

## 資料

## 限界集落の離島に在住する高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることへの思い

ヨシダ ミユキ\* タツカワ オオタニ シンスケ フジムラ カズミ\*  
吉田美由紀\* 達川まどか\* 大谷 進介<sup>2\*</sup> 藤村 一美\*

**目的** 限界集落の離島に在住する高齢者が、住み慣れた地域で暮らし続けることへの思いを明らかにし、最期まで質の高い生活をし続けることを支援する保健施策についての示唆を得る。

**方法** A県の離島であるB島は、周囲を海に囲まれた完全離島で、人口138人、高齢化率48.6% (R2)である。少子高齢化による人口減少が著しいB島に住む65歳以上の高齢者7人に対し、インタビューガイドを用いた半構造化面接を実施し、質的帰納的に分析した。インタビュー内容は、①住み慣れた地域でのこれまでの生活を踏まえた今の自宅での暮らしへの思いや考え、②暮らしを支える介護・医療・予防、生活を支援する社会資源や人的資源に対する思いや考え、③これからもこの島で生活していくことへの思いや考えとした。逐語録を作成し、住み慣れた地域で暮らし続けることへの思いについての内容を対象者の言葉を用いてコード化し、抽象度を上げてサブカテゴリー、カテゴリーを生成した。

**結果** 対象者の平均年齢は76.9歳、「障害高齢者の日常生活自立度」はJ1~2であった。以下、【】内はカテゴリ名を示す。B島の高齢者は、今の島での暮らしについて、【島での暮らしは気まままで楽しい】が【島民間の強いつながりはしがらみにもなる】とっていた。そして、島の暮らしを支える社会資源について、【支え合いが島の生活の土台】にあり、日常生活を支援してくれるサービスの利用により【現状の島の生活に不自由はない】とっていた。一方、海で隔絶された環境において【島外とのつながりが生活の生命線】であると考えていた。これからの島での生活については、【衰退する島の現状になす術がない】、【島の生活資源の希少化で生活そのものの存続が危機】、【将来の島での生活は八方塞がり】とっており、【島では望む最期を迎えられない覚悟が必要】とっていた。そして、これからこの島で生活していくためには、【自立した生活を維持するためには自助努力が必須】、【人生の終末に対する自分の意志を持つことが必要】とっていた。

**結論** 明らかとなった離島在住高齢者の住み慣れた地域で住み続けることへの思いから、島外とのつながりを維持するための体力づくりへの支援、島の高齢住民が互助力を醸成する機会の創出、ICTを活用した医療体制の強化、最期の迎え方を離れた家族とともに繰り返し話し合うことを推進する必要性について示唆を得た。

**Key words** : 高齢者, 思い, 離島, 生活, 質的研究

日本公衆衛生雑誌 2025; 72(2) : 161-170. doi:10.11236/jph.23-112

## I 緒言

日本は14,125の島嶼で構成されており、離島振興法による離島振興対策実施地域に含まれる有人離島は256島<sup>1)</sup>存在する。離島は、周囲を海に囲まれて

いることによるインフラ整備の遅れや、人口減少による地域の衰退が大きな課題となっており、少子高齢化が急激に進んでいる<sup>2)</sup>。

厚生労働省<sup>3)</sup>は、日本の高齢化の課題に対し、地域包括ケアシステムの構築を推進している。地域包括ケアシステムとは、高齢者が、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう地域の包括的な支援・サービス提供体制を構築する取り組みである。このような

\* 愛媛大学大学院医学系研究科看護学専攻

<sup>2\*</sup> 上島町役場健康福祉部健康推進課

責任著者連絡先: 〒791-0295 東温市志津川 454

愛媛大学大学院医学系研究科看護学専攻 吉田美由紀

取り組みが推進される一方で、離島では人口減少に伴う非採算性・非効率性によって民間主体の医療・介護サービスの参入が困難となっており<sup>4)</sup>、海を挟んだ周辺地域や隣県の資源に頼りながら日常生活を維持しているのが現状である。そのため、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることは困難と推察され、離島に住む高齢者への支援は喫緊の課題と考える。

離島の地域包括ケアシステム構築に関する先行研究では、離島は、医療や介護サービスの脆弱な地域であるが、互助を活性化することで、包括的な継続ケアを可能にし、住み慣れた地域で住み続けることができる<sup>5)</sup>との報告がある。また、過疎地域の離島においては、島内の人材不足も深刻な状況にあるため、島外からの継続的な支援の必要性<sup>6)</sup>も指摘されている。さらに、島民主体の互助システムの構築において、支援者と島民との間の生活課題の認識のずれが生じないように、島民が抱えている悩みや不満、島の将来についての考え方などを、十分に把握することの重要性<sup>7,8)</sup>が報告されている。これらのことから、離島の地域包括ケアシステム構築において、まずは高齢者の離島で生活することへの思いを十分に把握した上で、島外からの継続的な働きかけにより、島民主体の互助力を強化していく必要があると考える。先行研究において、離島在住高齢者が考える介護と生活の課題<sup>9)</sup>が明らかにされているが、離島に在住する高齢者が、離島で生活することや、生活し続けていくことへの思いを明らかにした研究は見当たらなかった。

