

投稿論文

中高年者の独居志向と精神的健康との 関係性に関する一研究

橋本 有理子

関西福祉科学大学社会福祉学部

● 要約 ●

本論の研究目的は、中高年者における独居志向と精神的健康との関係性について検証することである。本研究で得られた主な結論は、独居志向の意識獲得及び環境確保は、精神的健康の保持に効果があるといえる。

特に、独居志向の意識獲得が高い状態であっても、環境確保の程度が低ければ、中高年者は、孤独感が高まったり、自尊感情が低下したりする。このことから、中高年者の家族や親族の協力が大切であり、福祉専門職も支援することが求められるといえる。

● Key words : 中高年者, 独居志向, 精神的健康, 孤独感, 自尊感情

人間福祉学研究, 3 (1) : 123-137, 2010

1. 問題意識と目的

平成20年簡易生命表によると、わが国の男性の平均寿命は79.29歳、女性の平均寿命は86.05歳であり、いずれも過去最高である。そして、65歳を定年退職年齢とすれば、男性は15年、女性は20年ほどの長期にわたる期間を私たち一人ひとりがどのように過ごすかは、今後、注目されることである。

また、『高齢社会白書(平成19年版)』(2007:65)でも記されているように、今後、団塊世代に代表されるような戦後生まれ世代が老年期を迎えるにつれ、健康で自立かつ長生きをし、高学歴で、就労意欲や社会参加意欲、消費意欲が旺盛な高齢者は、従来からの「支えられる高齢者」というイメージを刷新するような「支える高齢者」というマンパワーとして、今後の社会を変えていく可能

性を秘めているといえる。

これまでは、余生といわれるように、老年期における高齢者は、残りの人生をどのように過ごすかといった消極的な要素が含まれる傾向にあった。しかし、安達(2003a:95)は、「人生80年時代のうちで、自由時間としての人生が少なくとも10年～20年以上はあるわけであり、家族や地域に向かいあう期間は、長期化していく一方である。この時間を有効に活用すれば、高齢者は、他の世代に比べて、はるかに家族と地域の再生の担い手として期待できる存在である」と述べている。したがって、定年退職後の期間が平均して15年～20年であり、戦前生まれの従来からの高齢者とは価値観が異なると予想される戦後生まれの団塊世代は、自分の生活や人生にとどまらず、ひいては、周囲の家族や地域などにも様々な影響を及ぼすことができるような積極的な要素が含まれつつある

といえる。

青木（2002：188-200）も、「高齢者が現有の心身の健康度と社会・文化的経験・能力に基づき、自立・自発的に生涯を通じて『社会内存在』として社会とかかわっていくことは重要であり、またそれが自然で豊かな社会であると考えられる」と述べている。超高齢社会を迎えるわが国において、これからの老年期は、高齢者一人ひとりが自らの生活や人生、その周囲の環境についても積極的に考え、行動にうつすことが求められるようになってくるものといえる。そのため、多様化する老年期の家族生活を考察していくためには、多様な高齢者像を持つことが重要であることから、安達（1999：19）は、『『個』としての高齢者をとらえる考え方にこそ、多様な高齢者像を探り、高齢期の家族生活の多様化という現状を分析する方法をみいだす糸口がある』と述べている。

では、『個』としての高齢者とは何か。

安達（2003a：87）は、重要な他者である家族との関係性の構築に焦点を当ててみると、老年期における家族生活の多様化をふまえて、『家族に含まれた高齢者』ではなく、主体としての高齢者から家族関係をとらえなおす『個』としての高齢者による家族再構築の視点を重要視している。すなわち、高齢者は、定年退職や子育てが終わる時期を迎え、その後の自分の生活や人生について、自ら積極的に考え、ときには見直すような姿勢が求められるといえる。さらに、安達（2003b：53）は、『高齢者にとって、それまでの人生の役割が終わった後に、どのように人生設計をたてなおして自らの生活を再構築するかが求められるということである。つまり、仕事や子育てから離れる高齢期においては、どのように新たな役割を見つけて、家族、親族、近隣の人びとにとって必要な存在として自分自身を位置づけることができるか否かが最重要な問題となるわけである』と述べている。

また、高橋（1996：184）は、老親子の自律的な関係のためには、老親子間での可能な限りの対等な関係が維持されなければならないことをふまえ

た上で、『老親は子どもに対してはどこかで一線を画する必要がある。それは、老親と子どもとの間には埋めることができない世代間の溝があるといった認識である。この結びつこうとする態度（親近性）と対等でありたいという態度（対等性）と世代間の溝を認識する態度（間隔性）が同時に調和的に成立するところに、老親子関係における自律が実現する』と述べており、老親子間での適切な距離感、互いの関係性や精神的自律を保持するには重要であるといえる。

そして、高齢者による他者との適切な距離感の重要性については、城ら（1999：39-47）も、高齢者の居住環境の整備を考える際に、『他者との適正な心理的距離を考慮することが心身の健康を保つために重要である』と述べている。さらに、『プライバシー欲求とは、人と人との好ましい心理的距離をとらえることができる。プライバシーの概念については、これまでアメリカを中心に研究が行われてきた。プライバシーとは、古典的には、『他からの隔離』の欲求と定義されていたが、近代的な定義では、『個人や集団が自己に関する情報を、いつ、どのようにして、どの範囲まで他者に伝達するかを自身で決定する自由』とされている。つまり、『他からの隔離』だけでなく、『他者への接近』も含んだ他者との距離の取り方に関する認知の概念であるということが出来る』とも述べている。すなわち、家族や地域の中における高齢者は、家族や地域との関係性において、自ら主体的に決定することができる状態であることが、心身の健康を保持することに貢献していると解釈できる。

なお、辻（2003：70-71）も、『高齢期を元気で充実した生活にするためには、高齢期における人間関係の持ち方が重要になる』と述べており、老年期における人間関係について見つめ直すことは意義深く、高齢者の精神的健康につながるものといえる。

さらに、高橋（1996：164-166）は、高齢期に求められる『自立』の一つに、『関係の自律』をあげ

ている。「『関係の自律』とは、主として精神的な自由性であり、生活に関わる自己決定や家族員も含めた他者に対する平等な関係のみとめられる状態である。(中略)高齢期の自立とは、家族や社会への依存でもなく、家族や社会からの孤立でもなく、家族や社会との統合性をともなった生活的自立と関係の自律であるという」と述べている。自ら一人の力で物事を成し遂げるという意味を持つ「自立」とは、生活や人生、他者との関係性を自らの裁量で決定するが、そこには、他者との関係性を否定するものは含まれていないものといえる。

