

山口県の高齢期の生活と対人交流について^{注1)}

野崎 瑞樹

A study examined the life styles and the interpersonal communications of elderly people in Yamaguchi prefecture

Mizuki Nozaki

キーワード：高齢期の生活、対人交流、生涯現役

〈はじめに〉

高齢期の生活等については、生きがいやQOL（Quality of Life：生活の質）といった指標が用いられ、多くの研究が行われている。これらの定義については、近藤（2007）において多面的に議論されているが、その実態はさまざまである。心身ともに健康であり、社会と関わりをもっている「生涯現役」であるために、どのような要因が影響を与えるのであろうか。

まず、生涯発達という考え方がある。これにはいくつかの理論があるが、マズローは人間性心理学を確立し、人間の欲求を5段階に分けて生涯発達をとらえている。5段階の欲求とは、生理的欲求などの下位の欲求がある程度満たされることで、社会関係における欲求などの上位の欲求へとつながっていく。生涯にわたる発達をとらえる上で、加齢にしたがって最終的に自己実現の欲求が重要な意味をもつことになる。しかし、高齢期の特徴には喪失体験があり、加齢とともに体力や身体的機能が衰え、定年退職や子どもの独立によって社会的役割を失うことで、その後の生活に大きな影響を与える。このような大きなライフイベントを体験することで、欲求の充足に不安が生じる可能性がある。心身の健康を維持するには、各段階での欲求充足が必要になり、自己実現の欲求へとつながることが目指される。

また、安梅（2000）は、「生活している人が、物理的あるいは社会的な環境との間で、調和したかかわりを実現していること（社会関係性）」が、健康・機能状態、将来の死亡率等に関連するという仮説を検証している。社会関係性指標には、対人交流、外出、物事への興味関心、機器の使用等が用いられ、年齢とともに低下する傾向がみられている。これらの社会関係性には、自己が社会に関わろうとする意欲も含み、個人の発達や欲求、心身の健康を検討する上で有効な指標であると考えられる。

本稿では、生涯現役であることに影響するものとして、高齢期を生きがいをもって生活する要因を考察するために、山口県の中老年層の希望・欲求や社会関係性の実態を分析し、今後の課題について検討することを目的とする。

〈方法〉

生涯現役社会づくり学会（山口県）が、生涯現役社会づくりにおける山口県の現状把握と、今後の支援施策等

の検討をはかるために、シニアの生きがいや社会参加活動等に関する、県民の意識や行動把握を目的に調査を行った。本調査の一部は平成15年度に実施されたものと同様であり、5年ごとに追跡する計画にある。調査対象者は県内在住の男女40歳以上、約2000人（無作為抽出）で、郵送法（無記名自記式）にて実施した。調査時期は2008年9月である。調査内容は多岐にわたったが、本稿では高齢期の生活と対人交流に関する項目について分析を行った。

〈結果〉

1. 希望する高齢期の生活

高齢期の生活として、どのようなことを希望しているのか。希望する高齢期の生活について、全体では「健康に恵まれた生活」や「経済的にゆとりのある生活」といった生活に必要な条件が第一とされていた。これは内閣府「高齢者の健康に関する意識調査」（2002）でも同様に、日常生活での心配ごとや悩み事について「自分や配偶者の健康のこと」（50.2%）を半数の人があげており、「生活費など経済的なこと」（7.0%）が続いた（平成19年版国民生活白書、内閣府）。高齢になることでの体力低下や定年退職などのライフイベントにより、近い将来の不安を感じているからこそ、健康や経済面の安定を希望するものと考えられる。また、これについて60歳以下（301名）と61歳以上（371名）の2群に分けて見ると（図1-1）、ゆとりに関する3項目は年齢が低い群の方で割合が高く、特に「経済的ゆとり」に関しては15ポイント以上の差があった。

上位を占めた健康・経済的ゆとりに関する項目は、マズローの生理的欲求や安心・安全の欲求に該当する。加齢に伴い身体的機能や経済的基盤の喪失を体験することが予期される中で、基本的欲求としての生理的欲求、安心・安全の欲求が満たされることが、生活基盤の確保として重視されていることを示す。また、これらの基本的欲求・希望が満たされていると仮定して、次の希望は夫婦関係や家族関係を大切にす所属・愛情の欲求、承認欲求があげられている。これらはわずかではあるが年齢が高い群の方で割合が高く、加齢にともなって対人関係に対する価値を重視していると考えられる。基本的欲求も重要であるが、生き生きとした社会生活のためには、これらの上位欲求をいかに満たしていくかが社会において「現役」であることにつながるものと考えられる。