以上のことから、本研究では、離島在住高齢者の、住み慣れた地域で暮らし続けることへの思いを明らかにし、保健施策についての示唆を得たいと考えた。

## II 方法と対象

### 1. 用語の定義

本研究における「住み慣れた地域で暮らし続けることへの思い」とは、住み慣れた地域でのこれまでの生活を踏まえた今の自宅での暮らしと、暮らしを支える介護・医療・予防、生活を支援する社会資源や人的資源に対する思いや考え、そしてこれからその地域で生活していくことに対する思いや考えとする。

### 2. 研究デザイン

帰納的アプローチによる質的記述的研究

### 3. 対象としたA県B島

A県B島は、瀬戸内海のほぼ中央に位置する離島である。人口138人（令和2年）<sup>10)</sup>、高齢化率

48.6%（令和2年）<sup>10)</sup>の限界集落である。面積1.36 km<sup>2</sup><sup>10)</sup>、地形は急傾斜地がほとんど<sup>10)</sup>で、住民の多くがそこに居を構えている。生活航路は1日4往復<sup>10)</sup>のみであり、片道45分～1時間を要する。医療は、診療所が1箇所あり、医師1人と派遣の看護師1人が島に住み常駐しているが、退職後は派遣を要請しても来てくれる人材がいなければ、医師や看護師が不在の環境となる可能性がある<sup>10)</sup>。島内にある保健福祉センターに保健師は常駐しておらず、事業がある時のみ来島している。センター内に、通所介護事業所と訪問介護事業所があるが、スタッフの中には島外から船で通っている者もいる。また、島内に入所施設はない。島外の近隣に1施設のみ特別養護老人ホームがあるが、常に待機者がいる状況である。島内には小さな食料品店しかないため月2回の移動スーパーによる食料品販売がある<sup>10)</sup>。主要な産業は、漁業であるが、安定的な収入が確保できず、後継者不足<sup>10)</sup>となっている。

### 4. 研究対象者

A県の離島であるB島に住む65歳以上の高齢者で、認知症や知的障害がなく、会話による面接が可能な者とした。

### 5. データ収集方法

B島を管轄する地域包括支援センターの職員からB島の高齢者8人に研究協力の依頼文を手渡ししてもらい、研究協力の同意を得られた対象者7人に対し、インタビューガイドを用いた半構造化面接を実施した。インタビューガイドは、離島在住高齢者の、住み慣れた地域で暮らし続けることへの思いを明らかにし、保健施策についての示唆を得たいと考え、①住み慣れた地域でのこれまでの生活を踏まえた今の自宅での暮らしへの思いや考え、②暮らしを支える介護・医療・予防、生活を支援する社会資源や人的資源に対する思いや考え、③これからもこの島で生活していくことへの思いや考えを明らかにする内容とした。また、保健施策についてより研究参加者の思いに沿った具体的な示唆を得るために、思いや考えに至った理由、語りの背景にある体験談について質問し、語ってもらった。インタビューは、プライバシーが確保できる個室で実施した。実施期間は、2022年8～11月であった。研究参加者への面接時間は1時間程度とし、研究参加者の許可を得て、ICレコーダーに録音して逐語録を作成した。

### 6. 分析方法

インタビュー内容の逐語録を繰り返し読み、住み慣れた地域で暮らし続けることへの思いを明らかにするために、①住み慣れた地域でのこれまでの生活を踏まえた今の自宅での暮らしへの思いや考え、②

表1 研究協力者の概要

| ID | 年齢   | 性別 | 障害高齢者の日常生活自立度 | B島居住年数 | 出身地  | 世帯人数(続柄)  | インタビュー時間 |
|----|------|----|---------------|--------|------|-----------|----------|
| A  | 80歳代 | 男  | J2            | 70年以上  | B島   | 1人        | 57分      |
| B  | 70歳代 | 女  | J1            | 70年以上  | B島   | 2人(夫婦)    | 76分      |
| C  | 80歳代 | 男  | J1            | 30年以下  | B島   | 1人        | 66分      |
| D  | 70歳代 | 男  | J1            | 70年以上  | B島   | 1人        | 76分      |
| E  | 70歳代 | 女  | J1            | 70年以上  | B島   | 2人(夫婦)    | 55分      |
| F  | 70歳代 | 女  | J1            | 30年以下  | B島以外 | 2人(夫婦)    | 87分      |
| G  | 70歳代 | 女  | J1            | 30年以下  | B島以外 | 4人(夫婦・子供) | 91分      |

暮らしを支える介護・医療・予防, 生活を支援する社会資源や人的資源に対する思いや考え, ③これからの島で生活していくことへの思いや考え, について, それぞれ分析を行った。分析では, 意味が取れる最小の段落に分け, 文脈を踏まえ研究参加者の言葉を用いながら意味内容を表す言葉に置き換えてコード化した。類似する意味内容のコードを集めサブカテゴリー化して意味する内容を命名し, その後, さらに抽象度を上げてカテゴリー化し, 意味する内容を命名した。分析過程では, 研究参加者の語った内容とデータの解釈のずれがないかを共同研究者間で繰り返し確認した。また, 分析過程すべてにおいて, 質的研究を行っている研究者からスーパーバイズを受けた。

