

高齢者の生きがい研究

山 崎 健 治
Kenji YAMAZAKI

1. 研究の目的

人間は無為に生きたくはないだろう。誰でもが生きることによって価値と喜びを求めている。それを『生きがい』と考え研究テーマとした。

福祉の理念も、旧来の「救済・保護」(ウエルフェア)から、「自立支援」(ウエルビーイング)へと進歩した。

リハビリテーションの理念も、「機能の回復」から「全人的復権」へ、カウンセリングも基本的人権を踏まえた「ありのままの受容」と共感的関係の中から、新たな自立と適応への道を見いだそうとする人権尊重の理念に支えられている。

このような背景には、世界人権宣言に始まる19世紀の人権意識の浸透がある。福祉関連諸学科にも、人権尊重の基本理念が次第に明確化されつつある。このことを踏まえ、高齢者の福祉も全人的に受容するとともに、社会の一員として価値ある実存を目指して支援する方向を見いだす必要がある。その究極に『生きがいさがし』があると考え研究の課題とした。

2. 『生きがい』の仮説

「生きがい」の明確な概念は見当たらない。欧米では三つの理論があるという。一つは、サクセス・エイジング、『美しき老い』という理論である。健康で、ある程度の経済的安定、豊かな人間関係があり、そして社会に奉仕するという生き方である。

筆者は『生きがい』の仮説を次のように設定した。

『生きがい』には、障害者や修行僧のように艱難辛苦を乗り越えて自己探求するところに「生きがい」を見いだすというような崇高なものもあるが、今回の研究では広く一般的な「生きがい」を対象とした。

『生きがい』の基本的条件として、健康や生活に脅えが無いこと、心身の生活が自立し「自己受容」の状態にあること、そして自己実現の感動を感じる生き方ができていることと仮説した。

3. アンケート調査

(1).対象者

調査の対象を幅広く求めるべきではあったが、概念が不明確で一般化されていない研究テーマのため、アンケートに比較的協力していただきやすい老人大学生を対象とした。

協力をお願いした長野県老人大学松本学部は、松本市、塩尻市、東筑摩郡、南安曇郡の2市2郡を学区としている。平成7年度の学生は525人である。同年度の国勢調査によると、対象地区の老人人口が71,776人であるから、老人大学生525人は0.7%となり決して多いとはいえない。しかし、高齢者の大学志望者は近年急増している。

老人大学生0.7%の人達は、心身ともに健康であり学習意欲旺盛な人達である。ここでは前歴調査や社会活動状況の資料がなく推定の域に止まるが、社会的活動にも活発に参加していた人達が多いであろう。したがって、今回の調査結果は必ずしも高齢者全体の動向を意味するものではない。

しかし、『生きがいさがし』は、もっとも前向きに生きている老人大学生の人達から始めるのが順当と考えた。

(2).アンケート

アンケートは、高齢者の人達にできるだけ負担にならないように配慮した。

内容

『生きがいさがし』のアンケート

お願いします

長寿社会になったことは、まことに喜ばしいことではありますが、長生きしただけでは詰まりません。生き生きとした生活ができてこそ喜びがあります。

しかし、日本人は老後の生き方を知らない民族だと言われています。私たちはどんな生き方ができたら充実感があるのか、『生き方の質』を高めるために、皆様のご意見をいただき、『生きがいさがし』をしたいと考えています。

なにとぞ協力ください。

質問します（該当に○をしてください）

1. 性別は（男 女） 年齢は（ 才）
2. 健康状態は ①健康 ②健康な方 ③弱い方 ④病気がち

ご意見をお聞きます

3. 今の社会について

- ①住みよい社会である ②まあまあである ③よくない社会である

これからの世の中は

- ①よくなると思う ②変わらないと思う ③悪くなると思う

4. 今までの人生はどうでしたか

- ①満足した人生だった ②まあまあの人生 ③不満だらけの人生

これからの自分の人生はどうなりそうですか

- ①よい人生が送れそう ②まあまあの人生 ③悪くなりそう

5. 友達が多いですか

- ①多い方 ②多くない方 ③ほとんどいない

友達は今よりもっと多くほしいですか

- ①もっと多くしたい ②今ぐらいでよい ③友達はほしくない

6. これからやってみたいことがありますか

- ①沢山ある ②少しはある ③やってみたいことはない

やってみたいことはどんなことですか

- ①仕事 ②勉強 ③研究 ④趣味 ⑤スポーツ ⑥旅行 ⑦その他

7. 生活に予定表や計画を立てていますか

- ①いつも計画を立てている ②時々はたてる ③そのとき任せ

明日という日が楽しみですか

- ①夜明けが待ち遠しい ②少しは楽しみ ③あまりうれしくない

満たされた気持ちになるときが多いですか

- ①いつも満たされている ②まあまあである ③満たされていない

喜びの感動に触れることがありますか

- ①いつも喜びの気持ちがある ②時々感動する ③ほとんどない
心にゆとりがもてますか

- ①いつもゆとりがある ②時々はいらだつ ③いつもイライラする

8. 自分は回りの人から愛されていると思いますか

- ①多くの人から好かれている ②少しは好かれる ③大切にされない

自分は地域のために役立っていると思いますか

- ①大いに役立っている ②少しは役立っている ③役に立っていない

自分は家族のために役だっていると思いますか

- ①大いに役に立っている ②少しは役に立っている ③役に立っていない

9. これからどんな生き方ができたらよいと考えますか

ありがとうございました

4. アンケート調査の結果

調査対象は老人大学松本学部生徒 525 人である。

資料 1

(1). 年齢構成

性別	男 子					女 子				
年齢	50代	60代	70代	80代	計	50代	60代	70代	80代	計
人数	0	96	93	7	196	2	192	87	0	281
%	0	49,0	47,4	3,6	100	0,7	68,3	31,0	0	100
全県%	0	55,3	32,3	12,4	100	36,1	36,5	27,4	0	100