ここまでの内容を整理すると、今後、戦後生まれの団塊世代以降が老年期を迎えるようになり、戦前生まれの高齢者とは異なるライフスタイルを望む声や行動も増えてくるものと推測できる。そして、老年期の生活や人生における多様化の検証においては、新たな高齢者像として位置づけられる「個」としての高齢者という視点が有用であるとされている。この「個」としての高齢者とは、自らの生活や人生の今後のあり方を自分の意思で見つめ直して再構築を図るような主体としての高齢者を指しており、そこには、他者からの孤立や依存といった構図はなく、他者との適切な距離感を自らの判断で決定して保持し、それがひいては、自身の精神的健康の安定につながるものといえる。

そのため、多様な高齢者像を私たちが認識し、検証する際に、「個」としての高齢者に着目し、高齢者を取りまく家族や地域などの社会資源との関係性を円滑に図る過程を分析することは有用であるといえる。しかし、この前提条件として、高齢者一人ひとりが主体としての高齢者という立場で、家族や社会との関係性を再構築する力が備わっていることがあげられる。

したがって、本研究では、「個」としての高齢者という立場や状況が高齢者自らの精神的健康に与える影響について実証し、「個」としての高齢者の意義について検証することが急務である。なお、精神的健康については、「個」としての高齢者が他

者との関係性の否定や断絶ではないことを証明すること、「個」としての高齢者は、他者にも積極的に発信する主体的な存在の可能性があることから、それぞれ孤独感と自尊感情を採用することとする。竹中(2000:107)は、喪失体験や孤独は、生活空間や人間関係といった生きる空間の狭隘化を意味しており、精神的な世界を狭めることでもあると述べ、孤独は、高齢者の精神的な自由や自分らしさを確保することを困難にさせると示唆していることから、「個」としての高齢者という立場や状況が孤独感の緩和につながる効果について検証する意義がある。一方、青木(2002:189)は、高齢者の主体的な生き方を実行する動機となる意識や意欲を強化し、行動を起こさせる属性として、「自尊感情」に注目している。以上のようなことから、本研究では、「個」としての高齢者の意義について検証する上で、孤独感と自尊感情を採用する。また、現代の高齢者は、戦前教育を受けた高齢者から戦後教育を受けた高齢者まで、その価値観やライフスタイルにも多様性が認められる可能性があることから、高齢者をひとくりにするのではなく、世代ごとの分析も必要になると判断し、本研究では、老年期を迎えつつある60歳から5歳階級別で分析することとする。

さらに、「個」としての高齢者については、岩田のプライバシー志向性尺度の下位尺度の一つである独居志向尺度(1994:338-342)を用いる。独居志向尺度の上位尺度の概念である「プライバシー(privacy)」は、個人情報と社会的総合作用の両方のコントロールを重視しており、自分自身の、もしくは他者との接近や回避を自分自身で決定できることを意味している。また、その下位尺度の概念である独居志向とは、他人や家族からの干渉を受けず、一人の時間や空間を大切に与え、自分の意思で自由に行動できることを求めることである。

そのため、これまで述べてきている「個」としての高齢者と岩田の「独居志向」両者共に、自己と他者との馴れ合いの関係ではなく、自分の意思

で、自己の置かれている状況や役割、周囲へ働きかける作用についても決められる状態を意味しているといえる。そのため、本論では、「個」としての高齢者を測定する際に、独居志向尺度を採用することとする。

ところで、高齢者と家族それぞれがとらえている、これからの生活のあり方に差異が認められる場合がある。例えば、高齢者が「『個』としての自分の今後の生活はこうありたい」という思いを抱えていても、エイジズムのように「高齢者はこうあるべきである」といった偏見や固定観念を家族が抱き続けていると、高齢者は自分の思いを上手に行動へうつせない場合も考えられる。また、城ら(1999:39)は、「ひとりになることのできる空間や、他者と集う空間が個人の欲求の達成を促進させる。(中略)(他者との)距離を好ましい状態に保つことができない場合には不快感が生じ、ストレスにつながる。とくに、心身の老化が進行する高齢者には居住環境という物理的要因が重要な意味をもつ」と述べている。したがって、「個」としての高齢者のこれからの生活のあり方と精神的健康との関係性を検証する上で、これからの生活をどのように考えているかという意識獲得の側面だけでなく、そのような意識が実現できているのかという環境確保の側面といった二側面を設定することが必要であるといえる。

以上のような論考をふまえ、本研究では、60歳から5歳階級別(60歳～64歳、65歳～69歳、70歳～74歳、75歳以上)を統制した上で、「個」としての高齢者が自らの精神的健康に与える影響について検証し、老年期前後の生活における「個」としての高齢者の意識獲得や環境確保の意義について明らかにすることを目的としている。

なお、本論における具体的な仮説については、「2.3. 仮説」において述べる。

2. 中高年者における「個」としての生活のあり方に関する研究視座

2.1. 中高年者の「個」としての立場における現状

第二次世界大戦前の直系制家族では、男子の高齢者は、その家の家長という立場で、家業や家産を管理し、家名や家風を守る役割を担っていた。一方、家族員は、家長を筆頭とした「家」を守り、継承することを最優先とし、家族員一人ひとりの生き方や幸せへの追求を実現させることは困難であった。

しかし、第二次世界大戦終了後の戦後復興に伴い、産業化の波に押し寄せられ、若い労働者は都市部へと流れ、核家族の世帯数の増加や世代間扶養意識の変化に伴い、家族制度は一変し、家長である高齢者の立場や役割も大きく変わることとなった。したがって、「家」のあり方にも変化が生まれ、家族員一人ひとりの生き方や幸せが追求しやすくなったものといえる。しかし、その一方で、家族の凝集性が低下していることも指摘され、家族の脆弱性が問題視されたり、家族の存在意義が問われたりする事態も生じている。

このような背景の中、戦後生まれの団塊世代以降が高齢世代に入りつつあり、その生き方や価値観は、これまでの高齢世代とは異なる要素を持っていると注目されている。

ここでは、内閣府の「中高年者の高齢期への備えに関する調査」(平成19年度)の調査結果を通して、中高年者の「個」としての生活のあり方について考察する。なお、本調査は、全国の55歳～64歳の男女5,000人を対象に、2009年3月に実施し、有効回収数は3,140人であった。