### 7. 倫理的配慮

研究参加者に対し, 研究の趣旨, 目的, 方法, 研究協力の自由意志, 研究協力の有無による不利益がないこと, 匿名性が守られること, 目的外使用をしないこと, データ保存方法, 破棄方法, 研究成果の公表方法について, 研究参加者に口頭および書面で説明し, 同意書の作成により同意の意思を確認した。本研究は, 愛媛大学大学院医学系研究科看護学専攻倫理審査委員会(承認番号: 看2022-3, 承認日: 2022年6月22日)の承認を得て実施した。

## III 研究結果

### 1. 研究参加者の属性

研究参加者は7人であった。平均年齢は76.9(SD5.4)歳, 「障害高齢者の日常生活自立度」はJ1~2, B島での生活歴52.7(SD29.8)年, B島出身者5人, 独居3人であった。1人当たりのインタビュー平均時間は, 72.6分であった。(表1)

### 2. 「住み慣れた地域で暮らし続けることへの思い」の分析結果

分析の結果, 11のカテゴリー, 34のサブカテゴリー, 174のコードが抽出された(表2)。本文中

では, カテゴリーを【】, サブカテゴリーを<>で示した。対象者の語りを「(斜め文字)」で表し, ( )内に対象者IDを示した。

1) 住み慣れた島でのこれまでの生活を踏まえた今の自宅での暮らしへの思いや考え

【島での暮らしは気ままで楽しい】

B島の高齢者は, <心穏やかに過ごせる島に住み続けたい>とっており, 誰にも邪魔されずに<好きなことを自由にできる島の暮らしに満足>していた。また, 好きなことを通して<住民間で楽しい刺激を与え合うことが大事>と思い, 島民が互いに刺激をし合って日常の変化を楽しんでいた。そして, B島には幼馴染も多いことから, <旧知の島民との気を遣わない生活に満足>しており, 現状の生活では【気ままで楽しい島での暮らし】ができていると思っていた。

「今は楽しいのと, 自分の好きなようにやっておるんでね, 不便なことはない」(B)

【島民間の強いつながりはしがらみにもなる】

B島に古くから住む高齢者は, 目を行き届かせて見守り合っているため, 近隣住民の日常の行動をよく見ている。そのため, 知られたくない情報が島内に広がってしまうことから, 新しく島に移り住んだ住民は<すぐに噂が広がってしまうことが島の生活の難点>とっていた。新旧の高齢住民同士が親交を深めることが必要であるが, 島には交流できる場所も機会もなく, <島の新旧の住民同士の関係性を縮めることは困難>とっていた。新しく島に移り住んだ住民にとっては【島民間の強いつながりはしがらみにもなる】ため, 適度な距離を保って生活していた。

「一歩踏み込んだら必ず何かあるんですよ・・当たらず触らず, 一つ踏み込むことはしない。島の端っこで朝あのねと話したら・・夕方になったら1+1が10になって・・」(F)

表2 限界集落の離島に在住する高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることへの思い

| 1. 住み慣れた島でのこれまでの生活を踏まえた今の自宅での暮らしへの思いや考え |                                    |
|---|------------------------------------|
| カテゴリ                                    | サブカテゴリ                             |
| 島での暮らしは気ままで楽しい                          | 好きなことを自由にできる島の暮らしに満足               |
|   | 住民間で楽しい刺激を与え合うことが大事                |
|   | 心穏やかに過ごせる島に住み続けたい                  |
|   | 旧知の島民との気を遣わない生活に満足                 |
| 島民間の強いつながりはしがらみにもなる                     | すぐに噂が広がってしまうことが島の生活の難点             |
|   | 島の新旧の住民同士の関係性を縮めることは困難             |
| 2. 暮らしを支える介護・医療・予防、生活を支援する人的資源に対する思いや考え |                                    |
| カテゴリ                                    | サブカテゴリ                             |
| 支え合いが島の生活の土台                            | 近隣の高齢者同士が互いの生活を気遣い助け合えるのが島の良さ      |
|   | 日々の生活の些細な世話をしてくれる身内の存在が宝           |
|   | 家族との強い絆が心の支え                       |
| 現状の島の生活に不自由はない                          | 日常生活の困りごとに対応してくれる行政サービスを一定評価       |
|   | 島外に出向かずして生活必需品や日常支援を入手できる民間サービスが便利 |
| 島外とのつながりが生活の生命線                         | 島外の医療とつながれる安心                      |
|   | 島内で完結できない食生活は不自由                   |
|   | 船の便数の維持は生活維持に不可欠                   |
| 3. これからもこの島で生活していくことへの思いや考え             |                                    |
| カテゴリ                                    | サブカテゴリ                             |
| 衰退する島の現状になす術がない                         | 成り行きに任せるしかない人口減少と高齢化の状況を悲観         |
|   | 島の発展に向けた意見をしなくても反対され結局は変わらない状況に失望  |
| 島の生活資源の希少化で生活そのものの存続が危機                 | 互助力が衰退していくことへの不安                   |
|   | 将来の療養の場への不安                        |
|   | 島での独居生活を見守ってくれる存在を渴望               |
| 将来の島での生活は八方塞がり                          | 身体機能の低下で不自由さが増す島での生活を懸念            |
|   | 介護が必要になった島での生活は未経験の領域で想像できない       |
|   | 島で自立した生活ができなくなった時のための心構えが必要        |
|   | 頼れる介護者が島にいない不安                     |
|   | 経済的な余裕がない状態で介護が必要になることへの不安         |
|   | 島での安心した生活には医師の存在は必要不可欠             |
| 島では望む最期を迎えられない覚悟が必要                     | 急変時にすぐに家族の協力を得るのは困難                |
|   | 島の医療体制の限界によるリスクへの覚悟が必要             |
|   | この島で最期を迎えるには身内の同居が必須               |
| 自立した生活を維持するためには自助努力が必須                  | 家族の判断で島外での生活を余儀なくされる               |
|   | 自分のことは自分でする努力が大事                   |
|   | 不自由なく動ける足の維持が必要不可欠                 |
| 人生の終末に対する自分の意志を持つことが必要                  | 自分なりの無理のない節制をしている                  |
|   | 自分らしい島での生き方について考えを持つことが大切          |
|   | 島での逝き方の希望を頼れる人に伝えておくことが必須          |

