

博士（人間科学）学位論文

語り（ナラティブ）からみる高齢者の生きがい

The “Life Worth Living” (Ikigai) of the Elderly in Perspectives of the Narratives

2003年1月

早稲田大学大学院 人間科学研究科

鶴若 麻理

Tsuruwaka, Mari

研究指導教員： 嵯峨座 晴夫 教授

# 語り（ナラティブ）からみる高齢者の生きがい

## 目次

|  |           |
|--|-----------|
| <b>第1章 問題の所在と語り（ナラティブ）のアプローチについて</b> -----         | <b>1</b>  |
| <b>第2章 高齢者の生きがいに関する文献的検討</b> -----                 | <b>5</b>  |
| 2-1 生きがいに関する諸理論-----                               | 5         |
| 2-1-1 生きがいをめぐって-----                               | 5         |
| 2-1-2 生きがいへの関心の背景-----                             | 7         |
| 2-1-3 生きがい論と生きがいに関する諸調査-----                       | 9         |
| 2-1-4 幸福な老いに関する研究-----                             | 18        |
| 2-1-5 高齢者の生きがいに関する研究の現状と課題-----                    | 21        |
| 2-2 わが国の生きがい対策とその展開過程-----                         | 23        |
| 2-2-1 生きがい対策の変遷-----                               | 23        |
| 2-2-2 生きがい対策の問題点-----                              | 31        |
| 2-3 高齢者の生きがいに関する国際比較研究-----                        | 33        |
| 2-3-1 内閣府『高齢者の生活と意識に関する国際比較調査』-----                | 33        |
| 2-3-2 高齢者能力開発研究会『高齢者の生きがいに関する国際比較研究』-----          | 36        |
| 2-3-3 マシューズの比較文化的生きがい論-----                        | 41        |
| 2-3-4 国際比較研究から見えてくるもの-----                         | 43        |
| <b>第3章 クオリティ・オブ・ライフとSpiritual Well-being</b> ----- | <b>45</b> |
| 3-1 高齢者のクオリティ・オブ・ライフ-----                          | 45        |
| 3-2 Spiritual Well-beingの視点-----                   | 46        |
| 3-2-1 高齢者に関するホワイトハウス会議-----                        | 47        |
| 3-2-2 高齢者とSpiritual Well-being-----                | 51        |

## 第4章 高齢者が語る生きがい-----54

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 4-1 調査方法と調査グループ-----        | 54 |
| 4-2 調査対象者の基本属性-----         | 55 |
| 4-3 事例 1-101 (事例集を参照)-----  | 59 |
| 4-4 各グループの生きがいの特徴-----      | 60 |
| 4-4-1 新老人の会-----            | 60 |
| 4-4-2 通所リハビリテーション・デイケア----- | 65 |
| 4-4-3 特定有料老人ホーム-----        | 68 |
| 4-4-4 特別養護老人ホーム-----        | 71 |
| 4-5 各グループ間の比較検討-----        | 74 |
| 4-6 全体からみた生きがいの特徴-----      | 78 |
| 4-6-1 生きがいの有無-----          | 78 |
| 4-6-2 生きがいの源泉-----          | 79 |
| 4-6-3 生きがい感-----            | 82 |
| 4-6-4 生きがいの内容-----          | 97 |
| 4-7 第4章のまとめ-----            | 99 |

## 第5章 高齢末期がん患者が語る生きがい-----101

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 5-1 死の臨床の歴史と実際-----               | 101 |
| 5-2 調査目的および調査方法-----              | 104 |
| 5-3 調査対象者の基本属性-----               | 104 |
| 5-4 高齢末期がん患者の事例 A-----            | 105 |
| 5-5 高齢末期がん患者の事例 B-----            | 108 |
| 5-6 高齢末期がん患者の事例 C-----            | 111 |
| 5-7 高齢末期がん患者の事例 D-----            | 116 |
| 5-8 4事例のまとめ-----                  | 118 |
| 5-9 死にゆく人の生きがい-----               | 121 |
| 5-9-1 生きがいの喪失 Spiritual の苦痛-----  | 121 |
| 5-9-2 生きがいの探求 Spiritual のニーズ----- | 121 |

**第6章 まとめと考察 -----123**

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| 6-1 語りから浮かび上がる生きがいの諸相-----           | 123 |
| 6-1-1 生きがいの一つのモデル-----               | 123 |
| 6-1-2 生きがいの喪失の諸相-----                | 126 |
| 6-2 高齢期と生きがい-----                    | 128 |
| 6-2-1 連帯と生きがい-----                   | 128 |
| 6-2-2 時間の流れと生きがい-----                | 128 |
| 6-2-3 人生の肯定と生きがい-----                | 129 |
| 6-2-4 非自己への生きがいの投影-----              | 130 |
| 6-2-5 痴呆と生きがい-----                   | 130 |
| 6-3 生きがいと Spiritual Well-being-----  | 132 |
| 6-4 バイオエシックスにおけるナラティブ・アプローチの可能性----- | 134 |

**事例集**

|                  |                |                       |
|------------------|----------------|-----------------------|
| 新老人の会            | 事例 1-51-----   | 135                   |
| 通所リハビリテーション・デイケア | 事例 52-73-----  | 229                   |
| 特定有料老人ホーム        | 事例 74-80-----  | 244                   |
| 特別養護老人ホーム        | 事例 81-101----- | 261                   |
| ホスピス             | 事例 A-D-----    | 5-4, 5-5, 5-6, 5-7 参照 |

|           |     |
|-----------|-----|
| 注-----    | 275 |
| 参考文献----- | 277 |
| 邦文文献----- | 277 |
| 欧文文献----- | 286 |
| 謝辞-----   | 291 |

## 第1章 問題の所在と語り（ナラティブ）のアプローチについて

わが国において、生きがいという言葉は、誰もが理解できる日常語として、古くから使用されてきた。生きがいは、生きている張り合いや充実感から、人生の生きる意味や目的まで含む多面的な概念とされ、それはすなわち個々の人生や生き方に大きくかかわりをもつものであると言える。

日本はすでに高齢社会に入っており、高齢者の比率は増大しつづけ、高齢化の傾向は一段と強まってきている。それに伴い高齢者の年金、医療、介護などと共に、高齢者の生きがいも一層重大な関心事とされてきた。わが国においては、老後の幸せのことを論ずる場合、生きがいという言葉が良く使われ、生きがい対策という名称で数多くのサービスが行われてきた歴史がある。本来個人の自由で主体的な選択であるはずの生きがいに、国が関与し生きがいを提供することは、矛盾をはらんでいると言えよう。高齢者の生きがい対策においては、社会全体を活性化することがより大きな目的とされており、必然的に対象者も健康な人々とされるのである。施設入所者や介護の必要な高齢者は、生きがい対策の対象者ともされていない現状も見過ごすことはできない。

高齢者の生きがいに関しては、生きがいを喪失した人を対象とした精神医学的アプローチや、老年学の立場から、幸福な老い（サクセスフル・エイジング: successful aging）に関する研究がなされてきた。高齢者のクオリティ・オブ・ライフ（quality of life）において、生きがいは重要な位置を占めると指摘されてきたが、多くの研究は、高齢者の生活満足度や心理的幸福感などの測定や、研究者自身が生きがいの意味を提示した上で、高齢者に選択をしてもらう質問紙による調査が主流であった。

高齢社会白書（2001a）によれば、高齢者を前期高齢者（65-74歳）と後期高齢者（75歳以上）に分けてみると、前期高齢者人口は1298万人、後期高齢者人口は895万人となっている（2000年10月現在）。今後、前期高齢者は2016年の1698万人をピークに減少を続けるが、後期高齢者は2022年には前期高齢者を上回ると見込まれ、高齢者数が増加する中で後期高齢者の占める割合が一層増大すると見られている。しかしながら、このように年々増大すると推測される後期高齢者の生きがいについて焦点をあてた研究は少ない。

そこで、高齢者が生きがいをどのように捉えているのか、また老いていく過程の中で感じとる生きがいとは何かを明らかにするために、高齢者自身の語り（ナラティブ: narrative）に注目する。本研究においては、今までの先行研究にはなかった、特別養護老人ホームや特定有料老人ホームなどの施設入居者、何らかの障害を抱えて通所リハビリテーション・デイケアに通う高齢者、高齢末期がん患者、さらに長寿を全うした活動的な高齢者（新老人の会）などのグループごとに、主として後期高齢者を対象とし、ボランティア活動を通じた継続的なかかわりから、高齢期における生きがいの実態とその本質を明らかにすることを目的とする。

本研究の方法は次の3点である。第1点は、高齢者自身の語り（ナラティブ）に注目することである。本章にて、語り（ナラティブ）に注目する意義は後述するが、第4章および第5章において、実際の事例から明らかにすることとする。第2点として、生きがいの概念の

把握のため、わが国における生きがいに関する研究の文献的検討を行うことにする。詳しくは第2章で行う。第3点は、生きがいと類似したものとして Spiritual Well-being<sup>1</sup> の概念があるが、クオリティ・オブ・ライフの概念において、Spiritual Well-being の視点への注目も喚起されつつあり、アメリカの高齢者の視座から、Spiritual Well-being がどのように捉えられてきたか、また生きがいと Spiritual Well-being の関係性についても検討する。これについては、第3章で詳しく検討するとともに、本研究の調査結果をふまえて、生きがいと Spiritual Well-being の概念の関係性については 6-3 で検討する。

まず本章では本研究の中心的な視点である語り（ナラティブ）のアプローチについて検討しておく。

社会学、心理学、医療人類学などを中心に、語り（ナラティブ）ということに関心が集まって久しい。それらにおいては、語りという言葉よりはナラティブ（narrative）という言葉を使用し、ナラティブ・セラピー（narrative therapy）やナラティブ・アプローチ（narrative approach）などと言われている。

ナラティブ・アプローチは、当事者の語り（ナラティブ）に注目する方法論である。そこには、他者との相互行為において、すべての人間は語るものであるという前提がある。それぞれの状況において、多様な語り（ナラティブ）に注目することによって、そこにある現実を理解することが試みられるのである。私たちは、生じたすべての事実を語るのではなく、語り手がそれに付与した意味や文脈を語る。つまり、ナラティブは対話を通じた意味構成なのである。対話は、人と人との間で行われるものだけではなく、その人の内面で生じる内的対話も含まれる。内的対話や外的対話を通して、その意味構成が共同で作成され続けることそのものがナラティブと言える（高橋・吉川, 2001）。

ナラティブ・セラピーというのは、社会学、医療人類学、社会心理学などの様々な学問領域の交差する中で誕生している。ナラティブ・セラピーという言葉が登場したのは、Freedman と Comb (1996) による *Narrative Therapy* という著書によると言われ、それ以後一般的に使用されるようになった。わが国では、マクナミーら (1997) の著書に、ナラティブ・セラピーという邦訳がつけられたことで、その言葉が使用されるようになった。ナラティブ・セラピーは、セラピストとクライアントが共同して、物語としての自己を構成していくことである。

ナラティブ・セラピーを生み出した理論的背景には、社会構成主義があると言われている（野口, 1999）。社会構成主義は、個人と社会、主観的現実と客観的現実を循環するものとして捉え、そうした現実が会話という関係を通して達成されるとの考えである。医療人類学においては、病を患者や家族という当事者にとって内側から経験されたものとして捉え、当事者の語り（ナラティブ）に注目して病の経験を理解することが試みられてきた（江口, 1999）。

また人間の生命にかかわる様々な倫理的な諸問題を超学際的な立場によって、解決方法を提示していこうとするバイオエシックスにおいても、ナラティブが注目されてきた。バイオエシックスにおいては、ビーチャムとチルドレス (1997) により主張されるバイオエシックスの原理尊重主義という立場への限界として、ナラティブ・エシックス（narrative ethics）

へ関心が向けられてきた (Hunter, 1995)。ナラティブ・エシックスは、特定の状況において、規範的な物語を通して、具体的倫理判断を導こうとする立場 (Hunter, 1996; Ellos, 1998) や、死にゆく人、新生児のケアなどで生じる倫理的ジレンマを、ナラティブという手法によって、それぞれのケースに対して倫理的に妥当な解決方法を見出そうとする立場などがある (Charon, et al, 1996)。The American Journal of Bioethics には、バイオエシックスとナラティブ・エシックスの特集が組まれ、バイオエシックスにおいて、ナラティブへの関心は高いと言える。Chamber (2001) は、バイオエシックスにおいてナラティブ・アプローチに関心が集まってはいるが、まだ具体的なケースと倫理理論とでは、より倫理理論が重視され、個々の事例は従属的に捉えられていると指摘する。

医療においては、ナラティブ・アプローチとはどのように考えられているのだろうか。医療は、科学的根拠に基づいて行われることは言うまでもない。しかし、医師の裁量という言葉が示すように、それぞれの医療施設、医療者ごと、出身大学の違いなどにより経験的な医療を展開してきたことは事実である。そのため、どの医療施設でも、どの医療者でも、ある条件の中で最も合理的な医療を提供できるようにしようと、科学的根拠に基づく医学 (Evidence Based Medicine: EBM) へ大きな関心が寄せられてきた (サケット, 1999)。根拠、つまりエビデンスを重視することによって、より科学的で効果的な医療を実践することが可能となるのである。

その一方、個々の患者にとっては、病はきわめて個別的な問題であり、自らの人生にとって大きなライフイベントでもある。その病がもつ意味は、その本人しか実感できない性質のものであるとされる (門司他, 2002)。患者の語り (ナラティブ) を通して、患者一人一人の病を理解し、医療的なアプローチを検討することを、ナラティブに基づく医学 (Narrative Based Medicine) という (グリーンハル他, 2001; Greenharlgh, 1999; Elwyn, et al, 1999)。スイス生まれの精神科医キューブラーロス (1971) が、末期がん患者へのインタビュー、つまり彼らの語り (ナラティブ) に注目することを通して、死にゆく人の心理的プロセスを浮き彫りにしたことは、医療従事者だけにはとどまらず、多くの人々に大きな知見を与えたのは言うまでもない。

患者の語り (ナラティブ) には、病をもつことに伴ってあらわれる絶望、失望、落胆、悲嘆などの様々な痛みも表現されるということは重要である (Greenharlgh, et al, 1999)。患者の人生において繰り広げられる物語の中に、病というものは位置するのであり、その病を患者が語ることによって、診断と治療への総合的な枠組みを提供できる。よって、このナラティブに基づく医学と科学的根拠に基づく医学 (EBM) は、互いに相反するものではないと指摘される (Greenharlgh, 1999)。患者の語り (ナラティブ) への注目は、医学教育、看護教育においても実践されるべきだとされている (Nicholas, 1997; Jones, 1997; Greenharlgh, et al, 1999)。

このように、臨床現場において、患者の語り (ナラティブ) に注目する試みは、医療や看護などの領域で関心がもたれつつある。

バイオエシックスにおけるナラティブ・アプローチという場合、患者の語り (ナラティブ) に注目することによって、医療現場そのものを理解する上で、新しい視点を提供しうるもの

