

高齢者のクラブ活動と生きがい感との関連

畠 山 寛

Hiroshi HATAKEYAMA : The Correlation between Club Involvement and Vitality for Life among the Elderly

本研究の目的は、高齢者のクラブ活動参加と生きがい感との関係について明らかにすることである。老人クラブの各活動に参加している女性29名（平均年齢71.09歳）を対象に、①クラブの楽しさ、②クラブ内の親友の有無、そして、③生きがい感について尋ねた。その結果、多くの高齢者にとってクラブは楽しく、また、クラブ内に親友がいることが示され、さらに、青年期と同様の生きがいを感じていることが示された。

キーワード：高齢者、クラブ活動、参加年数、生きがい感

1. 問 題

近年、人口に占める65歳以上の高齢者の割合が少子化の流れもあり増加してきている。2015年には人口の4分の1、そして、2050年には3分の1が高齢者となり高齢化社会を迎える¹⁾。

高齢者になると社会的な役割から引退することもある。高齢者の社会的役割に関しては、社会学的な観点から、活動理論や離脱理論などがあるが、これらはともにどのようなスタイルで生活することが精神的に安定するのかを問う理論である。高齢になって積極的に社会的役割を獲得し活動していくことを選択すると、必然的に対人関係を持つことになるが、社会的な役割から身を引き安定した生活を形成していくことを選択するにしても、高齢者自身が周囲の人間と全く関わらないで生活することは難しい。つまり、周囲の人とどのような距離感で生活を送っていくことが、高齢者になって生きがいを感じられるかが問題であると考えられる。

生きがいと感とは、「自らの存在価値を意識し、現状に満足し、生きる意欲を持つ過程で感じられる

ものであるが、人生を楽しむ場合にも感じられるもの」であるとされる²⁾。このような生きがいを感じることは、人との関わり以外に趣味などに没頭することも考えられるが、高齢化が進むと周囲には高齢者が増えてくることから、高齢者自身が他の高齢者とのような関わりをもって生活することが生きがいにつながるのかを考えなければいけない。

ところで、精神的・身体的健康を考えてみると、自分を理解している他者や支えてくれる他者がいることは、そうでないことよりもより健康である³⁾。つまり、一緒に何かを共有できる友人がいたり、活動を通して理解しあえる他者がいたりすることが生きがいにつながるとも考えられるのである。

このような高齢者の対人関係を維持させたり、活動を共有させるものとして、地域には社会福祉協議会などが関わって運営される老人クラブの活動がある。

老人クラブの活動は、全ての高齢者が参加しなければならないわけではない。また、活動に参加しているとしても毎回の活動に参加する必要もない。つまり、高齢者個人の意志に依存するものである。しかし、このような活動に参加し、そこで友人や仲間

と活動していることは、少なからず役割を担っていたり、あるいは、相互に理解し合える環境があることを意味している。

このようなことから、高齢者が老人クラブに参加することと生きがい感とに何らかの関連があることが示唆される。そこで、本研究では高齢者のクラブ活動と生きがい感との関連について検討することとする。さらに、長期にクラブ活動に参加することは、その会において中心的な役割を担ったり、対人関係の中心になっていくことが予想されるため、活動年数年別による分析を加える。

ところで、Argyle & Henderson (1984) では対人関係における暗黙の社会的ルール⁹⁾の存在を明らかにしている。暗黙の社会的ルール（以下、ルールとする）とは「集団の成員によって、すべきである、あるいは、すべきではないと信じられたり、考えられたりする行動様式」と定義される。このルールは対人関係に共通するものもあるが、対人関係の種類によって重要性が異なるものもある。例えば、友人関係に重要なルールには「自発的な援助をする」「友人のプライバシーを尊重する」などのルールがある。仮にこれらのルールを遵守しないことがあると、関係が悪化したり、破綻することが考えられる。このようなことから、本研究では、クラブ活動の仲間関係にも重要となるルールがあると予想されるため、探索的ではあるがこれについても明らかにすることを目的とする。これまでの研究においては、特に、青年期・成人期に関してどのようなルールがあるのかが検討されてきたが、本研究の結果により、高齢者の仲間関係のよりよいあり方に示唆を与えることができると考えられるためである。