2) 暮らしを支える介護・医療・予防, 生活を支援する人的資源に対する思いや考え

【現状の島の生活に不自由はない】

B島の現状では、島内の訪問介護が利用可能であり、不自由を感じていないことから〈日常生活の困りごとに対応してくれる行政サービスを一定評価〉していた。また、買い物は、移動スーパーやインターネットで購入し、宅配サービスで坂の上にある自宅まで届けてもらっている。さらに、ワンコインで困りごとに対応してくれるボランティアサービスも活用するなど、〈島外に出向かずして生活必需品や日常支援を入手できる民間サービスが便利〉に使っていた。B島の高齢者は、島内の生活サービスの利用によって【現状の島の生活に不自由はない】と思っていた。

「(不便さは) ない。今は(インター) ネットがあるじゃないですか。欲しいものがあつたら(インター) ネットで買えばいいし」(F)

「介護は心配ないですよ、掃除にもきてくれるし、何か言ったらしてくれるし・・・」(A)

【支え合いが島の生活の土台】

B島の高齢者は、〈近隣の高齢者同士が互いの生活を気遣い助け合えるのが島の良さ〉を感じていた。また、〈日々の生活の些細な世話をしてくれる身内の存在が宝〉であり、〈家族との強い絆が心の支え〉となっていた。B島の高齢者の生活は、近隣の高齢者や身内、家族の支え合いで成り立っており、【支え合いが島の生活の土台】であると考えていた。

「親戚、心優しい人、近所の人やってくれる人なんかには頼んだり、そういう面での島の良さはあるんですよ。・・・お年寄り同士でも行き来して・・・」(D)

【島外とのつながりが生活の生命線】

B島の高齢者は、船の運行によって〈島外の医療とつながれる安心〉がある一方、〈島内で完結できない食生活は不自由〉と感じていた。そして、人口減少の影響で船の便数が減少してしまうことを心配しており、買い物や通院で島外に出てその日のうちに帰れる〈船の便数の維持は生活維持に不可欠〉であると思っていた。島外との唯一の交通手段である船が生活の基盤となっており、【島外とのつながりが生活の生命線】であると考えていた。

「そうよ。これ(船)が命よ。交通はいわゆる買い物、医療につながるとる・・・」(D)

3) これからもB島で生活していくことへの思いや考え

【衰退する島の現状になす術がない】

B島の高齢者は、加齢により自分にできること

の限界を感じており、〈成り行きに任せるしかない人口減少と高齢化の状況を悲観〉していた。また、島の活性に向けた若い住民による活動も、島民の反対意見によって進まず、〈島の発展に向けた意見をしても反対され結局は変わらない状況に失望〉していた。これらを背景に、B島の高齢者は【衰退する島の現状になす術がない】と思っていた。

「成り行きに任せるとかそういうことしか方法はないんじゃないけど。・・・若い時は団体活動とか一生懸命したんじゃないけどね、今はそういうのはできんのよ。人が居らんくて・・・」(D)

【島の生活資源の希少化で生活そのものの存続が危機】

B島の将来は、頼れる若者もおらず、元気な高齢者もいない状況が想定できる。そのため、日々の些細な困り事から災害時の救助に至る一切の〈互助力が衰退していくことへの不安〉を抱えていた。また、島外にある近隣施設への入所の需要が高まれば、希望しても入所できない可能性があることから〈将来の療養の場への不安〉を抱いていた。そして、将来独居生活になったら、〈島での独居生活を見守ってくれる存在を渴望〉するが、現実的に難しい状況があり、【島の生活資源の希少化で生活そのものの存続が危機】に陥ることを心配していた。