である。臨床上の様々な選択や自己決定は、人々の人生の中での出来事である。医療の現場において、当事者の語り(ナラティブ)に注目することは、患者の声を傾聴することであり、そうすることによって倫理的ジレンマに対して、より深い理解が得られると指摘されている(空閑他, 2001)。

老年学の分野においては、語り(ナラティブ)ということに中心をおいた研究は、まだ主流をなしているとは言い難いが、2000年に入り、ナラティブ・ジェロントロジー(narrative gerontology)に関する4冊の書籍が出版されていることは注目に値するだろう(Koch, 2000; Kenyon, et al, 2001; Randall and Gary, 2001; Birren and Cochran, 2001)。そこでは、語る本人は、老いを生きている自己の意味を語り、高齢者の語り(ナラティブ)に注目することによって、エイジングの諸相が浮かび上がってくるとされている。近年、老年学における質的研究のあり方も検討されつつある(木下, 1999)。高齢者の施設において、高齢者の生活史をきくことにより、看護や介護サービスも改善されたとの報告もある(鷹居他, 2002)。また、ソーシャルワークの観点から、高齢者の口述の生活史および回想によって、施設生活を理解する試みも行われている(沖田, 1996)。

私たち日本人は「生きがいは何ですか」と問われて、誰でもそれなりの回答を用意できる。「生きがない」と回答した人でも、それで語り(ナラティブ)は終わることなく、生きがいについて自分なりに語っている。これは、生きがいという言葉が、それほど日本人にとって、身近な日常語であることを示していると言えよう。先行研究を検討してみても、生きがいという言葉の示す意味は、生きる張り合いや充実感ということから、人生の意味や目的などの根源的なものまでを網羅している概念であると言える。生きがいに関する研究は、このように生きがいという言葉が多義性をはらんでいるので、研究者自身が生きがいという概念をあらかじめ定義して、その中から対象者に生きがいについて選びとってもらう方法がもっぱらである。高齢者が生きがいをどのように捉えているのかを明らかにするためには、やはり高齢者自身の語り(ナラティブ)に注目せざるを得ないと言える。

語り(ナラティブ)に注目して研究をするためには、研究者と対象者の信頼関係の構築が重要となってくる。そこで、本研究においては継続的なかかわりの中から得られた語り(ナラティブ)から、生きがいを明らかにしようとしている。通所リハビリテーション・デイケアに関しては6ヶ月間、特別養護老人ホームおよび有料老人ホーム対象者に関しては約1年間、高齢末期がん患者にいたっては約1年半の継続的なかかわりを続けてきた。それらの継続的なかかわりによって、彼らの日常生活を垣間見ることができた。語った内容それ自体だけではなく、その対象者を取り巻く環境をも感じ取ることができ、それらから多くの知見を得ることができたのである。また継続的なかかわりは、筆者と対象者の間における信頼関係の構築に大きな貢献を果たし、より対象者の生きがいの本質や内実に迫ることが可能となろう。

高齢者の生きがいの実態や特質を理解し、さらに老いを生きる本人の側からより内実に即して捉えようとするならば、語り(ナラティブ)に注目することは大きな意味をもつと考える。



## 第2章 高齢者の生きがいに関する文献的検討

本章では、わが国における生きがいに関する文献的検討を行う。まず2-1では、生きがいに関心が向けられてきた背景をふまえて、生きがいに関する諸理論を検討する。2-2においては、わが国の生きがい対策の変遷をふまえて、生きがい対策の問題点を抽出する。2-3では、3つの高齢者の生きがいに関する国際比較研究により、諸外国において生きがいがどのように捉えられているのかを検討する。

### 2-1 生きがいに関する諸理論

#### 2-1-1 生きがいをめぐって

生きがいという言葉はいくつかの辞書でひもといてみると、「生きているだけのねうち。生きている幸福・利益」(『広辞苑』)、「人生の意味や価値など、人の生を鼓舞し、その人の生を根拠づけるものを広く指す」(『大百科事典』)とある。これらを見ると、生きていく上での充実感や満足感から、人生をいかに生きるべきかといった根源的な問いまで大きな広がりがあり、生きがいの多義性が示されていると言えよう。

生きがいという言葉は、太平記までさかのぼることができる古い言い回しであるが、和田(2001)によれば、その意味内容に関して、近代以前と以後とでは明らかな変化があるという。1972年に発行された『日本国語大辞典』によれば、生きがいの意味は次のようである。

いきがい【生甲斐】 生きているだけのねうち。生きている意義。

生きていくはりあい。生きているという実感。生きるめあて。

の意味内容については、太平記から「生甲斐なき命を続(つ)がん為に所縁に属し降人に成て」と引用されている。の意味内容は、徳富蘆花の『黒潮』から「生命(いのち)がありゃ生きて居んなけりゃなんねエから、まあ?(かせ)いで生きているんですよ」「其で生き甲斐あるのかエ?」が引用されている。さらに夏目漱石の『行人』から「自分より詩的な兄は曾て透き通る秋の空を眺めてああ生き甲斐ある天だと云って嬉しさうに真蒼な頭の上を眺めた」が引用されている。

これらをふまえて、和田(2001)は、は世間あるいは自分の属している社会に対して生きている意義があるという用法であるが、一方は、現在我々が生きがいとって思い浮かべる意味合いであり、の用法は引用から検討すれば、わが国がまだ近代化する以前のことであり、の使用方法は近代化されたあとに意味が付与されたと考察している。室町時代に使用されていた言葉に関する辞書を調べてみると、いきがひ(生甲斐)は、「その人の、人間として生きているのに値するだけの効果・価値」とある(『時代別国語辞典室町時代編』)。

生きがいという言葉の意味は、古くは、社会に対して人が生きるに値するとして使用されていた。個人にとって生きる意味や満足感という意味合いが、近代以降プラスされるようになったということである。

「生きがいということばは、日本語だけにあるらしい。こういうことばがあるということ

は日本人の心の生活のなかで、生きる目的や価値が問題にされてきたことを示すものであろう。たとえ、それがあまり深い反省や思索をこめて用いられて来たのではないにせよ、日本人がただ漠然と生の流れに流されて来たのではないことがうかがえる」(神谷, 1980, p.14) や、「生きがいという単語は外国語にはないが、しいてこれを訳せば、生きるに値すること、生きる価値、意味ある生存理由となろうか」(小林, 1989, p.23) というように、生きがいは日本固有の言葉であるとの指摘がある。

生きがいという言葉が本当に日本固有のものであるのかということ、諸外国との国際比較研究を参照しながら検討してみたい。

高齢者能力開発研究会(1997, 1998, 1999)は、アメリカ、イタリア、フランス、デンマーク、シンガポール、台湾、中国、韓国と日本を対象国として、生きがいに関する国際比較研究を行っている。その研究内容については、2-3-2 で詳述する。ここではこれらの国際比較研究をふまえて、生きがいという言葉について検討を加えたい。

高齢者能力開発研究会による『高齢者の生きがいに関する国際比較研究』(1999)の結果、日本語の生きがいにあたる表現として、韓国ではハングル語で「ポーラム」または「ポーラム」という言葉が有効であったとの報告もある。しかしハングル語を母国語とする人へ「ポーラム」が生きがいという言葉に相当するかたずねたところ、「ポーラム」は日本語の甲斐に相当する言葉であり、生きがいという言葉そのものをあらかずのものではないとの指摘もあった。よって今後さらなる検討が必要と思われる。

アメリカやシンガポールにおいては、生きがいの類似表現として、「meaning of life」を候補にあげていたが、その表現では、哲学的、抽象的であるというの指摘を受けて、「worth living」「the object of satisfaction or happiness」「the most important thing」などを使用したという(高齢者能力開発研究会, 1997, 1998, 1999)。

イタリアでの調査においては、伊和辞典に掲載されている生きがいの訳語としての「ragione d'essere」があるが、それらは日常生活においてはあまり使用されない哲学的、抽象的な言葉であるということで、生きがいの類似表現として、人生における満足度(appagamento nella vita)、生きる目的(lo scopo di vivere)、将来にむけての重要な事柄(la cosa piu importante nella vita)、未来への見通し(prospettive per il futuro)、個人の積極性(la positività di una persona)などを使用したとある(高齢者能力開発研究会, 1999)。

フランスにおいては「laison d'être」が生きがいの対象、「joie de vivre」が生きがい感の表現に近いとされるが、これらもまた日常生活において積極的に使用される言葉ではないということから、イタリアと同様に、「あなたの人生で一番大切なものは何ですか」「あなたを最も充実させるものは何ですか」という質問を軸に、「人生の満足度」「生きる目的や動機」「毎日の生きる糧」などの表現を組み合わせる調査を行っている(高齢者能力開発研究会, 1999)。

台湾においては、生きがいと相当する表現として、「生涯観」を使用した。生きがいという言葉の方がより広く、あいまいな概念であるという(高齢者能力開発研究会, 1998)。

マッシューズ(2001)は、日本人とアメリカ人への生きがいに関するインタビュー調査を行っている。その内容については、2-3-3 で詳述するが、ここでは生きがいという言葉の表現に

ついて、マシューズの見解を示したい。アメリカ人に対して、「あなたの人生で最も大切なものは何ですか？」「あなたの人生で生きる価値があると思わせている最大のものは何ですか？」という質問をすれば、日本人に「あなたの生きがいは何ですか」と質問した回答とほぼ同じように答えると指摘し、英語には生きがいそのものに相当する言葉はないが、「人生に生きる価値を与えているもの」という概念に関して、アメリカ人と日本人を比較することは可能だと言う（マシューズ, 2001）。

つまりこれらの生きがいに関する国際比較研究からわかることは、表現形式は異なるものの、日本語の生きがいという言葉が意味する内容そのものは、どの国であれ存在するということであろう。

### 2-1-2 生きがいへの関心の背景

宮城（1971）は「今日ほど生きがい問題になったことはなく、生きがい論が多方面で論議的になった時代はない」（p.1）と述べている。その理由の1つは、人々の生活水準が上昇して、生きるための努力がいらなくなったことであるとしている。2つは、既成の生きがいが崩壊して、新しい生きがいが求められるとともに、個人が自らそれを見出す時代になったからとしている（宮城, 1971）。神谷（1980）も「戦争直後は食べるために狂奔しなければならぬ時代であったから、だれも生きがいについて自分に問いかけるゆとりもなかったのであろう……日本でいわゆる高度経済成長により、ものを考えるゆとりのあるひとがふえて、はじめて倦怠や虚無感に悩まされる人が多くなってきた」（p.273）、「現代の日本社会、さらには現代文明と人間の生きがいの問題は今後ますます大きくなるであろう。現代文明のオートメイションの普及、自然からの離反を促進することによって、人間が自然のなかで自然に生きるよろこび、自ら労して創造するよろこび、自己実現の可能性など、人間の生きがいの源泉であったものを奪い去る方向にむいている」（p.273）との見解を示している。

戦後の自由と解放、経済の繁栄による物質的豊かさを手にした中で、内面的な充実を求めて生きがいということに注目が集まってきたと指摘されている。和田（2001）によっても指摘されているが、宮城や神谷の指摘をふまえると、わが国において1960-70年代にかけて、生きがいへの強い関心があったといえよう。

1960年代には、高橋と見田（1964）による生きがいに関する意識調査や、会田（1965）による婦人の生きがい論などが行われているが、宮城や神谷の見解をふまえて、わが国の1960-70年代における生きがいへの強い関心の背景について、当時の朝日新聞における見出し語“生きがい”に関する記事を手がかりに改めて検討したい<sup>3</sup>。

1960年代に朝日新聞において見出し語として生きがいを取り上げられた件数は、15件であった。その内容を検討してみると3つの視点に集約される。1つは、定年後と生きがいである。定年退職後に生きがいある生活を送っている事例をとりあげ、定年後の生活をいかに生きがいあるものにしていくかが描かれている。心身を支える趣味、前向きの気力、何かに打ち込むことが、生きがいある生活にとって必要とされられている。2つは、組織と生き

がいである。川喜田らの『生きがいの組織論』（1968）を取り上げながら、企業の中で組織に埋没し無力感におそわれる人が多い現実をふまえ、組織の一員であっても生きがいを感じられるような組織のあり方が問われている。3つは、働くことと生きがいである。健康維持のためだけではなく、生きがいのために働きたいと考えている高齢者が多いが、働く場所は確保されていないと指摘されている。仕事という共同活動における創造と交流という2つの契機が響きあう時、人にとって最も確かな生きがいとして実感されるという<sup>4</sup>。このように、仕事や働くことを通して、生きがいを得られるとの見解が積極的に取り上げられている。

1970年代の記事を検討してみると、生きがいという見出し語のある記事は108件数にも及ぶ。内容に関しては、1960年代より多岐にわたり、誰の生きがいかという生きがいのターゲットも多様化している。1960年代では、定年後の男性が中心であったが、1970年代では、それらがあらゆる層にまで及んでくる。情報化による家事労働の減少などとともに主婦の自由時間が増え、生きがいを求める人が多くなり、女性の生きがいに関する記事が多数取り上げられている。1970年代初頭では、子育てを終えた主婦をターゲットとしているが、その後は働く女性の生きがいへ焦点が移ってくる。その他、若者の生きがい、障害者の生きがい、高齢者の生きがいなど様々である。

その中でも高齢者の生きがいは軒並み取り上げられる件数が多くなっている。『老壯の友』（1958年創刊）『ゆうゆう』（1974年創刊）『じゅげむ』（1974年創刊）『ライフケア』（1973年創刊）『老人生活』（1973年創刊）などの多彩な老人向け雑誌が刊行され、生きがいを軸に実用記事などが掲載されている。

1972年に行われた旧総理府の『社会意識調査』では、生きがいを感じる時は「家庭の団らん」と答える人が多く、マイホーム主義が特徴づけられ、仕事や会社に生きがいを求めるといよりは、むしろ家庭での安定や充実が生きがいとして捉えられている。

1970年代は厚生行政において、老人の生きがいの保障が中核にのぼり、新聞でもそれらを補佐する形で、高齢者が生きがいを感じられる社会をつくらなければならないと提言する。

高齢者の生きがいに焦点を絞ってみると、1960年代には、老後問題が浮かび上がってくる。厚生白書（1956）では「国民の生活状態はどうなっているのか」という章の中で、果たして戦後は終わったのかという疑問が投げかけられている。そこには、高度経済成長期にもかかわらず、多くの高齢者はその恩恵を受けることができない状況が見られると報告されている（厚生省、1956）。それらから、老後をいかに豊かにするかという老後問題に目が向けられようになるのである。ここでは高齢者というよりはむしろ、定年前の人々が高齢に備えるという意味合いが強くなっている。

このように、1960年代は、老後の生きがいについて焦点が当てられている。それはすなわち男性の生きがいとも言え換えられものであり、女性の生きがいに関してはほとんど取り上げられていない現状であった。