まず、「これから迎える高齢期における生き方」について、総数で見ると、「友人・仲間との交流を深める」が50.2%と最も高く、次いで、「趣味やスポーツなどを満喫」が44.7%、「自然と触れ合いの中で暮らす」が41.8%、「働き続ける」が33.1%、「都合のよい時間にだけ働く」が32.8%と、3割の回答割合を超える結果となっている。このよう

に、現在の中高年齢者は、家庭外での活動意欲や就労意欲が旺盛であることがわかる。

次に、「高齢期における配偶者との関係」について、総数でみると、「一緒に過ごす時間と自分だけの時間を半々程度にしたい」が42.4%と最も高く、次いで、「一緒に過ごす時間の確保を優先したい」が25.4%と続いており、約4割の中高年齢者が、配偶者との時間と自分だけの時間をバランスよく保ちながら生活をおくりたいと考えている意識がうかがえる。

そして、「高齢期における子どもや孫との付き合い方」について、総数でみると、「ときどき会って食事や会話をするのがよい」が59.5%と最も高く、次いで、「いつも一緒に生活できるのがよい」が25.4%と続いており、約6割の中高年齢者が、子どもや孫との付き合い方についても適度な距離感を保ちたいと考えているものといえる。

なお、参考までに、内閣府「高齢者の生活と意識に関する国際比較調査」(平成17年度)では、60歳以上を対象としたところ、「子どもや孫との付き合い方」について、「ときどき会って食事や会話をするのがよい」が42.9%と最も高く、次いで、「いつも一緒に生活できるのがよい」が34.8%と続いており、順位は同一であるが、その回答割合については、前者の調査と後者の調査では、差が認められるといえる。これは、後者の調査では、調査対象者の年齢が60歳以上で設定されているため、このような差が生じているものと推測されるが、今後、戦後生まれの高齢者が増えることを想定すれば、子どもや孫との適度な距離感を望む高齢者が増えるものと推察できる。

他にも、長津(2004:19)の中高年齢期の夫婦を対象にした調査によると、「家の中における自分だけの時間・空間の確保志向」は、妻で77.4%、夫で70.1%が持っている。しかし、その一方で、家族員の相互認知は、妻で69.3%、夫で68.8%が持っている。このことから、家族の個人化に関しては、個人志向と家族志向の併存が確認できる。

さらに、中原・藤田の調査(2007:30-36)によ

ると、調査対象者である50歳～64歳の向老期世代が望む高齢期について、全体としての傾向は、変化・挑戦的な生き方を比較的望んでいるという傾向が示唆されている。なお、変化・挑戦的な生き方の項目の中でも、平均値の高い項目として、「努力してがんばるような生き方をする」「いろいろなことをやってみる」という項目があげられる一方で、平均値の最も低い項目は、同調的な生き方の項目の中の「なに事につけ人の意見に従うようにする」という項目であることから、向老期世代が自らの老後に対して主体的な生き方や行動を望んでいるものといえる。

以上のことから、中高年齢者の「個」としての生活のあり方とは、周囲の他者との関係性を断ち切るものではなく、自らの生活や人生をより豊かなものにするために、自らの生活、すなわち、空間や時間のあり方を主体的に確立させ、それに伴い、周囲の他者との関係性を構築するものであるといえる。

2.2. 中高年齢者における「個」としての生活の実現に関する意義と課題

2.2.1. 意義

超高齢社会を迎えたわが国において、中高年齢者は、これからの社会を活性化させていく上で非常に期待され、可能性を秘めているといえる。そのため、これまでは、高齢者を中心に、援助される立場としての客体という印象であったが、援助する立場としての主体という視点で、この社会を牽引する役割を担うような政策や事業が今後、より一層生まれ出てくるものと推測できる。

『高齢社会白書(平成22年版)』(2010:61-62)によると、近年における高齢者の社会的孤立が問題視されているが、孤立している高齢者への支援の支え手として、心身が健康な高齢者の存在が目ざされている。そして、このような考え方は、高齢者の社会的孤立状態の改善だけでなく、支援の支え手である高齢者にとっても、地域社会における新たな自己実現の舞台になりうるとしている。

また、地域の支え合い活動のまとめ役になるリーダーの存在が、地域に潜在している「支え手」を活動へと引き出す役割を果たしていることが多いことから、リーダーの人材養成が支え手の裾野を広げるためにも重要であると考えられている。そして、このような観点から、行政や民間による人材養成の取り組みが行われ、その成果が期待されているところである。

しかし、中高年の時期は、養育の役割が終了したり、定年退職を迎えたりと、本来、これまで自らが心のよりどころにしていた役割や立場、領域から離れる時でもあり、アイデンティティにゆらぎが認められることもある。また、これまでの生活や価値観をふりかえり、これからの生活においては、新たな転換が求められることもある。そのため、心身共に円滑に移行できるようにするために、このような時期を迎える前から、自らの心がまえを新たに確立させたり、これまでの環境や関係性を見直したりする必要がある。

例えば、子ども世代との心理的距離については、互いに依存性の肥大化につながらないように留意することや、これからの生活や人生のあり方についても、自らの意向を固めていきつつ、周囲の家族や親族、地域と調整することも生じてくるといえる。

そして、このような場合に、中高年者が、「個」としての生活のあり方について考え、実践することが重要視される。

大熊（1995：72）は「中高年期における様々な喪失体験による、悲哀感や空虚感などのような精神的な症状や、食欲不振や頭痛などの身体的な症状の予防や対策として、趣味をもつようにすすめられる場合があるが、趣味というのはその結果に対して責任がないことが多く、その場合にはあまり意味がない。（中略）結局そこで問われることになるのは、これからあなたは自分の人生をどのように生きようとするのか、何を自分の存在理由とするのかである」と述べている。

また、安達（1999：21）は、高齢期における家

族を考える意義として、「個」としての高齢者が家族関係を再編成するというパースペクティブを持つことをあげている。「長期化した高齢期を過ごすには、多様な家族ライフスタイルからどのように選択するかが不可欠な課題となる。これは、高齢者が自分自身のもつ生活資源を十分に活用できるように、家族を再編成することを意味するのである」と述べている。