「私ら(の時代)になったらそれこそもう介護はパンクして家で見てくださいって昔に戻るんじゃないかなって・・・」D「(島民は) 130(人) いうけど。・・・実際活動して元気な人は、よいよ居らんって感じやな。これからの生活は大変です。ほんまに・・・」(E)

【将来の島での生活は八方塞がり】

B島の高齢者は、加齢による〈身体機能の低下で不自由さが増す島での生活を懸念〉していた。B島では、島外の病院や施設で最期を迎える人が多いため、介護や死が身近にない。〈介護が必要になった島での生活は未経験の領域で想像できない〉ため、漠然と〈島で自立した生活ができなくなった時のための心構えが必要〉と考えていた。〈頼れる介護者が島にいない不安〉があり、自立した生活が難しくなったら、島を出て子供が住む近くに転居することや、施設に入ることを考えている。しかし、〈経済的な余裕がない状態で介護が必要になることへの不安〉も大きい。島での生活を維持することも、島外に出て生活することも困難と予測され、【将来の島での生活は八方塞がり】と思っていた。

「私らもそうになったら(介護が必要になったら)・・・どうしよって思っているんですよ。・・・誰が世話してくれるんやろかとか、いつも考えます。」(G)

【島では望む最期を迎えられない覚悟が必要】

〈島での安心した生活には医師の存在は必要不可欠〉であるが、医師も高齢でいつまで島にいてくれるか分からない。また、〈急変時すぐに家族の協力を得るのは困難〉なうえ、島の診療所に対応できることは限られている。助かる命も助からない可能性があり、〈島の医療体制の限界によるリスクへの覚悟が必要〉と考えていた。〈この島で最期を迎えるには身内の同居が必須〉と思うが現実的ではなく、むしろ介護が必要になったら〈家族の判断で島外での生活を余儀なくされる〉可能性が高いことから、【島では望む最期を迎えられない覚悟】が必要と考えていた。

「(救急医療体制の不足で、救命が)間に合わなかったらもう結局は何をしようとも間に合わなかったんじゃないかなと・・・島で生活している以上。」(E)

「ここで一人で放っておけない・・・去年も4人ほど連れていかれました。一人は娘さんが大阪に・・・最期はやっぱりそうなりますね。」(G)

【自立した生活を維持するためには自助努力が必須】

B島で今の生活を維持するためには生活の基盤となる買い物の自立が重要である。そのためには〈不自由なく動ける足の維持が必要不可欠〉と思い、自分の足で動いて〈自分のことは自分でする努力が大事〉と考えていた。また、健康の維持のために食事の減塩や、暴飲暴食をしないように気をつけて、〈自分なりの無理のない節制をしている〉。このようにB島の高齢者は、【自立した生活を維持するためには自助努力が必須】であると考えていた。

「やっぱ島におりたいし・・・ほやけん、今みたいに自分でできることは維持しよるね。」(A)

【人生の終末に対する自分の考えを持つことが必要】

B島の高齢者は、自分の将来の生活は自分で作っていく必要がある、〈自分らしい島での生き方について考えを持つことが大切〉であると思っていた。また、最期まで自分らしい生き方をするためには、自分の考えを離れて暮らす子供に伝えるなど〈島での逝き方の希望を頼れる人に伝えておくことが必須〉であり、【人生の終末に対する自分の意志をもつことが必要】と考えていた。

「子供には早いうちから延命治療はいりませんと言っているんですよ・・・娘が「そんなこと今から」いうて怒りました・・・「どうしてあれ(延命治療)せんかったん」いうて、今度(島内の近所に住む)兄を責めたらいかんと思って、(島外に住む)娘に

もちゃんと言っておこうかなと」(E)

## IV 考 察

本研究で明らかになったB島で暮らす高齢者の住みなれた地域で暮らし続けることへの思いを考察し、離島で暮らす高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることの課題や保健施策への示唆について述べる。

### 1. B島で暮らす高齢者の住み慣れた地域で暮らし続けることへの思いの特徴

1) 島外とのつながりを維持してB島での暮らしを継続したい

B島の高齢者は、【現状の島の生活に不自由はない】中で、【島での暮らしは気ままで楽しい】と実感できており、今後も島での生活を継続していくことを望んでいた。そして、そのような現状の暮らしを支えているのは、島外とつなぐ船の運行と、自由に島外に出て通院や買い物ができる脚力であると考えていた。山崎<sup>11)</sup>は、離島住民が島に住み続けるためには島外への交通の利便性が必要であることを明らかにしており、B島においても船の運行が島での生活を継続していくための必須条件と考えられていた。また、田場<sup>8)</sup>は、離島の高齢者は、日常的に船で移動することに身体的な負担を感じていることを明らかにしている。急峻な坂道の多いB島の高齢者は、船に乗って島外に移動し、【自立した生活を維持するためには自助努力が必須】と考え、自分でできることは自分で行うなどの努力により脚力の維持を心がけ、島外とのつながりを維持し、B島での暮らしを継続しようとしていると推察できる。