1970年代になると、生きがいが語られる背景には、1960年代までの老後問題という視点から、老人問題という視点へ社会の関心が移ってくる。1968年の社会福祉協議会による寝たきり老人の調査、また高齢人口の増大という諸現実から、老人を取り巻く厳しい環境が明らかにされ、老人が生きがいを見出せない状況に陥っていると考えられている（福祉文化学会、

1995)。そこで老人にとって生きがいをもてるような環境を、国として保障することが急務であるとの見解に到達し、後に詳述する生きがい対策へとつながっていくのである。

生きがいへの関心は、私たちが十分に生きがいを感じられるような生活をしているからではなく、むしろ自らの生を支えるような生きがいの不在によるものと思われる。不在だからこそ生きがいが求められるのである。フランク(1999)も「苦難だけではなく豊かさもまた、人間が意味を探求し始める、その引き金になりうる。そればかりか場合によっては、豊かさが、その人の意味への意志の欲求不満を引き起こしている可能性もある」(p.42)と指摘している。

生きがいに関する調査報告が新聞にいくつか掲載されているが、それらから国民が日頃感じている生きがいは、「家族との団らん」に代表されるような日常生活における安定、充実、幸福であることが浮かび上がっている。それらはすなわち、物質的に豊かになったその現状を失いたくないという気持ちが強く現れていると言えるのではないだろうか。その一方、人々は、本来それらが本当に生きがいなのだろうかと疑問をもっている状況が、生きがいへの関心として表出されていると思われる。実際、記事においても、仕事や子供などに生きがいを求めることそれ自体が不安定であり、本当にそれらを生きがいとしていいのかという指摘もある。

わが国の特徴として、長寿化に伴う老後問題、老人問題として生きがいがとりあげられ、さらにそれらが厚生行政と連動することによって、社会問題としての生きがいが捉えられてきたと言えよう。それらの文脈では、自ずと生きがいの喪失という視点が強くなっている。

このように、新聞記事をみてくると、生きがいへの関心の背景、そしてそれが社会問題として捉えられるようになる要因は、誰でも長寿を手に入れる時代になったということと、物質的な豊かさが挙げられる。また、定年後に生きがいを喪失してしまう、また会社の中で生きがいが感じられないなどの、わが国における会社の組織の問題が指摘できる。そして、生きがいが政府により政策の対象とされたこと指摘できよう。

### 2-1-3 生きがい論と生きがいに関する諸調査

#### 生きがいの構造

わが国において生きがい論といえば、神谷美恵子の『生きがいについて』(1980)がまず挙げられるだろう。神谷は、精神医学の立場から、ハンセン病療養所で暮らす人々、がん患者、死刑囚、最愛の人を失った人など、精神科医として実際に接してきた人々の例をとりあげながら、生きがい論を展開している。

神谷の生きがい論の特徴は、生きがいを2つの下位概念、生きがいの源泉と生きがい感に分けているところである。神谷(1980)によれば、生きがいの源泉というのは、この子は私の生きがいですというような対象となるものをさす時であり、一方、生きがい感というのは生きがいを感じている精神状態を意味し、特にこの生きがい感は、フランクによる意味感に近いという。生きがい感の原型は、心の中のすべてを圧倒するような、強くいきいきとし

たものであり、子供を産んだ直後の母親の例や、子供の全身からほとばしりであるような生の躍動などを挙げている（神谷, 1980）。小林（1989）も神谷と同様に捉え、自分の生存目標を自覚し、自分が生きている必要性を確信し、その目標に向かって全力を注いで歩いている人が最も生きがいを感じている人であるとしている。

宮城（1971）は、生きがいとはよく生きてゆこうというイメージを伴った人間的欲求で、生きがいを、生きがい欲求、生きがい感、生きがいの対象という3つの下位概念に分けている。生きがい欲求は、飛躍性をもつ欲求であり、生きがい感は、単なる快ではなく、目前の喜び、その時の生活に好都合だというサインだけではなく、将来を考えたものであるとしている。また生きがい感には幸福感や喜び、快が含まれているとする（宮城, 1971）。

同じ精神医学の立場から、島崎（1974）は、青年の生きがいについて論じながら、生きがいの、「甲斐」というのは、何かをやるにあたってあらかじめ期待した通りに事が運んだかどうかで決まる評価の高低をまず意味するとして、生きがいの概念を「行きがい」と「居がい」の2つに分けている。「行きがい」は何かをめざして生きていく暮らしや充実感をあらわし、一方「居がい」は仲間と一緒に生きているということをあらわすという。「行きがい」は生きがいの前景であり、「居がい」は後景であると捉える（島崎, 1974）。

二宮（1994）は、神谷、島崎、小林の生きがい論をふまえて発達心理学の立場から、生きがいの源泉として評価能力に注目している。評価能力の違いは、人間的諸能力の発達水準の違いに起因し、生きがい感を見るとき、人間発達の過程とその個性、水準といった問題と生きがいは相関関係にあるとしている（二宮, 1994）。

神谷、小林、宮城らの生きがい論の軸は、社会という場で、各自が未来に向かって自己の目標、目的、使命を実現、達成することであり、そこに生きがいの源泉があるとしている。島崎は神谷らの主張を含みながら、人生においてあらかじめ期待された目的や課題と、その後の結果に対する評価との間の相互関係の中に生きがいの源泉を求めている。二宮はその島崎の論を推し進める形で、生きがいの源泉に評価能力を加え、人間発達の視点を取りいれている。

### 生きがいの源泉と生きがい感

生きがいの源泉・対象は、まさにその人に生きがい感を与えるものであるが、一般に人は生きがいをたった一つのことには限っておらず、仕事、家庭など様々なことに生きがいを見出しているという。神谷（1980）は生きがいの源泉として次の7つを挙げている（pp.88-91）。

- 生存充実感への欲求を満たすもの
- 変化と成長への欲求を満たすもの
- 未来性への欲求を満たすもの
- 反響への欲求を満たすもの
- 自由への欲求を満たすもの
- 自己実現への欲求を満たすもの
- 意味への欲求を満たすもの

一方、生きがい感は、生命の基盤そのものに密着しているので生きる喜び、または生存充実感としてしか意識されず、生きがいについてたずねられても、即在に返事のできない人が多いという。一方、感情や感覚というレベルでの事柄ではなく、認識や理性レベルでの、生きがい感として次の4点を挙げている(神谷, 1980, pp.33-34)。

自分の生存は何かのため、またはだれかのために必要である

自分固有の生きていく目標は何か。あるとすればそれに忠実に生きているか  
以上あるいはその他から判断して自分は生きている資格があるか

一般に人生というものは生きるのに値するものなのであるのか

人には、このような様々な生きがいの欲求があり、これら一つ一つの欲求の強さや組み合わせは多種多様であるとしている(神谷, 1980)。

### 生きがいと自己実現

「自分が生存目標を自覚し、自分が生きている必要性を確信し、その目標に向かって全力を注いで歩いている人、ある特定の仕事が自分に課せられていると感じている人、つまり使命感に生きる人が、一番生きがいを感じている人と言えよう」(小林, 1989, p.27)という一文によくあらわされているが、小林も、神谷の生きがい論を踏襲した形で、ユング、オルポート、マズロー、ロジャース、フロムなどの研究をふまえて、自己実現とのかかわりを中心に生きがいの構造を探っている。生きがいはいくつかの要素が組み合わさった複合的なものであり、例えば愛、生きる価値、出会い、遊び、仕事、在ることなどを含み、そのうちでも一番大きく重要な要素は自己実現であるとしている。高齢者むけの生きがい講座で行われている種々は、あくまでも趣味講座であり、遊びがいであるに過ぎず、真の生きがいとは、本当の自分らしさを生かして、人間らしく生きるかがあるものでなければならないという(小林, 1989)。

このようにみえてくると、神谷や小林のいう生きがいというのは、純粋な生きる喜びであり、そこには自分が何かにむかって前進していると感じられるような未来への時間の流れがあることは明らかである。それぞれが自己の目標や使命を社会において実現達成する、つまり自己実現を生きがい論の軸にすえている。「自分が最も生きがいを感じるのは、自分がしたいと思うことと義務とが一致した時と思われる」(神谷, 1980, p.34)とあるが、そこに表現されているのは、未来における自己の生きる目的、目標の実現に向かって生き抜く姿である。もちろん、社会から自分の存在を認められるという社会的存在感としての生きがいも指摘されてはいる。しかし大きな軸としては、自己実現という視点にたった生きがいである。

### 生きがいと幸せ

生きがいと幸福の関係性についても検討したい。

会田(1965)は、誰もがうらやむ1人の老婦人に、「奥さんはこの日本の中では一番幸福な方といえるでしょうね」と問いかけたところ、「……私本当に、ああ生きていて良かったと

思うというのですか、お腹の底からつきあげてくるというのですか、あの日紡のチームが勝ちました瞬間の選手の方がみんな顔をゆがめて、河西さんに向かって飛びついて行って泣きましたでしょ。ああいう泣き方、とてもうらやましいと思うんですよ。私、うれしくてうれしくて大声をあげて泣いたということがありません。皆さんに大切にさせていただいているし、有難いな、と思うことはありますが、それも何か、無理にそう自分自身にいいきかせているようなものなのです。いやなこと、つらいことがなかったから幸福だ、というだけのことじゃないかしら。今頃になって、何かしなきゃ、何かもっとつきつめてやらねばならない生き方が、もっと他にあったんじゃないかとしきりに思うんです。でもそんなこと考えるのは贅沢かもしれないね」(会田, 1965, pp.68-69) という答えが返ってきたという。この婦人の言葉に代表される、幸せなのに満ち足りぬ思いが残るという問いを手がかりに、会田は生きがいと幸せについて鋭い考察を行っている。

幸せというのは、自分を取り巻く環境に対して満足感をもつことだと定義し、幸せには2つの種類があるという(会田, 1965)。一つは静かな心の満足感で、片隅の小さな幸福の世界で心安らかに生きるということであり、もう一つは、心が燃え上がるような満足感、いわば自分の全生命がそこに爆発しているような感激で、これは生きがいの感覚だといってよいとしている(会田, 1965)。これは心の持ち方の問題で、心の対象とするものの大小ではなく、本質的には対象の大小とは無関係であるとするが、現実にはより大きな対象に対し、人は献身的に自己を投入しやすいものだということは否定できないという(会田, 1965)。日本の社会は一応の発展をとげたが、満ち足りた人とはいえず、みな心の底にいいえぬ空虚感を残し、はじめにのべた老婦人の感慨は多かれ少なかれ、日本のしあわせな人々に共通なであり、そこには真の生きがいの感覚はないとする(会田, 1965)。

神谷(1980)は生きがいと幸せの違いの一つは、現在の生活に暗澹を感じていても、将来に明るい希望や目標があれば、それへ向かって進んでいくプロセスに生きがいを感じられるというように、生きがい感には未来へ向かう姿勢があるとする。また、生きがい感は自我の中心に迫り、意識的、無意識的いずれにせよ、価値の認識が含まれている(神谷, 1980)としている。木下(1989)も、生きがいと幸福感は多くは複合するが、生きがいの方がより個別的で、個人の自己表現に向かう方向性をもっていると指摘する。

生きがいは、未来への志向性をもち、幸福感よりも自己に迫ったものであり価値の意識を含むものとされる。

### 生きがいに関する諸調査

生きがい論についてみてきたが、ここでは、生きがいに関するいくつかの代表的な調査を検討する。検討する調査は次の通りである。

- (1) 高橋徹・見田宗介による生きがいに関する意識調査(1964年)
- (2) 鈴木広による生きがいに関する調査(1983年)
- (3) 木下謙治による生きがいと幸福感に関する調査(1989年)



- (4) 財団法人シニアプラン開発機構によるサラリーマンシニアの生きがいに関する調査（1992年、1997年）
- (5) 旧総理府による高齢者の健康に関する意識調査（1996年）
- (6) 財団法人シニアプラン開発機構による高齢後期のクオリティ・オブ・ライフに関する調査（1998年）

(1) 高橋徹・見田宗介による生きがいに関する意識調査（1964年）<sup>5</sup>

神谷の生きがい論は1966年に発表されているが、それ以前に生きがいに関してはじめて綿密な調査データを提示したのは、1964年に中央公論誌上に発表された高橋と見田によるこの生きがいに関する意識調査といえよう。これは、高橋らが1962年の7月と10月の2回にわたり独自に行った生きがいに関する調査であり、日本人の理想的な人間像を検討しているものである。調査をする側であらかじめ定めた生き方の中から一つの答えを選ばせることでは、回答者の真の姿を明らかにできないとし、「あなたは毎日の生活の中で何に一番生きがいを感じていますか。一つだけ挙げてください。何でもかまいません」という質問に関して自由回答をしてもらっている。

その結果として、生きがいの様々な型として次の12項目を挙げている。

- 仕事に関するもの
- 自己の内面的な生活の充実や向上に関するもの
- 余暇の生活をエンジョイすること
- 将来への夢や希望
- 子供や孫に託した生きがい
- 家庭の円満に関するもの
- 経済生活の向上
- 身近な人間関係
- 社会一般に関するもの
- 信仰や理想に生きるもの
- 生きていることそれ自体
- 生きがいなし

これらの12のタイプが必ずしも相互に排他的ではなく、それぞれが相互に内面的なつながりをもっていると推察している。12のタイプを検討してみると、人生最大の生きがいは子供たちの上に見出されているという。また注目すべきは、生きがいなしと答えた人は男性、女性ともに2割ずついたという。今日の社会における日本人の虚無と倦怠の広がり大きさを暗示するものと指摘されている。社会や国家のためという意識は少なくなり、また信仰あるいは抽象的な理想を生きがいとしている人はほとんどいないという結果が示された。

特定の対象に自己を見出すのではなく、空間的にすべてが生きがい、時間的には日々是好日といった態度で、安穩無事な毎日の生活を楽しんでいるものが相当数にのぼり、特にそれ

は高齢者層に多いとされる。具体的な生そのものの中に価値を見出す傾向があり、人生は何ものかへの手段ではなく、それ自体が目的になりつつあると指摘する。こうした日常的な人生の価値を担っているのが、子供や配偶者に対する愛情と日々の労働や仕事であるとの結果であった。

## (2) 鈴木広による生きがいに関する調査（1983年）<sup>6</sup>

成人男女の代表標本 2000 人を対象として実施した生きがいに関する態度調査である。全体として対象者の 75% が生きがいを感じているとのデータが示された。調査結果から生きがい感が高くなる要因として、社会的生産性（出産・育児・仕事など）の高い時期、インフォーマルな人間関係の量、仕事に関して自営や安定性、加入や参加している団体の数、などが抽出されている。

生きがいの内容については、家族、仕事、親友、余暇活動、育児、信仰の順であった。家族が結束して仕事にはげみ、時には親友と交わり余暇を楽しみ日常を暮らしていることが、まさに生きがいであるとの結果であった。

