

# ボランティア活動による精神的満足度の検討

木村 早希\*・川市 幸代\*\*・大木 桃代\*\*\*

## An examination of mental satisfaction ratings through volunteer work

Saki KIMURA, Sachiyo KAWAICHI, Momoyo OHKI

### 1. 背景

今日の我が国において、さまざまな社会活動に積極的に参加する人々が増えてきている。その中でも、1995年に起きた阪神淡路大震災を契機に、ボランティア活動への関心が高まり（経済企画庁国民生活局, 2000）、ボランティア活動は我々の身近なものとして認識されている。2005年度に内閣府が実施した国民生活選好度調査（内閣府国民生活局, 2006）によると、15歳以上75歳未満の男女の6割以上がボランティア活動に参加したいと希望していると報告されている。また、2000年の国民生活選好度調査（経済企画庁国民生活局, 2000）においては、15歳以上70歳未満の男女の3人に1人がボランティア活動の経験者であり、3人に2人がボランティア活動への参加意欲を持っていることが報告されている。さらに、全国各地にある社会福祉協議会において把握されているボランティア活動者数は、1994年の調査では4,997,496人であったのに対して、2005年には7,385,628人となり、ボランティア活動者の把握総人数の調査が始まった1980年から2005年までの25年間で、約4.6倍に増加している（社会福祉法人全国社会福祉協議会, 2002）。また、ボランティア団体に関しては、1994年の調査において60,738団体だった登録数が、2005年において123,926団体と倍増しており（社会福祉推進委員会地域社会福祉ネットワーク, 2007）、年々増加傾向にある。

ボランティアの定義を考えると、「ボランティア」(volunteer)の語源は、ラテン語の「volo」で、「自分の意志で、あることを行う」という意味であり、「自分で考え、自己責任で行動する人」を指す（稲生・福留・宮林・佐藤・澤田・坂井, 1992）。「ボランティア」という言葉の中心は、「自発性」(主体性)であり、この「自発性」が社会問題の解決を目指す「社会性」と結びつき、

---

\* きむら さき 文教大学大学院人間科学研究科人間科学専攻  
\*\* かわいち さちよ 文教大学大学院人間科学研究科臨床心理学専攻  
\*\*\* おおき ももよ 文教大学人間科学部心理学科

「ボランティア」という言葉ができた。広辞苑（新村，1998）によると、「ボランティア」とは、「（義勇兵の意）志願者。奉仕者。自ら進んで社会事業などに無償で参加する人。」と記述されている。また、ボランティア活動に関する多くの研究（例えば早瀬，2004；猪飼，2004；三好，2004；辰巳，2004）を見ると、ボランティアの定義に使用する言葉に若干の違いがあるものの、ボランティア活動を①自主性（主体性）、②公共性（福祉性）、③無償性（奉仕性）という言葉を使って定義している。これらを踏まえ、東京ボランティア・市民活動センター（2005）は、ボランティアとは「各自が、誰からも強要されずに行う行為で、生命の尊さを守り、育てあうという考えに根差し、金銭的な見返りを期待せず、常に最善の方法を模索し、時代を先取りした考え方で社会貢献を行うこと」と定義している。

このような定義を満たすものがボランティア活動であるが、その一方で今日のボランティア活動をみると、ボランティア活動参加者に対して交通費や実費、さらには謝礼を支払う「有償ボランティア」や、進学・就職を目的としたボランティア活動など、何らかの利益を追求したものも増加している現状がある（三好，2004）。つまりボランティア活動が一般化したことによって、その参加動機も多様化している。そのため、必ずしも前述の定義があてはまるものばかりではなくなってきた。また、ボランティア活動への参加動機だけではなく、今日の我が国においては、ボランティア活動の種類も多様化しており、「ボランティア活動」と一口にいても、社会福祉、医療・保健、環境保護、国際交流、まちづくり、学術・文化・芸術・スポーツ、子どもの健全育成など、多岐に渡った分野で活動が行われている。

