

厚生科学研究費補助金(健康科学研究事業)
(分担) 研究報告書

「生きがい」に関する研究の展開

－高齢者を対象とした実証データに基づいた調査ならびに文献研究－

分担研究者 長谷川明弘(東京都立大学大学院都市科学研究科 博士課程)

研究要旨

「生きがい」という言葉は日本独特の意味を持っており、様々な概念を包括している。

老年学で「生きがい」研究が盛んになった背景には前向きに生活する高齢社会を築くための理論研究の基礎として「生きがい」研究は大きな意味を持ってくるからである。

研究Ⅰでは65歳以上の高齢者 1544 名に聞き取り調査を行った。その中で「生きがい」の有無を尋ねて、性別や年齢階層、健康度自己評価との関係を検討した。その結果、性別でみた「生きがい」の有無では、どちらも 80%くらいが『「生きがい」ある』と回答しており、割合に差は認められなかった。また年齢が高くなるにつれて『「生きがい」なし』の割合が高くなっていくが85歳～89歳までが『「生きがい」なし』の割合のピークで 36.8%となり、90歳以上になるとそれが 32.6%となつてわずかに減ることから90歳を過ぎると「生きがい」ありの割合が高くなるのは生死とは別の次元の超越した自己の存在を受け入れるためであると考えられた。女性の「生きがい」にはライフイベントによる影響を受けにくいが男性の「生きがい」はライフイベントの影響を受けやすいと考えられた。

「生きがい」がある人は健康度自己評価が高くなることは健康であるが故に「生きがい」をもって生活できることを意味していると考えられた。

研究Ⅱではこれまでの「生きがい」研究で報告された定義を整理し、それらをまとめて新しい定義を規定することを目的とした。2000年12月までに発表された論文から「生きがい」と表題のついた研究論文を主に入手した。日本における「生きがい」研究の歴史では神谷(1966)、見田(1970)、小林(1989)、柴田(1998)、近藤ら(2000)の研究を紹介した。特に神谷は「生きがい」を「生きがい対象」と「生きがい感」に分けたことや、近藤らが高齢者の生きがい感を「何ごとにも目的を持って生きていく張り合い意識である、また何かを達成した、向上した、人に認めてもらっていると思えるときにも感じられる意識」と操作的定義を行った。海外では日本語での「生きがい」を表す言葉が存在しないため、生きがいと関連のあると考えられる研究を紹介した。

その結果、日本においては、文献調査が多く、調査によって測定された研究が全くといって良いほど存在していない。海外で作成されたスケールを使用してデータを取り国内で標準化しようという試みが多くなされてきたことが明らかになった。

そこでこれまでの文献研究から考え出された「生きがい」の定義を新しく設定した。『「生きがい」とは、自己が過去の経験、現在の出来事、未来のイメージといった「(「生きがい」の)対象」を心に思い浮かべたときに伴って湧いてくる安心感や充実感だけでなく、孤独感といった種々の感情、つまり「(「生きがい」の対象に)伴う感情」を統合した自己の心の働きである。』これを図示した。

今後は「生きがい」の実証調査による研究が必要であり、「生きがい」の有無や程度といった目的変数やその対象となる説明変数を明らかにして行く必要があり、「生きがい」を測定できる簡便な尺度が完成すれば、医療・保健・福祉・教育領域だけでなく日本文化を探る独創的な研究が可能となってくるであろうし国による違いも検討できるようになるであろう。

研究 I

A. 研究目的

「生きがい」という言葉は日本独特の意味を持っており、外国語に翻訳する事が難しい言葉である。英語に訳すならば self-actualization(自己実現)や meaning of life(人生の意味)、purpose in life(人生の目的)となり、日本語でいう「生きがい」は様々な概念を包括している。

老年学の研究者はこの「生きがい」に近年注目している。既に主観的健康感(健康度自己評価)と社会的ネットワークの尺度が作られ(藤南ら,1995)、QOL 中の生活満足度や主観的幸福感と productivity ならびに主観的健康感や社会的ネットワークとの関連性が論じられたり、国際比較研究が報告されている(杉田,1994;柴田 1997,1998;高橋ら,1998)。これらの尺度は社会調査で用いられている。

このように老年学で「生きがい」研究が盛んになった背景には今後急速な高齢社会を迎えるにあたり、前向きに生活する高齢社会を築くための理論研究の基礎として「生きがい」研究は大きな意味を持つてくるからである。しかし現時点でわかっていることは「高齢者の生きがい」を測定する尺度の研究は日本ではようやく着手されてきたところである。