このように、中高年期は、自らの役割や立場に変化が認められる時期であるからこそ、アイデンティティの再検討や周囲との関係性の調整が必要になるが、その際に、周囲に過度に依存的になったり、自分の殻の中にこもったりするのではなく、自らの生活や人生のあり方について積極的に考え、周囲との関係性についても主体的に検討し、それを行動にうつすことができるような「個」としての生活のあり方が重要になってくるといえる。

したがって、中高年者における「個」としての生活を実現する意義としては、二点ある。一つは、自らの生活を冷静にとらえ、自分の生活を再構築する力が備わることである。そして、もう一つは、「個」としての生活について、周囲、特に家族や親族との関係性を調整することは、互いにそれぞれの立場や相手への思いについて理解しあえる機会でもあり、また、理解しあえない場合には、検討する機会になることである。これは、日頃から、「個」としての生活について、中高年者とその家族との間で積極的に議論されたほうが、いざ何かが起きた時の葛藤や緊張の高まりは緩和されるのではないかといえる。

2.2.2. 課題

ここまで、中高年者における「個」としての生活の実現に関する意義について述べてきたが、課題もある。中高年者が「個」としての生活を実現させたいと考えていると仮定して、以下に二点の課題をあげる。

一つは、「個」としての生活を実現させるために、

周囲の理解と協力が不可欠になることである。

藤崎(1998:50)は、「余生」といわれる時期の長期化も重なり、最期まで自立的な個人として生き抜き、確固としたアイデンティティの基盤を維持したいと願う気持ちは、老年期の人々自身の基本的な欲求になってくるとし、このような欲求は、親しい人々との関係の中で培われ、その関係性を維持する過程で充足されると述べている。

したがって、アイデンティティを確立させ、維持させるためには、一人では不十分であり、周囲との関係性の中で芽生えるものである。そのため、周囲が批判や非協力的な姿勢や行動では、中高年者による「個」としての生活を実現させることは困難になるといえる。

もう一つは、「個」としての生活を実現させるために、周囲との関係性を調整することが困難な場合、その調整役が必要になることである。

中高年者自らがこれからの生活について考え、行動にうつすことを考えても、周囲の理解と協力は難しく、そのためにも、家族や親族、地域、福祉専門職などの調整役が必要になる。しかし、そのような調整役が周囲に存在していなかったり、あるいは、誰に相談すればよいのかという手段を把握していなかったりすると、周囲との関係性を調整することもできず、「個」としての生活について考える意識も気力もなくなるものといえる。

2.3. 仮説

これまでの論考をふまえて、本論では、以下の四点を仮説として提示することとする。

第一に、年齢が若いほうが、独居志向の意識獲得及び環境確保の程度は高まるといえる。これは、戦前の直系制家族における家族観や扶養観の影響により、年齢が高い高齢者のほうがこのような価値観を比較的、強固に根づかせているものと推測できる。

第二に、独居志向の環境確保の程度が高いことは、必ずしも孤独感の程度が高まることにはつな

がらないといえる。これは、「個」としての生活を実現することは、自己と他者との関係性について冷静に見極め、他者からの孤立や依存でもなく、自らの判断で他者との関係性を調整する視点や力を持っていることから、孤独感の程度が高まらないものと推測できる。一方、独居志向の意識獲得については、いくら意識の程度が高くても、諸事情で環境確保が実現できなければ、孤独感の緩和にはつながらないと推測できる。

第三に、独居志向の環境確保の程度が高いことは、むしろ自尊感情の程度が高まることにつながるものといえる。これは、「個」としての生活を実現することが、自らの役割や立場を積極的に再確認し、必要であれば、自らの役割や立場について、他者との関係性も含めて調整することでもある。そして、このような状況が円滑に遂行されれば、自己に対する評価や価値が高まるといえ、自尊感情の高揚につながるものと推測できる。一方、独居志向の意識獲得については、いくら意識の程度が高くても、諸事情で環境確保が実現できなければ、自尊感情が高まることにはつながらないと推測できる。

第四に、独居志向の意識獲得が高い状態であっても、環境確保の程度が高いほうが孤独感の緩和や自尊感情の保持につながるものといえる。少し視点を変えれば、独居志向の意識獲得の程度が同じように高い状態であっても、それを実現するための環境が整っていないければ、孤独感が高まったり、自尊感情の低下につながるものと推測できる。

3. 研究方法

3.1. データ収集の手続きと調査対象者

調査実施にあたり、地域で行われている学習活動や地域貢献活動の有無を分析の一変数としてとらえており、参加も不参加も標本の中に含む必要があるために、データ収集方法は、調査会社の個人サンプルデータから近畿二府四県に居住している満60歳以上の男女を無作為抽出法により1000

表1 調査対象者の属性

	男 性		女 性		合 計
60歳～64歳	84 (40.4%)		124 (59.6%)		208 (100.0%)
65歳～69歳	63 (44.4%)		79 (55.6%)		142 (100.0%)
70歳～74歳	61 (50.4%)		60 (49.6%)		121 (100.0%)
75歳以上	57 (52.3%)		52 (47.7%)		109 (100.0%)
合 計	265 (45.7%)		315 (54.3%)		580

	単独世帯	夫婦のみの世帯	同居子との世帯 (夫婦も含む)	その他	合計
60歳～64歳	11 (5.3%)	85 (40.9%)	98 (47.1%)	14 (6.7%)	208 (100.0%)
65歳～69歳	13 (9.2%)	77 (54.2%)	47 (33.1%)	5 (3.5%)	142 (100.0%)
70歳～74歳	14 (11.6%)	67 (55.4%)	36 (29.8%)	4 (3.3%)	121 (100.0%)
75歳以上	17 (15.6%)	58 (53.2%)	33 (30.3%)	1 (0.9%)	109 (100.0%)
合 計	55 (9.5%)	287 (49.5%)	214 (36.9%)	24 (4.1%)	580

人抽出したものを活用した。なお、個人サンプルデータは、層化二段無作為抽出法で住民基本台帳または選挙人名簿より抽出されている。

回収方法は、2006年5月に郵送留置調査法で回収を行い、記入もれなどの無効票23票を除外し、580票を分析対象とした（有効回答率58.0%）。

なお、調査対象者の性別は、男性が265名（45.7%）、女性が315名（54.3%）であり、調査対象者の年齢、世帯類型については、表1に示すとおりである。

また、本研究で使用した統計ソフトは、SPSS 8.0.1J for Windowsであることを付記しておく。

3.2. 変数の指標化

3.2.1. 孤独感尺度

孤独感尺度は、Russel, Peplau & Cutronaによって作成した改訂版 UCLA 孤独感尺度を工藤・西川（1994:190）によって翻訳された計20項目から構成されている。