さまざまなボランティア活動が存在する中で、そのボランティア活動によってもたらされるものはどのようなものであろうか。坂野・矢嶋・中嶋（2004）によると、地域のボランティア活動への参加動機が高い人ほど、ボランティア活動による利益が多いと認知し、ボランティア活動に対して満足感が高くなる傾向がある。また、宮崎（2002）は、高齢女性による「ボランティア活動の日常生活への影響」の検討を行った結果から、ボランティア活動を行うことで自己理解や他者受容ができるようになり、それらによって精神的な自立が助長され、生きがいや自己実現につながるとしている。さらに妹尾（2004）によると、高齢者のボランティア活動経験者と非経験者間で、主観的幸福感を比較した結果、ボランティア活動経験者のほうが、人生全体の満足感が高く、前向きに人生をとらえる傾向があることが明らかになった。しかし、この結果が高齢者特有のものであるのか、ボランティア活動参加者全体に顕著なものであるのか明確ではないため、高齢者だけでなくボランティア活動を行う一般を対象とした検討の必要性が指摘されている。

ボランティア活動に参加する人は「人生に対する満足感が高い」「前向きに人生をとらえる」傾向があるとする妹尾（2004）の研究を受けると、これら2点は自己実現の視点に繋がると考えられる。「自己実現」を自分中心に考えると、外へ向かう自己実現が社会貢献であり、内に向かう自己実現がspiritualityの2つに分けることができる（野尻，2005）。したがって、人生に対する満足感が高く、前向きに人生をとらえている人は、自己実現をしており、社会貢献を行い、spiritualityが高い人だと考えられる。さらに、自己実現をしていることによって、基本的な欲求が満たされており、精神的な満足が高いともいえる（上田，1988）。そこで本研究においてはボランティア活動を「外に向かう自己実現」である社会貢献ととらえ、ボランティア活動参加者の「内に向かう自己実現」に焦点を当て、ボランティア活動参加者の精神的満足度を測定することとする。

これまで、広い視点から見るとspiritualityの概念には、宗教的な要素を含んだ解釈が多く、日

本にはあまり馴染みのないものであった。そのため、比嘉（2002）は日本人の宗教に対する複雑な反応を考慮して、宗教的要素を除いた、狭い意味でのspiritualityを「何かを求め、それに関係しようとする積極的な心の持ちよう、自分自身やある事柄に対する感じ、または思い」と定義している。本研究におけるspirituality（内に向かう自己実現）は、この比嘉の定義を参考にすることとする。

## 2. 目的

これまで、ボランティア活動参加者の主観的幸福感や、ボランティア活動への参加動機と満足感の関連性を検討した研究はみられるが、多種多様に存在するボランティア活動の内容や活動対象、参加動機、頻度、継続年数などと精神的な満足感を比較、検討した研究は見当たらない。また、ボランティア活動参加者の内へ向かう自己実現を検討した研究が見当たらない。そのため本研究では、さまざまなボランティア活動参加者の活動内容や参加動機などの実態を把握し、その参加者の内に向かう自己実現（以下、精神的満足度とする）を調査すると共に、以下の仮説を検証することを目的とする。

仮説1：ボランティア活動参加動機によって精神的満足度が異なる。

仮説2：ボランティア活動継続年数が長い人ほど、精神的満足度が高い。

仮説3：ボランティア活動頻度が高い人ほど、精神的満足度が高い。

## 3. 方法

### (1) 調査時期

調査時期は平成20年10月中旬から12月上旬であった。

### (2) 調査協力者

調査協力者は、関東地方のボランティア団体（9団体）に登録しているボランティア参加者89名（男性37名、女性52名）であった。

### (3) 調査手続き

本調査に先立ち、関東地方のボランティア団体の代表者に調査目的、調査方法、研究意義、守秘義務について説明する文書を送付し、調査用紙配布を依頼し、調査協力への承諾を得た。そして、この団体を通じて、対象となるボランティア参加者285名に質問紙を配布し、89部回収した（回収率31.2%）。回収は、回答後にあらかじめ用意した封筒に調査協力者自身で厳封してもらい、調査者へ返送する形をとった。また、調査は匿名で行われることから、通常の同意文書の作成は不可能であり、回答することで調査への同意表明とみなされるものとした。

### (4) 調査用紙

本研究で用いた調査用紙は、ボランティア参加者の活動内容・活動対象・活動継続期間・参加動機・活動頻度と、Spirituality評定尺度（比嘉, 2002）から構成された。活動内容、活動対象、参加動機については、当てはまる回答項目が複数存在する場合は、当てはまる項目すべてに○を記入可能とし、その他は当てはまる回答項目のいずれかに○を記入する形式とした。また、Spirituality評定尺度は、「全く思わない・すこしは思う・中程度思う・とても思う・非常に思う」の5件法で回答を求めた。