老人大学男子 70 才代は、全県 32, 3% に比し 47, 4% と 15% も高く、女子は 60 才代で 32% と高い数値を示している。

(2). 健康状態

性別	男 子					女 子				
状態	健康	準健康	弱い方	病がち	無回答	健康	準健康	弱い方	病がち	無回答
50代	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0
60代	39	42	5	2	8	77	77	15	10	12
70代	34	41	5	5	8	30	35	6	6	10
80代	2	4	1	0	0	0	0	0	0	0
不明	4	3	0	0	0	2	6	0	2	2
計	79	90	11	7	16	110	119	21	18	24
%	39,0	44,3	5,4	3,4	7,9	37,7	40,7	7,2	6,2	8,2

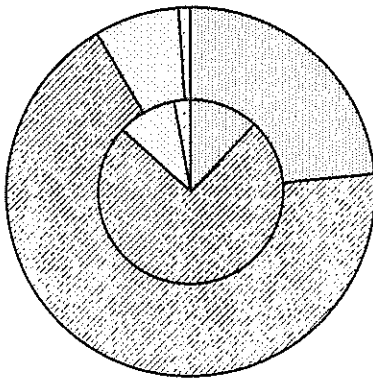
老人大学は健康な人だけが来ているのではなく、男子の 8, 8%、女子の 13, 4% の人は病弱と付き合いながら学習している。

資料 2

(1). 今の社会をどう感じているか

グラフ 1

(単位名：%)



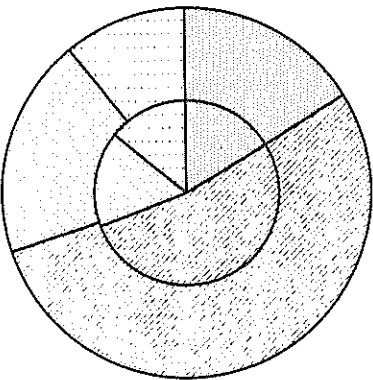
	男子	%	女子	%
住みよい社会	48	23.6	35	12.0
まあまあである	138	68.0	218	74.9
よくない社会	15	7.4	30	10.3
無回答	2	1.0	8	2.7
合 計	203		291	

住みよい社会と感じているのは男子の方が多く、女子の方がよくない社会と感じている人がやや多い。

(2). これからの世の中は

グラフ 2

(単位名：%)

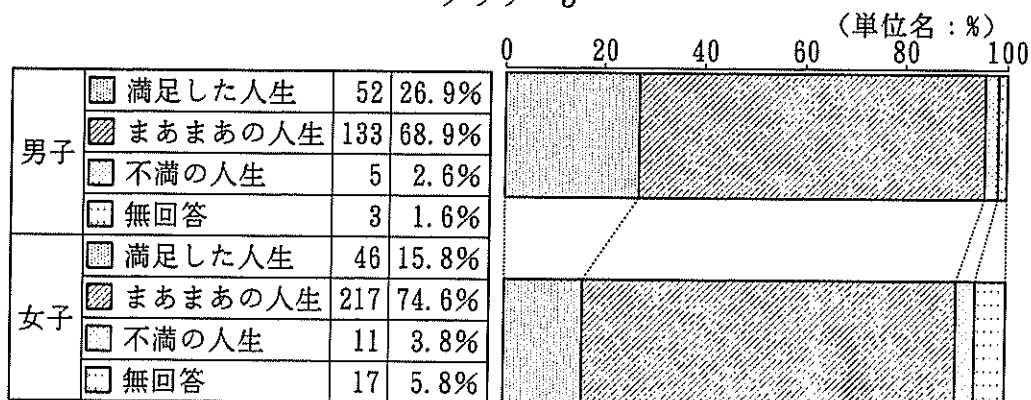


	男子	%	女子	%
よくなると思う	33	16.3	48	16.4
変わらないと思う	109	53.7	155	52.9
悪くなると思う	39	19.2	49	16.7
無回答	22	10.8	41	14.0
合 計	203		293	