調査結果から、次のような生きがいの 7 領域を提示している。

- 私生活の安定
- 生活に変化
- 人間関係の維持
- 未来展望
- 自分を生かす
- 人生の意味
- 自由

日常において重要な関心ごとは 7 領域のうちどれであるかを質問したところ、平均的な一般庶民の生きがいの中核構造は、自分を生かす、私生活の安定、人間関係維持などの私生活の維持安定ということにあったという。生活に変化、未来展望、自由、人生の意味は生きがいに大きく関係してはいるが、生きがいの周辺部分であると言えるとしている。

## (3) 木下謙治による生きがいと幸福感に関する調査（1989年）<sup>7</sup>

高齢者の生きがいや幸せが、彼らの全体的な生活とどのようにかかわっているのかを明らかにした研究はほとんどないとし、まず高齢者の生活領域全体を、家族関係、近隣・知人・友人関係（社会関係）、生活態度・行動、経済・健康、に分け検討している。それぞれの領域のいくつかの生活の諸要因が、円滑に作用している時が生きがいであると定義し、65 歳以上の高齢者 418 人への調査票をもとに分析を行っている。調査票の返答がなされなかったケースは健康状態に問題がある者が多かったため、ここでの調査結果は主として在宅で普通に生活をしている高齢者とされる。

家族関係の領域の要因としては、つれあいの健康 / 子供の人数 / 孫 / 子の家族との往来 / 子の家族との音信 / 面倒を見てくれる子 / 子との物質的援助関係 / 親、を挙げている。

社会関係の要因としては、親戚とのつきあい / 近所とのつきあい / 友人とのつきあい / 病気の時世話をしてくれる親戚 / 留守を頼める近隣 / 話を聞いてくれる友人 / 友人との音信 / 町内の世話役経験、を挙げている。

態度・行動の要因としては、趣味 / 仕事 / 信仰 / これまでの人生の満足度 / 家庭外での活動 / 規則正しい生活 / 暮らし見込みについての態度 / 今日すること、を挙げている。

経済・健康要因は、家計のゆとり / 収入源泉 / 生活設計 / 住居 / 生活環境 / 三度の食事 / 体の健康 / 心の健康、を挙げている。

調査結果から 4 つの領域に関して、現在の充足度の高い要因は、生活環境 / 三度の食事 / 子の家族との音信 / 面倒を見てくれる子 / 収入源泉 / 今日すること、であった。一方、充足度の低い要因は、仕事 / つれあいの健康 / 家庭外での活動、などであった。4 つの領域別では、経済・健康領域の充足度が高いことが示された。これは対象者の属性にも影響を受けていると考察されている。

さらに、生活に関する諸要因が、生きがいや幸福感にどのように貢献をしているのかをみると、生きがいに関しては、全体的には、社会関係、経済・健康の領域の貢献度が高いことが示された。の領域では、つれあいの健康 / 面倒を見てくれる子 / 子の家族との往来、である。の領域では全体的に貢献度が高く、近所とのつきあい / 友人との音信 / 友人とのつきあいが注目される。の領域では、暮らしの見込みについての態度 / これまでの人生への満足度が高いことである。の領域は生きがいに関する貢献度が高く、心の健康 / 生活設計 / 体の健康への注目が示唆された。

生きがいと幸福感は多くは複合するが、生きがいの方がより個別的で、趣味や仕事などに関するものは生きがいの領域に偏っていた。よって生きがいは、個人の自己表現に向かう方向性をもっていると推測されるとしている。また社会的属性と生きがいの関連であるが、生きがいは明らかに高学歴者の方が高いという結果が示されたという。

#### (4) 財団法人シニアプラン開発機構によるサラリーマンシニアの生きがいに関する調査 (1992年、1997年)<sup>8</sup>

財団法人シニアプラン開発機構は、1991年に「生きがいに関する研究会」を発足させ、サラリーマンシニアの生活と生きがいに関する研究を重ねている。生きがいに関する理論の収集、分類、および生涯学習を中心とした関連施策の実施状況を把握し、サラリーマンシニアの生きがいの創造へ向けた個人のあり方、支援体制への提言を行うことを目的としている。シニアサラリーマンを対象とする生きがいに関する調査が継続的に、1991年に第1回、1996年に第2回と行われている。

調査の結果を下記にまとめてみると、調査対象のサラリーマンの約8割が生きがいを持っており、第2回の調査では第1回より12.2%の増加が見られている。これらはサラリーマン本人、配偶者、サラリーマン現役、OBなどすべての属性において確認できている。

サラリーマン本人、配偶者、サラリーマン現役、OB、性別、年齢階級などの違いによらず、生きがいの意味は「生きる喜びや満足感」として捉えられていることが多かった。

生きがい取得の場については「家庭」と「仕事・会社」の2種類の場に集中していた。しかし、第1回と第2回の調査を比較した場合、「仕事・会社」から生きがいを取得している比率が下がっており、この減少幅はOBより現役で大きくなっている。また、生きがいを「世間・社会」から取得している人が減少、これは「地域・近隣」の場から生きがいを得ている人が、極端に少ない結果となっている。サラリーマンの生きがい取得の場が、「仕事・会社」から、「家庭」「個人的生活」へシフトし、つまり外向きの場から内向きの場へと変化しつつあることが示唆されている。

第2回では、新たに生きがいの内容に関して調査を行っているが、結果は「趣味」「子供・孫・親などの家族・家庭」「仕事」であった。

第1回と第2回の調査をふまえて、サラリーマンにとって生きがいの取得の場所であった「仕事・会社」、生きがいの内容であった「仕事」が揺らぐ結果となり、生きがいの獲得要因が多様化していることが明らかにされた。調査報告によれば、それらの要因として、社会経済状況の変化の影響があげられるという。また第1回の調査においては、景気にかげりがみられるものの、バブルの余韻に当たっていた時代であり、サラリーマンは企業・組織に帰属することで精神的にも物質的にも満たされていたと考えられるが、第2回の調査時期では、日本的雇用システムが変化しつつあり、こうした社会状況において、生きる意味を問い直す必要性が迫られ、生きがいに対する解釈が変わるとともに認識が深まったことを示している」とまとめている。

#### (5) 旧総理府による高齢者の健康に関する意識調査（1996年）<sup>9</sup>

1996年、高齢者対策総合調査として、健康、福祉の分野にかかる高齢者の意識調査が実施されている。そのうち生きがいに関する項目を含む調査は、「高齢者の健康に関する意識調査」である。この調査では、健康状態、食生活、ストレス、生きがいなどに関する調査を行っている。

調査対象者は、全国の60歳以上の男女2364人を対象としている。生きがいに関する質問を検討してみると、「現在生きがいを感じている」と回答した対象者は78.6%であり、そのうち「十分感じている」(39.0%)、「多少感じている」(39.6%)であった。一方、「生きがいを感じていない」と回答したのは17.9%であり、そのうち、「あまり感じていない」(15.6%)、「全く感じていない」(2.2%)であった。これらから、年齢が高くなるにしたがって、「生きがいを感じている」との回答の割合が低くなる傾向がみられている。

またどんな時に生きがいを感じるのかという質問においては、「孫など家族との団らんの時」(44.1%)、「趣味やスポーツに熱中している時」(33.5%)、「仕事にうちこんでいる時」(31.8%)、「旅行に行っている時」(30.7%)であった。

性別では、男性は「仕事にうちこんでいる時」(41.5%)、「孫など家族との団らんの時」(37.5%)、「趣味やスポーツに熱中している時」(35.3%)の順である。女性は、「孫など家

族との団らんの時」(49.0%)、「友人や知人と食事、雑談している時」(34.8%)、「趣味やスポーツに熱中している時」(34.8%)の順であった。

男性では仕事、女性では家族関係や友人関係に生きがいを見出す傾向が示されている。

(6) 財団法人シニアプラン開発機構による高齢後期のクオリティ・オブ・ライフに関する調査(1998年)<sup>10</sup>

この調査では、高齢社会の中で、すべての高齢者がたとえどのような心身の状況になったとしても、そのクオリティ・オブ・ライフを向上させることは重要となるという視点から、介護などに対するニーズや高齢者の生活の質などについて検討を行っている。調査対象者は、全国の厚生年金基金の加入員・受給者であり、年齢を次の45-49歳、50-54歳、55-59歳、60-64歳、65-69歳、70-74歳、75-79歳、80-84歳の8層にわけ、全体の有効回答数は1211人であり、そのうち、60-64歳は14.1%、65-69歳は13.0%、70-74歳は12.7%、75-79歳は11.1%、80-84歳は8.6%である。

調査の具体的な内容としては、第1に、要介護状態になった時の介護の場所の選択に影響を与えと思われる7つの要因を取り出し、その要因の中で代表的な事項をもって、在宅介護希望者と施設介護希望者の特徴を明らかにしている。第2に在宅生活を維持していくための要因の実態の検討、第3は生きがいも含めたクオリティ・オブ・ライフの確保についての検討である。

本研究に重要と思われる生きがいの確保についての調査結果であるが、生きがいの内容については、前期高齢者と後期高齢者ともに、第1位が「趣味」であった。第2位は前期高齢者で「子供や孫などの家族・家庭」である。後期高齢者では「自分自身の健康づくり」であった。第3位は前期高齢者で「自分自身の健康づくり」、後期高齢者で、「子供や孫などの家族・家庭」である。年齢が高くなるにしたがい「自分自身の健康づくり」の割合が、高くなっていった。

これらの結果に基づき、この調査では寝たきりや痴呆、病気に罹患していたとしても、私達が生きていくための最後の拠り所は自らの内面的な生きがいであるとし、どのようなものでもそのおかれた状況にしたがって、生きがいをもっていることが推測され、高齢後期におけるクオリティ・オブ・ライフを高めるためには、そのような生きがいを失わせることのないようにする必要があると結論づけている。

以上、6つの生きがいに関する諸調査をみてきた。これらは大規模な標本数によることもあり、一部聞き取りも含まれるが、すべて質問紙の調査によって行われている。このような生きがいに関する具体的な調査によれば、生きがいを感じさせる時は、家族の団らんなどの毎日の生活の充実、安定に求められていることが明らかになっている。生きがいの源泉も、仕事や社会というよりは、家族に向けられている結果がでている。生きがいと健康や経済などの関係性が指摘されている。

#### 2-1-4 幸福な老いに関する研究

老年学の立場から、生きがいに関するアプローチとして、幸福な老い（サクセフルエイジング：successful aging）の研究がなされてきた。高齢期になれば、様々な心身の変化や社会環境の変化を経験する。それらに適応しながら、生きがいのある豊かな老後の生活を迎えることは、誰もが希望するであろう。それゆえ、老年学にとっては、幸福に老いるための条件を明らかにすることが重要な課題となり、これまで多くの幸福な老いに関する研究が行われてきた。まずその中で、幸福に老いるためにはどのようなライフスタイルがよいのかという理論的検討が行われてきた。

アメリカにおいては、幸福な老いに関する研究の歴史は長い。幸福な老いを実現するために、退職後の生活をどのように過ごすのかという議論は、1960-70年代の老年学の主要な話題であった。この論争の中心となったのは、高齢期にいたるまでの壮年期における社会的活動の水準を維持することが、幸福に老いるための必要な条件であるという活動理論（activity theory）と、退職後の活動量や人間関係の減少は避けられない過程であり、むしろそれらの時間は自身の内なる世界や個人的な価値や目標の達成に費やすべきであるとの離脱理論（disengagement theory）である。これらは、社会的活動のレベルと幸福な老いがどのような関係にあるのかということを経験づけるものである。これらの議論に伴い、幸福な老いの程度を測定するいくつかの尺度が開発されるに至ったのである。

それらの尺度においては、モラール（morale）や生活満足度（life satisfaction）などの概念を用いて、幸福な老いの程度を測定している。モラール（morale）は、産業心理学や産業社会学の分野において、戦場における兵士の士気や職場における労働者の志気をあらわす語として用いられてきた。Kutner ら（1956）は、モラールとは満足感、楽天的思考、および開かれた生活展望の有無を反映した、生活や生活上の諸問題に対する反応の連続体であるとし、それ以来、老年学ではモラールは幸福な老いの程度を表す概念とされ、今日に至っている（古谷野, 1993）。

各々の尺度の内容に関しては後述するが、現在に至るまで広く使用されてきたのは、Neugarten ら（1961）の生活満足度尺度A（Life Satisfaction Index A）と Lawton（1975）のPGC モラール・スケール（Philadelphia Geriatric Center Morale Scale）である。米国ではこれらの尺度を利用し、老人の生活満足度、モラール、幸福感などの側面についての研究が数多くなされた。またその内的な構造や尺度の改訂などが繰り返し行われてきた。しかし作成された尺度は相互に類似し、得点間には強い正の相関関係があることが知られている（古谷野, 1982, 1983）。そこで Larson（1978）は、30年間のこれらの研究成果を要約し、得られた知見の類似性、尺度相互の相関の強さから主観的幸福感（subjective well-being）として一括することを提唱している。古谷野（1993）によれば、この Larson が提示した subjective well-being という概念は、自記式尺度によることの限界を明示するために考案したものであるため、それを主観的幸福感とするのは厳密に言えば誤りであるとしている。また、幸福が必然的に主観的なものであるという意味でも、この言葉は冗長さを免れ得ないとしている。

わが国では、前田ら(1979)により、subjective well-being が主観的満足度として紹介されて以来、尺度の導入や開発が進められてきた。モラールや生活満足度は生きがい意識やクオリティ・オブ・ライフの指標として検討されてきた。

次にそれぞれの代表的な尺度についてみていくとする。

#### PGC モラールスケール ( Philadelphia Geriatric Center Morale Scale ) ( Lawton, 1975 )

自分の人生は、年をとるにしたがって、だんだん悪くなっていくとあなたは感じますか？  
あなたは去年と同じように元気だと思っけていますか？  
さびしいと感じることはありますか？  
最近になって小さなことを気にするようになったと思っけていますか？  
家族や親戚や友人との行き来に満足していますか？  
あなたは、年をとって、前よりも役に立たなくなったと思っけていますか？  
心配だったり、気になったりして、眠れないことがありますか？  
年をとるということは、若いときに考えていたよりよいと思っけていますか？  
生きていても仕方がないと思っけてことがありますか？  
あなたは若い時と同じように幸福だと思っけていますか？  
悲しいことがたくさんあると感じますか？  
あなたは心配なことがたくさんあると感じますか？  
前よりも腹を立てる回数が多くなったと思っけていますか？  
生きることは大変さびしいと思っけていますか？  
今の生活に満足していますか？  
物事を、いつも深刻に考える方ですか？  
あなたは、心配ごとがあるとすぐおろおろする方ですか？