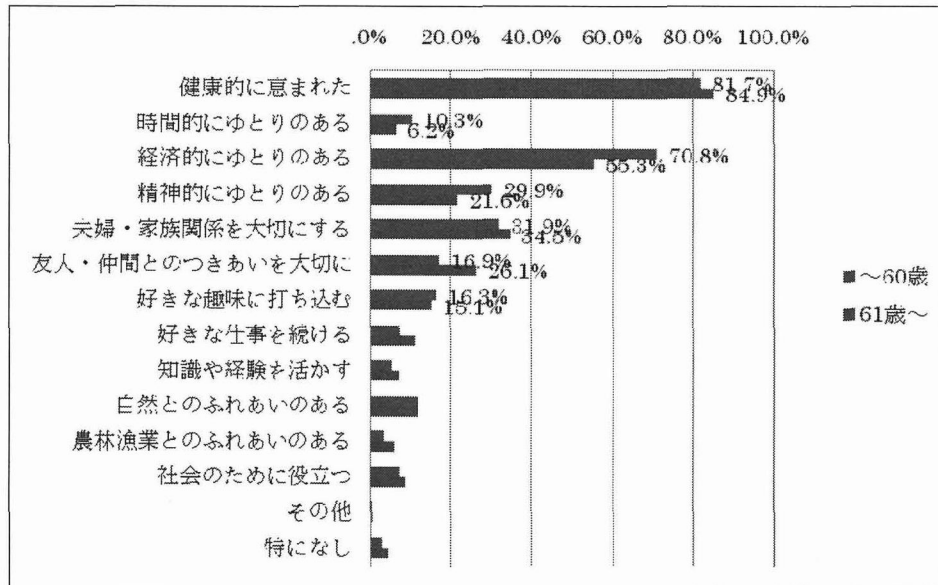


図1-1 希望する高齢期の生活（年齢別）

2. 対人交流

高齢になると、対人関係は一般に縮小される。子どもは独立して家を離れ、定年退職等により職場の人間関係は疎遠になる。また、体力低下により移動の限界や意欲低下も生じる。安梅（2000）においても、「家族以外との会話」や「近所づきあい」等がない場合は死亡率との関連が高く、対人関係が心身の健康に影響を与えるものと考えられる。まず、近所づきあいについて本調査全体を見ると、その多くはあいさつ程度であるが、1/3程度が家族ぐるみや留守時に用が頼めるほどの親しい付き合いをしていた。これについて、60歳以下（301名）と61歳以上（373名）で比較したところ（図2-1）、年齢の高い群の方が親密な近所づきあいをしている割合が高く、平成15年度調査と同様の傾向が見られた。しかし、平成15年度調査での家族ぐるみ、留守中に用を頼めるつきあいをしている割合（平成15年度、40-49歳：23.5%、50-59歳：29.2%）と比較して、60歳以下（計23.9%）ではこれらのつきあいがわずかに低かった。また、「その他」を除く居住地域別にみると（図2-2）、農山漁村（345名）は街中・団地（273名）よりも近所に親しい関係を持っている割合が高かった。平成19年版国民生活白書（内閣府）では、親しい近所づきあいをする確率が高くなる特性として、年齢が高く、居住年数が5年以上で、農山漁村地域に住んでいることなどをあげているが、本調査の結果もこれに合致するものであった。

友人との交流は全体を見ると多くはなく、月に1、2回以下が半数を占めた。年齢別に比較すると（図2-3）、年齢が高い群（369名）の方が低い群（301名）よりも友人と多く接触している割合が高く、平成15年度調査と同