2) 新旧の島民間のしがらみを減らしたい

離島地域は、地縁血縁関係に基づく相互扶助が強固である<sup>12)</sup>ことが報告されている。B島にも住民間の強いつながりがあり、互いの生活を支え合うことができている一方で、【島民間の強いつながりはしがらみにもなる】という思いを抱いていた。この思いは、主に島外から嫁いできた島民から語られた思いである。野口ら<sup>13)</sup>は、強固なソーシャルキャピタルは、異質なものを排除する閉鎖的な共同体を形成しやすいと述べている。また、高橋ら<sup>12)</sup>は、離島に暮らす住民の「出身地」に対する意識が、出身地ではない住民との互助関係に影響を及ぼすことを明らかにし、互助力形成における新旧住民の意識の差の課題を指摘している。B島においても同様の課題があると考えられ、島民間のしがらみが、ソーシャルキャピタルの醸成の阻害要因となっていることが推察される。また井上<sup>14)</sup>は、離島在住の要支援高齢者におけるソーシャルキャピタルと生活機能

は、都市部と比べて低いことを明らかにし、その背景には、少子高齢化による住民間の交流や生活支援の減少があると述べている。B島の高齢者は、しがらみを解消するためには、新旧の住民同士が親交を深めることが必要であると語り、交流できる場所や機会の必要性を認識していた。将来の人口減少や社会資源の減少を補うために、新旧住民の交流機会の創出による住民主体のソーシャルキャピタルの醸成が求められていると考える。

### 3) B島で暮らし続けるには覚悟が必要

B島の高齢者は、将来の、【衰退する島の現状になす術がない】という現状を受け入れ、〈家族の判断で島外での生活を余儀なくされる〉状況や、将来の互助力や医療・介護体制が不十分となる予測から、【島では望む最期を迎えられない覚悟】をしていた。小山ら<sup>15)</sup>は、豪雪による地域分断が生じる山村過疎地域において、高齢者の最期を迎える場の意思決定は本人以外が行っていた実態を明らかにしている。また、豪雪時には、必要な医療がすぐに受けられない地理的環境があることから、高齢者は死を覚悟して生活している<sup>15)</sup>ことも明らかにされており、本研究の結果と同様のことが示されていた。離島という隔絶された環境の中でも、必要な医療や介護が受けられ本人も家族も安心して生活を継続できる環境整備が必須であると考えられる。一方、B島の高齢者は、【人生の終末に対する自分の意志を持つことが必要】と人生に対する主体的な姿勢を持っていた。これは、先行研究では報告されていない内容であった。互助力の低下する島の環境の中で生活し続ける覚悟のもと、島での最期を見据え、〈島での逝き方の希望を頼れる人に伝えておくことが必須〉と考えることができていることは、B島の高齢者の強みといえる。このようなB島の高齢者の覚悟から生まれた主体的な暮らしへの思いや、望む生活についての意思表示を促し、その実現を支援することが求められると考える。

## 2. 保健医療施策への示唆

### 1) 島外とつなぐ環境と移動に必要な脚力を維持する

B島での生活において、島外との交通手段は欠かせないため、人口減少の状況にあっても船の便数の維持は必須である。また、島民宅の多くは急傾斜地に位置している。自由に島外に出ることを可能にするには、脚力が必須となる。そのため、自治体は、高齢者が自宅にいながら脚力を鍛える活動の機会を提供するなど、地理的な環境と高齢者の身体的な課題を考慮した取り組みが必要と考える。たとえば、定時の島内放送やケーブルテレビなどを活用するな

どである。そして、自治体には、船乗り場から自宅までの通路や段差に手すりを設置するなど、高齢になっても安全に移動できる環境の整備が求められていると考える。

### 2) 新旧の島民同士のしがらみをなくし地域組織としての互助力を醸成する

B島では、【支え合いが島の生活の土台】であるため、人口減少の進む状況においては、島民総ぐるみで組織的な互助関係を構築することが重要となる。そのため、すでにある互助力を維持、強化するとともに、新旧の島民間のしがらみをなくす取り組みが求められる。伊藤ら<sup>16)</sup>は、互助の拡充においては、住民が他者への共感を持つこと、住民の利益を住民自身が理解することが必要であると述べているように、新旧の島の高齢者同士が、互いの存在を近しく感じられる機会を創出してしがらみを減らし、島民全員で組織的な互助力を醸成する必要性について共通認識を図る取り組みが必要と考える。

### 3) 島でも専門的医療を受けられる医療体制を構築する

医師と看護師の常駐により、安心した日常生活が送れている一方で、専門的な疾患や重篤な疾患には対処できない島の医療の限界が語られ、それらが島の暮らしの継続に影響を及ぼしていることが明らかになった。B島の医療提供体制において、島外との医療のつながりを物理的に維持することに加え、島外への移動をしなくても今以上の専門的医療を島で行えるように、自治体が主導して、近隣地域や近隣の医療機関と連携し、オンライン診療など情報ネットワークを構築していくことが重要になると考える。