Lawton(1975)は、22項目からなる尺度 PGC モラールスケールを開発した後、17項目として改訂 PGC モラールスケールを作成している。

これら 17 項目の質問に、「はい」または「いいえ」で回答し、肯定的な回答をした場合には 1 点が増えらる。総得点は 0-17 得点であり、得点が高いほどモラールが高いということを示している。この尺度は多次元構造をもち、3つの主成分、 . 心理的安定、 . 老いに対する態度、 . 孤独感、からなるものとされ、その因子構造は安定したものと評価された。わが国においても、改訂モラール・スケールについては内的構造の分析が行われ、Lawtonの示す 3つの因子が確認されている(前田ら, 1979; 古谷野, 1981a)。また計量心理学的な分析も行われている(杉山他, 1981a b)。

#### 生活満足度尺度 A ( Life Satisfaction Index A: LSIA ) ( Neugarten , 1961 )

年をとるということは、若いときに考えていたよりはよい  
私の人生は、ほかの人に比べると運にめぐまれていた

今は、私の人生で一番陰気な時期だ  
今、私は若い時と同じように幸福だ  
私の人生は、やりかたによっては今よりもっとしあわせになれるかもしれない  
私の人生で、今が最高の時期だ  
私がやっていることは、たいてい退屈で単調だ  
将来、何か面白いこと、楽しいことがあると期待している  
私は、自分がやっていることを、今でも前と同じように面白いと感じている  
年をとったし、少しばかり疲れた  
年をとったとは思うが、別に気にならない  
過去をふりかえってみて、まあ満足だ  
もし、過去を変えることができたとしても、変えようとは思わない  
同じ年齢の人とくらべて、私はばかなことをたくさんしてきた  
同じ年齢の人とくらべて、私の姿、形はよい方だと思う  
私は、10ヶ月先、あるいは1年先の計画をたてている  
過去を振り返ってみると、自分は求めていた重要なことをほとんど手に入れることができなかった  
ほかの人とくらべると、私はふさぎこむことが多すぎる  
私は人生で求めていたことを、かなりの程度実現できた  
一般にいわれているのと違って、普通の人の生活は悪くなってきている

Neugartenら(1961)は、幸福な老いの指標となる生活満足度は、日常生活の中における色々な活動の中に喜びを見出しているか、自分の人生を意義あるものと感じ、これまでの人生をはっきりと受け入れているかどうか、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、積極的、肯定的な自己像をもっているか、幸せな、楽天的な態度、もしくは気分であるかどうか、という5つの要素として捉えられている。これらの5つの仮説にそって3つの尺度が開発されたが、主として生活満足度尺度A(Life Satisfaction Index A)が広く用いられている。20項目の質問に対して、「はい」「いいえ」「わからない」で回答し、肯定的な回答をした場合は加点される。総得点は0-20得点で、得点が高いほど生活満足度が高いという評価になる。

わが国も和田(1981)が概念的な検討と計量心理学的な分析を行っている。

#### 生活満足度尺度 K (古谷野, 1983)

今の生活に不幸せなことがある  
私の人生は恵まれていた  
人生をふりかえってみて満足できる  
人生で求めていたことを実現できた  
生きることはきびしい  
物事を真剣に考える



小さなことを気にするようになった  
去年と同じように元気だ  
年をとって役に立たなくなった

古谷野(1983)は、 . 人生全体についての満足感、 . 心理的安定、 . 老いについての評価の3因子について代表する尺度、生活満足度尺度 K を作成した。これらは PGC モラールスケール、生活満足度尺度 A と強い相関が認められている(古谷野, 1982; 古谷野ら, 1989a, 1990)。

日本でもこれらの尺度が適用可能であるという知見が得られると、様々な属性要因や健康度、パーソナリティなどとの関連についての分析が回帰分析などによって行われるようになった。日常生活動作能力(Activities of Daily Living: ADL)、健康度、配偶者の有無、活動レベル、現住地の居住歴、社会活動性、自我強度との関連性が示唆された(浅野他, 1981; 古谷野, 1981b; 古谷野, 1992a; 前田他, 1988, 1989)。またそれらの結果には性差がみられた(谷口他, 1984)。この段階では活動理論と離脱理論の検証を中心にして行われ、主として活動理論が支持される結果が得られている。1980年代半ば以降は、属性以外のさまざまな変数とクオリティ・オブ・ライフとの関連性を実証的に検証した論文が増加してくる。スポーツを通じた社交関係の保持が生きがいに影響を及ぼし、積極的・能動的な態度が生きがいを増進させるという結果もある(杉山他, 1986)。

このように、PGC モラールスケールや生活満足度尺度を中心に、主観的幸福感の要因分析が行われてきた。主として有意な影響を及ぼす要因として、健康度、社会経済や地位、家族が挙げられている。モラールや生活満足度は生きがい意識やクオリティ・オブ・ライフの指標として検討されてきたと言えよう。古谷野(2002)は、モラールや生活満足度を生きがいやクオリティ・オブ・ライフの指標とみなすには、十分な理論的あるいは概念的検討が必要であると指摘している。

### 2-1-5 高齢者の生きがいに関する研究の現状と課題

以上、生きがいをめぐる諸理論をみてきたが、ここではそれらの課題を述べるたい。

生きがいという言葉は、個人の生き方に大きく関係し、その人がどのように生きがいを捉えているか様々である。先述した神谷を中心とした種々の生きがい論は、きわめて哲学的であり、このような生きがいの捉え方は研究者の立場からの生きがいの構造の把握であると言える。しかし一方、ある集団を対象とした生きがいに関する代表的な調査を検討してみると、そこにはやはり生活に密着した安定感や充実感を主とする日常生活における生きがいが如実に表現されていることがわかる。神谷(1980)も指摘しているように、生きがいという言葉は、我々日本人の心の中に違和感なく定着した言葉であるので、その言葉の意味内容を明らかにするには、毎日の生活の中で、日常的に感じている生きがいを個々の語り(ナラティブ)の中から描き出す必要があると考える。

幸福な老いに関する一連の研究においては、高齢者の幸福という研究において大きな成果

をおさめてはいるが、いくつかの問題点が抽出されるよう。まず、主観的満足度を測定することにより生きがい測定したかのような調査結果がみられるが、これらの調査において現在のそれぞれの幸福感情の程度を測定しているにすぎないので、それを生きがいであると把握するには問題があろう。また質問に回答する本人が、自己の欲求をあえて低めれば、結果的に満足度は高くなるという問題点もある。さらに検討してきた尺度の質問項目のみでは、高齢者の生きがいの実態と本質には迫れないと言えよう。

和田(2001)は、個人の幸福を心理的満足感や快樂の程度によって説明する図式では、快樂を否定してもたらされる達成感から生み出される幸福感を組み入れることができないとし、これらの幸福な老いに関する一連の調査は、老年学研究の方法論に対してひとつの制約として作用するような結果をもたらしたと指摘している。幸福の老いに関する調査は、老後の生活にいかに対応しているのか、満足であるか、不満足であるのかという測定であり、個々の高齢者がどのような志向性をもっているのか、どのようなことに生きる意味を感じているのかを測定することは難しい。つまり幸福な老いの結果を測定しているに過ぎず、そのプロセスは測定できないと言える。

以上のように、高齢者自身がどのようなことに生きがいを感じているのかを明らかにするためには、高齢者が生きがいについてどのように語るのかということに力点をおく必要がある。

よって本研究では、高齢者自身の語り(ナラティブ)を重視し、その語り(ナラティブ)から、まず生きがいという言葉にどのような意味を付与しているのかを明らかにしたい。

また、上記で検討した調査における対象者においては、ある程度の健康を保持している高齢者を対象としている。施設入所者や何らかの障害をかかえ介護の必要な高齢者が、どのようなことに生きがいを見出しているのかについての検討はほとんど行われていない。多くの調査は、75歳以上の後期高齢者を対象としているものは少ないが、先に示したように、後期高齢者は今後急速に増大すると予測され、彼らの生きがいに関する現状を捉えることは最重要であると思われる。

## 2-2 わが国の生きがい対策とその展開過程

ここでは、主として戦後の高齢者福祉政策の歴史をふまえて、図1の戦後生きがい対策の流れにそいながら、わが国において生きがい対策がどのように展開してきたのかを検討する。

### 2-2-1 生きがい対策の変遷

#### 孤独の解消としての生きがい対策

第二次世界大戦終結以前のわが国においては、高齢者福祉対策は独立しておらず、救貧対策に含まれているにすぎなかった。1863年、明治政府は救済に関する一般的基本的制度の「恤救規則」を制定し、その中で70歳以上の極貧の状態にある者に対して特別な配慮を行っていた。第一次世界大戦は、わが国に未曾有の好景気をもたらしたが、終結後には関東大震災（1923年）、金融恐慌（1927年）などに伴い長い不況の時代が続いた。そのような社会・経済状況の中で貧困者が増大し、1929年に「救護法」が制定された（永和, 2002）。この法では、救護の対象が貧困のために生活することができない65歳以上の老衰者、および13歳以下の幼者とされている。対象者が限定されていることで深刻化してきた社会情勢には十分ではなかった。

第二次世界大戦敗戦後、国内では戦災、引揚げ、失業、物価高騰に伴って、貧困者が激増し、「生活保護法」（1946年）が制定された。1947年には、戦争で親を亡くした浮浪孤児などを対象とした「児童福祉法」、1949年には「身体障害者福祉法」が制定され、福祉3法体制が確立した。この当時は終戦後の混乱期であり、特に老人のみを対象とするような法律は存在しなかった。その後失業者の増加に伴い、労働能力を有する被保護者数の激増、また困窮した母子に対する援護の問題等を背景として、「旧生活保護法」（1950年）を全面改正し、新しい「生活保護法」が制定された。この「新生活保護法」の第38条においては、老衰のため独立して日常生活をすることができない人を収容して、生活扶助を行うことを目的とする養老施設が規定された（厚生省五十年史編集委員会, 1988）。

1955年代後半には、戦後の復興を終え国民の生活水準も上がり、この時期から高度経済成長が始まり、就業構造の変化、人口が都市に集中することなどが見られるようになった。このような中で、1959年に国民年金法が制定され、国の制度として老齢福祉年金の支給が開始されることになった。この高度経済成長の中でありながら、一方では1962年前後から世論調査において、老後の不安が高まっていることが明らかにされた（厚生省五十年史編集委員会, 1988）。生活保護法の枠組みで運営された養老施設は所得制限などがあり、対象とならない高齢者への対策が求められていた。そこで旧厚生省は「軽費老人ホームの設置および運営について」（1961年）という通知を出し、施設と利用者の契約に基づき利用料のみを支払う、軽費老人ホームの公的な促進策を講じることになった（厚生省五十年史編集委員会, 1988）。

図1 戦後生きがい対策の流れ

出典：黒岩（2001）の図に筆者が加筆をして作成

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <p>制度等</p>  | <p>1955 高度経済成長期～ 「もはや戦後ではない」<br/>生きがいブーム 老人ブーム 日本型福祉社会<br/>1963 老人福祉法</p> <p>1973 低成長期～ 「福祉見直し」<br/>老人医療費無料化<br/>1973 老人医療費無料化</p> <p>1985 行財政改革期～ 「第二臨調路線」<br/>福祉改革（民営化・分権化）<br/>1982 老人保健法</p> <p>1986 長寿社会対策大綱<br/>1989 ゴールドプラン</p>   | <p>1990年代<br/>参加型福祉社会<br/>1990 社会福祉8法改正<br/>1992 社会福祉事業法改正<br/>1994 新ゴールドプラン<br/>1995 高齢社会対策基本法<br/>1996 高齢社会対策大綱<br/>1999 ゴールドプラン21</p> | <p>2000年代<br/>社会連帯型福祉社会<br/>2000 介護保険制度<br/>2001 新高齢社会対策大綱</p> |
| <p>解決策</p>  | <p>1969 寝たきり老人対策<br/>1970 一人暮らし老人対策<br/>1976 「在宅老人福祉事業の実施および推進について」<br/>1979 「在宅福祉サービスの戦略」1986 「長寿社会の構図」</p>   |  |  |
| <p>生きがい対策</p> <p style="text-align: center;">旧厚生省</p> <p style="text-align: center;">旧文部省</p> | <p>1962 老人福祉センター国庫補助<br/>1963 老人クラブ助成事業<br/>1967 全国老人クラブ連合会助成制度<br/>老人クラブ地域社会活動促進特別事業<br/>老人クラブ活動推進員設置事業<br/>1979 生きがいと創造の事業<br/>1973 老人のための明るいまち推進事業<br/>1972 老人スポーツ普及事業</p> <p>1968 高齢者無料職業紹介所の設置<br/>老人就労斡旋事業<br/>高齢者能力活用推進事業</p> <p>1986 老人クラブ活動等社会参加促進事業<br/>高齢者訪問支援活動推進員養成推進試行的事業（1996～）</p> <p>1986 地域老人福祉システム開発育成事業<br/>1989 高齢者の生きがいと健康づくり推進事業<br/>長寿社会開発センター事業<br/>明るい長寿社会づくり推進機構事業</p> <p>1980 高齢者能力開発情報センター<br/>1980 高齢者労働能力活用事業（シルバー人材センター）</p> <p>1965 高齢者学級事業 1973 高齢者教室事業<br/>1971 高齢者学習活動促進事業の開発<br/>1978 高齢者人材活用の助成</p> <p>1984 高齢者の生きがい促進総合事業<br/>1985 高齢者スポーツ活動推進事業<br/>1988 生涯学習局<br/>1989 長寿学園開設事業への助成</p> <p>1990 生涯学習の基礎整備について</p> |  |  |

以上のように、1960年代以前には、行政による一般的な生きがい対策は存在しなかった。当時は高齢者、障害者、母子家庭、低所得者に対して、物心両面での援護対策が広い意味での生きがい対策であった。

1960年以降、高度経済成長は本格化していくが、1962年に旧厚生省は地域の老人に対して、各種相談、機能回復訓練、教養・レクリエーションなどを提供する老人福祉センターの運営要綱を出し、老人福祉センターへの国庫補助が行われるようになったのである（厚生省五十年史編集委員会, 1988）。老人福祉センターは60歳以上の高齢者であれば誰でも無料で利用でき、入浴設備や休憩室、小規模な図書館機能なども設備されているところもある。

このように戦後において、様々な高齢者福祉対策がつくられていくが、これらを総合的に取りまとめる法律はなかった。これらの経緯から「老人福祉法」が1963年7月11日、法律第133号として公布され、「老人福祉法の施行期日を定める政令」によって同年8月1日より施行されるに至った。

老人福祉法における、老人福祉の基本理念は次の通りである。（ア）老人は、多年にわたり社会の発展に寄与してきた者として敬愛され、かつ、健全で安らかな生活を保障されるものとする、（イ）老人は、常に心身の健康を保持し、その知識と経験を社会に役立たせるよう努めるものとする、（ウ）老人は、その希望と能力とに応じ、適当な仕事に従事する機会その他社会活動に参加する機会を与えられているものとする。老人福祉法では、養護老人ホーム、特別養護老人ホーム、軽費老人ホーム、老人福祉センターを老人福祉施設として規定しその体系化、家庭奉仕員派遣事業（後のホームヘルプサービス事業）の法定化、老人健康診査、老人クラブや就労への援助などが主たる内容であった（厚生省公衆衛生局, 1994）。