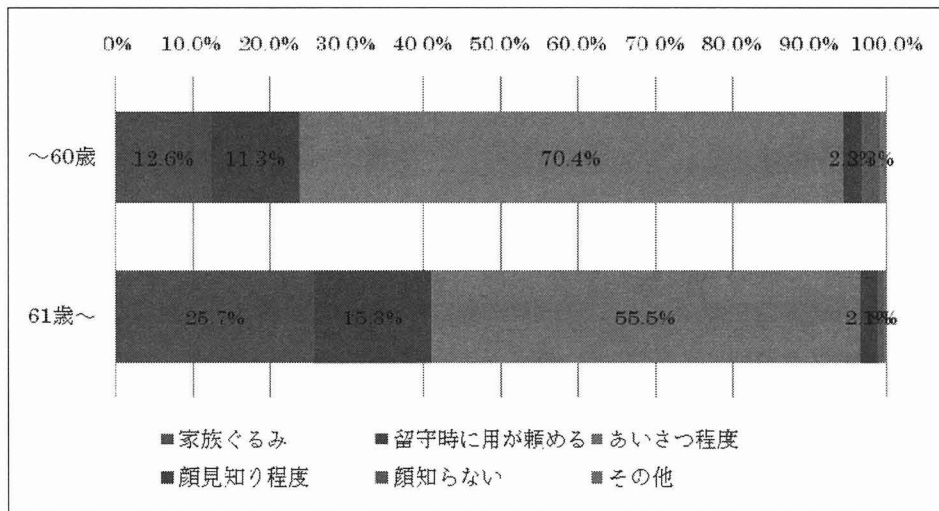


図2-1 近所づきあいの程度（年齢別）

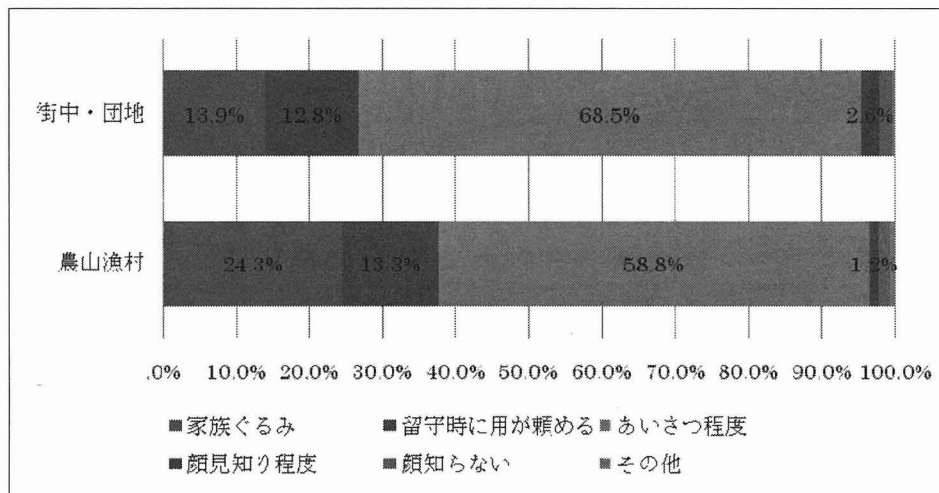


図2-2 近所づきあいの程度（居住地別）

様の傾向を示した。本調査の近所づきあいをしている人々の場合、近所と友人に同じ人が含まれる可能性も考えられ、特に高齢になると活動範囲が狭まるためその割合が高くなり、友人との交流頻度が高くなると考えられる。年齢の低い群は仕事や子育てを通じた接触頻度が高くない人々を含み、これらは広範囲に分布した人々であると考えられる。