「悪くなると思う」が男子の方がやや多く、無回答が女子の方がやや多い。

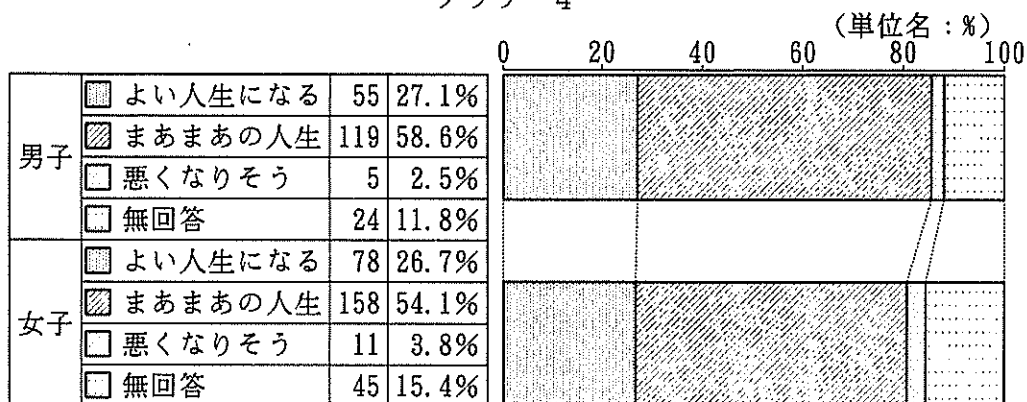
(3). 今までの人生はどうでしたか

グラフ 3



(4). これからの人生はどうなりそうですか

グラフ 4

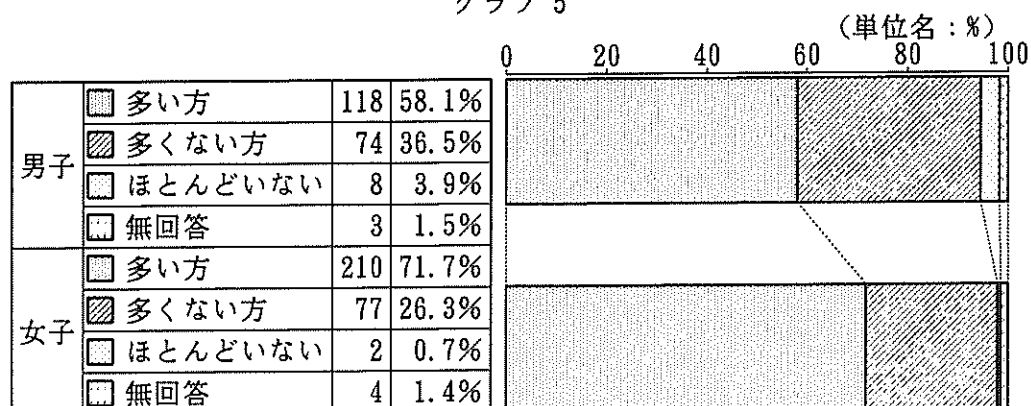


今までの人生に対する満足度は男性の方が高く、女性はやや不満と無回答が多い。

これからの人生に対しては、よくなるだろうとの期待感は男女ともにほとんど変わらないが、「悪くなりそう」と悲観的に感じている人はやや女性の方が多く、とくに見通しが見えないためか無回答の比率が高い