1963年の老人福祉法制定に伴って、新しく始められたものに老人クラブに対する助成事業がある。1950年代から地域の高齢者が自主的に組織する老人クラブなるものが存在したが、国の老人クラブ助成事業が開始されるとその数は激増した。1966年には、クラブ数は2万を超え約150万人、高齢者人口の約20%の加入が見られたと言われている（厚生省五十年史編集委員会, 1988）。

1960年代後半に入ると、核家族化の進行、病弱老人の増加などを背景として、今後の老人福祉のあり方の重要性が指摘された。1968年には、全国社会福祉協議会が「寝たきり老人実態調査」を実施し、寝たきりの老人の数およびその生活実態を明らかにした。その中間報告によると、日常ほとんど寝ている高齢者はおよそ19万1352人（女性59%、男性41%）とされた。家族以外に世話をしてもらっている人は8000人とされた。このうち排泄に人手をかりなければならない人は55%と半数以上を占め、看病しているのは嫁が49%、配偶者が27%（ほとんど妻）、娘が14%であった。1969年の最終報告では、寝たきりの高齢者は18人に1人、その3分の1は話し相手もなく、半数近くが医師の診断を受けていないという結果であった（福祉文化学会, 1995）。

このような老人福祉センターへの国庫補助および、老人クラブへの助成事業、また寝たきり老人実態調査などをふまえて、厚生白書（1970）には「老後の生活と生きがい」という独立した章が設けられ、生きがいという言葉がはじめて使用された。ここでは、わが国での65

歳以上の自殺者が、全死亡者 1000 人について約 9 人の割合となっているという資料を用いて、高齢者が孤独感に陥っており、このような状態をなくすためには、何よりも高齢者に社会に参加しているという意識をもたせることが必要であると指摘されている(厚生省, 1970)。

厚生白書(1970)によれば「老後の生活に関する世論調査」(1969)において、毎日の暮らしの中で何に生きがい、生活のハリを感じているのかという質問では、「家族(息子や孫の成長のこと)」「職業・仕事上のこと」に生きがいを感じているという回答が相当数見られ、「ない・不明」との回答も 37%に達しており、その結果から国としては、所得の保障という問題をこえて、高齢者に生きがいとしての社会参加の場をつくることが今後の社会の大きな課題となろうとされている。社会から孤立しがちな高齢者に対して社会とのつながりの場を与え、生きがいを見出すためには、老人クラブや老人福祉センターのような地域社会における社会的活動の場はきわめて重要になると考えられている。

一方、高齢者の就労について、1962 年から東京都社会福祉協議会は老人の職業紹介事業をはじめていたが、これは老人の生きがい対策としてその成果が著しいということから、政府も、高齢者無料職業紹介所(1968 年)を設置し、全国に普及させた(厚生省五十年史編集委員会, 1988)。これらは高齢者の就労を斡旋するだけでなく、60 歳以上の高齢者に対して、社会奉仕活動、生活相談などの社会活動を促進するものであった。特に就労に関しては、旧労働省の許可をえて行うこととされている。この高齢者無料職業紹介所は、地域の老人に対して各種の相談に応ずるとともに適当な仕事に従事する機会、その他社会的活動に参加する機会を与え、老人の知識と経験を社会に役立たせることによって、老人の生活の安定を図り、もって老人に健康で明るい生活を送らせることを目的としている(厚生省保健福祉局老人福祉計画課・老人福祉振興課, 1996)。

これらは、高齢者に対して所得をもたらすというよりはむしろ、生きがいを提供するということが目指されていると言えよう。

1960 年代以降は、旧厚生省以外の省庁による生きがい対策も行われていた。旧文部省では、1965 年より市町村が行う高齢者学級に対して委託費を支給してきた。市町村に対して、高齢者を対象とした学級の開設を委嘱し、高齢者の学習活動の企画や運営のあり方を検討したのである(三浦, 1990)。

以上より、1960 年代から取り組まれた老人クラブ助成事業や、老人福祉センターへの国庫補助は、高齢者の孤独感を解消するための一つ的手段として考えられてきた。また高齢者の就労斡旋に関しても同じ視点であった。1960 年代の政府による生きがい対策は、高齢者の孤独感や疎外感を解消するための生きがい対策であったと言えよう。

### 能力活用としての生きがい対策

1970 年代は、第一次石油危機もあり石油価格の高騰に伴い、わが国は未曾有のインフレにみまわれ、そのため所得格差が大きくなっていった。そこで政府は社会保障給付を拡大することになり、福祉の拡充や整備が行われた。介護を要する在宅の老人に対して、1971 年には介護人派遣事業(1 人暮らし老人に対して、近隣の主婦等を市町村に介護人として登録して

派遣する)、老人電話相談センターの設置(1人暮らしの老人へ定期的に電話をして安否の確認を行うとともに、必要に応じて専門家の相談・援助を行うこと)、社会奉仕団の結成(各々の老人クラブを中心に奉仕団を結成し、地域社会で奉仕活動を行うこと)、在宅老人機能回復訓練事業(特別養護老人ホームや老人福祉センターにおいて適当な機能回復訓練を行うこと)が実施された(厚生省五十年史編集委員会, 1988)。

国民皆保険制度が1961年にすでに確立しているが、1971年には旧厚生省内において、医療、所得保障、健康管理、福祉、生きがいの5部会からなる「老齡対策プロジェクトチーム」がつくられ、高齢者対策の総合的な検討を行っている。そして1973年には、老人医療費無料化制度が実施されるに至ったのである(厚生省五十年史編集委員会, 1988)。

生きがい対策としては「老人スポーツ普及事業」(1972年)が開始された。老人の健康保持と生きがいを高めるために、例えば老人体操、フォークダンスなどを実施種目とした老人体育大会が各都道府県・指定都市で行われるようになった。「老人のための明るいまち推進事業」(1973年)は地域住民の積極的な参加と協力のもと、高齢者のための各種の事業(入浴、食事、リハビリテーションなど)を総合的に行い、老人の福祉を図ろうとするものであり、国、県、市が助成することになった(厚生省, 1974)。

これら種々の生きがい対策をふまえて、1970年代の生きがい対策の大きな展開としては、「生きがいと創造の事業」(1979年)が挙げられよう。これは、在宅福祉対策として行われているが、「老人の就労斡旋事業」「老人クラブの助成事業」「老人のための明るいまち推進4業」「老人スポーツ大会」とともに挙げられている(厚生省, 1979)。厚生白書(1979)によれば「生きがいと創造の事業」は、自己が長年培ってきた知識や経験を社会に生かす一助として、生産活動に従事することを望む老人に対し、そのための環境条件の整備を行い、老人がより広く社会参加できるようにと創設された。陶芸、園芸、木工、養魚など老人自ら生産活動を通して喜びを得るとともに創作した作品等の展示、即売、地域社会への還元といった活動を行うのに要する設備等の経費を補助することになっている。1979年度は56ヶ所でモデル的に実施する予定になっており、1市町村当たり2年間の継続事業となっている(厚生省, 1979)。

また旧厚生省では、高齢者の在宅福祉対策事業による社会活動促進事業の一つとして、1980年に高齢者能力開発情報センターを設置した。このセンターは、就労斡旋のほかに、高齢者の能力の開発や向上をはかり、能力に応じた就労の機会を確保し、また高齢者が積極的に社会活動を行うための情報などを提供し、生活の安定と生きがいを高めることを目的としている(厚生省保健福祉局老人福祉計画課・老人福祉振興課, 1996)。

一方旧労働省においても、1980年に東京都の高齢者事業団構想をとりいれて、高年齢者労働能力活用事業としてシルバー人材センターへの補助金の交付が行われるようになった。シルバー人材センターは、就労の斡旋のほかに、情報提供や技能訓練も行い、高齢者の能力の積極的な活用を図ることを目的としている(岩田他, 1989)。

旧文部省では、1960年代から1970年代にかけては高齢者教育に関する施策が行われ、それらは4期にわけられる。第一期は前述したように、1965年に高齢者学級事業の委嘱である。第2期は、第1期成果をふまえて、さらに学習の内容と方法に関する研究を深めるため

に、1971年に高齢者学習活動促進事業の開発として、5市町村に委嘱されている。第3期は、1973年から高齢者教室事業として国庫補助が行われるようになった。この事業は高齢者がその年齢にふさわしい社会的能力を高めるために、趣味、教養、体育、レクリエーションなどに関する学習を行うものであり、その開設に要する経費の一部を補助するものとして始められた（三浦，1990）。それにより老人大学や高齢者大学などが行われるようになったのである。当初は老人クラブと連携し、また老人福祉センターを会場に行われていた。時が経るにしたがって、各市町村の教育委員会管轄のもとで活発な活動が行われるようになった。老人クラブや老人福祉センターは、娯楽や交流に力点がおかれていたが、老人大学などは、高齢者の学習のニーズにこたえるというものになっていった。

1960年代は、主として高齢者の孤独感の解消ということに力点が置かれていたが、1970年代に入ると「生きがいと創造の事業」（1979年）、シルバー人材センター（1980年）に代表されるような、高齢者の経験、知識などの能力を社会で生かすことが生きがいであると考えられていることがわかる。また地域社会における創造的、生産的な活動がすなわち生きがいであると考えられている。

#### 社会参加としての生きがい対策

1973年からはじめられた老人医療費無料化制度は、老人の受診率を高め、同じ病気でもいくつもの医療機関にかかるという、医療資源の非効率な活用をも生み出すこととなった。オイルショックなどを契機とした福祉見直し論が活発に議論されるようになり、経済の低成長時代における福祉政策のあり方が検討されていったのである。そこでは「日本型」ともいうべき新しい福祉社会の実現を目指すとされ、日本型福祉社会という考えが発表された。家族の果たす機能が、福祉の含み財産として評価され、日本型福祉社会という枠組みのなかで高齢者問題を家族機能に代替させる方向を示している（厚生省，1979）。

厚生年金保険制度の支給開始年齢を60歳から65歳へ引き上げ、老齢福祉年金の給付世帯への変更など、制度の引き締め策が行われる中で、1980年には臨時行政調査会、いわゆる第二臨調が設置され、わが国の行財政構造の改善を検討することになった。第二臨調の発足により、経済成長とともに拡大してきた福祉政策に歯止めをかけることとなった。日本型福祉社会から、活力ある福祉社会が求められるようになった。そこでは、すなわち高齢者福祉の問題が、国家的取り組みから個人や家庭といったレベルへと変化していった。世界の自由経済体制の中で、勝ち抜く社会をいかにつくるべきかという視点から、高齢者の福祉政策においても、自立や自助、民間活力を導入した福祉社会論を展開するようになっていったのである。

これらの第二臨調での最終答申を受けて、1986年には旧厚生省高齢対策企画推進本部により、「長寿社会対策大綱」が発表された。この大綱は、長寿社会における生きがい対策などについて政府としてはじめてまとまった考えを示したものである。人生80年時代にふさわしい経済社会システムとして、次の4つのシステムを挙げている。雇用・所得保障システム、健康・福祉システム、学習・社会参加システム、住宅・生活環境システム、で



ある。特にこの中で生きがい対策に関連しているのは、 と である。雇用・所得保障に関しては、高齢者の生きがいにとって、就労の役割は重要な意味をもつものであるが、高齢者になる前の準備段階がより大切であり、特に労働時間の短縮が必要と考えられている。また学習・社会参加においては、生涯にわたる連続した学習という生涯学習の視点が導入されている。

1980年代は後述する「ゴールドプラン」の策定により新しい生きがい対策が展開されることになるが、それ以前から行われてきた対策も新たな統合をみている。1986年に「老人クラブ活動等社会参加促進事業」が開始されたが、これは老人クラブ助成事業の一環として実施されてきた「老人クラブ地域社会活動促進特別事業」(1963年)と「生きがいと創造の事業」(1979年)を統合したものである。この事業は、高齢者に対して地域社会における社会奉仕活動や創造的活動に積極的に参加させることを目的としている(厚生省保健福祉局老人福祉計画課・老人福祉振興課, 1996)。また「老人のための明るいまち推進事業」(1973年)も、在宅高齢者の福祉サービス供給システムと結びついて地域住民一体による福祉のまちづくりを目的とした「地域老人福祉システム開発育成事業」として、1986年に新たに開始されている(厚生省五十年史編集委員会, 1988)。

1989年の「長寿社会対策大綱」で目指された新しい社会経済システムを具現化するための高齢者保健福祉推進10ヵ年計画事業、いわゆるゴールドプランが策定された。

「ゴールドプラン」は誰もが健康で生きがいをもち、安心して生涯を暮らすことのできる長寿社会を実現するために20世紀中の残された10年間に必要な条件整備を図ることを目的とし、各種の保健、福祉サービス、事業の整備目標を定めたものである(厚生省大臣官房政策課, 1991)。具体的には、サービスの内容を施設から在宅へ、またサービスの対象者を社会的弱者から健康な高齢者一般へと拡大している。これに伴い、1990年には「老人福祉法等の一部を改正する法律」いわゆる福祉8法の改正が行われた。これは、在宅福祉サービスの推進という共通理念のもとに、老人福祉法をはじめ、身体障害者福祉法、精神薄弱者福祉法等福祉関係の8法律が一括して改正されたものである。

「ゴールドプラン」では、高齢者の生きがい対策の推進として新しい方向性が示されている。そこでは、高齢者の生きがい対策が一つの柱とされ、その中核が、「高齢者の生きがいと健康づくり推進事業」(1989年)である。事業の目的は、社会の各層における高齢者観についての意識改革を図るとともに、高齢者の生きがいと健康づくりを推進する国民運動を展開することにより、「明るい活力ある長寿社会」の建設を進めるということである(厚生省大臣官房政策課, 1991)。今までの生きがい対策を包括し、かつ制度化・体系化しようとした試みと言える。

「高齢者の生きがいと健康づくり推進事業」の具体的な内容は、全国レベルに、高齢者の心身の健康の保持に関する事業を推進させる民法法人として、財団法人長寿社会開発センターを設置した。都道府県レベルに「明るい長寿社会づくり推進機構」と「試行的市町村」を設置した。財団法人長寿社会開発センターでは、都道府県の「明るい長寿社会づくり推進機構」の企画、調整、指導などを行い、また高齢者の生きがいと健康づくりに関する調査研究を進め、全国健康福祉祭り(ねんりんピック)の開催などを行うとする。各都道府県には

「明るい長寿社会づくり推進機構」が設置され、高齢者の社会活動についての啓発普及事業や高齢者の生きがいと健康づくりのための組織づくり、高齢者のボランティア活動などの振興のための指導者養成事業、老人大学の開催などが行われる。「高齢者の生きがいと健康づくり推進モデル事業」においては、全国で304の市町村を2年間モデル市町村に指定し、各種の生きがいと健康づくり活動の促進を図ることとしている(厚生省大臣官房政策課, 1991)。