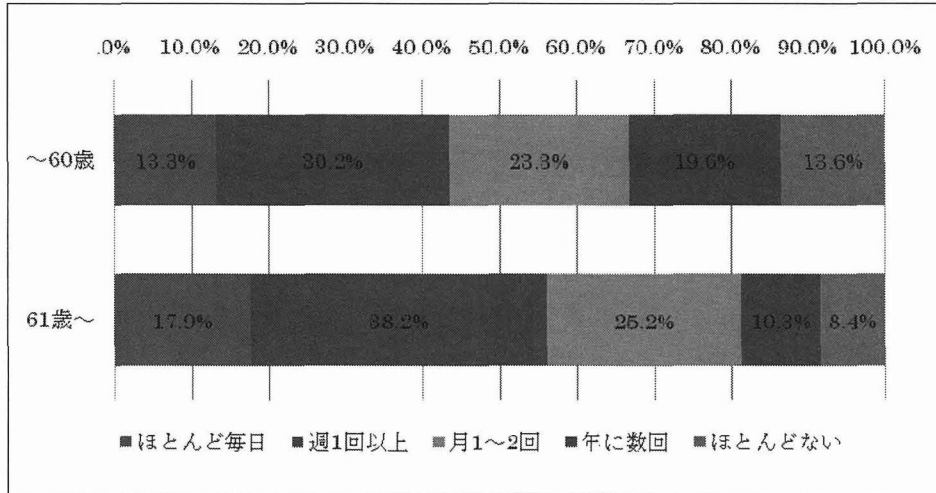


図2-3 友人との接触頻度（年齢別）

3. 交流方法

対人関係・社会関係を維持・発展するにあたり、対面的な交流や電話・手紙等による交流などが考えられる。対面的な交流の場合外出が必要になり、外出が困難になることは関係の維持に大きな影響を与える。金子（2006）は高齢者のQOL構成要素の一つとして自立志向をあげており、その要因の一つに「外出」を位置付けている。外出は社会参加において重要な要因となり、仕事等でルーチン化されたものがない場合や移動手段や機会がないと閉じこもり等に発展する可能性がある。本調査全体で見ると外出頻度が週4、5回以上である人が60%程度であった。外出頻度について年齢別に比較すると（図3-1）、年齢の低い群（300名）で毎日の外出は半数以上であり、年齢の高い群（367名）よりも割合が高かった。平成15年度調査の60歳以上の外出頻度は週4、5回以上が約6割であったが、本調査の61歳以上では計53.7%とわずかに少なくなっており、対象者の年齢幅が広がり高齢化した可能性が考えられる。また、「その他」を除く居住地域別に比較したところ（図3-2）、農山漁村（340名）よりも街中・団地（276名）で外出頻度が高く、ほとんど毎日外出する割合は25ポイント以上の差があった。