孤独感尺度の評価指標としては、各質問項目に対して、「よく感じる（4点）」から「決して感じない（1点）」までの四件法による評定で定めており、その合計得点を孤独感尺度得点としている。なお、孤独感尺度得点は、得点が高ければ高いほど、孤独感の程度が高くなるように設定している。

なお、Cronbach's α 係数は.88であり、いずれの

年代別においても0.8を超える数値であった。

3.2.2. 自尊感情尺度

自尊感情尺度は、Rosenbergが作成し、山本ら（1994:67-69）によって翻訳された計10項目から構成されている。

Rosenbergの自尊感情尺度は、本来、米国の高校生の自尊感情を測定するために開発されたものであるが、大和ら（1990:147-167）は、高齢者を対象に自尊感情尺度を実施してきた先行研究実績からみても、また実施方法の簡易さや表現の簡潔さからみても、現段階では、Rosenbergの自尊感情尺度が高齢者の自尊感情を測定するには最も適していると評している。

自尊感情尺度の評価指標としては、各質問項目に対して、「そう思う（5点）」から「そう思わない（1点）」までの五件法による評定で定めており、その合計得点を自尊感情尺度得点としている。なお、自尊感情尺度得点は、得点が高ければ高いほど、自尊感情の程度が高くなるように設定している。

なお、Cronbach's α 係数は.83であり、いずれの年代別においても、0.7を超える数値であった。

3.2.3. 独居志向尺度

本研究で用いている独居志向尺度は、岩田

(1994 : 338-342) のプライバシー志向性尺度の下位尺度の一つである独居志向尺度 (7項目) に一部修正を加えた上で用いている。なお、その下位尺度の概念である独居志向とは、他人や家族からの干渉を受けず、一人の時間や空間を大切にandraえ、自分の意思で自由に行動できることを求めることである。

ところで、岩田の独居志向尺度は、その意識を獲得している程度を測定するものであるが、本研究では、それに加えて、独居志向を実現できる環境を確保している程度もあわせて測定している。これは、たとえ、独居志向の意識を獲得しても、それを実現できる環境が確保されていなければ、独居志向を反映した生活を実現することが困難になるととらえているからである。

したがって、本研究では、独居志向に関する意識を獲得する面と、独居志向に関する環境を確保する面の二側面から分析を試みている (表2)。

独居志向尺度 (意識獲得) の評価指標としては、各質問項目に対して、「あてはまる (5点)」から「全くあてはまらない (1点)」までの五件法による評定で定めており、その合計得点を独居志向尺度 (意識獲得) 得点としている。

なお、Cronbach's 係数は.89であり、いずれの

年代別においても、0.8を超える数値であった。

一方、独居志向尺度 (環境確保) の評価指標としては、各質問項目に対して、「確保できている (4点)」から「全く確保できていない (1点)」までの四件法の評定で定めており、その合計得点を独居志向尺度 (環境確保) 得点としている。

なお、Cronbach's 係数は.91であり、いずれの年代別においても、0.8を超える数値であった。

そして、独居志向尺度の意識獲得も環境確保もいずれもが、得点が高ければ高いほど、それぞれの程度が高くなるように設定している。

3.2.4. 独居志向類型

本研究では、独居志向に関する詳細な分析を試みるために、独居志向の意識獲得と環境確保との二軸直交による四類型 (以下、「独居志向類型」とする) を構成している。

なお、独居志向類型の構成方法は、独居志向尺度 (意識獲得) 得点 (C 得点 : consciousness) と独居志向尺度 (環境確保) 得点 (E 得点 : environment) を平均値によって高低群に分け、ce型・cE型・Ce型・CE型の四類型に分割している (図1)。

表2 独居志向尺度項目

意識獲得項目	環境確保項目
①一人であることのできる時間や空間は私にとって貴重である。	①一人であることのできる時間や空間を持っている。
②他人や家族の目を気にせずにくつろげる時間や空間を持ちたい。	②他人や家族の目を気にせずにくつろげる時間や空間を持っている。
③自分一人の世界を築くことができる個室は快適だと思う。	③自分一人の世界を築くことができる個室を持っている。
④一人になりたい時間や親しい人と二人きりでいたい時にはいつでもそのようにできることを望む。	④一人になりたい時間や親しい人と二人きりでいたい時にはいつでもそのようにできている。
⑤自分の部屋で一人になることができれば、心の安らぎを得られるので好きである。	⑤自分の部屋で一人になり、心の安らぎを得られている。
⑥他人の干渉を受けずに自由に行動できる状態を必要な時に確保することは重要である。	⑥他人の干渉を受けずに自由に行動できる状態を必要な時に確保している。
⑦他人にじゃまされずに自分の意志で自由に行動したい。	⑦他人にじゃまされずに自分の意志で自由に行動している。

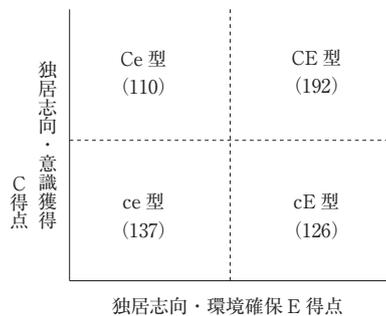


図1 独居志向類型 (括弧内は人数)

3.3. 分析枠組

分析枠組としては、年代別（5歳階級別）と独居志向（意識獲得）及び独居志向（環境確保）との関係性、年代別を統制した上で、独居志向（意識獲得）及び独居志向（環境確保）と孤独感との関係性、独居志向（意識獲得）及び独居志向（環境確保）と自尊感情との関係性、独居志向類型と孤独感との関係性、独居志向類型と自尊感情との関係性を明らかにするモデルを設定している。

4. 結果

4.1. 年代別と独居志向の意識獲得及び環境確保との関係性

年代別の間で、独居志向（意識獲得）及び独居志向（環境確保）の程度を一元配置分散分析と Games-Howell 法で分析したところ、60歳～64歳は、65歳～69歳よりも独居志向（意識獲得）の程度が高く、一方、75歳以上は、60歳～64歳よりも独居志向（環境確保）の程度が高かった（表3）。