(5). 友達が多いですか

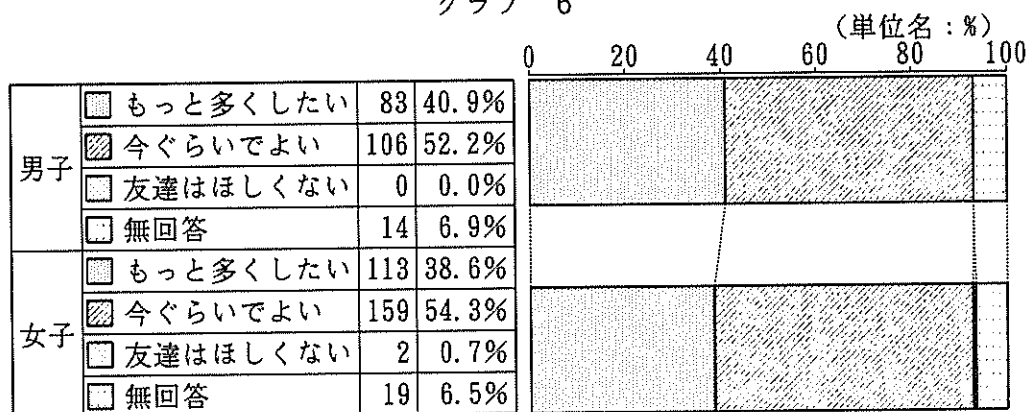
グラフ 5



友達 は女子の方が男子より13%も多くもっており、男子は4%弱に友達をもたない人があるのに対して、女子には友達をもたない人はほとんどいないという結果が出ている。

(6). 友達は今よりもっと多くほしいと思いますか

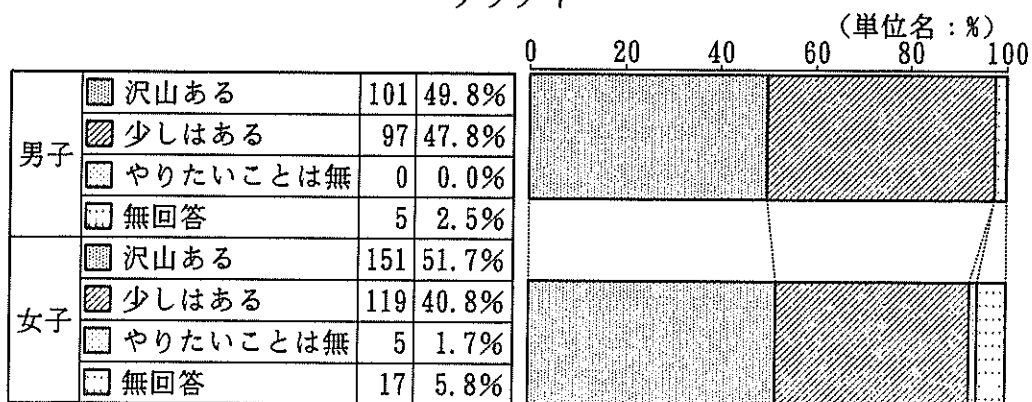
グラフ 6



半数の人達は満足する友達関係をもっているが、男性の方がさらに友達を求めている。友達はいらないと答えた人は、女性にわずかに見られるが、男性には全く見られなかった。

(7). これからやってみたいことがありますか

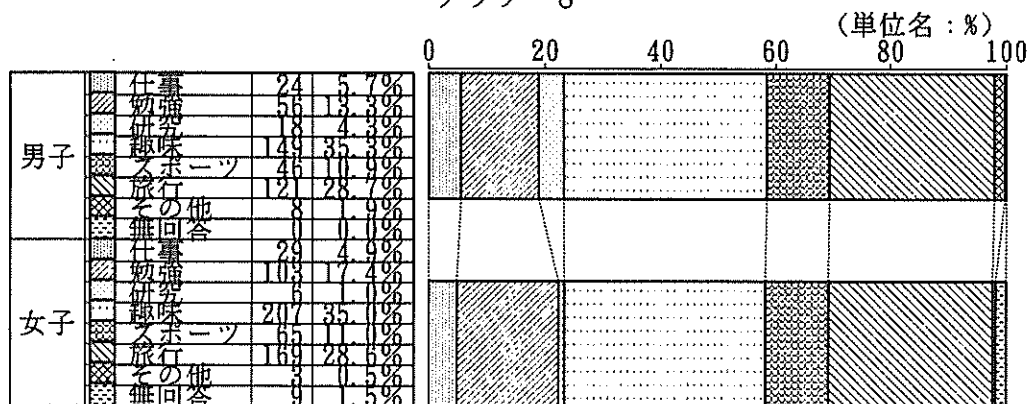
グラフ 7



大学生のせい、半数以上の人はやりたいことが沢山あると答えている。ここでも5%以上の女性が無回答となっているのが気になる。

(8).これからやってみたいことは

グラフ 8

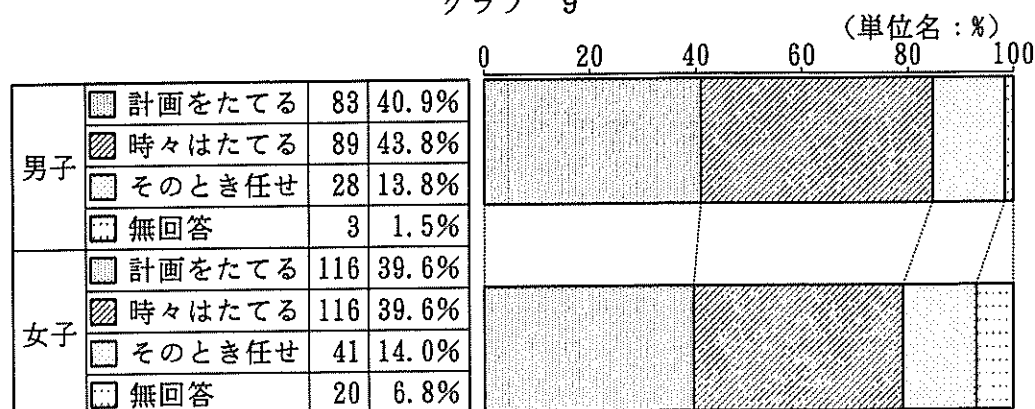


「これからやってみたいこと」の主なもの、男女ともに趣味と旅行で65%位を占めている。仕事への意欲は6%以下となっている。

大学生だから勉強への意欲が強いのは当然といえるが、女性の方が4%も高い結果となっている。スポーツへの関心も昔に比べ次第に高まってきているのだろう。

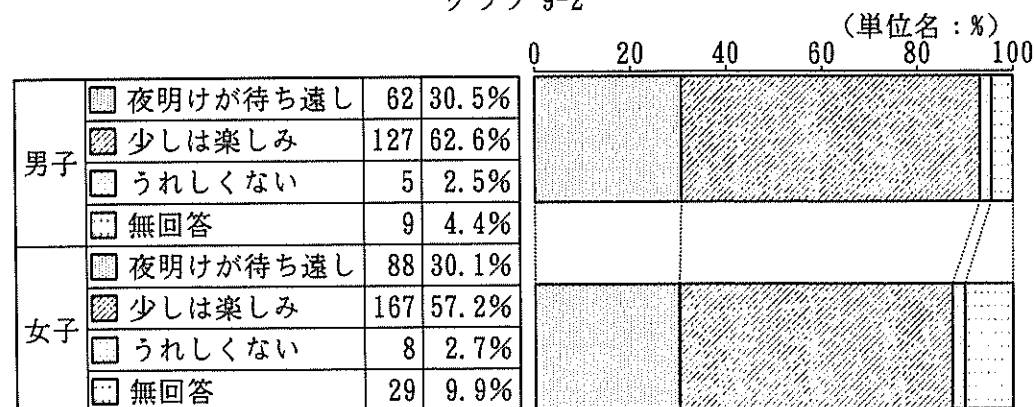
(9)-1. 毎日の生活に予定表をつけたり、計画を立てていますか

グラフ 9



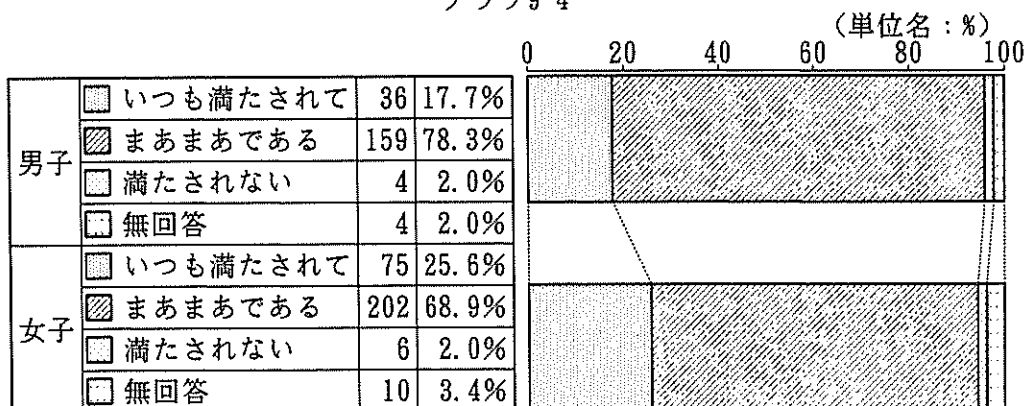
(9)-2. 明日という日が楽しみですか

グラフ 9-2



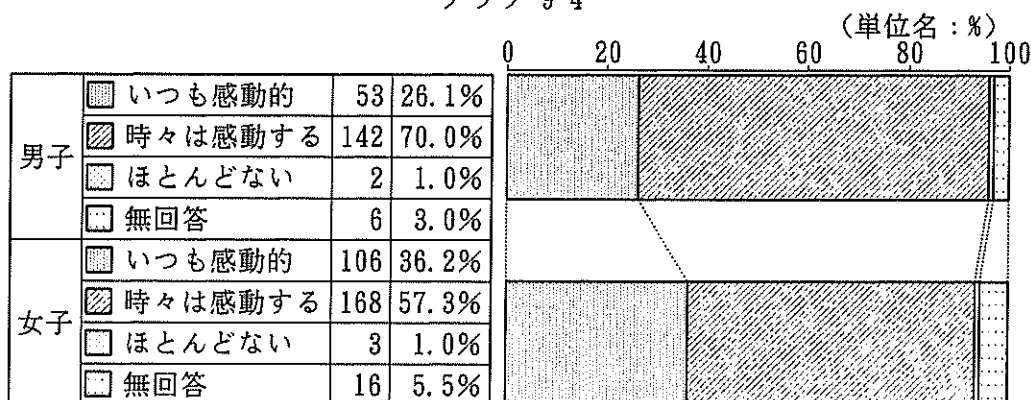
(9)-3. 満たされた気持ちになるときが多いですか

グラフ 9-4



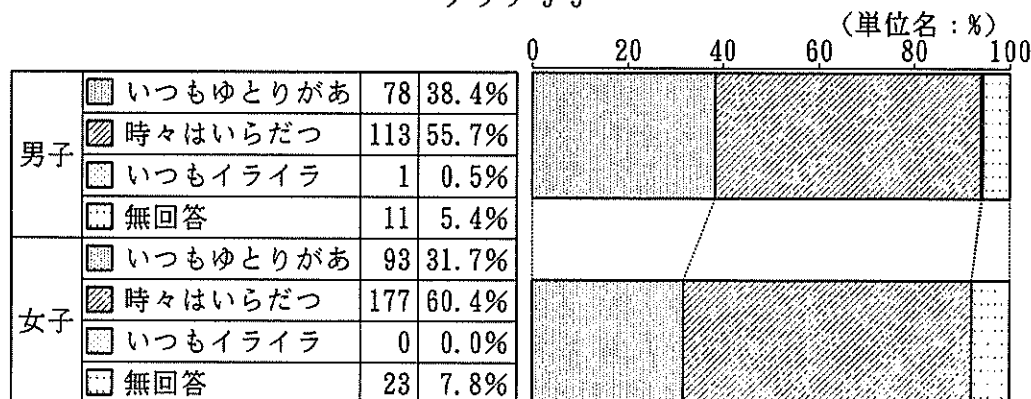
(9)-4. 喜びの感動に触れることがありますか

グラフ 9-4



(9)-5. 心にゆとりがもてますか

グラフ 9-5



充実した生活の実態を(9)-1～(9)-5までのアンケートで見ようとした。毎日を計画的に生活している人は、男子の毎日がスケジュールされているが40.9%、時々が43.8%と女子に比べてややたかい。無計画なそのとき任せの生活は女子に14%とやや高い傾向が見られた。