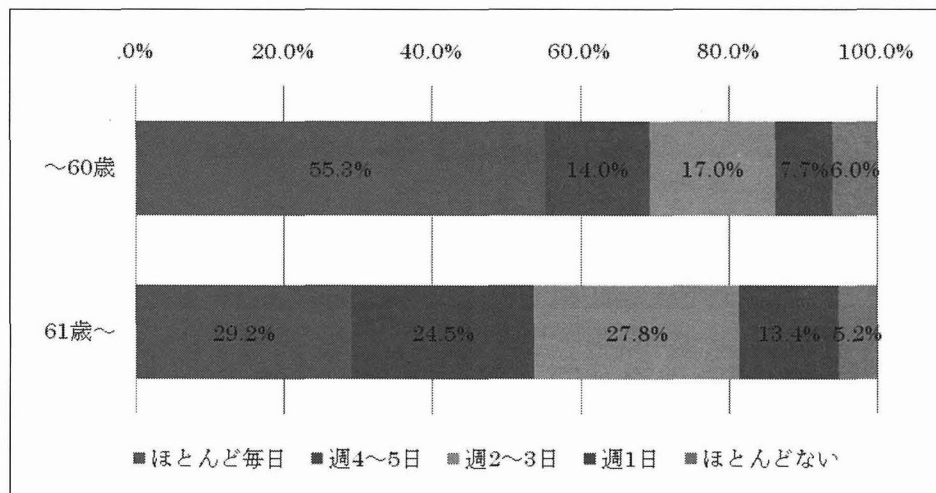


図3-1 外出頻度（年齢別）

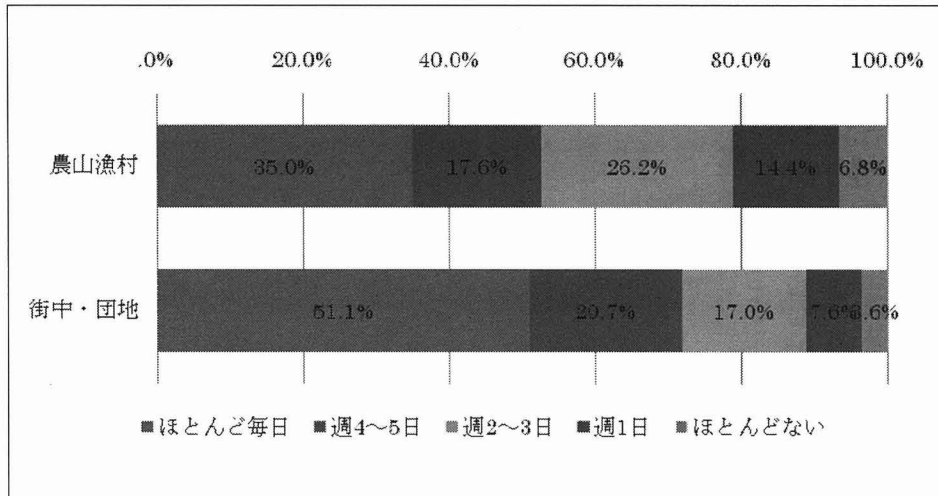


図3-2 外出頻度（居住地別）

外出の際困ることは、全体では主に交通機関（少ない・利用しにくい）、道路（段差、狭さ、照明）などであったが、平成15年度調査と比較していずれの項目もポイントが下がっており、反対に「困っていることはない」ではポイントが上がっていた。山口県の場合、都市部と山間部等では交通機関に大きな差があり、道路の状況も異なる。「その他」を除く居住地区について比較したところ（図3-3）、農山漁村（315名）は公共交通機関、道路照明等で、街中・団地（263名）ではトイレ、駐車場等で割合が高かった。居住地域によって困っていることが異なり、各地域に応じた整備が必要である。

また、交通機関については、自動車やバイクの運転をする人が全体で7割近くあり、公共交通機関がなくても自身で移動手段を持っている割合も高い。これにより、ある程度の距離の外出は可能であると考えられる。しかし年齢別にみると（図3-4）、年齢が高い群（354名）では低い群（293名）よりも運転可能な割合が低い。さらに年齢が高い群には、近い将来、視力や判断力の低下等により運転が困難になった場合の不安があり、各地域において公共交通機関の充実は必要性を増してくると考えられる。