したがって、第一の仮説「年齢が若いほうが、独居志向の意識獲得及び環境確保の程度は高まる」といえる」は一部、支持されたといえる。独居志向の意識獲得では、仮説どおりの結果が得られたが、独居志向の環境確保では、むしろ、75歳以上のほうが「個」としての生活のあり方を実現させている程度が高かった。

表3 年代別と独居志向との関係性 (ONEWAY)

意識獲得	N	Mean	SD	F値
60歳～64歳	207	25.90	5.73	2.678*
65歳～69歳	141	24.03	6.36	
70歳～74歳	117	25.02	7.10	
75歳以上	104	25.75	6.97	
環境確保	N	Mean	SD	F値
60歳～64歳	206	22.49	5.20	4.080**
65歳～69歳	142	23.29	4.26	
70歳～74歳	118	23.71	4.30	
75歳以上	104	24.27	3.69	

*p<.05, **p<.01

4.2. 独居志向の意識獲得及び環境確保と孤独感との関係性

まず、年代別を統制した上で、独居志向（意識獲得）と孤独感との関係性を Pearson の相関係数で分析したところ、いずれの世代においても関係性は認められなかった。

次に、年代別を統制した上で、独居志向（環境確保）と孤独感との関係性を Pearson の相関係数で分析したところ、60歳～64歳と65歳～69歳では、有意な負の相関が認められた（表4）。

したがって、第二の仮説「独居志向の環境確保の程度が高いことは、必ずしも孤独感の程度が高まることにはつながらないといえる」が支持されたといえる。すなわち、60歳～64歳、65歳～69歳では、独居志向の環境確保の程度が高ければ、孤独感が緩和される結果であった。

4.3. 独居志向の意識獲得及び環境確保と自尊感情との関係性

まず、年代別を統制した上で、独居志向（意識獲得）と自尊感情との関係性を Pearson の相関係数で分析したところ、いずれの世代においても関係性は認められなかった。

次に、年代別を統制した上で、独居志向（環境確保）と自尊感情との関係性を Pearson の相関係数で分析したところ、60歳～64歳と65歳～69歳、70歳～74歳では、有意な正の相関が認められた（表5）。

表4 独居志向（環境確保）と孤独感との関係性（Pearsonの相関係数）

	相関係数
60歳～64歳	-.294*** (N=204)
65歳～69歳	-.219** (N=140)

p<.01, *p<.001

表5 独居志向（環境確保）と自尊感情との関係性（Pearsonの相関係数）

	相関係数
60歳～64歳	.291*** (N=205)
65歳～69歳	.240** (N=142)
70歳～74歳	.349*** (N=118)

p<.01, *p<.001

したがって、第三の仮説「独居志向の環境確保の程度が高いことは、むしろ自尊感情の程度が高まることにつながるものといえる」が支持されたといえる。すなわち、60歳～64歳、65歳～69歳、70歳～74歳では、独居志向の環境確保の程度が高ければ、自尊感情が高まる結果であった。

4.4. 独居志向類型と孤独感との関係性

年代別を統制した上で、独居志向類型と孤独感との関係性を一元配置分散分析と Tukey 法で分析したところ、60歳～64歳では、cE型は、ce型やCe型よりも孤独感が低く、CE型は、Ce型よりも孤独感が低かった。次に、65歳～69歳では、CE型は、ce型よりも孤独感が低かった。そして、70歳～74歳及び75歳以上では、独居志向類型間において孤独感の程度に差は認められなかった(表6)。

したがって、第四の仮説「独居志向の意識獲得が高い状態であっても、環境確保の程度が高いほうが孤独感の緩和や自尊感情の保持につながるものといえる」が支持されたといえる。60歳～64歳では、仮説どおりの結果が得られただけでなく、独居志向の意識獲得が同じように低い状態であっても、環境確保の程度が高いほうが孤独感の緩和につながるという結果も得られた。

表6 独居志向類型と孤独感との関係性（ONEWAY）

(60歳～64歳)	N	Mean	SD	F値
ce型	47	48.87	8.40	7.704***
cE型	39	42.33	9.15	
Ce型	51	50.35	8.93	
CE型	67	44.55	9.90	
(65歳～69歳)	N	Mean	SD	F値
ce型	41	50.32	8.61	3.900**
cE型	36	45.97	8.42	
Ce型	22	49.18	10.26	
CE型	40	44.15	8.55	

p<.01, *p<.001

4.5. 独居志向類型と自尊感情との関係性

年代別を統制した上で、独居志向類型と自尊感情との関係性を一元配置分散分析と Tukey 法(等分散が仮定されている場合)もしくは、Games-Howell 法(等分散が仮定されていない場合)で分析したところ、60歳～64歳では、ce型は、cE型やCE型よりも自尊感情が低く、Ce型は、cE型やCE型よりも自尊感情が低かった。次に、65歳～69歳では、CE型は、ce型やCe型よりも自尊感情が高かった。そして、70歳～74歳では、Ce型は、ce型やcE型、CE型よりも自尊感情が低かった。最後に、75歳以上では、独居志向類型間において自尊感情の程度に差は認められなかった(表7)。

したがって、第四の仮説「独居志向の意識獲得が高い状態であっても、環境確保の程度が高いほうが孤独感の緩和や自尊感情の保持につながるものといえる」が支持されたといえる。60歳～64歳、65歳～69歳、70歳～74歳では、仮説どおりの結果が得られただけでなく、60歳～64歳では、独居志向の意識獲得が同じように低い状態であっても、環境確保の程度が高いほうが自尊感情の保持につながるという結果も得られた。さらに、70歳～74歳では、独居志向の環境確保が同じように低い状態の場合、意識獲得の程度が高いほうが自尊感情の低下につながるという結果も得られた。

表7 独居志向類型と自尊感情との関係性 (ONEWAY)