### 4) 離れて住む家族とともに最期の過ごし方について繰り返し話し合うことを推進する

B島の高齢者は、住み慣れた島で暮らし続けたいと望んでいても、自分の思いだけでは暮らし続けることはできない歯がゆさを抱いていることが明らかとなった。宮前ら<sup>17)</sup>は、住民に島で最期を迎えるイメージがない場合は施設や病院しか選択肢が出ず、島外に出ることになると述べている。本研究においても、B島の高齢者は、自分の介護や死を想像できず、B島で最期を過ごすための選択肢が得られない状況があり、介護が必要になった【将来の島での生活は八方塞がり】と思っていると推察される。このことから、島での最期を支える支援体制についての具体的な情報発信や、島民が自らの最期をどのように迎えたいのかを考える機会の創出、意思決定に大きな影響を与える家族とのACP (Advanced care planning) の取り組みが必要と考える。ACPは

「将来の人生の最終段階における治療やケアについて、判断が難しくなった時に備えてどのような医療やケアを望んでいるかを知ってもらうことを目的として、本人が家族らや医療・ケアチームと繰り返し話し合うプロセス」である<sup>18)</sup>と定義されているように、繰り返し話し合うことが重要である。そのため、自治体が、島外に住む家族が帰省する時期にACPにつながるイベントを定期的に開催するなどして、島の高齢者と家族が繰り返し島で生活し続けることについて話し合う機会を創出する必要があると考える。

### 3. 研究の限界

本研究の対象である離島は、高齢化率48.6%、人口138人という限界集落の離島であった。日本には多くの離島があり、それぞれに様々な特徴を有していることから、本研究の結果はB島に限られた結果と言える。また、本研究の研究参加者は、全員が自立した生活が可能な高齢者であった。要介護状態になると島外での生活を余儀なくされているB島の状況において、要介護状態にある高齢者にインタビューの協力を得ることは困難であった。そのため、要介護状態にある高齢者の思いを反映できていないことは本研究の限界である。今後の研究において、要介護状態となり島外で生活することになった高齢者にインタビューを行うことにより、最期まで島で生活を続けられる保健施策について、さらに具体的な示唆が得られると考える。一方で、本研究の結果は、豪雪による地域分断が生じる山村過疎地域を対象にした小山らの研究結果と類似する点が複数あったことから、周囲と隔絶された限界集落の環境下で生活する自立した高齢者の思いを推察する上で有用と考えられる。また、対象者が7人であることは、データの飽和化において十分とは言えないが、人口減少の激しい離島に住む高齢者に直接インタビューを行い、思いを明らかにしたことは、周囲と隔絶された限界集落の離島支援において、貴重な資料となりうると考える。

## V 結 語

B島の高齢者は、今の島での暮らしについて、【島での暮らしは気ままで楽しい】が【島民間の強いつながりはしがらみにもなる】とと思っていた。そして、島の暮らしを支える社会資源について、【支え合いが島の生活の土台】となっている上に、日常生活を支援してくれるサービスが利用できており【現状の島の生活に不自由はない】とっていた。一方、海で隔絶された環境において【島外とのつながりが生活の生命線】であると考えていた。これか

らの島での生活については、【衰退する島の現状になす術がない】、【島の生活資源の希少化で生活そのものの存続が危機】、【将来の島での生活は八方塞がり】とっており、【島では望む最期を迎えられない覚悟が必要】と考えていた。このような状況において、これからこの島で生活していくためには、【自立した生活を維持するためには自助努力が必要】、【人生の終末に対する自分の意志を持つことが必要】と考えていることが明らかとなった。これらの結果から、離島高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるために、島外とのつながりを維持するための交通環境の保持や、島外との移動に必要な脚力の維持増進に向けた支援、島の新旧の高齢住民同士が互助力を醸成するための機会の創出、ICTを活用した島での医療体制の強化、離れて住む家族とともに最期の迎え方について繰り返し話し合うことを推進する取り組みの必要性が示唆された。

本研究にご協力いただきました、対象者の皆様、地域包括支援センターの職員の方々に厚く御礼申し上げます。

本研究における開示すべき利益相反はない。

( 受付 2024. 3. 4 )  
( 採用 2024. 9.17 )  
( J-STAGE 早期公開 2024.12.18 )

## 文 献

- 1) 国土交通省 HP. 日本の島嶼の構成. 2023. <https://www.mlit.go.jp/kokudoseisaku/chirit/content/001477518.pdf> (2023年12月5日アクセス可能).
- 2) 国土交通国土政策局離島推進課. H29年度離島の資源活用施策調査 島づくりのトリセツ～島の将来を考える～. <https://www.mlit.go.jp/common/001229951.pdf> (2023年12月5日アクセス可能).
- 3) 厚生労働省 HP. 地域包括ケアシステム. [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/kaigo\\_koureisha/chiiki-houkatsu/](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/chiiki-houkatsu/) (2023年12月5日アクセス可能).
- 4) 堀越直子, 桑原雄樹, 田口敦子, 他. 離島地域における医療・福祉サービスと島内での看取りとの関連. 厚生指標 2013; 60: 9-14.
- 5) 大湾明美, 佐久川政吉, 田場由紀, 他. 小離島の健康と介護の課題からとらえた地域包括ケアシステム構築の方向性—沖縄県の2つのモデル島での参加型アクションリサーチから—. 沖縄県立看護大学紀要 2017; 18: 1-9.
- 6) 小松理佐子. 過疎地域における地域包括ケアシステム構築の可能性. 日本福祉大学社会福祉学部日本福祉大学社会福祉論集 2016; 134: 31-47.