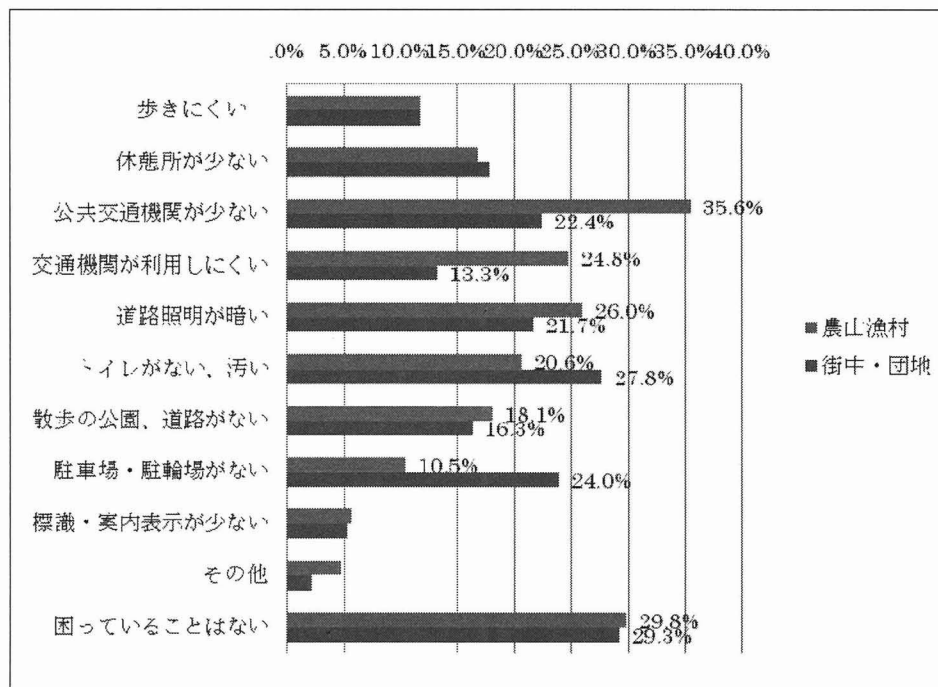


図3-3 外出で困ること（居住地別）

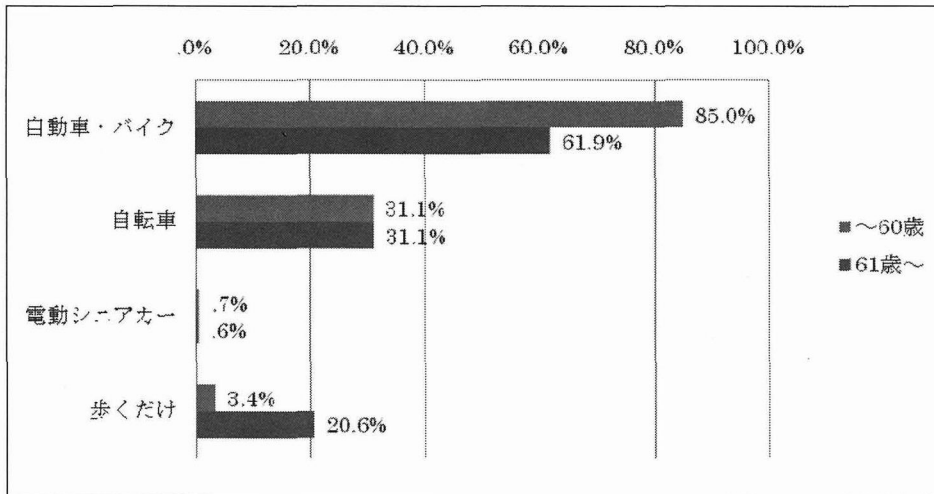


図3-4 車などの運転（年齢別）

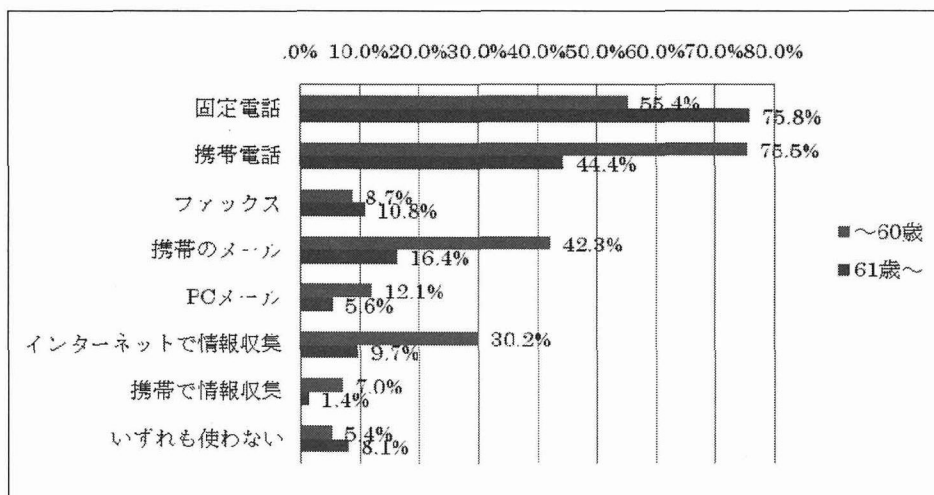


図3-5 情報機器（年齢別）

また、対面による交流が少なくても、電話等による対人交流が考えられる。情報機器の使用については、全体で固定電話とともに携帯電話の利用が半数以上あり、プライベートな対人交流に役立っているものと考えられる。年齢別にみると（図3-5）、年齢の高い群（360名）は固定電話の利用割合が高く、年齢の低い群（298名）では携帯電話やインターネットの利用割合が高かった。特にインターネット・メール等のネット関連については、年齢の高い群で利用が少ない傾向があった。

一方、いずれも使わない人は少なかったものの、その理由（有効回答115）は、必要性を感じないことが最も多くあげられた（図3-6）。それ以外に、「使い方がわからない」、「教えてくれる人がいない」といった人的資源で解決可能と考えられる部分と、「文字が見えにくい」等の機器の改良によって解決可能な部分が含まれていた。現在、必要性を感じない人々も、これらの問題が解決すれば「使ってみてもよい」といった方向に転換する可能性が考えられる。昨今携帯電話会社や市町村では、高齢者向けの携帯電話の使い方講座の実施が盛んであり、また孫の様子を携帯電話の写真付き電子メールでやり取りを行う祖父母世代が増えてきている。携帯電話やインターネットの普及は、地理的に離れた人々との交流を活発にする可能性があり、シニア世代に積極的に利用を促すことで他世代との交流や楽しみの増進につながると考えられる。