「生きがい」は様々な概念を含んでいることは既に述べた。「生きがい」概念を定義することはデータの蓄積がほとんどなく、その類似性が論じられてきたに過ぎない。そこで今回は聞き取り調査の中で「生きがい」の有無を尋ねることに限定して、性別や年齢階層、主観的健康感(健康度自己評価)との関係や、「生きがい」と似ている言葉として「生活のはり」を取り上げ、「生きがい」の有無との関係を検討することが目的となる。

B. 研究方法

新潟県 Y 町在住の 65 歳以上全高齢者 1673 名(2000 年 10 月 1 日現在)を対象に、同年 11 月に面接聞き取り調査を実施した。入院・入所中、拒否などを除き 1544 名(92.3%)が応答した。

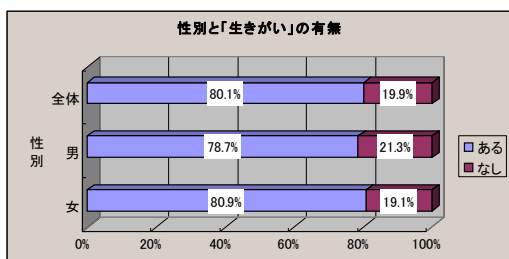
調査項目は健康度自己評価、痛みの部位、最近1ヶ月間の通院の有無とその疾病名、一年間の入院の有無、脳卒中、心臓病、高血圧、糖尿病の診断の有無と治療歴、老研式日常活動能力調査、日常動作能力、移動能力、MMSE、仕事、家事、生活習慣、入れ歯使用の有無、食習慣、同居家族構成、運動習慣、趣味、生活満足度、転倒頻度や転倒への構え、外出頻度と外出先、地域活動、近所づきあい、身長・体重、ペット、生きがいの感じ、生活のはりの有無、生きがいの有無、自治体への要望であった。本報告では、①性別と「生きがい」の有無、②年齢階級と「生きがい」の有無、③男性の年齢階層と「生きがい」の有無、④女性の年齢階層と「生きがい」の有無、⑤健康度自己評価と「生きがい」の有無、⑥生活のはりの有無と「生きがい」の有無の関係をそれぞれ分析し報告する。

(倫理面への配慮)

事前に自治体から行政の資料や学術目的以外の使用をしないという説明会を行い、さらに調査時にも調査員から調査の意味や目的さらにはプライバシーの保護について説明を行った。どちらでも調査を受けることの有無に関わらず個人に不利益が生じないことを説明した。

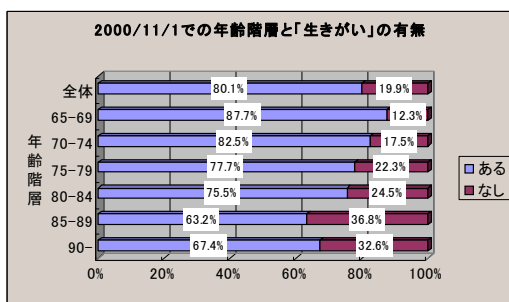
C. 研究結果

①性別と「生きがい」の有無



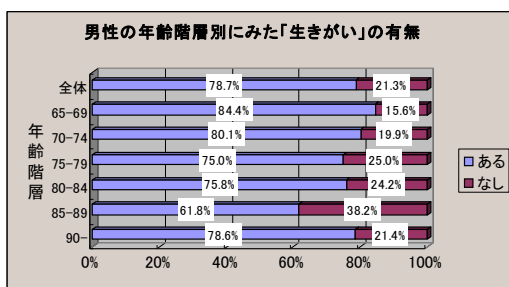
性別でみた「生きがい」の有無では、どちらも 80%くらいが「『生きがい』ある」と回答しており、割合に差は認められなかった。

②年齢階層と「生きがい」の有無



これは男女を合わせて年齢階層別に「生きがい」の有無の割合を示した。年齢が高くなるにつれて「『生きがい』なし」の割合が高くなっていくが85歳～89歳までが「『生きがい』なし」の割合のピークで 36.8%となり、90歳以上になるとそれが 32.6%となつてわずかに減る。