明日を楽しみに生きている人は、男女ともに30%強の人に見られ、「少しは楽しみ」を加えると90%弱の人に、明日を期待する傾向が見られた。

「いつも満たされている」人は、女子に25.6%と4人に一人強が見られ、男子はやや低く、17.7%、「まあまあである」を加えると、96%と女子よりやや上回る結果となる。

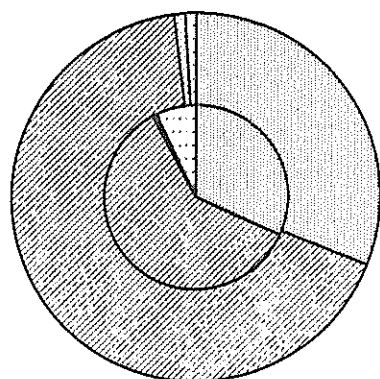
喜びの感動を感じる生活は、「いつも感動的」と答えた人は女子に多く36.2%、男子の方が低く26.1%である。感動をほとんど感じない人は男女ともに1%程度である。

ゆとりある生活を送っている人は、男子に多く38.4%、女子に31.7%と3人に一人程度である。60%程度の方は時々のだらちを感じながら生活している。無回答率はこの項目が一番高く女子に7.8%となっている。

(10)-1. まわりの人から好かれていると思いますか

グラフ 10

(単位名：%)

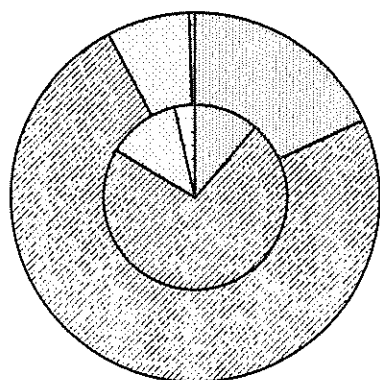


	男子	%	女子	%
大変好かれている	63	31.0	93	31.7
少しは好かれる	136	67.0	177	60.4
大切にされない	2	1.0	2	0.7
無回答	2	1.0	21	7.2
合 計	203		293	

(10)-2. 地域のために役立っていると思いますか

グラフ 10-2

(単位名：%)

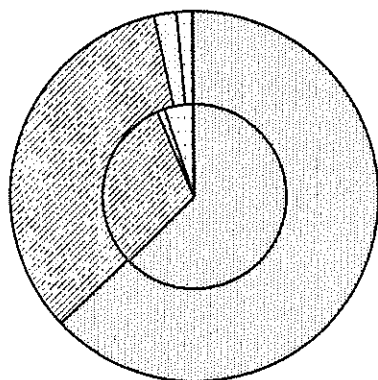


	男子	%	女子	%
役立っている	35	18.2	33	11.3
少しは役立っている	142	74.0	211	72.3
役に立っていない	14	7.3	37	12.7
無回答	1	0.5	11	3.8
合 計	192		292	

(10)-3. 家族のために役立っていると思いますか

グラフ 10-3

(単位名：%)



	男子	%	女子	%
役立っている	128	63.1	184	62.8
少しは役立つ	68	33.5	90	30.7
役に立たない	4	2.0	4	1.4
無回答	3	1.5	15	5.1
合 計	203		293	

(10)-1～(10)-3では、自分の存在価値を確かめたい気持ちについてアンケートした。

まわりの人から好かれていて自信をもっている人は、男女ともに31%程度である。少しは好かれていだろうを含めると90%以上の人は安定した人間関係を維持しているといえる。1%位の人が孤独を感じているらしい。