- 7) 荒川泰士. 離島在住の高齢者が在宅生活を維持していくための支援と課題—介護に関する情報・人的ネットワークの実態から—. 高知県立大学紀要社会福祉学部編 2017; 67: 27-39.
  - 8) 小川智子, 齋藤茂子. 島嶼地域で暮らす高齢者の‘健康’に関する文献的考察. 島根県立大学出雲キャンパス紀要 2015; 10: 17-34.
  - 9) 田場由紀, 大湾明美, 山口初代, 他. 小離島における生活と介護の課題と高齢者が提案した解決策. 沖縄県立看護大学紀要 2017; 18: 49-53.
  - 10) 国土交通省 HP. 愛媛県離島振興計画(令和5年~14年). 2023. <https://www1.mlit.go.jp/kokudoseisaku/chirit/content/001619208.pdf> (2024年8月6日アクセス可能).
  - 11) 山崎義人, 後藤春彦, 村上佳代. 島民生活の体系的把握による小宝島の生活環境に関する考察~離島の人工定着と地域維持に関する研究~. 日本建築学会計画系論文集 1997; 500: 161-168.
  - 12) 高橋信幸, 浜崎裕子, 花城暢一, 他. 離島・過疎地域におけるケアリング・コミュニティ形成に関する研究. 長崎国際大学論叢 2006; 6: 143-152.
  - 13) 野口定久. 地域福祉計画への応用理論. 地域福祉論—政策・実践・技術の体系—. 京都: ミネルヴァ書房. 2008; 143-150.
  - 14) 井上高博. 離島在住の要支援高齢者におけるソーシャル・キャピタルと生活機能の特徴—都市部・農村部を対照地域として—. 日本地域看護学会誌 2018; 21: 24-31.
  - 15) 小山歌子, 稲垣千文, 宇田優子. 特別豪雪地帯・無医地区の高齢者の介護・看取りのニーズ. 新潟医療福祉学会誌 2019; 19: 40-48.
  - 16) 伊藤 海, 田口敦子, 松永篤志, 他. 「互助」の概念分析. 日本公衆衛生雑誌 2020; 67: 334-343.
  - 17) 宮前史子, 扇澤史子, 今村陽子, 他. 離島の独居認知症高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるための支援とは. 日本認知症ケア学会誌 2022; 20: 532-544.
  - 18) 厚生労働省 HP. 第1回人生の最終段階における医療の普及・啓発のあり方に関する検討会資料3 平成29年8月3日. 2017. <https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-10801000-Iseikyoku-Soumuka/0000173561.pdf> (2023年12月5日アクセス可能).
-

## Thoughts of older adults living in an isolated community on a remote island while continuing to live in familiar surroundings

Miyuki YOSHIDA\*, Madoka TATSUKAWA\*, Shinsuke OTANI<sup>2\*</sup> and Kazumi FUJIMURA\*

**Key words** : older adults, thoughts, remote island, life, qualitative study

**Objective** This study clarified the thoughts of older adults living in an isolated community on a remote island while continuing to live in familiar surroundings. Additionally, suggestions for health policies were obtained.

**Methods** Island B, a remote island in Prefecture A, is isolated and surrounded by the sea. It has a population of 138 people and an aging rate of 48.6% (R2). We conducted semi-structured interviews with seven older adults living on Island B and qualitatively and inductively analyzed the contents, which consisted of (1) thoughts about living in one's own home in a familiar community; (2) nursing, medical, and preventive care as well as social and human resources that could help support one's life; and (3) continuing to live on the island. Codes, subcategories, and categories were generated based on verbatim transcripts of the interviews.

**Results** The average age of the study participants was 76.9 years. The daily life independence level for older adults with disabilities was J1-2. They thought that "their life on the island was easygoing and enjoyable" but also that "the strong ties among the islanders may become a hindrance." They expressed that "life on the island is founded on mutual support" and the availability of life support services allows them to "live a comfortable life on the island." Additionally, because of the insulation provided by the sea, "connections outside of the island were regarded as minimally essential." Regarding life on the island in the future, they stated that "they cannot do anything about the island's decay," "life on the island will become critical due to the scarcity of living resources," "life on the island will not be possible under any circumstances in the future," and "they need to accept that they will not be able to die on the island as they would like to." Regarding continuing to live on the island, they believed that "self-help efforts are essential to preserve independence" and "a resolute spirit is necessary when facing your last days."

**Conclusion** The results of the study highlight the importance of providing support for physical fitness activities to maintain links with the world off the island, providing opportunities to promote mutual assistance among older islanders, strengthening the medical system using ICT, and encouraging islanders to regularly discuss with their distant family members how they would like to spend the final days of their lives.

---

\* Ehime University Graduate School of Medicine Department of Nursing

<sup>2\*</sup> Kamijima Town Health and Welfare Department