## 4. 結果

### (1) ボランティア活動の実態の検討

#### 1) ボランティア活動内容の分類

回答者が現在行っているボランティア活動内容は、「レクリエーション」、「イベント開催時の援助」、「施設内での活動支援」、「日常生活支援」、「啓発活動・学習支援」、「交流の場の提供」、「各種講座等の主催・運営」、「相談活動」、「子育て支援」、「技能技術の提供」の10種類に大きく分類された(表1)。

#### 2) ボランティア活動対象者の分類

回答者が現在行っているボランティア活動の対象者は、「高齢者」、「障がい者(児)」、「子ども」、「その他」の4つに分類された(表2)。「高齢者」の中には高齢者施設でのボランティアと在宅高齢者を対象としたボランティアが含まれており、「その他」の中には病院でのボランティアや外国人を対象としたボランティアなどが含まれている。

#### 3) ボランティア活動継続年数の分類

回答者が現在行っているボランティア活動への参加継続年数は、「1年以内」、「1～3年」、「3年以上」の3つに分類された(表3)。3年以上継続してボランティア活動を行っているという回答が54%であったことから、本調査協力者の半数以上はボランティア活動に長期的に参加していることが示された。

#### 4) ボランティア活動参加頻度の分類

回答者が現在行っているボランティア活動への参加頻度は、「週に3～4日以上」、「週に1～2日」、「月に1～2日」、「半年に1～2日以下」の4つに分類された(表4)。週に1～2日以上ボランティア活動に参加している人が約60%であった。

#### 5) ボランティア活動参加動機の分類

回答者が現在行っているボランティア活動への参加動機は、「人のために何かしたいと思った」、「余暇時間を有意義に過ごしたかった」、「自分の技術や能力、経験を生かしたかった」、「社会への奉仕がしたかった」、「生きがいを持ちたかった」、「活動を通して友人や仲間を増やしたかった」、「活動に興味があった」、「知人・同僚・職場などから勧められた」、「満足感を得たかった」、「その他」の10項目に分類された(表5)。回答者の68.5%が「人のために何かしたい」と思い、ボランティア活動に参加し始めていた。それに対し、「他人に勧められたから」や、「自分の満足感を得る」という動機からボランティア活動に参加し始めたという人は全体の15%程度であった。

### (2) ボランティア活動と精神的満足度の検討

#### 1) 精神的満足度の因子構造の検討

Spirituality 評定尺度15項目の因子構造を明確にし、項目を選択するため、因子分析(主因子法・プロマックス回転)を行った。

その結果、比嘉(2002)においては5因子構造であったが、因子の解釈可能性と固有値の減衰から3因子を採択した。因子負荷量.35以上の項目を選択した結果、計13項目3因子に決定した。3因子の累計寄与率は59.98%であった(表6)。

第一因子は、「自分の人生への態度はこのままでよい」「自分自身の考えに基づいて生きている」

表1 ボランティアの内容（複数回答）

内容	詳細	人数
レクリエーション (N=60)	一緒に遊ぶ	29
	各種イベントの開催	22
	慰問活動	19
	デイケアでお手伝い	13
	朗読奉仕	8
	その他	10
イベント開催時の援助 (N=45)	会場整備・準備	29
	参加者および同伴者の援助	26
	その他	3
施設内での活動支援 (N=35)	傾聴	16
	移動の援助	13
	館内清掃	7
	診察手続き援助	5
	シーツ交換	4
	ワゴンや車いすのメンテナンス	4
	図書コーナーの運営・管理	2
	通院などの送迎	2
	その他	9
日常生活支援 (N=34)	散歩付き添い	11
	外出支援	7
	生活困難者の生活支援	6
	買い物支援	5
	配膳	5
	食事支援	3
	防犯パトロール	3
	その他	12
啓発活動・学習支援 (N=34)	体験学習指導	20
	学習時間の提供	11
	社会参加活動	9
	専門書の企画・編集	3
	その他	4
交流の場の提供 (N=23)	定例会等の開催	19
	地域での交流の場の提供	10
	その他	1
各種講座等の主催・運営 (N=18)	各種講座・セミナーの主催・運営	14
	講座	10
	資格の認定	2
	その他	5
相談活動 (N=16)	面接相談	14
	電話相談	5
	その他	2
子育て支援 (N=16)	仲間作り支援	9
	託児ボランティア	6
	その他	4
技能・技術の提供 (N=14)	音楽療法	6
	芸術療法	2
	メイクアップ療法	1
	その他	5