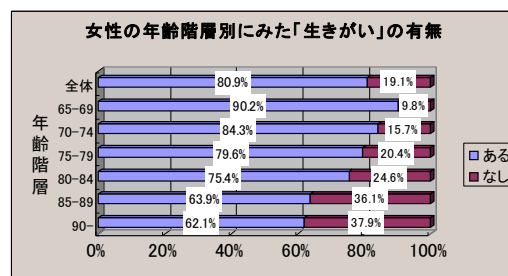
③男性の年齢階層と「生きがい」の有無



男性だけの年齢階層別にみた「生きがい」

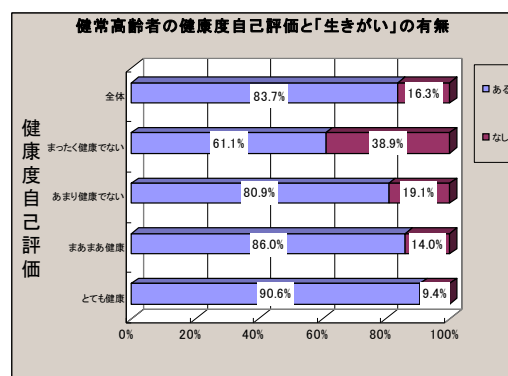
の有無では年齢が高くなると共に「『生きがい』なし」の割合が増えていき、75-79歳を過ぎて80-84歳になると一度割合が低下した。しかし85-89歳では38.2%の人が「『生きがい』なし」と回答し、その割合が一番高くなっている。けれども90歳以上になると、それ以前の年齢まで増えてきた「『生きがい』なし」の割合が減少して21.4%となっていた。

④女性の年齢階層と「生きがい」の有無



女性だけの年齢階層別にみた「生きがい」の有無では、年齢が高くなると共に「『生きがい』なし」の割合が増えていき、一番年齢層の高い90歳以上では37.9%となり、その割合も一番高くなった。

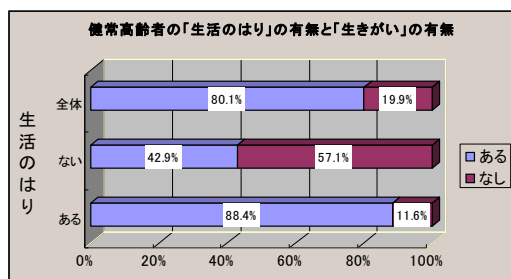
⑤健康度自己評価と「生きがい」の有無



健康度自己評価では「とても健康である」を選んだ人は「『生きがい』あり」の割合が高く、自己評価での健康度が低くなるに連れて「『生きがい』あり」の割合も低くなってい

った。

⑥「生活のほり」と「生きがい」の有無



「生活のほり」があり「生きがい」もある人は 88.4%いた。けれども「生活のほり」がないにもかかわらず「生きがい」がありと回答した人は 42.9%となっていた。

D. 考察

「生きがい」=自分(自己の存在)

高齢者の世代別でみて年齢と共に「なし」の割合が高くなっていくのは、「生きがい」自体が自分の存在と区別できないことになっているからだと考えられる。つまり「生きがい」=自分(自己の存在)となる。その理由として自分が存在しなくなる「死」が高齢になるほど避けられなくなるからである。

しかし90歳を過ぎると「生きがい」ありの割合が高くなるのは生死とは別の次元の超越した自己の存在を受け入れるためであると考えられる。ただしこの「自己存在」や「自己存在の受容」が「生きがい」の必要条件であるか、それとも「生きがい」の概念に含まれるものであるか検討の余地がある。

「性別」による違い

男性は60歳前後で定年を迎え仕事から離れることが「生きがい」に大きな影響を与えていると思われる。そのため同年齢の女性と比べて「『生きがい』あり」と回答する割合が低いのであろう。続いて男性の平均寿命(77.16歳)の年齢階層では同世代の知人との死別が大きく影響を与えて低下するも

のその年齢階層(75-79歳)を過ぎて、年齢階層(80-84歳)で若干であるが「『生きがい』あり」の割合が増すのは、生きてこの世の中に存在している自分を受け入れるためだと考えられる。けれども次の年齢階層(85-89歳)で「『生きがい』なし」の割合が一気に増加するのは丁度この年齢階層が女性の平均寿命と重なることから配偶者との死別が大きいのではないかとと思われる。それらを乗り越えて90歳を越えるとまた「生きがい」となるものを見つけていくことがいえそうである。

女性は平均寿命である 84.01 歳を越えるかどうかに関係なく、年齢の増加と共になしの割合が高くなっていった。

女性は男性と比べて年齢が増すにつれて段階的に「『生きがい』あり」の割合が低下してきていることから、女性の「生きがい」には配偶者の死というライフイベントによる影響を受けにくいと思われる。