(60歳～64歳)	N	Mean	SD	F値
ce型	46	35.09	4.38	9.901***
cE型	40	39.73	7.78	
Ce型	52	34.10	5.33	
CE型	67	38.28	5.68	
(65歳～69歳)	N	Mean	SD	F値
ce型	41	33.54	5.37	5.001**
cE型	37	36.30	4.86	
Ce型	22	33.95	5.74	
CE型	41	37.63	5.36	
(70歳～74歳)	N	Mean	SD	F値
ce型	30	35.97	5.36	7.430***
cE型	25	38.96	5.83	
Ce型	15	31.07	3.59	
CE型	46	37.15	5.37	

p<.01, *p<.001

5. 考察

5.1. 年代別と独居志向の意識獲得及び環境確保との関係性

年齢が若いほうが独居志向の意識獲得の程度が高かったことは、おそらく、戦後生まれの団塊世代以降、ますます、顕著な結果が認められるものといえる。しかし、注目すべきことは、75歳以上のほうが60歳～64歳よりも独居志向の環境確保の程度が高かったことである。もう少しいえば、すべての世代の中で、環境確保の程度が最も高い結果になっており、意識獲得の程度も決して低い数値ではなかった。このように、本研究の質問紙に回答できるような状態である75歳以上の高齢者は、「個」としての高齢者の生活を実現させている割合が高いことから、現在の状態があるからこそ「個」としての生活を実現させているのか、「個」としての生活を実現させることが現在の状態を生み出しているのかについては、今後、研究を深める必要があるといえる。

5.2. 独居志向の意識獲得及び環境確保と孤独感との関係性

「個」としての生活を実現させることは、特に、

60歳代にとっては、決して苦痛なものではなく、むしろ、自己のあるべき立場や役割、他者との適切な関係性について調和がとれていないほうが孤独感が高まることが示されており、そこには、中高年者の心がまえだけでなく、周囲の理解や協力も必要になるといえる。

5.3. 独居志向の意識獲得及び環境確保と自尊感情との関係性

60歳～74歳までの中高年者にとっては、様々な喪失を経験しやすい時期であるが、「個」としての生活を実現させることは、自己の価値や評価を保持させる要素になっているといえ、その要因として、有用感や自己肯定などに影響を与える、中高年者からの他者や社会に対する発信や貢献への広がりやうかがえるものといえる。

5.4. 独居志向類型と孤独感との関係性

本研究の結果から、中高年者自らが「個」としての生活を実現させたいと考えていても、それが実現できなければ、孤独感につながっている。「個」としての生活の実現とは、他者との関係性を否定するものではなく、むしろ、調和するものであることから、周囲の家族や親族、地域との関係性も適切な心理的距離を保持することができ、また、自らのよりどころも一極集中するものではなく、広がりがあるものと推察できる。そのため、他者との関係性によって生じる孤独感もそれほど大きなダメージを受けることなく、孤独感の緩和につながるものと考察できる。

竹中(2000:195)も、「孤立の状況におかれようと、精神的に健康な人は、常に周囲の状況や出来事に関心を持ち、自分にとっての意味を考えている」と述べている。すなわち、自身の置かれている状況が決して安泰なものではなかったとしても、周囲や様々な出来事に関心を持ち、自己と他者との関係性について冷静に見極めることが精神的健康につながるものと解釈できる。したがって、「個」としての生活を実現させることは、一見、

孤立のような孤独感を高めるような状況下におかれたとしても、孤独感を緩和させる働きがあるといえる。

また、60歳～64歳では、独居志向の意識獲得の程度が同じように低い状態であっても、環境確保の程度が高ければ、孤独感の緩和につながる結果になっている。したがって、周囲の家族や親族、福祉専門職は、たとえ、中高年者自らが「個」としての生活を實現させることに関心を持っていなかったとしても、「個」としての生活や人生について考え、行動にうつすことの重要性について共に学び、実践できるように、積極的に協力することが大切である。さらに、行政や地域、企業でも、今後も、中高年者の「個」としての生活の重要性について発信することが大切であり、多様化するライフスタイルに有用な講座や事業、魅力あふれる活動なども積極的に打ち出すべきであるといえる。

5.5. 独居志向類型と自尊感情との関係性

高橋（1996：168）は、「『老い』に対する不十分な知識が否定的な高齢者像をつくりあげ、否定的なラベルを高齢者に貼ることで、差別され、遺棄される高齢者は、家族や社会から隔てられ、孤立した状態におかれることがある」と述べている。

本研究の結果からも、中高年者自らが「個」としての生活を實現させたいと考えていても、何らかの事情や理由でそれが實現できなければ、無用感や自己否定につながるものといえる。そして、この何らかの事情や理由の中には、周囲の家族や親族、地域からのアプローチや状況によって、中高年者による「個」としての生活を實現させることが遂行されていないこともある。

具体的にいえば、エイジズムのように、周囲の家族や親族、地域が「高齢者はこうあるべきである」という固定観念から、高齢者の生活や人生を抑制するようなアプローチをするのではなく、促進するようなアプローチを展開させることが、中高年者の自尊感情を保持させる要因の一つになる

と考察できる。さらに、このような促進するアプローチの重要性について、高齢者やその家族を支援する福祉専門職もしっかりと認識しておく必要がある。

なお、70歳～74歳では、独居志向の環境確保の程度が低い状態である場合、意識獲得の程度が高いほうが自尊感情の低下につながっていることから、「個」としての生活の實現が困難である場合、意識獲得の程度が高いほうが低い場合よりも、かえって、自己の価値や評価を下げる結果になっている。そのため、「個」としての生活を實現させたいという思いがかなえられないことは、高齢者の精神的状態にかなりのダメージを与えているものといえ、中高年者におけるこのような思いを決して見逃してはいけないと考察できる。

また、60歳～64歳では、独居志向の意識獲得の程度が低い状態であっても、環境確保の程度が高いほうが自尊感情の保持につながっており、特に、中高年者が「個」としての生活に関する意識を持たなくても、このような生活を實現させることが中高年者の自尊感情を高めることになっている。したがって、周囲の家族や親族、福祉専門職は、中高年者による「個」としての生活や人生について考え、行動にうつすことの重要性について粘り強く訴えかけることが大切である。さらに、行政や地域、企業でも、中高年者の「個」としての生活の實現が自尊感情の保持につながるための一助になるような社会資源を積極的に創設することも今後、より一層、必要になるものといえる。

6. 結論と今後の課題

本研究から得られた主な結論は、以下の四点である。

第一の結論として、年齢が若いほうが独居志向の意識獲得の程度は高まるといえる。今後、戦後生まれの高齢者が増えることから、独居志向の意識を獲得する高齢者も増加するものと結論できる。一方で、独居志向の環境確保の程度について

は、むしろ、75歳以上の高齢者が有意に高い結果となり、この要因については、今後、研究の余地があるといえる。

第二の結論として、独居志向の環境確保の程度が高いことは、孤独感の程度が高まらないものといえる。特に、60歳代の中高年者にとっては、「個」としての生活を実現させることが、自らの置かれている立場や役割を見極め、他者との関係性を冷静に分析し、適切な心理的距離を保持することであり、これが孤独感を低下させる要因になるものと結論できる。

