孤独感の緩和に関連するののかについて検討するため、パス分析を実施した（図 2）。その結果、中高齢者向け SNS 上のコミュニケーション行動頻度やイベント参加頻度と中高齢者向け SNS 上の弱い紐帯は有意な正の関連、中高齢者向け SNS 上の弱い紐帯と孤独感とは有意な負の関連がみられた。

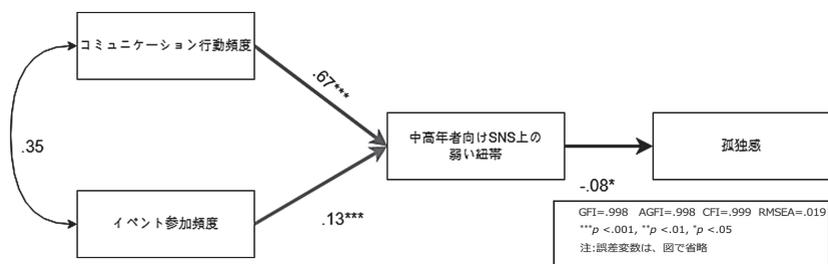


図 2 パス分析の結果

中高齢者向け SNS における「コミュニケーション行動」や「イベント参加」の頻度が多いと、SNS 上の弱い紐帯の形成につながり、さらに SNS 上において形成された弱い紐帯は孤独感を緩和する可能性が示唆された。オフラインの弱い紐帯を捉えた研究では、弱い紐帯によって多くの人々と交流する機会が増加し、その中で人々とのつながりを実感できることから孤独感が低減されることを示した (Lam et al., 2023)。本研究の結果は、オンライン上においても、多くの弱い紐帯を持つことによって、人々とのつながりを実感し、孤独感の緩和と関連する可能性が示唆された。

4. 本研究の示唆点・今後の課題

本研究では、多様化される高齢者のニーズに対応した一つの例として中高齢者向け SNS を提示し、アクティブな高齢者のオンライン上の積極的な利用行動がもたらす効果を示すことができた。本研究の知見は、高齢化の進行につれ、高齢者向け市場が拡大されつつある中、新たな切口としてオンラインコミュニティを活用したサービスの提案や消費を促進するための広報等のマーケティング戦略についての議論を活発化させることに寄与できると考える。

最後に、本研究の課題としては、3.3.2の研究の分析に用いた中高齢者向け SNS の利用行動の変数は、探索的因子分析を通じて「コミュニケーション行動」と「イベント参加」の二つの因子を特定したが、「コミュニケーション行動」には写真や日記の投稿のような能動的な利用と他の会員の投稿を見るだけの受動的な利用、また親しい関係において行われると予想されるダイレクトメッセージの利用の項目が混在している。そのため、どのような要因がオンライン上の弱い紐帯の形成と関連するののかについては分かっていない。同じく「イベント参加」の項目においても、オフラインイベント参加なのか、オンラインイベント参加なのかによって、オンライン上の弱い紐帯への影響が異なる可能性が考えられるため、今後「コミュニケーション行動」と「イベント参加」の各項目を用いた詳細な分析が必要と考える。

参考文献

- Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *International journal of social research methodology*, 8(1), 19-32.
- Cha, H., & Kee, Y. (2019). A Study on Expansive Learning Experiences in the Online Community Activities of the Older Adults, *Journal of Education & Culture* 25(1), 291-315. 「韓国語」
- Gil de Zúñiga, H., & Valenzuela, S. (2011). The mediating path to a stronger citizenship: Online and offline networks, weak ties, and civic engagement. *Communication Research*, 38(3), 397-421.
- Granovetter, M. S., (1973). The strength of weak ties. *American journal of sociology*, 78(6), 1360-1380.
- 橋元良明・片桐恵子・木村忠正・是永論・辻大介・森康俊・小笠原盛浩・北村

- 智・河井大介・大野志郎 (2020). 中高年齢層の情報行動東京大学大学院情報学環情報学研究調査研究編, 263-319.
- Igarashi, T. (2019). Development of the Japanese version of the Three-Item Loneliness Scale. *BMC Psychology*, 7:20, 1-8.
- Kanayama, T. (2003). Ethnographic research on the experience of Japanese elderly people online. *New Media & Society*, 5(2), 267-288.
- 韓国情報通信振興院 (2022). 2021The Report on the Digital Divide.
- 片桐恵子 (2012). 退職シニアと社会参加東京大学出版会.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. *American psychologist*, 53(9), 1017.
- Lam, J., Broccatelli, C., & Baxter, J. (2023). Diversity of strong and weak ties and loneliness in older adults. *Journal of Aging Studies*, 64.
- 内閣府 (2017). 平成 29 年版高齢社会白書.
- 内閣府男女共同参画局 (2022). 高齢期の女性の経済状況について, https://www.gender.go.jp/kaigi/senmon/keikaku_kanshi/siryo/pdf/ka15-1.pdf
- Nimrod, G. (2011). The fun culture in seniors' online communities. *The Gerontologist*, 51(2), 226-237.
- Ostance (2023). 媒体資料 2023. 1-3.
- 総務省 (2022). 令和 3 年通信利用動向調査の結果, https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/statistics/data/220527_1.pdf