旧文部省では「高齢者の生きがい促進総合事業」(1984年)が開始されるが、これは今まで行われてきた高齢者教室やボランティアの養成、人材活用、若い世代との交流事業などを総合的に進めることが目標とされており、さらに生涯スポーツという観点から「高齢者スポーツ活動推進事業」(1985年)も構想されている(三浦, 1990)。1988年には、生涯学習局が設置され、人々が一生涯いつでもどこでも自由に学ぶことができる生涯学習社会をめざして、学校や社会教育の拡充、文化・スポーツの振興などにより学習機会の確保を図ることによって、生涯学習の体系的な整備を行った(厚生省五十年史編集委員会, 1988)。1989年には、長寿学園開設事業に対する助成が行われるようになった。この事業は、高齢者の生きがいづくりの観点から、高齢者の学習機会の整備に重点をおいて、諸事業を総合化したものである。特にその中で、都道府県や市町村への助成事業に加え、国の直轄事業として高齢者の社会参加に関する調査研究を実施することとされている(三浦, 1990)。

このように1980年代の生きがい対策は、社会活動促進政策にみられるように、高齢者の積極的な社会活動への参加を促進することであったと言えよう。生きがいが社会参加と捉えられていることがわかる。

1990年代初頭においては、来るべき高齢社会への基礎整備と在宅福祉への推進を柱とする政策展開がすすめられていった。しかし、国家負担を軽減する策として、家族介護を前提として構想された在宅福祉政策は、高齢の女性による介護負担に依存する深刻な局面を迎えるに至っていた(永和, 2002)。また前述した「ゴールドプラン」による目標設定を上回るサービスの確保が必要とされることが明らかにされ、「新・高齢者保健福祉推進10ヵ年戦略(通称:新・ゴールドプラン)」が1994年に策定された。「新・ゴールドプラン」においては、少子高齢化、女性の社会進出に伴う就業構造の変化、核家族化の進行など、家族介護を前提とした在宅福祉政策の批判とともに、新しい介護システムの構築を提言されている。その後、1995年には「高齢社会対策基本法」、1996年には「高齢社会対策大綱」が定められた。

新しい介護システムについては、個人の自立を基盤とし、国民の連帯を中心に支えるという自立と相互扶助の理念にたって基本的な方向性がまとめられ、2000年の介護保険制度の導入となった。その介護保険制度導入に際して、各地方公共団体が2000年から2004年までの5年間に必要な介護サービス量の把握ということから、「ゴールドプラン21」が1999年に策定されている。介護保険制度は今後の高齢社会にむけて、財政的負担問題と具体的な介護問題への対策という2つの視点から創設された。

厚生白書(1990, 1991, 1992, 1993, 1994, 1995, 1996, 1997, 1998, 1999)によれば、1990年代における、生きがい対策をみると、1980年代に引き続き、社会参加という視点が強く押し出されている。さらに、1990年代後半から2000年代にかけては、高齢者のもつ豊かな経験や知識を活用した海外での支援活動、シニア海外ボランティアなどが挙げられている。

ボランティア活動における基礎整備が課題としてあがってきている（厚生労働省，2000，2001，2002）。年々高まるボランティア活動に対して、社会福祉協議会のボランティアセンターの活動などの支援や、ボランティア養成に対しても助成が行われている。

### 2-2-2 生きがい対策の問題点

生きがい対策の変遷を年代順におってきたが、それらから明らかになったことは、政府による高齢者の生きがいへの捉え方が変化してきているということである。それは孤独の解消、能力活用、社会参加という変遷である。黒岩（2001）によっても指摘されている。

戦後しばらくは、行政による一般的な生きがい対策は存在しなかったが、1960年代に入ると、高齢者の自殺問題が取り上げられ、生きがいが高齢者の孤独の解消として考えられ、老人福祉センター設置や老人クラブへの助成が積極的に行われていった。

1970年代に入ると、在宅福祉対策の一つとして「老人の就労斡旋事業」（1968年）、「老人クラブの助成事業」（1963年）、「老人のための明るいまち推進4業」（1973年）、「老人スポーツ大会」（1972年）とともに「生きがいと創造の事業」（1979年）が打ち出された。これらの対策からは、高齢者の経験、知識などの能力を社会で生かすことが生きがいであると捉えられている。つまり地域社会における創造的、生産的な活動が生きがいであると考え、地域文化の担い手として高齢者を定義づけるに至っている。1960年代後半には生きがいへの強い関心があり、それらにも影響する形で老人問題への関心が高まっていった。

1970年代から80年代初頭にかけては、旧厚生省だけではなく、各省庁においてもいわゆる生きがい対策が独自に推進されていった。旧厚生省、旧労働省、旧文部省以外の生きがい対策を取り上げてみると、旧農林省による「農家高齢者創作活動施設設置」（1974年）、「農山漁村婦人・高齢者活動促進事業」（1975年）、旧農林水産省では「農林漁家高齢者活動推進事業」（1980年）、「高齢者等肉用牛飼育事業」（1980年）。旧国土庁では「高齢者生産活動センター建設モデル事業」（1976年）、高齢者コミュニティセンター建設事業（1980年）である。1970年代は、オイルショックの影響による低成長期があり、それらもあいまって高齢者の能力の活用という視点に移っていくのである。

1980年代には、高齢者の能力活用のために、高齢者自らが社会活動や就労へ参加することが求められていくようになった。健康な在宅高齢者は地域社会へ積極的に参加し活動していくこと、つまりは社会参加が生きがいとして捉えられている。その社会参加という視点は、1990年代、2000年代へと続いていくのである。

このようにしてみると、生きがいは、孤独の解消、能力の活用、社会参加と変化してきている。重要なことは、これらの生きがいは政府によって考え出された生きがいであるということである。政府みずから社会情勢にあわせて、生きがいの意味合いを変化させている。また根本的には、生きがいや生きがいの場を政府から国民へ提供するという視点はかわってはいない。高齢者の能力活用や社会参加の推進は、政府にとってみれば生きがい対策というのみならず、社会の活性化を図る意味合いもたぶんには含んでいると言える。つまり、社会全体を活性化することがより大きな目的とされており、必然的に対象者も健康な人々とされる

のである。施設入所者や介護の必要な高齢者は、生きがい対策の対象者ともされていない現状は見過ごすことはできない。健康で自立度の高い在宅高齢者を対象としていることは、生きがい対策の変遷を見れば明らかであろう。施設に入所している高齢者、または介護の必要な高齢者の多くは、政府が提唱するような社会参加を積極的に行えない状況にある。

## 2-3 高齢者の生きがいに関する国際比較研究

### 2-3-1 内閣府『高齢者の生活と意識に関する国際比較調査』

内閣府（旧総務庁）高齢社会対策室（2001b, 2002 b）では、1980年、1985年、1990年、1995年、2000年の5年ごとに「高齢者の生活と意識に関する国際比較調査」を継続的に行っている。この比較調査の中で、生きがいに関係すると思われる調査項目について検討する<sup>11)</sup>。

#### 調査対象国

調査対象国は、各回5カ国に絞り、下記の通りである。

- |     |    |      |    |       |        |
|-----|----|------|----|-------|--------|
| 第1回 | 日本 | アメリカ | タイ | イギリス  | フランス   |
| 第2回 | 日本 | アメリカ | タイ | デンマーク | イタリア   |
| 第3回 | 日本 | アメリカ | 韓国 | イギリス  | ドイツ    |
| 第4回 | 日本 | アメリカ | タイ | 韓国    | ドイツ    |
| 第5回 | 日本 | アメリカ | 韓国 | ドイツ   | スウェーデン |

#### 調査対象者

60歳以上の施設入所者を除く男女である。

#### 調査事項

##### 第1回から第4回までの調査事項

- ア 家庭生活に関する事項
- イ 職業生活に関する事項
- ウ 地域での社会生活に関する事項
- エ 公的・私的サービスに関する事項
- オ 老後の生活・経済生活に関する事項
- カ 価値観に関する事項
- キ 住宅に関する事項

##### 第5回の調査事項

- ア 家庭生活に関する事項
- イ 健康・福祉に関する事項
- ウ 経済生活に関する事項
- エ 就労に関する事項
- オ 住宅・生活環境に関する事項
- カ 社会とのかかわり、生きがいに関する事項
- キ 不安、関心、満足度に関する事項

第1回から第4回までの調査においては、生きがいという言葉は使用されていないが、関連する項目は、カ 価値観に関する事項であろう。また第5回の調査においては、九 社会とのかかわり、生きがいに関する事項が新たに設けられている。それらを取り上げ検討することとする。

第4回までの調査において、カ 価値観に関する事項では「大切なもの」と「幸福感」に関する質問項目が生きがいと関連してくる。

「大切なもの」に関する質問は「自分にとって一番大切なものは何か、また、2番目に大切なものは何か」である。その回答として、次の 家族・子供、 宗教・信仰、 友人・仲間、 近所付き合い、 国家、 財産、という6つが選択肢となっている。第4回の結果は、一番大切なものとして「家族・子供」がどの国でも挙げられた（日本 89.7%、韓国 82.1%、アメリカ 80.8%、ドイツ 79.6%、タイ 63.9%）。また2番目に大切なものとして、日本では「近所付き合い」（30.8%）、アメリカとタイでは「宗教・信仰」（アメリカ 32.5%、タイ 29.2%）、韓国では「財産」（30.7%）、ドイツでは「友人・仲間」（37.9%）の割合が高くなっている。

各国とも「家族・子供」をあげる高齢者が圧倒的な割合となっている。とりわけ日本、韓国、アメリカは高い数字になっていることが示された。第1回からの推移をみると、タイを除く4カ国では第1回調査からあまり変化がみられず、高い割合で推移している。

全体を通してみると「家族・子供」を一番大切なものとするのは、すべての国で共通にみられる意識であるが、2番目にあげられるものによって各々の国の特徴が浮き彫りにされている。宗教的価値を志向する割合が高い国はアメリカ、タイであり、「友人・仲間」などの人間関係を志向する割合が高い国としてはドイツがあげられた。日本については「近所付き合い」、韓国については「財産」となっている。

幸福感に関しては「自分が同年配の人と比べて幸せだと思いますか」については、日本を除く4カ国では「ほかの人と同じくらいである」が最も高くなっているが、日本では「自分が幸せである」の割合が高く、46.1%を占める。

「自分の両親の世代の老後生活と比べて幸せだと思いますか」については、日本とタイは「自分の世代のほうが幸せである」（日本 56.6%、タイ 44.6%）、韓国とドイツでは「自分の世代がやや幸せである」（韓国 41.5%、ドイツ 37.3%）、アメリカは「親の世代と同じくらいである」（29.1%）の割合がそれぞれ高い。

一方、第5回目の調査における、九 社会とのかかわり、生きがいに関する事項の具体的な内容に関しては次の通りである。

- ・ 近所の人たちとの交流
- ・ 近所の人たちとの付き合い方
- ・ 親しい友人の有無
- ・ グループ活動への参加状況
- ・ 学習活動への参加状況
- ・ 情報機器の利用状況

近所の人たちとの交流では、韓国が「ほとんど毎日」(58.9%)であり、ドイツ(33.4%)、スウェーデン(32.5%)、アメリカ(29.2%)、日本(21.0%)となっている。「ほとんどない」という割合は、日本(25.5%)、アメリカ(25.0%)、スウェーデン(21.1%)、ドイツ(19.7%)、韓国(14.5%)となっている。日本では「ほとんどない」という割合が最も高く、近所の人たちとの交流の少なさが明らかになっている。

近所の人との付き合い方では、日本は「物をあげたりもらったりする」(61.7%)、「外でちょっと立ち話をする程度」(48.9%)の割合が多い。一方、韓国では「お茶や食事を一緒にする」(62.0%)、アメリカでは「相談事があった時、相談したり、相談されたりする」(41.3%)、「病気の時に助け合う」(38.6%)、ドイツは「相談事があった時、相談したり相談されたりする」(54.4%)であった。これらの結果から日本では、比較対象の国々よりも近所の人たちの交流があまり親密でないことが明らかになった。

親しい友人の有無では、性別にかかわらず友人がいるという割合は、スウェーデン(92.2%)で最も高く、アメリカ(87.1%)、ドイツ(83.0%)、日本(75.2%)、韓国(61.0%)であり、アジアの2カ国は欧米の3カ国に比べ少し低い結果になっている。

グループ活動への参加状況は、日本、ドイツ、スウェーデンでは、約半数が参加しているが、韓国では参加していない割合が65.5%であった。具体的なグループ活動は、日本では「町内会・自治会活動」(24.7%)、「趣味活動」(18.1%)、「健康維持のための活動」(14.0%)があげられる。一方、アメリカでは「宗教活動・教会活動」(16.3%)と「町内会・自治会活動」(30.7%)、「社会福祉活動」(18.0%)、「趣味活動」(17.3%)であった。韓国では、「宗教活動・教会活動」(16.3%)、「町内会・自治会活動」(16.3%)であった。ドイツでは、「健康維持のための活動」(18.3%)、「町内会・自治会活動」(17.5%)、「趣味活動」(17.3%)であった。スウェーデンでは、「趣味活動」(22.9%)、「健康維持のための活動」(16.0%)、「町内会・自治会活動」(16.0%)、「宗教活動・教会活動」(14.4%)であった。

学習活動への参加状況であるが、各国ともに「参加していない」という割合が7割以上であった。

情報機器の利用であるが、日本、韓国、ドイツ各国では「使わない」が8割弱でほとんどを占め、アメリカ(65.3%)、スウェーデン(55.1%)であった。使わない理由のほとんどは「必要性を感じないから」が8割、「使い方がわからないので面倒」も多数を占めた。

以上より、第4回までの調査において、各国ともに一番大切なものとして「家族・子供」を挙げていることが明らかにされた。その他、日本では「近隣とのかかわり」、アメリカやタイでは「宗教・信仰」、ドイツでは「友人・仲間」が挙げられ、それぞれの国の特徴が示された。日本においては、近隣とのかかわりにおいては、立ち話をする程度との結果が明らかにされた。

第5回目の調査において、社会とのかかわり、生きがいに関する項目が加えられているが、それらの具体的な質問事項については、それらがなぜ生きがいにかかわる事象としてとりあげられているのかは明らかになっていない。詳しく検討してみると、主としてグループ活動、学習活動などを生きがいと捉えており、政府が推進する生きがい対策と方向性を同じにして