第三の結論として、独居志向の環境確保の程度が高いことは、自尊感情の保持につながるものといえる。なかでも、様々な喪失を経験しやすい60歳～74歳の中高年者にとっては、「個」としての生活を実現させることが、自分の殻の中にこもるのではなく、むしろ、アイデンティティの見直しや他者との関係性の調整、新たな活動領域の獲得の可能性など、自己の価値や評価を保持させるような働きが加速されやすいものと結論できる。

第四の結論として、独居志向の意識獲得が同じように高い状態であっても、あるいは、低い状態であっても、環境確保の程度が高いほうが孤独感の緩和や自尊感情の保持につながるものといえる。さらに、独居志向の環境確保の程度が低い状態の場合、意識獲得の程度が高いほうがかえって自尊感情の低下につながるものといえる。

中高年者自らが「個」としての生活を実現させたいと思っても、それが実現できなければ、孤独感が高まったり、自尊感情が低下したりしていることから、「個」としての生活の実現とは、他者との関係性を否定するものではなく、周囲の家族や親族、地域の適切な心理的距離を保持することであり、自己の立場や役割、他者との関係性について前向きにとらえられるものといえる。しかし、例えば、エイジズムのように、周囲の家族や親族、地域が中高年者に対する固定観念を押しつけるような言動を行えば、中高年者はかなりの精神的なダメージを受けることになる。

さらに、中高年者が「個」としての生活を実現させたいと思っていなくても、このような生活が実現できれば、孤独感が緩和されたり、自尊感情が保持されたりしていることから、周囲の家族や親族、福祉専門職は、中高年者と共に、「個」としての生活のあり方や重要性について積極的に話し合い、中高年者が実践にうつせるように、協力する姿勢を持つことが大切である。また、行政や地域、企業は、このような状況を後押しできるような事業を積極的に展開していくべきであるといえる。

今後の課題としては、以下の二点をあげておきたい。

まず、前述の「年代別と独居志向の意識獲得及び環境確保との関係性」における考察でも述べたように、現在のような心身の状態であるからこそ「個」としての生活を実現させているのか、それとも、「個」としての生活を実現させることが現在の心身の状態を生み出しているのかについては、今後、縦断的研究や横断的研究を通して、深める必要があるといえる。

また、本研究から、「個」としての高齢者の持つ可能性や、「個」としての生活を実現させる効果について明らかにされつつあることから、「個」としての生活のあり方と周囲の家族や親族、地域との関係性の現状について詳細に分析することと、「個」としての高齢者とその高齢者を取りまく家族や親族、地域などの社会資源との関係性を円滑に図る過程を分析することも今後の課題である。

参考文献

- 安達正嗣 (1999) 『高齢期家族の社会学』世界思想社。
- 安達正嗣 (2003a) 『超高齢社会と向き合う』田尾雅夫・西村周三・藤田綾子編 名古屋大学出版会。
- 安達正嗣 (2003b) 「高齢者の生きがいとしての家族・親族・地域関係の再構築」『生きがい研究』9, 52-64.
- 青木邦男 (2002) 「健康指導教室参加高齢者の自尊感情の変化に関連する要因」『社会福祉学』43(1), 188-200.

- 藤崎宏子 (1998) 『現代家族問題シリーズ4 高齢者・家族・社会的ネットワーク』培風館.
- 岩田 紀 (1994) 『心理尺度ファイル—人間と社会を測る—』堀 洋道・山本真理子・松井 豊編 垣内出版.
- 城 佳子・児玉桂子・児玉昌久 (1999) 「高齢者の居住状況とストレス—プライバシー欲求の視点から—」『老年社会科学』21(1), 39-47.
- 工藤 力・西川正之 (1994) 『心理尺度ファイル—人間と社会を測る—』堀 洋道・山本真理子・松井 豊編 垣内出版.
- 長津美代子 (2004) 『MINERVA 福祉ライブラリー 68 少子化社会の家族と福祉』袖井孝子編著 ミネルヴァ書房.
- 内閣府 (2007) 『高齢社会白書 (平成 19 年版)』ぎょうせい.
- 内閣府 (2010) 『高齢社会白書 (平成 22 年版)』佐伯印刷.
- 中原 純・藤田綾子 (2007) 「向老期世代の現在の生き方と高齢期に望む生き方の関係」『老年社会科学』29(1), 30-36.
- 大熊保彦 (1995) 「中高年者にみる喪失と受容」『現代のエスプリ別冊〈揺らぐ家族と心の健康シリーズⅢ〉中高年の心理と健康—21 世紀の高齢者に幸福な環境とは—』岡堂哲雄編 至文堂.
- 高橋正人 (1996) 『MINERVA 福祉ライブラリー 7 わかりやすい家族関係学』山根常男・玉井美知子・石川雅信編著 ミネルヴァ書房.
- 竹中星郎 (2000) 『高齢者の孤独と豊かさ』NHK ブックス.
- 辻 正二 (2003) 『ニューセンチュリー社会心理学 6 エイジングの社会心理学』辻 正二・船津 衛編著 北樹出版.
- 山本真理子・松井 豊・山成由紀子 (1994) 『心理尺度ファイル—人間と社会を測る—』堀 洋道・山本真理子・松井 豊編 垣内出版.
- 大和三重・前田大作・野口裕二・中谷陽明・直井道子・坂田周一・玉野和志 (1990) 「日本の高齢者の自尊感情とその要因分析」『老年社会科学』12, 147-167.

A study on the relationship with orientation toward personal time, space of the middle-aged, and mental health

Yuriko Hashimoto

Department of Social Welfare, Kansai University of Welfare Sciences

The purpose of this paper is to analyze the relationship with orientation toward personal time and space of the middle-aged, and their mental health.

Major conclusion of this study was that the consciousness and the environment of orientation toward personal time and space of the middle-aged had a significant effect on their mental health.

Especially, the finding showed that despite of the high level of the consciousness of orientation toward personal time and space of the middle-aged, the dimension of the low level of the environment of it prevented them from lowering the feeling of their loneliness and lifting the feeling of their self-esteem. Therefore, it is necessary that social workers cooperate with the family and the relatives of the middle-aged for the preservation of orientation toward personal time and space of them.

Key words: the middle-aged, orientation toward personal time and space, mental health, the feeling of loneliness, the feeling of self-esteem