「生きがい」がある人は自分も健康

「生きがい」がある人は健康度自己評価が高くなることは健康であるが故に「生きがい」をもって生活できることを意味していると考えられる。

「生きがい」と「生活のほり」は種類が違う

かつて予備調査をしたとき「生きがい」に似た言葉として「生活のほり」があることを指摘された。そこで今回の調査でその関係を探った。その結果からわかったことは「生きがい」と「生活のほり」は種類が違うものであった。ただしこの結果だけでは明確に別のものであるといえないので「生きがい」の概念に「生活のほり」が含まれるものなのか、あるいは全く別の概念に含まれているものなのか今後も検討する必要がある。

研究Ⅱ

A. 研究目的

研究Ⅰでは実証データから「生きがい」と「性別」、「年齢階級」、「健康度自己評価」、「生活のはり」との関係が実証データで示された。けれども「生きがい」そのものの概念整理が不明確のままである。

そこで、研究Ⅱではこれまでの「生きがい」研究で報告された定義を整理し、それらをまとめて新しい定義を規定することを目的とする。

B. 研究方法

2000年12月までに発表された論文から「生きがい」と表題のついた研究論文を入手した。このほかにインターネットの書店で「生きがい」を入力し、検索された文献で古書店を含めて入手可能なものを用いた。

(倫理面への配慮)

文献調査であるため必要なし

C. 研究結果

日本における「生きがい」研究の歴史

1966年に執筆された神谷美恵子による「生きがいについて」は体系化された研究となっている。神谷は「生きがい」という表現の中にもっと具体的、生活的なふくらみがあることを指摘している。神谷は「生きがい」を「生きがい」の源泉、または対象となるものを指している場合と、「生きがい」を感じている精神状態を意味するときの2つの要素に分けて考えている。その根底には次の7つの欲求、すなわち生存充実感への欲求、変化への欲求、未来性への欲求、反響への欲求、自由への欲求、自己実現への欲求、意味と価値への欲求があるとしている。

見田(1970)は1963年にテレビ局が2,639名に行った全国世論調査やそれをも

とに1967年に見田自身が行った全国青壮年意識調査といった社会調査を中心としたデータから「生きがい」研究を展開している。見田は「生きがい」を、未来と現在、他者と自己との相乗的・相互媒介的な構造であると定義した。

小林(1989)は国内外の「生きがい」に関する文献をまとめ上げ、「生きがい」を複合的な要素の組合わさったものとした。小林はマスローのいう基本的欲求と心理的成熟の2つを土台としてその上に「生きがい」があり、「生きがい」は外部からの圧力(うつ病、死の告知など)によって消失しやすいものと定義している。

柴田(1998)は老年学の研究から「生きがい」を従来のQOLに、なにか他人のためにあるいは社会のために役立っているという意識や達成感が加わったものであると定義した。

近藤ら(2000)は391名(男:190名、女:201名、平均年齢72.96歳)に質問紙調査を行って、高齢者の「生きがい」感スケールを作成し妥当性と信頼性が検討された。そこから自己実現と意欲、生活充実感、生きる意欲、存在感といった4つの因子が抽出された。また高齢者の生きがい感を「何ごとにも目的を持って生きていく張り合い意識である、また何かを達成した、向上した、人に認められていると思えるときにも感じられる意識」と操作的定義を行った。

海外における「生きがい」研究の歴史

海外では日本語での「生きがい」を表す言葉が存在しないため、生きがいと関連のあると考えられる研究を紹介せざるを得ない。

Lawton,M(1972)はPCGモラルスケール(Philadelphia Geriatric Center Morale Scale)を作成した。最初は22項目で作成されたが、改訂版では17項目に修正されて

いる。因子分析の結果、このスケールは3つの因子、すなわち心理的動揺・安定に関わる因子(Agitation)、自分の老化について態度に関わる因子(Attitude toward Own Aging)、孤独感・不満感に関わる因子(Lonely Dissatisfaction)から成っているとされた。

Neugarten, et al(1961)は生活満足度目録(Life Satisfaction Index A;LSI-A)を作成した。心理的幸福は、①日常生活におけるいろいろな活動の中に喜びを見いだしているかどうか(zest 対 apathy)、②自分の人生を意義あるもの meaningful と感じ、これまでの人生をはっきりと受け入れているかどうか-resolution and fortitude、③これまでの生活において、自分の人生の主な目的を達成し得た、と感じているかどうか-congruence between desired and achieved goals、④積極的、肯定的な自己像をもっているかどうか-positive self-concept、⑤しあわせな、楽天的な態度、もしくは気分であるかどうか-mood tone といった5つの要素から成り立っているという前提に基づいていた。

Larson(1978)は米国における過去30年にわたるモラル、生活満足度、幸福度の研究を見直し、それらの上位概念として主観的幸福感(subjective well-being)を提案した。