地域に役立っているという自負心をもっている人は、男子に18.2%、女子に11.3%と低い結果が出ている。少しは役立っているだろうと思っている人は多く、70%以上の数値を示している。『役に立っていない』と存在価値に不安を感じている人は、男子に7.3%、女子には12.7%と意外に高い数値が出ている。

家族のために役立っているという自信をもっている人は男女共に63%以上という高い結果が出ている。女子に無回答5.1%があるのは自己評価に自信の無い結果であろう。

6. 分析

(1). アンケート対象者について

対象地域には大学対象年齢者が71,776人いる。このうち大学生は525人(7.3%)である。

僅か7.3%に当たる大学生は、自らの意志で入学してきた人達である。それだけにファイトがあり、前向きの生き方をしている人達である。いわゆる「生きがい」の意欲の現れと見られる。80才代になると男子に7人の学生がいたが、女子にはいなかった。この年代になると心身の健康の問題等の事情から大学生活そのものが困難となるのであろう。この年代にはもっと静かな生活の中に『生きがい』を探す必要が感じられる。

大学生活を選択する人達は、健康であるのは当然のことではあるが、病弱でありながら大学に通っている人が男子に8.8%、女子に13.4%も見られた。大学生活に生きる支えを求めている姿として理解できる。

(2). 『生きがいさがし』

①社会適応

筆者が仮設した『いきがい』の因子の一つとして「社会適応」を考える。社会適応とは自己意志を捨て安易に妥協したり逃避することではなく、社会改革闘争も含め自己意志により社会生活と取り組んでいる状態である。

一般的には悔いを残さない社会生活と言う概念から、「今の社会をどう受け止めているだろうか」という課題を設定した。自分の生きている社会を受容できるということは生きがいを感じる基礎的な条件となるだろう。

グラフ1では、男子が90%強、女子も87%弱の人達が今の社会を受容している。しかし、積極的に「住みよい社会」として受け入れているのは、男子で23.6%、女

子で12.0%と数値が低い。したがって妥協的受容の程度であるといえる。

予想される問題としては、物質文化面では現代社会を評価できるが、精神文化面では許容できない問題を感じていると考えられる。平成8年に行われた国民意識調査でも物質的豊かさを求めるニーズが30%以下に下がり、精神的豊かさを求める傾向が70%台に上がってきているのを見ても、「生きがい」は精神文化に支えられる面が強いといえる。今の社会からは真の生きる喜びが感じ難い状況にあると理解できる。

このことはグラフ2にも現れている。これからの世の中がよくなると期待する男子は僅かに16.3%と、今の社会を肯定した数値よりも7.3%も低くなっている。女子の場合はやや期待する傾向が強いが、それでも16.4%程度である。さらに悪くなると思うと無回答を合わせると、男子で30%、女子で30.7%と、3人に一人弱が悲観的と感じている。高齢者にとってはあきらめムードが漂っていて、決して「生きがい」を見つけやすい社会とはいえないようである。

②人生の受容と『生きがい』

自分の人生を納得できるということは『自己受容』の大切な要素である。依存的な生き方をしてきた人は環境の影響をもろに受けやすいが、自己が確立している人は環境の中でも自分なりの人生を持続けられるものである。

グラフ3で、「満足した人生でしたか」と設問したのは、納得した人生をどの程度過ごしてこれたかを知らなかったからである。

自己満足した人生と答えたのは、男子で26.9%、女子で15.8%と低い数値が出ている。ことに女子の方が11.1%も低い。まあまあの人生と答えたのを含めると、男子で95%強、女子でも80%を越えている。無回答率は他の設問に比し少ない。

この結果から考えられることは、戦前の封建社会と戦中は自由が無く、自分らしい生き方の選択肢が少なかったことと、戦後の混乱の中では生活にゆとりがなく、自分らしい生き方が困難であったという時代背景が影響しているのだろう。

自己実現の生き方は、幼少時からの自由と自立を許容された育ちの中から形成されるものであるから、この時代に生きてきた人達にとっては環境に「順応」する生き方に慣らされ、「まあまあの人生」にならざるを得なかったのだろう。

グラフ2の、「これからの社会」にあまり期待できないという反応が、グラフ4では、「よい人生になる」と、これからの期待する数値がグラフ3の「満足した人生」の数値より、女子の場合は11%、男子でも僅かに上回っている。

この結果は、ようやく自由の社会を受け入れ、これからの人生に「自分らしく生きられる」という見通しが見えてきたからであろう。しかし、女子に無回答が15.4%と言う数値が出ていることから、まだまだ不安と混迷の中で『自己確立』が困難な状態が見られる。

なお、これからの人生に対して悲観的・無回答の数値の中には、老いに関わる不安の因子が含まれていると考えられる。

今回の対象者の中にはいないが、寝たきり状態等人生の終末期を迎えている人達の「いきがい」の問題は、ホスピスの問題とともに別に研究されるべきであろう。

③人間関係と『生きがい』

基本的欲求の一つに「愛情の欲求」がある。孤独は人間にとって最も大きな恐怖である。孤独から救われたいために愛情の欲求がある。多くの人とよい関係がもてるということは、それだけ前向きの姿勢があり安定している状態である。

「友達を多くもっている」と答えた人は、女性の方が多く71.7%、男性が58.1%となっている。「ほとんどいない」と答えた人は僅かであった。

現代社会は人間関係が希薄化しているといわれるが、高齢者である大学生は古き時代に、よい人間関係を経験してきた人達であるから、友達関係を大切にしているという結果が出ている。

人間関係には多様な関係があるが、よい関係が形成できる条件には、相手を選ぶことができ、対等の関係であり、利害関係が無く、共感関係ができやすいことである。それだけに上下関係のある人間関係に比し、友達関係こそ最も自然な無理の無い関係である。

今の高齢者の人達の生きてきた時代は、貧困社会が長かった。貧困社会では人の親切や贈り物の価値が高く、感謝の心が素直に滲み出るために、優しさや思いやりの心の通う人間関係が形成され易かった。