2. 方 法

(1) 被調査者 老人クラブに参加している女性29名である。平均年齢は71.09歳である。それぞれが大正琴、踊り、民謡などのクラブに参加している。

各クラブへの参加年数は1年未満が5名、1年以

上3年未満が6名、3年以上5年未満が5名、5年以上10年未満が5名、10年以上が8名である。

(2) 調査紙 調査紙には次の質問内容を記載した。①老人クラブの活動に楽しさを感じているのか否かについて。②老人クラブ内に親しい友人がいるか否かについて。③近藤・鎌田(1998)によって作成された31項目の生きがい感尺度である。この尺度は大学生を対象に作成されたものの、自由記述調査により、一般の人が素朴に感じる生きがい感の抽出を行っている。この尺度は全ての項目で生きがい感を測定でき、さらに、生きがいに関する4つの下位概念である現状満足感、人生享楽、存在価値、意欲についても測定できる尺度である。④老人クラブの活動にける約束事とは何かについてである。これらの質問項目の回答方法として①の質問項目には「感じている」、「どちらともいえない」、「感じていない」、②の質問項目には、「いる」、「どちらともいえない」、「いない」、③の尺度では「あてはまる」、「どちらともいえない」、「いいえ」とそれぞれ3件法を用いた。④の質問項目には自由記述で求めた。

(3) 調査時期 調査時期は平成18年3月であり、K市の社会福祉協議会を通して、各クラブ活動の参加者にアンケートに回答していただいた。

3. 結 果

調査結果について、それぞれの質問項目への回答順に記述する。

(1) 老人クラブの活動の楽しさについて

この質問に対する回答では、1年未満のクラブ参加者2名を除いて27名が楽しいと感じていることが示された。

(2) 老人クラブ内の親しい友人の有無について

この質問に対する回答では、10年以上のグループを除いて各参加年数グループに一人ずつ親しい友人はいないという回答が得られた。

(3) 生きがい感尺度について

生きがい感尺度に対する回答結果では、まず、尺度項目全体、項目全体の老人クラブ参加年数別、下位尺度、そして、下位尺度の老人クラブへの参加年数別で記載する。また、生きがい尺度得点の統計的な処理について述べると、今回の調査では、全体尺度、および、下位尺度の得点に対して参加年数別に記述をするが、被調査者の人数が少ないこともあり、各平均点について分析的な統計処理を行わないこととする。

1) 生きがい感

① 全体

生きがい感尺度全体で取り得る得点範囲は33点から99点までである。本調査では73.84点であり、生きがいを感じているという結果が得られた (Figure 1)。

② クラブ参加年数別の生きがい感得点

生きがい感尺度得点をクラブ参加年数別に見てみるとFigure 2になる。最も生きがいを感じているのは3年以上5年未満の参加者であり80.13点、最も生きがいを感じていないのは1年以上3年未満の参加者の68.62点である。

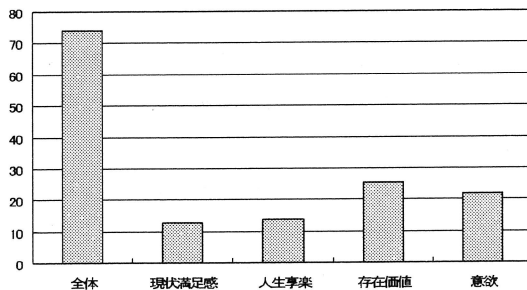


Fig. 1 生きがい感尺度得点と各下位尺度得点

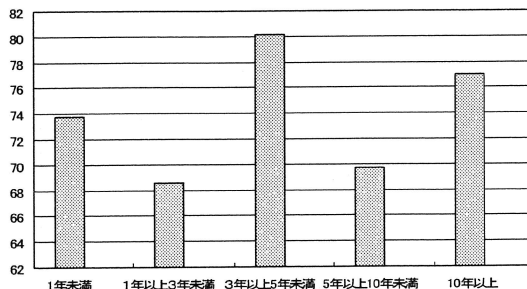


Fig. 2 参加年齢別の生きがい感得点

加者の68.62点である。

2) 現状満足感

① 満足感全体

現状満足感得点は、今現在の自分のおかれている環境にどの程度満足しているかを示す。これには「私は今の生活に満足感があります」「毎日が平和で楽しいと感じます」「私は今幸せを感じています」など計5項目が含まれる。得点範囲は5点から15点である。全体の平均点では12.8点であり、現状満足傾向であった。

② クラブ参加年数別の現状満足得点

現状満足感得点をクラブ参加年数別に見てみるとFigure 3になる。最も生きがいを感じているのは3年以上5年未満の参加者であり80.13点、最も生きがいを感じていないのは1年以上3年未満の参加者の68.62点である。