Crumbaugh ら(1964)は第二次大戦中にナチスの迫害を受けた経験がある精神科医の Frankl の実存分析の観点から精神因性神経症が、力動的に解釈されている従来の神経症と異なるものかどうかを知ることが最終的なねらいとし、「人生の意味、目的」という実存的概念の数量化を進めること、特に、Frankl の記述した実存的欲求不満の状況を数量的に測定することを目指して、Purpose-in-Life Test (PIL)を考案した。

日本における「生きがい」に関する海外で作成された評価尺度を標準化する試み

Crumbaugh らによって作成された人生の目的(Purpose in life)テストが岡堂ら(1993)によって標準化されマニュアルとともに出版されている。

Lowton らの PGM については前田ら(1979)、古谷野(1981)、杉山ら(1981)が標準化を試みて、日本においても米国とほぼ同様の因子構造が確認されている。

河合(1981)は老人大学の受講生150人、平均年齢 69.5 歳(男 71 人、女性 79 人)に対して PIL を用いた研究を報告している。結果は女性の人生の意味が画一的で、一方で男性は多彩であることを明らかにし、人生に対する態度の差から生じていると考察

内藤ら(1989)は主観的幸福感と自覚健康度(主観的健康感)の関係をみるために、公立老人福祉大学受講者 469 名とデイケア通所者 148 名という2群の高齢者に自覚健康度10項目ならびに PGM と LSIA を用いて調査をし、新しく生活満足度尺度を作成した。続いて生活満足度尺度と自覚健康度との関連を検討し、「どうき、息切れがする」、「胃のぐあいが悪い」、「せき、たんがでる」の3項目が主観的幸福感の独立した指標となりうることを明らかにした。

D. 考察

「生きがい」の測定方法

日本においては、文献調査が多く、調査によって測定された研究が全くといって良いほど存在していない。つまり国内における「生きがい」の先行研究はほとんどが思弁的で特定の価値観や恣意的な意味合いが混じり合った報告が多かった。一方で海外で作成されたスケールを使用してデータを取り国内で標準化しようという試みが多くなされてきた。

一方海外では調査票による調査が盛んであるが、「生きがい」という言葉自体が存在しない。

我が国では主観的健康感や社会的ネットワークだけでなく生活満足度、主観的幸福感、productivity、QOL尺度、Locus of control、Self-esteem尺度、高次生活機能についての尺度例えば我が国で作成された「老研式活動能力指標」が調査に用いられている。これらの概念は「生きがい」と関連が強いように考えられる。

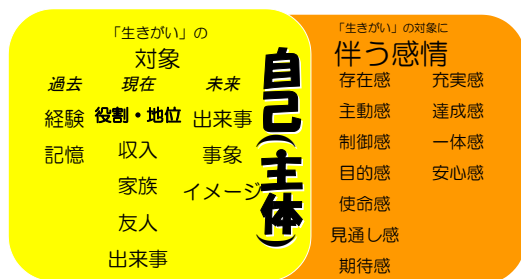
「生きがい」の構成要素ならびに概念規定

これまで文献研究から考え出された「生きがい」の定義は次のように新しく設定した。『「生きがい」とは、自己が過去の経験、現在の出来事、未来のイメージといった「（「生きがい」の）対象」を心に思い浮かべたときに伴って湧いてくる安心感や充実感だけでなく、孤独感といった種々の感情、つまり「（「生きがい」の対象に）伴う感情」を統合した自己の心の働きである。』

自己すなわち主体が今ここに存在し、「生きがい」が生じてくる対象、つまり「対象」と、そこから生ずる気持ちすなわち「伴う感情」を設定した。これを図で示すと以下のようになる。

「生きがい」の構成要素

-文献研究から作成した長谷川によるモデル構成-



E. 結論

今後の研究課題

今後は「生きがい」の実証調査による研

究が必要であり、「生きがい」の有無や程度といった目的変数やその対象となる説明変数を明らかにして行く必要がある。

今回考え出されたモデルでも「生きがい」の対象と伴う感情の関係もわかっておらず、データから明らかにしていく部分が残っている。例えば世代、社会属性、仕事、生活形態や、居住地、収入などによる違いも明らかになっていない。縦断的に追跡していく研究もなされていなかった

おわりに

「生きがい」を測定できる簡便な尺度が完成すれば、医療・保健・福祉・教育領域だけでなく日本文化を探る独創的な研究が可能となってくるであろうし国による違いも検討できるようになる。このように「生きがい」研究は始まったばかりである。

F. 研究発表 なし

G. 知的所有権の取得状況 なし