表2 ボランティア活動対象

対象	人数
高齢者	48
障がい者（児）	47
子ども	35
その他	19

表3 ボランティア継続年数

継続年数	人数	%
1年以内	18	20
1～3年	23	26
3年以上	48	54

表4 ボランティア活動頻度

活動頻度	人数	%
週に3～4日以上	10	11
週1～2日	43	48
月1～2日	24	27
半年に1～2回以下	12	13

表5 ボランティア活動参加理由（複数回答）

理由	人数	%
人のために何かしたいと思った	61	68.5
余暇時間を有意義に過ごしたかった	45	50.6
自分の技術や能力、経験を生かしたかった	43	48.3
社会への奉仕がしたかった	36	40.4
生きがいを持ちたかった	33	37.1
活動を通して友人や仲間を増やしたかった	31	34.8
活動に興味があった	29	32.6
知人・同僚・職場などから勧められた	13	14.6
満足感を得たかった	10	11.2
その他	14	15.7

表6 Spirituality 評定尺度 15 項目の因子分析結果（主因子法、プロマックス回転）

因子・項目	因子負荷量			共通性
	第1因子	第2因子	第3因子	
<b>第1因子「人生の目的と意味」 (<math>\alpha = .90</math>)</b>				
「理想の自分」と「実際の自分」とは一致している	.88	-.33	.06	.60
今の自分は好きだ（自分を肯定的に評価できる）	.82	-.04	.03	.66
自分の人生への態度（物事の見方）はこのままでよい	.81	.00	-.06	.62
自分は安定した人生観（価値・集団についての考え方）を持っている	.71	.16	-.03	.63
今の状況を受け入れることができる（許容できる）	.66	.14	.01	.57
自分自身の考え（信念）に基づいて生きている	.64	.24	-.02	.61
自分の生き方は自分で決められる	.44	.31	-.12	.37
自分は誰かに必要とされている（誰かの役に立てている）	.41	.25	.24	.53
<b>第2因子「人生における使命」 (<math>\alpha = .83</math>)</b>				
自分の夢・願いを実現させたい（かなえたい）	-.05	.94	-.09	.79
自分には何らかの目的（目指すもの）がある	.04	.71	.11	.62
<b>第3因子「超越的概念因子」 (<math>\alpha = .78</math>)</b>				
自分と自分の先祖（未来の世代）とは結びつきがある	-.13	.21	.86	.80
自分の人生は超自然的な力（見えない力）によって導かれている	.10	-.28	.78	.56
自分と自然（宇宙）との間にはつながりがある	.00	.09	.61	.43
寄与率	4.98	3.49	2.91	
累積寄与率	42.10	51.98	59.98	

「自分は安定した人生観を持っている」など、自分や生き方に対して肯定的な内容の8項目からなり、『人生の目的と意味因子』と命名した。

第二因子は、「自分の夢・願いを実現させたい」「自分には何らかの目的がある」の2項目からなり、『人生における使命因子』と命名した。

第三因子は、「自分と自分の先祖とは結びつきがある」「自分の人生は超自然的な力によって導かれている」などの3項目から成り、『超越的概念因子』と命名した。

各因子の内的整合性を検証するため、信頼性係数を算出したところ、第1因子は  $\alpha = .90$ 、第2因子は  $\alpha = .83$ 、第3因子は  $\alpha = .78$  であった。すべての因子において高い信頼性係数が得られたため、今後の分析においては、各因子に含まれる項目の平均値を算出し、代表値とした。

2) 仮説1「ボランティア活動参加動機によって精神的満足度が異なる」の検証

ボランティア活動への参加動機による精神的満足度の差を検討するため、ボランティア活動に参加した動機ごとに対応のないt検定を行った。その結果、いずれの動機間、すべての因子においても有意差は認められず、仮説1は支持されなかった(表7)。