友達関係は支え合の関係であり共感の関係である。女性の方が友達関係に生きる喜びを求める傾向が強い。この時代の男性は、仕事を通じた人間関係に偏る向きがあったので、定年退職後の人間関係が著しく減少してしまう。

このことから、男性には「これから友達を増やしたい」という願いがグラフ6に現れている。今ぐらいの友達で十分という人が半数を超えているのに、なお「もっと多くしたい」と願う人達が男女ともに40%となっている。「満足している」と答えた半数を加えて90%以上の人が多く友達を求めていることになり、高齢者の生きがいと友達関係は密接な関係にあるといえる。

グラフ4と5の資料によると、老人大学生は積極的に学習と人間関係を求めてきた人達であるといえる。それだけに生きることへの前向きな姿勢とよい友達関係がもてる人達であって、この資料が高齢者の実態を示すものではない。高齢者の中には孤独で閉鎖的な生き方をしている人達が相当数いるだろう。『孤独』こそ高齢者の生きがいを奪うものであることを考えるとき、自閉的な生活に陥らないように支え合うことの必要性が改めて強調される。

④やりたいことと『生きがい』

目的的な生き方と意欲は「いきがい」の重要な因子である。無気力で無為な生活が老化を促進してしまうことは知られていることである。

グラフ7では、「これからやってみたいことがありますか」に対して、「沢山ある」と答えた人が、女性の方がやや多く、51.7%、男子が49.8%と半数の人が目標と意欲をもっている。「少しはある」まで含めると90%以上の人は前向きな生き方をしている。

大学生活そのものが大きな目的である大学生には、さすがに無気力な人はほとんど見られない。僅かに女性に1.7%、無回答が数パーセントあるが、この中には自己意志が明確にならないままに大学に参加している姿であろうと考えられる。

「これからやってみたいこと」については具体的な目標をもっている。その主なものは、趣味をもちたいが男女ともに最も多く35%、次に旅行が28.6%、勉強が女子の方が多く17.4%、男子が13.3%、次がスポーツの順になっている。無回答は男女ともに2%以下であるから、やりたいことに対してはかなり具体的な願いをもっているといえる。

大学生の人達の青春時代は仕事だけが価値あるものと考え、趣味は遊び、旅行は贅沢なことと考える時代であった。その人たちが今趣味や旅行、勉強などにこれだけの意欲を示すようになった背景には、民主主義社会による自由の享受と平均寿命が延びたことによる定年退職後の新たな生き方を模索できるようになったからであろう。

しかし、働くことだけに「生きがい」を求めてきた日本の男性には、仕事を取られてしまっただけの、新たな生き方を見つけられる人達はまだまだ少ないようである。

⑤ 予定表と生きがい

生活がスケジュールされるということは、毎日の生き方に目標をもっていることにつながるので「生きがい」の要素と考えられる。生きることにより意欲を感じられなくなると成り行き任せの生活になってしまう。

グラフ9-1では、男女ともに40%の人がスケジュールされた生活をしている。成り行きに任せの生活は無回答も含め女性に多く20%強、男子で15%程度である。

決まった仕事から離れてしまった人が、毎日の生活をスケジュールするということは、それだけ生きること積極的に模索し、さらに目的を見いだしていることになる。

大学生活そのものが、人生を活性化し新たな生きる喜びの発見につながり、それがグラフ9-1の結果を生み出す結果にもなっていると考えられる。

「明日の目覚めが待ち遠しい」というのは、「生きがい」につながる要素である。グラフ9-2にも大学生活の影響を感じる。「夜明けが待ち遠しい」という人が男女ともに30%、「少しは楽しみ」と感じている人まで含めると男子で93%、女子で87%と大半

の人が明日を楽しみにしている。この傾向がすべての高齢者の実態とは考えられない。比較資料が無いので断定はできないが、一般の人達の中には、明日に期待できない生き方をしている人達もいるだろう。

⑥充実感と「生きがい」

生活の中に充実感がもてることは「生きがい」の重要な要素である。グラフ9-3では、「いつも満たされている」と答えた人は女子の方が多く25.6%、男子は僅かに17.7%にすぎない。まあまあを合わせると男女ともに90%を越すが、「生きがい」につながる充実感は「まあまあ」程度のものとは考えられないので、真の生きがいを感じている人は少ないといわざるを得ない。妥協的な生き方が多いせいか、満たされないと答えた人も僅かである。

⑦感動と「生きがい」

生活の中に感動が多いほど生きている実感と喜びがある。心が追い詰められていると感動を覚えるゆとりが無く、安定している人ほど感動する心をもっているものである。

グラフ9-4では、感動的な生き方をしている人は女性に多く36.2%、男性が26.1%となっている。時々感動するを合わせると男女ともに90%強である。現代の若者は3無主義と言われ無感動が特徴の一つに挙げられているのを考えるとき、老人大学生はかなり感動的な生き方ができていることになる。無回答が女性に5.5%見られるが、感動をほとんど覚えなという人は男女ともに1%にすぎない。

閉鎖的な気持ちでは感動は生まれ難いことから、老人大学生は精神的にはかなり開放的・自己実現のできる状態にあると考えられる。

⑧心のゆとりと「生きがい」

ゆとりの無い気持ちからは「生きがい」は生まれ難い。グラフ9-5では「いつもゆとりがある」と答えたのは男性に多く38.4%、女性がやや低く31.7%という結果になっている。「時々気持ちがいらだつ」人は女性が60.4%、男性がやや低く55.7%となっている。

「ゆとり」は環境に最も適応した状況から生まれるものであるから、苛立ちのパーセントが60%程度とハイレベルの結果が出たことは、対象は判らないが、高齢者の人達にとっては現代社会を受け入れられない問題があって適応できない状況があるのだろう。

⑨親交関係と「生きがい」

適応の人間関係は生きがいの大切な要素である。回りの人から「大変好かれている」と答えた人は、男女ともに30%程度、「少しは好かれている」を合わせて90%台にはなるが、この結果は大学生にとって良好な状況とはいえないだろう。しかし、「大切にされていない」と答えた人は少なく1%以下である。