3) 人生享楽

① 人生享楽全体

人生享楽得点は、生きがい感の中でも、楽しい、喜び、満足感などの肯定的な感情的状態について示しており、「暖かい日差しの中でよく昼寝を楽しみ

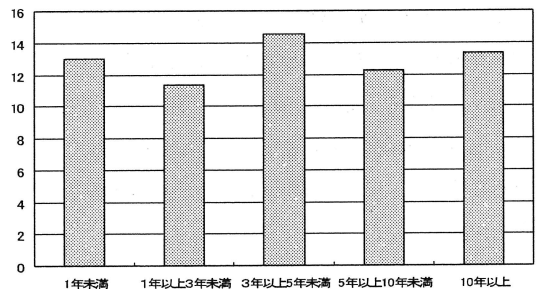


Fig. 3 参加年数別の現状満足得点

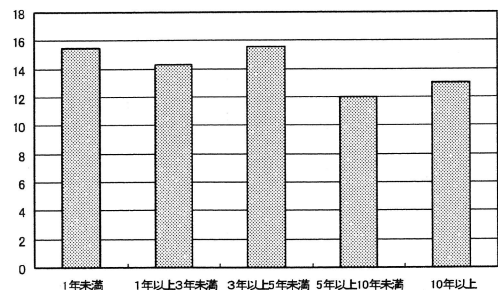


Fig. 4 参加年数別の人生享楽得点

ます」「私はフカフカの布団で寝ることをよく楽しんでます」「私は好きな物を飲んだり食べたりする機会をよくもっています」など計6項目で構成される。得点範囲は6点から18点である。本調査では13.87点とやや人生享楽を感じている結果になった。

② クラブ参加年数別の人生享楽

人生享楽得点をクラブ参加年数別に見てみるとFigure 4になる。最も人生享楽を感じているのは3年以上5年未満の参加者であり15.55点、最も人生享楽を感じていないのは5年以上10年未満の参加者の12.01点である。

4) 存在価値

① 存在価値全体

存在価値得点は、生きがい感の中でも他者から信頼されている、必要とされているなど周囲との関わりの中で肯定的な感覚を感じる側面であり、「私は他人から信頼され頼りにされている」「私の行為で人に喜んでもらえることがよくあります」「自分が必要とされ存在価値を感じるがあります」など計11項目で構成されている。得点範囲は11点から33点までである。本調査の結果では、25.29と存在価値を感じている傾向が見られた。

② クラブ参加年数別の存在価値

存在価値得点をクラブ参加年数別に見てみるとFigure 5になる。最も存在価値を感じているのは3年以上5年未満の参加者であり27.34点、最も存在価値を感じていないのは5年以上10年未満の参加者の22.66点である。

5) 意欲

① 意欲全体

意欲得点は、生きがい感の中でも将来に対する希望、人生への期待、やる気など人生に対する目的・目標やそれに対する意欲などを示すものである。「私は将来に希望を持っています」「自分の人生に大きな期待を持っています」「私は物事にやる気を持っています」など計9項目で構成される。得点範囲は9点から27点までである。本調査の結果では21.88点とやや意欲を感じていることが示された。

② クラブ参加年数別の意欲

意欲得点をクラブ参加年数別に見てみるとFigure 6になる。最も意欲を感じているのは10年以上の参加者であり23.31点、最も意欲を感じていないのは1年未満の参加者の19.79点である。

(4) 老人クラブの仲間と仲良くするための約束事について

約束事の結果をTable 1に示す。類似する項目をまとめると「楽しくする」、「話をする」、「相手を尊重する」など計15項目程度得られた。

4. 考 察

本研究の目的は、老人クラブに参加する高齢者のクラブ参加と生きがい感との関連を見ることであった。

まずはじめに、クラブに参加すること楽しさと親しい友人の有無の2点について尋ねたが、このどちらもほとんどの被調査者は楽しく、親しい友人が

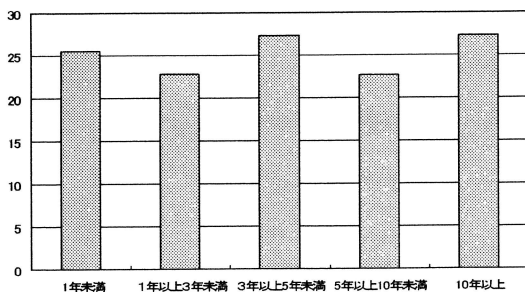


Fig. 5 参加年数別の存在価値得点

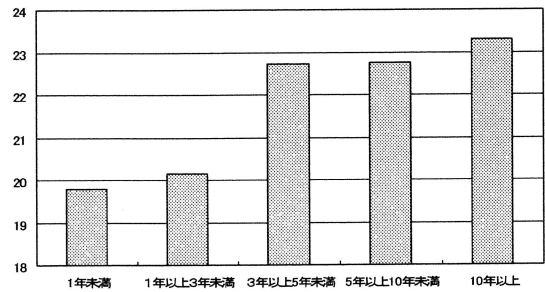


Fig. 6 参加年数別の意欲得点

いるとの回答が得られた。このことは、老人クラブの活動それ自体が高齢者にとって有意義で重要な活動になっているものと考えられる。

次に、生きがい感についてであるが、生きがい感全体の得点が73.84であった。近藤・鎌田(1998)の青年期の生きがい感では女性の平均点が71.53点であり本研究の結果の方がやや高く、全体的に見てみると青年期と同様の生きがい感を得られていると考えられるものの、クラブ活動年数ごとに生きがい感に違いがみられることから、単純にクラブ活動に参加することが生きがい感を高めるとは言えないと考えられる。