3) 仮説2「ボランティア活動継続年数が長いほど、精神的満足度が高い」の検証

ボランティア活動に継続して参加している年数による精神的満足度の差を検討するため、ボランティア活動継続年数を「1年以内」群、「1～3年」群、「3年以上」群の3群に分類した。そして、この3群を独立変数、精神的満足度の3因子を従属変数とする一元配置の分散分析を行った。その結果、いずれの群間においてもすべての因子に有意な主効果は認められず、仮説2は支持されなかった(表8)。

4) 仮説3「ボランティア活動参加頻度が高いほど、精神的満足度が高い」の検証

ボランティア活動に参加する頻度による、精神的満足度の差を検討するため、ボランティア活動参加頻度を「週に3～4日以上」群、「週に1～2日」群、「月に1～2日」群、「半年に1日～2

表7 ボランティア参加動機別精神的満足度得点の平均値とt検定結果

参加動機	有無	人数	第1因子			第2因子			第3因子		
			平均	SD	t値	平均	SD	t値	平均	SD	t値
人のために何かしたいと思った	有	61	3.31	.72	1.649	3.55	.91	1.418	3.55	1.00	1.383
	無	28	3.02	.82	ns	3.24	1.09	ns	3.22	1.08	ns
余暇時間を有意義に過ごしたかった	有	45	3.24	.80	.282	3.44	1.03	-.085	3.43	.99	-.155
	無	44	3.19	.72	ns	3.46	.93	ns	3.47	1.08	ns
自分の技術や能力、経験を生かしたかった	有	43	3.22	.68	.055	3.51	.91	.545	3.54	.87	.755
	無	46	3.21	.83	ns	3.40	1.04	ns	3.37	1.16	ns
社会への奉仕がしたかった	有	39	3.29	.78	.755	3.50	1.01	.362	3.56	1.00	.937
	無	50	3.16	.74	ns	3.42	.96	ns	3.36	1.05	ns
生きがいを持ちたかった	有	33	3.18	.77	-.363	3.37	1.01	-.588	3.33	1.07	-.831
	無	56	3.24	.76	ns	3.50	.96	ns	3.52	1.01	ns
活動を通して友人や仲間を増やしたかった	有	31	3.20	.77	-.096	3.30	1.02	-1.077	3.48	.98	.225
	無	58	3.22	.76	ns	3.53	.95	ns	3.43	1.06	ns
活動に興味があった	有	29	3.25	.64	.253	3.47	1.01	.121	3.48	1.07	.206
	無	60	3.20	.81	ns	3.44	.97	ns	3.43	1.02	ns
知人・同僚・職場などから勧められた	有	13	3.18	.69	-.172	3.38	1.03	-.273	3.22	1.08	-.989
	無	76	3.22	.78	ns	3.46	.97	ns	3.50	1.02	ns
満足感を得たかった	有	10	3.13	.81	-.402	3.30	.62	-.525	3.10	.91	-1.141
	無	79	3.23	.76	ns	3.47	1.01	ns	3.49	1.04	ns

(有：ボランティア参加動機として選択した 無：ボランティア参加動機として選択しなかった)

表8 ボランティア参加継続年数別精神的満足度得点の平均値( )内はSD)

因子名	1年以内 (N=18)	1～3年 (N=23)	3年以上 (N=48)	F値 (2,86)	
第1因子「人生の目的と意味因子」	3.13 (.96)	3.09 (.74)	3.31 (.70)	.806	ns
第2因子「人生における使命因子」	3.24 (.92)	3.57 (.90)	3.48 (1.03)	.591	ns
第3因子「超越的概念因子」	3.26 (1.23)	3.22 (.94)	3.63 (.98)	1.580	ns

表9 ボランティア活動頻度別精神的満足度得点の平均値（）内はSD

因子名	週3～4日以上	週1～2日	月1～2回	半年に1～2回以下	F値	
	(N=10)	(N=43)	(N=24)	(N=12)	(2,86)	
第1因子「人生の目的と意味因子」	2.89 (.94)	3.38 (.70)	3.10 (.74)	3.17 (.83)	1.541	ns
第2因子「人生における使命因子」	3.23 (.88)	3.48 (1.06)	3.48 (.84)	3.50 (1.11)	.188	ns
第3因子「超越的概念因子」	3.00 (.35)	3.66 (1.00)	3.40 (1.00)	3.21 (1.08)	1.464	ns

日」群の4群に分類した。そして、この4群を独立変数、精神的満足度の3因子を従属変数とする一元配置の分散分析を行った。その結果、いずれの群間においてもすべての因子に有意な主効果が認められず、仮説3は支持されなかった（表9）。