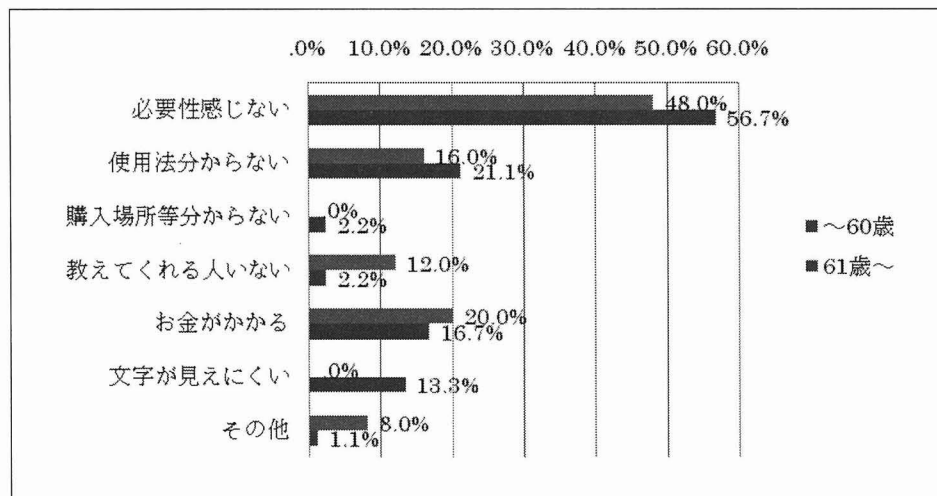


図3-6 情報機器を使わない理由（年齢別）

〈知見のまとめ〉

希望する高齢期の生活と対人交流に関わる要因についてみてきたが、高齢期には健康でゆとりのある生活を望んでいることがわかる。特に、60歳以下の群において経済的なゆとりを重視していること背景には、年金等の社会保障問題、後期高齢者医療制度の導入による医療制度の複雑化等、不安・希望が高まっているものと考えられる。制度政策の整備等、安心して生活することができる体制を整えることが求められている。

また、全国的に近所づきあいが希薄しているという指摘があるが、本調査においても平成15年度の結果と比較してわずかながら親密な付き合いが減っている傾向がみられた。近年の福祉関連諸法の改定では、地域における支え合いを重視しているものが増えているが、地域での支え合いを考える際には、「地域」の捉え方を考えなおす必要があるのかもしれない。山口県内では大規模な市町村合併から1～数年経過しているが、地域住民の地域観を捉え直し、地域における交流と支え合いの可能性を検討することが必要になると思われる。シニア世代の地域における交流として、何らかの地域活動に参加する人もある。高齢者白書（2006）によれば、ボランティアを行っている人の年齢構成は60代以上が51.7%であり、高齢者の社会参加活動として重要な役割を果たしている。また、60代以上で地域活動を通じて多くの仲間ができたという人が7割を超えている。山口県内において合併後の新たな地域観に即した地域活動や生涯学習の機会を提供することは、シニア世代の友人との交流の機会として、さらに地域におけるつながりの増加に大きな役割を果たす可能性があると考えられる。

交流方法には対面、電話・手紙、インターネット・Eメール等があるが、年齢が高いほど外出の機会や情報機器の使用は少ない。交通機関・道路の整備や機器の改良、また利用方法等の教示など対応可能であるものについては、具体的な事業を検討することができると考えられる。これと同時に、呼びかけ、機会の提供などシニア世代の外出・機器使用による対人交流への意欲向上についても検討する必要があると考えられる。

〈引用・参考文献〉

安梅勅江、2000、エイジングケアの科学：ケア実践に生かす社会関係性指標、川島書店
 金子 勇、2006、社会調査から見た少子高齢化社会、ミネルヴァ書房
 近藤 勉、2007、生きがいを測る：生きがい感ってなに？、ナカニシヤ出版
 内閣府、2007、平成19年版国民生活白書：つながりが築く豊かな国民生活、社団法人時事画報社
 三浦文夫編、2007、図説高齢者白書2006年度版、全国社会福祉協議会

社会福祉法人山口県社会福祉協議会（山口県生涯現役推進センター）、2004、平成15年生涯現役社会づくり県民意識調査報告書、社会福祉法人山口県社会福祉協議会（山口県生涯現役推進センター）

〈注〉

- 1) 本稿は、生涯現役社会づくり学会（山口県）が行った県民意識調査（2008）の結果の一部を報告したものである。