次に下位項目をクラブ参加年数の比較で見えてみると、3年以上5年未満の活動年数が意欲得点は3番目であるものの、現実満足感、人生享楽、存在価値において最も高く、生きがい感を強く感じていることが示唆される。次に、10年以上の参加者の下位得点が高いのが目立つ。意欲においては最も高い。このことから意欲は活動年数とともに高まる可能性が示唆される。

1年以上3年未満の参加者の現状満足、存在価値、意欲で低いことが目立つ。これについては本研究の結果から判断することはできないが、可能性として、1年目以降はクラブの魅力が減少すること、あるいは、3年以上クラブ活動を継続している高齢者は、その活動自体を好んでいるので継続していることなどか考えられ、この点は今後の検討が必要である。

最後に、クラブ内の活動内の約束事(ルール)に

ついては、本研究の結果はArgyle & Henderson(1984)で得られた青年期・成人期で重要視されるルールと類似する内容も多い。例えば、楽しくする、挨拶をする。思いやるなどである。他に、対人関係に亀裂を生じさせないような、陰口・悪口などを言わない、干渉しないなども見られ、これらのルールはどの年代の友人・仲間関係においても重要である事が示された。

本研究の被調査者は女性のみであったことから、今後は男性を含めた高齢者について検討していく必要があると考えられる。

引用文献

- 1) 内閣府「平成17年度版 高齢者白書」,(2006)。
- 2) 近藤 勉・鎌田次郎「現代大学生の生きがい感とスケール作成」、『健康心理学研究』,11,(1998), 73-82。
- 3) M, アーガイル・M, ヘンダーソン「第2章 人間関係の恩恵」, 吉森護編訳『人間関係のルールとスキル』, 北大路書房, (1992), 13-35。
- 4) Argyle, M. & Henderson, M. "The rules of friendship", Journal of Social and Personal relationships, 1, (1984), 211-237。

資料 近藤・鎌田(1998)の生きがい感尺度

1. 私は今の生活に満足感があります
2. 暖かい日差しの中でよく昼寝を楽しみます
3. 私は他人から信頼されたり、頼りにされています
4. 私は将来に希望を持っています
5. 毎日が平和で楽しいと感じています
6. 私はフカフカの布団で寝ることをよく楽しんでいます
7. 私の行為で人に喜んでもらえることがよくあります
8. 自分の人生に大きな期待を持っています
9. 私は今幸せを感じています
10. 私は好きな物を飲んだり食べたりする機会をよ

Table 1 クラブ活動内の約束事

約	束	事
楽しくする	協力しあう	
話をする	一生懸命に活動する	
話を聞く	相手を思いやる	
笑顔でいる	時間を守る	
相手を尊重する	陰口・悪口を言わない	
旅行・温泉などに行く	相手に干渉しない	
挨拶をする	約束を守る	
元気良くする		

くもっています

11. 自分が必要とされ存在価値を感じることがあります
12. 私は物事にやる気を持っています
13. 私の毎日は充実していると思います
14. 私は心ゆく迄買い物をすることがあります
15. 皆で力を合わせ目的を達成することがよくあります
16. 私には目的があり、達成したいことがあります
17. 全ての物ごとが順調に進んでいると思っています
18. 世界がばら色に輝いて見えることがあります
19. 人の為に役に立ったと感じることがあります
20. 私は何事に対しても積極的に取り組んでいこうと思っています
21. 今日是一日好きなことが出来ると思う日がよくあります
22. 自分は高く評価されたと思えることがよくあります
23. 今、やり甲斐のあることをしています
24. 私は課せられた役割をよく果たしています
25. 夢中になって好きなことをしていることがよくあります
26. 私は人間的に成長したと感じることがよくあります
27. 私は現在自分の能力を精一杯発揮しています
28. 私は周囲から認められています
29. 自分の趣味や好きなことに出会えることがよくあります
30. 私は今まで知らなかった新しい自分を発見することがあります
31. 努力した結果報われたと感じることがよくあります