## 5. 考察

### (1) ボランティア活動の実態に関する検討

全国の社会福祉協議会に登録しているボランティアの活動年数は長期化の傾向にあり、新しく活動を始めた人や活動年数の浅い人が少なくなっているとされている（社会福祉法人全国社会福祉協議会, 2002）。これは、ボランティア活動に参加している年数が3年未満の人が1割程度しかいないことによるものである。しかし、本調査協力者はボランティア活動年数が3年未満の人が44%と、全国に比べると、ボランティア活動年数が浅い人が多い。また、平成18年度に政府が行った社会生活基本調査におけるボランティア活動報告（総務省統計局統計センター, 2007）においては、ボランティア活動を年に数回行うという回答が一番多く、全体の約半数であったのに対し、本調査では約半数の方が、1週間に1～2日ボランティア活動に参加しているという結果が示された。このことから、本調査協力者は全国のボランティア活動参加者と比較すると、ボランティア活動に参加している年数は浅いが、頻繁に参加しており、ボランティア活動に対して熱心な人が多かったといえよう。

全国ボランティア活動者実態調査報告書（社会福祉法人全国社会福祉協議会, 2002）において、ボランティア活動に参加した理由として一番割合が高かった項目は「社会への奉仕がしたかった」で、本調査における同義項目の回答率とほぼ一致している。しかし、本調査では「人のために何かしたいと思った」という回答が一番多く、約7割であったのに対し、全国ボランティア活動者実態調査報告書（社会福祉法人全国社会福祉協議会, 2002）におけるボランティア活動参加動機同義項目においては約3割となっており、本調査の方が高い結果となった。また本調査において約半数の人が「余暇時間を有意義に過ごしたかった」と回答をしていたが、全国ボランティア活動者実態調査報告書においては1割以下であり、本調査協力者の方が非常に多いことが示された。さらに、国民生活選好度調査（経済企画庁国民生活局, 2000）において、「満足感を得るため」や「知人や同僚からの勧め」によってボランティア活動を始めたという回答が約半数であったのに対し、本調査においてはそれぞれ1割程度であった。これらのことから、本調査協力者は、「自分のために何かをするのではなく、他人のために何かしたいからボランティア活動に参加す



る」という、ボランティア活動の定義である自発性や奉仕性がそのまま参加動機に当てはまっており、ボランティア活動の原則に忠実なボランティア活動者だということが窺える。

すなわち全体を通して全国のボランティア活動者と比較すると、本調査協力者はボランティア活動に対して積極的で、非常に熱心だということがいえよう。

## (2) 仮説の検証

ボランティア活動への参加動機、活動参加継続年数、活動参加頻度と精神的満足度における関係性は認められず、仮説はすべて支持されなかった。これらのことから、ボランティア活動を行うにあたって、その活動参加動機や参加継続年数、参加頻度にかかわらず、同程度の精神的満足度を持ち合わせているということが示された。

したがって、ボランティア活動に参加し、活動する人の「何かしたい」「積極的に関わりたい」という意気込みや観念である精神的満足度は、活動経験年数、活動頻度に左右されることがないということが示された。すなわち、自分に無理せずできる範囲で、自分のできるボランティア活動に参加することによって、精神的な満足感が得られていると考えられる。また、ボランティア活動への参加動機による差が認められなかったことに関しても、ボランティア活動に参加開始時の動機がボランティアの定義とは同義でなくとも、ボランティア活動に参加し、活動を継続することにより、現在は精神的な満足感が得られているため、差異が生じなかったと思われる。ボランティア活動に参加し、活動の中で自分が必要とされる場や自分の役割を見つけ、精神的な満足感を感じているのであろう。

ただし、前述のように、本調査協力者は、ボランティア活動に対して積極的で熱心なボランティア活動者による回答が多かった。したがって回答に偏りが生じ、それぞれの仮説における精神的満足度に差が認められなかった可能性もある。今後、より多くのデータを収集することにより、再度検討する必要があるといえる。