社会構造の著しい変遷・価値観の変容により次代間のずれが生じ、高齢者の孤独化傾

向が進んでいる。また核家族化や家族関係の希薄化により、高齢者の人間関係は高齢者同士に求める傾向が出ている。「少しは好かれている」という70%の高い数値の示す意味は、人間関係に対する不安と自信の無さの現れとも考えられる。

⑩社会に役だっているという実感と「生きがい」

人間には自分の存在価値を求めたいという欲求がある。社会に役だっているというのは自分の価値が確認されたということから「生きがい」につながる。

グラフ10-2では、「役だっている」という実感をもっている人は、男子の方が多く18.2%、女子が11.3%という結果が出ている。ここでも自信の無さか・謙譲の美德の現れか「少しは」という回答が70%を越えている。「役に立っていない」という回答は女子にやや多く12.7%、男子に7.3%ある。

日本人は親切心を十分もっていながら、でしゃばりを嫌うという風潮があったためか、名誉職等の立場を与えられたときは意欲的に活躍するが、個人がボランティア活動等に対しては意外なくらい消極的である。

意見表明や行動表明等に対して控えめな日本人は、自己実現のチャンスを失い易いのではないか。このような心理状態が今の高齢者の人達にもあるところから消極的な数値が出たものと考えられる。

⑪家族に役だっているという実感と「生きがい」

グラフ10-2の「社会的に役立つ」ということに対しての消極的な気持ちも、グラフ10-3では、家族に対しては積極的で、「役だっている」という自負心が働いている。

男子で63.1%、女子に62.8%という数値は自信の現れである。社会には消極的でも家族に対しは積極的に貢献しているという実感をもっている。そこに存在価値と自己実現の喜びを見いだしている。家族を大切にすることに「生きがい」を強く感じ・求めている。

その高齢者にとって、核家族化の風潮によって三世代家族が崩れてきたことは、家族の中に存在感や自己実現を求めていただけに大きなショックと不安につながったと考えられる。老人大学生は、まだ家族の中に存在価値を強く見いだしているという結果が出ているが、多くの高齢者の中には不安の中に置かれている人達が多くいることだろう。

家族形態が変容していく中で、これからの高齢者が、自己の存在価値をどこの場に求めていくかが今後の大きな課題となる。

7. 考察

『生きがい』は「幸せ」に裏打ちされているが、「幸せ」は価値ある人生という実感がともなっているものでなければならない。「価値ある人生」ということで次のような話を思い

だす。長野市の知的障害児を育てているお母さんグループの人達が、「重度のわが子と生きてきて、今になって振り返ってみると言い尽くせない苦難はあったが、それを乗り越えた喜びと、人の数倍もの人生体験ができた人生は充実した人生だった」と語っていた。しかし、このような事例は特例であろう。

今回のアンケート調査から、個人の生きがいの背景に歴史的な社会を感じた。「生きがい」の原点に『自己実現』がある。今の高齢者の生きてきた階級社会・封建社会は自由が制限され個人の尊厳は軽視されていた。このような社会では真の自己実現は大変難しい状況にあった。

「満たされた気持ち」・「感動に触れる」・「地域に役立つ」などの社会生活との関係の質問では、「まあまあ」とか「少しは」という自信の無い妥協的な答えがそれぞれ70%を超える数値となっている。なお男子にその傾向が高いことから、社会の中で自己実現を図ろうとすると権力や社会的意志に順応しざるを得なかったという生き方がうかがえる。日本人は「YES・NOU」がはっきりしないと、「本音と建前」などと言われるところからも、自分の意思をはっきりと出せなかった社会構造があって、『自由』に裏打ちされた真の自己実現は大変難しかったようである。

次に、日本人は『働くことに生きがいを感じる』民族だといわれ、とくに男性に強く見られる傾向である。そのため定年退職後等、働くことから離れてからの「生きがい」が無くなったり見つけられなくて苦しんでいる人が多い。

東京大学名誉教授・木村尚三郎氏（シニアプラン叢書）の『遊びのある人生』によると、ヨーロッパ、アメリカには、働くことにLabor系等の働き方と、Work系等の働き方の二種類がある。Laborは肉体的・精神的苦痛を忍んで働くこと、Workは、肉体的苦痛はあるが精神的には喜びがあるという働き方である。日本人はWork系の働き方が多いといえる。

さらにWorkを越えた領域がある。それがPlayだといわれる。「仕事が同時に遊びになっている」というものだといわる。

仕事が「生きがい」とは木村尚三郎氏が言うPlayなのだといえる。日本人は「遊びは無駄なもの」という価値観が入るためにwork段階に止まってしまうが、Playとは仕事を越えた最高の喜び、そこに「生きがい」があると考えられる。

さらに「生きがい」は『自由』に裏打ちされているものである。自らが選択・決定し、努力し自己実現を図っていく過程である。自由が制限されたり、管理された生き方の中からは「やりがい」程度のもので、生涯を通じての充実感を得られがたいものと考えられる。

家族関係が希薄化し、家族機能が弱体化している社会では、高齢者が家族に依存した生き方を続けようとするともますます不安定となろう。これからは自立支援を目指す福祉に支えられ、自立と自己実現できる『生きがいある人生』を追求する必要がある。

「生きがい」ある人生は、自己確立ができ自己実現の人生であるから、フラストレーションが少ないであろうし、ストレスに対する耐性も強いと考えられる。充実感に満たされた人生には、心安らかな終末期を迎えることができるであろう。

今回の研究から考えられることは、「生きがいさがし」は個人の課題ではあるが、その時代の社会構造や価値観が大きく影響するものである。一人一人の人権が尊重され、自分らしく育ち、自分らしく生きるためには、管理教育・管理社会の弊害を無くし、精神文化的価値観の向上が必要であると痛感した。