## 6. 今後の課題

本研究において、ボランティア活動に参加していない人のデータを収集することができず、ボランティア活動参加者の精神的満足度と非参加者の精神的満足度を比較することができなかった。そのため、ボランティア活動に参加することが、外へ向かう自己実現や内へ向かう自己実現を可能にすると結論付けることはできなかった。また、地球環境や町づくりに関するボランティア活動参加者からの回答が得られなかったため、ボランティア活動全般と言い切るには対象者の幅が少し狭いものであったとも考えられる。さらに、ボランティア活動参加者の年齢に関するデータを収集しなかったため、年齢による差の検討を行うことができなかった。

ボランティア活動と自己実現を明確に結びつけるための今後の課題として、幅広いボランティア活動を取り上げ、多くのボランティア活動参加者の年齢や活動内容に関する詳細なデータを比較・検討を行うことや、ボランティア活動参加者と非参加者の比較を行うこと、過去にボランティア活動に参加していたが、今現在は参加していないという方々を比較・検討をする必要がある。それらを比較・検討することによって自己実現とボランティア活動参加の関係性をより明確なものにできるとと思われる。

謝辞：本研究にご協力いただきました各ボランティア団体及びボランティア活動者の皆様に心から御礼申し上げます。

## 引用文献

- 早瀬昇 (2004). [ボランティア], 社会福祉法人 ボランティア協会編集, ボランティア・NPO用語辞典, 中央法規, pp.2-4.
- 比嘉勇人 (2002). Spirituality 評定尺度の開発とその信頼性・妥当性の検討, 日本看護科学会誌, 22, 29-38.
- 猪飼美恵子 (2004). 生涯学習社会におけるボランティア活動の多様な展開と意味, 鹿児島国際大学福祉社会学部論集, 22, 19-34.
- 稲生勁吾・福留強・宮林茂晴・佐藤一夫・澤田正夫・坂井和志 (1992). 学習ボランティア活動, 実務教育出版, p5.
- 経済企画庁国民生活局 (2000). 平成12年度国民生活選好度調査ーボランティアと国民生活ー, 経済企画庁.
- 宮崎芽子 (2002). 生涯学習・ボランティア活動に関する心理学的考察, 東京経済短期大学紀要, 10, 39-51.
- 三好達也 (2004). ボランティアの実態に関する一考察, 仏教大学教育学部学会紀要, 3, 267-278.
- 内閣府国民生活局 (2006). 平成17年度国民生活選好度調査ー国民の意識とニーズー, 内閣府. < [http://www5.cao.go.jp/seikatsu/senkoudo/h17/17senkou\\_3.pdf](http://www5.cao.go.jp/seikatsu/senkoudo/h17/17senkou_3.pdf) > (2008年12月12日)
- 野尻雅美 (2005). 高齢者の健康増進、Health Promotion から QOL Promotion へ, 桜美林シナジー, 4, 57-69.
- 坂野純子・矢嶋裕樹・中嶋和夫 (2004). 地域住民におけるボランティア活動への参加動機と満足感の関連性, 東京保健科学学会誌, 7 (1), 17-24.
- 妹尾香織 (2004). ボランティア活動経験が高齢者の主観的幸福感に及ぼす影響, 関西大学大学院人間科学: 社会学・心理学研究, 60, 123-142.
- 社会福祉法人全国社会福祉協議会 (2002). 全国ボランティア活動者実態調査報告書.
- 社会福祉推進委員会 地域社会福祉ネットワーク (2007). ボランティア活動年報2005 社会福祉法人全国社会福祉協議会. < [http://www3.shakyo.or.jp/cdvc/data/files/DD\\_7151446182620.pdf](http://www3.shakyo.or.jp/cdvc/data/files/DD_7151446182620.pdf) > (2008年10月30日)
- 新村出 (1998). 広辞苑 第5版, pp.2473.
- 総務省統計局統計センター (2007). 平成18年社会生活基本調査, 総務省.
- 辰巳隆 (2004). 児童福祉におけるボランティア活動, 聖和大学論集, A・B, 教育学系・人文学系, 32, 57-63.
- 東京ボランティア・市民活動センター (2005). ボランティア活動の4つの原則ーボランティア活動の基本的な考え方ー 東京ボランティア・市民活動センター「ボラ市民ウェブ」 < [http://www.tvac.or.jp/page/hajime\\_gensoku.html](http://www.tvac.or.jp/page/hajime_gensoku.html) > (2008年10月28日).
- 上田吉一 (1988). 人間の完成ーマスローの心理学研究ー, 誠信書房, pp.118-123.