いると言える。第5回の調査においては、家族とどのような関係を求めているのかなどの生きがいと家族に関する継続的な調査が必要とされた。

### 2-3-2 高齢者能力開発研究会『高齢者の生きがいに関する国際比較研究』

高齢者能力開発研究会による『高齢者の生きがいに関する国際比較調査研究』(1997, 1998, 1999)は、イタリア、サンマリノ共和国、フランス、デンマーク、アメリカ、シンガポール、台湾、中国、韓国、日本(東京・沖縄)の各国における調査票及び高齢者へのインタビュー調査を通して、高齢者の生きがいの実態と特質を把握し、生きがい対策に貢献することを目的として行われている(高齢者能力開発研究会, 1997)。以下、国別に調査結果をみていく。

#### イタリアとサンマリノ共和国<sup>12</sup>

イタリアとサンマリノ共和国の調査では、第1回目は8名、2回目は15名の高齢者へのインタビューを実施している。対象者はイタリア人15名、サンマリノ人8名で、男性12名、女性11名である。日本語の生きがいに相当する言葉はイタリア語には存在せず、類似表現として人生における満足感、生きる目的、将来にむけての重要な事項、未来への見通し、などの表現を使用してインタビューを行っている。

多くの対象者が生きがいとして「家族」をあげる結果となった。『老人の生活と意識』(1987)においても、イタリア人に関して同様の回答が得られている。特徴は、既婚の子供との隣居、未婚の子供との同居、子供や孫と会う頻度の高さなどであった。イタリアは一般的に個人主義といわれ、家族との強い結びつきという調査結果は矛盾するように思えるが、イタリア人にとって個人主義と家族関係は異なる次元の問題として捉えられ、家族の関係が強いことは、集団主義を意味せず、自立した個性の強い個人がお互いに家族という連合を築いていると見られる(高橋・和田, 2001)

高齢者の生きがいに性差(ジェンダー)が見られており、男性の方が女性よりも、より多くの高い生きがいを持っている報告されている。イタリア人男性は、退職後にパートタイムでも何らかの形で仕事を続け、また仕事以外にも趣味や地域でも友人・知人関係をもつ人が多いが、一方女性は家に閉じこもりがちで、対象者の半数以上が健康上の問題をもち、憂うつ感、孤独感、無力感を訴えている結果が示された。

#### フランス<sup>13</sup>

パリ市内およびパリ近郊3ヶ所において、女性8名、男性5名の計13名へのインタビュー調査を実施している。さらに、リヨン、マルセイユ、ツルーズなどの都市の女性4名、男性5名の計9名に対しては郵送により質問紙調査のみを実施し、合計22名(男性10名 女性12名)のフランス人への調査が行われた。

フランス語においても、日本語の生きがいに相当する言葉はなく「あなたの人生で一番大



切なものは何ですか」「あなたを最も充実させるものは何ですか」「人生における満足感」「生きる目的」「生きる動機」「精神的な充実感」「毎日の生きる糧」「苦しい体験や、退屈な日常を乗り越えさせてくれるもの」などの表現を組み合わせて調査を行っている。

フランス人もイタリア人と同様に、高齢者にとっては家族が大切であり、生きがいの源泉であるという答えが多かった。しかしイタリアでの調査結果と比べると、子供や家族との接触頻度は低いことが明らかになっている。

フランス人への調査では、自立、個人の尊厳、人生哲学という3つの特徴的なキーワードが抽出されたという。「大切なことは、自立した人生を送れることです。子供に頼らないで、できる限り夫婦で助け合い、または自分で他人の世話にならないで生きていくこと、そうできることに充実感・満足感を覚えます」「自立することが大切であり、できるだけそうするように努力している」(高齢者能力開発研究会, 1999, p.7)などの自立を強調する回答が多数をしめ、それと同時に自立を失うことへの不安、恐怖が語られ、自立への強い意志を尊ぶ価値観が報告されている。人生に何が最も大切なのかという質問に対して、個人の尊厳、人間関係、金銭、物質的豊かさの4つの選択肢を提示し回答を求めたが、ほとんどのフランス人は、個人の尊厳だとの回答をしているという。また自分なりの人生哲学、人生の指針について、話す人が多かったという。対象者の教育レベルの高さも影響するが、フランスにおいては自らの人生哲学をもち、それにしたがって社会活動を通じて、社会に貢献し働きかけようとする傾向がみられている。

#### デンマーク<sup>14</sup>

デンマークの第2の都市であるオーフス市に在住する男性2名、女性4名の計6名の高齢者へのインタビュー調査を行っている。対象となった高齢者は1人を除いていずれも地区の高齢者委員会やローカルセンターの利用者委員会において活動をしている人であった。

調査によれば、基本的にどの高齢者も家族を大切にしていたが、親も子も互いに自立した生活を送ることが大きな前提とされている。家族生活、職業生活、社会的活動、趣味活動のいずれにも生きがいを感じている。対象者のインタビューから得られた生きがいに関するキーワードは、自立と意志であるという(江上, 2001)。人間は自立して生きるべきであるという理念が、デンマーク社会には存在しており、親子関係、職業生活、社会活動、趣味活動においても、その考え方が基本となっている。よって、何事においても主体的選択は自立を確保するための一つの手段であり、意志の表明であるとされる。みずからの意志によって自立という理念を確保、実現できた時、そこに生きがいを感じていると示された。

#### アメリカ<sup>15</sup>

ノースバークレー、サンフランシスコ、サンホゼに在住の男性1名、女性6名、オレゴン州ポートランド在住の男性10名の計17名へのインタビュー調査が行われた。ノースバークレー、サンフランシスコ、サンホゼの地域の対象者は、日系、中国系、アイルランド系、フィ

リピン系アメリカ人であり、市内のシニアセンターなどに通っている。

他国でも見られるように、アメリカにおいても家族を大切に思う気持ちは共通して抽出されている。しかし子供や孫との関係が自分の心を安定させてくれるものではあるが、それは生きがいのすべてではない、すなわち自らの人生の中核、自我の核心を占める価値ではないと示された。もう一つの特徴は、独立心や自立心が大切であるということであった。たとえば高齢になろうとも、自立した生活を営むことが重要であると考えられていたという。

### シンガポール<sup>16</sup>

対象者はシンガポール在住の男性 2 名、女性 8 名の計 10 名である。3 名は民間福祉団体がボランティア活動をしており、4 名は公営住宅に居住、1 名は民間福祉団体の訪問事業サービスをうけていた。

3 名に関しては英語で調査を行ったが、それ以外は通訳も利用している。日本語の生きがいに相当する言葉として「あなたの人生で一番大切なものは何ですか」「あなたを最も充実させるものは何ですか」「人生における満足感」などの表現を利用している。

調査対象者のインタビューによると、子供家族や孫のことを思って生活している人が多く、生きがいの対象が子供であった。意識的で個人的な生きがい感はなく、従来の家族関係の中に生きがいの対象、あるいは満足感の源泉を見出そうとしていることが明らかになったという。

生きがいを感じる、生きがいを求めるというよりも、むしろ素朴な次元で現在の生活に満足を感じていると表現されていた。

### 中国<sup>17</sup>

北京市に隣接する中国河北省三河市において、男性 4 名、女性 1 名の計 5 名に対してインタビュー調査が行われた。三河市役所の紹介という関係上、対象者は市役所に何らかのかかわりをもっていた。

5 名中 4 名が政府の幹部であるということも影響するが、対象者の関心事として国家の繁栄が挙げられている。そしてそれは、国家や社会の貢献意識の強さとなって表現されていた。また、子供家族との関係が非常に濃いものであり、孫の面倒をみるなど孫との接触をもつ人も多かった。週末や行事ごとに子供たちが親の家に集まることも多く、家族との団らんが楽しみであり、家族・親族意識の強さも特徴であった。趣味やスポーツ活動なども活発に行われており、それらが身体的、精神的な健康の維持に役立っているだけでなく、楽しみや喜びの源泉ともなっていると報告されている。

### 韓国<sup>18</sup>

対象者は男性 4 名、女性 4 名の計 8 名で 1 組の夫婦を含んでいる。

調査においては、日本語の生きがいにあたる表現として、ハングル語で「ポーラム」または「ポラム」という言葉が有効であったとされる（高橋, 2001）。

韓国は東アジアの中でも最も儒教思想が色濃く残っており、その影響で敬老文化がまだ存在すると一般的に思われているが、実際にはその影響は少なくなっているとの感触であったという。敬老文化は制度的、表面的な日常に残ってはいるが、かなり形式的、弱体化していると指摘される。現在では子供と別居する高齢者が増え、子供との別居をのぞむ高齢者も増えている。高齢者の社会的地位がゆらぎ、家庭内における家長としての面目を維持する基盤を失っている状況である。高齢者が自分の居場所を失っているという現象を象徴的にあらわしているのは、バゴダ公園であるという。毎日、数千規模の高齢者が集合し、仲間と会い、情報交換をするなどの社交場となっている。

生きがい対象として、家族を挙げる人が多い結果であった。具体的には生きがいの対象は子供であり、子供が学業や仕事をしっかりしてくれていること、それを見届けることは生きがいとなっているという。子供の学歴は高齢者にとって重要であり、高齢者の人生の価値、生きる目的に強く反映している。経済的な状況としては、高齢者は子供からの仕送りを生活費の足しにするケースが多い。

社会とのかかわりをもって生活したいという高齢者は日本とは対照的に少なく、社会参加に関しては消極的であったとされる。

#### 台湾<sup>19</sup>

対象者は男性 10 名、女性 5 名の計 15 名であり、老人ホームやナーシングホームに入所している人などを含んでいる。台湾の本省人は戦前の日本統治時代に日本語教育を受けていることから、日本語でのインタビューも可能であった。日本語の生きがいに相当するものとして、「生涯観」という表現を使用してインタビューを進めている。しかし生きがいという日本語の言葉の方がより広い意味をもつとされる。

サークル活動のリーダーを担う対象者は、その活動そのものに生きがいを見出しており、それが喜びとなっていた。老人福祉センターに通う対象者も含まれていたことも影響するが、多くは学習意欲が高く、学ぶことそのものを楽しみ、そこで得られる友人関係に生きがいを見出している人もいた。

共通しているのは、家族を大切にし、健康に留意して運動を心掛け、多彩な趣味をもち実践していた。そして今までの経験を肯定的に語り、その上で現況の生活は楽しいという前向きな姿勢の人がほとんどであったという。

#### 日本・沖縄<sup>20</sup>

沖縄の大宜味村の社会福祉協議会から紹介をうけた男性 1 名、女性 4 名への個別の調査、および集合インタビューとして男性 2 名、女性 4 名の計 11 名への調査を行っている。

大宜味村在住の高齢者の特徴として、豊かな人間関係があげられている。村の友人や親族

との接触が何よりも楽しみになっており、日常生活の重要な部分を占めている。また、高齢者たちの朝の日課は散歩であり、海に出て祈りをささげたり体操を行ったりしている。そこには自然な生活のペースがあり、選択肢の少ない生活でありながらも、与えられた自然的・社会的環境に抵抗することなく、しかしながら主体性を失うのではなく、まさになすがままの生活を営んでいることが浮き彫りにされた。さらに何らかの趣味をもっていた。

生活のある部分がそのまま生きがいであって、独立した存在としての生きがいはない。生活すべてが生きがいと示されている。

#### 世田谷区の 100 歳以上の長寿者<sup>21</sup>

世田谷区に在住する 100 歳以上の長寿者 62 名（男性 15 名、女性 47 名）へのアンケート調査と、そのうち 9 名のインタビュー調査を行っている。インタビュー調査の中から生きがいについて検討してみると、下記のことが抽出されたという。

配偶者・子供・孫という家族親族  
仕事に生きる  
針仕事・芸事・声と手先を使う趣味  
信仰・聖書を毎日読む  
友人・仲間と談笑する・コーラス・ゴルフ・囲碁  
新聞を読む・相撲や歌舞伎のテレビをみる

今まで西欧からアジアにわたって生きがいに関する国際比較という視点にたった、インタビューを伴う生きがいの調査は行われてはおらず、この国際比較研究の意義は大きいと考えられる。

まず、これらの研究において問題となるのは、日本語の生きがいという言葉に相当する表現についてである。日本語の生きがいに相当する言葉として、各国の文化にあわせてどのような質問にするのかを検討して調査を行っている。この調査においては、ハンゲル語の「ポーラム」もしくは「ポーム」という言葉が、生きがいに相当する言葉として有効であったとされるが、「ポーラム」は日本語の甲斐に相当する言葉であり、生きがいという言葉そのものをあらかずものではないとの指摘もあるので、今後さらなる検討が必要と思われる。諸外国との比較調査の中で生きがいという言葉が広い意味を包含し、日本人にとっては日常的に容易に使用されていることが改めて浮き彫りにされた。

生きがいの源泉として、家族が共通に抽出された。ただその背景にあるものは、各国によって異なることが明らかになっている。その根底にある価値意識の違いが見られるのである。フランスであれば自立や尊厳、デンマークでは自立と意志、韓国では子供であり、沖縄の大宜味村では自然や日常の人間関係などがキーワードであった。特に日本を含めたアジア諸国においては、家族との結びつきがより強くなっていると示されている。

### 2-3-3 マシューズの比較文化的生きがい論<sup>22</sup>

#### マシューズによる生きがいの文化的基礎

日本語による生きがいに関する著作は多く出版されているが、英語で生きがいについて書かれ、さらには日本人とアメリカ人の生きがいの比較を行っているのは本書が唯一であろう。マシューズ(2001)は、人生に生きる価値を与えているのはすなわち生きがいであり、それが仕事であれ、家族であれ、創造的な活動であれ、自分にとって一番大切なものである生きがいが、私たちの人生に生きる価値を与えているとする。また生きがいという言葉そのものは、日本語以外の言葉には存在しないが、生きがいは世界中の人々が感じているものであり、すべての人の人生に生きる価値を与えているものであると考えている。

生きがいは日本の文化的概念であるばかりではなく、アメリカ人の人生を解明する比較文化的概念であるとしてこの比較文化研究は行われている。アメリカ人に対して、「あなたの人生で最も大切なものは何ですか?」「あなたの人生で生きる価値があると思わせている最大のものは何ですか?」という質問をすれば、日本人に「あなたの生きがいは何ですか」と質問への回答とほぼ同じように答えるという。英語には生きがいに相当する言葉はないが、「人生に生きる価値を与えているもの」という概念に関して、アメリカ人と日本人を比較することは可能だという(マシューズ, 2001)。生きがいを理解する唯一の方法は、人々がどのように生活し、どのように自分の人生を把握し、どのように人生の意味を見出しているかを検討することであるとし、アメリカ人と日本人へのインタビューを通して、彼らを動かしているものは何か、彼らの人生に意味を与えているものは何かと詳細に分析を行っている。

1989年から1990年にかけて、104人の日本人とアメリカ人にマシューズ自身が生きがいに関するインタビューを行い、そのうち9組18人の個人的なインタビューを比較検討している。9組18人の属性は、男性12人、女性6人であり、年代は10代が1人、20代が2人、30代が3人、40代が5人、50代が2人、60代が3人である。

#### 「集団や社会的役割への一体感」と「自己実現」

生きがいについての人々の意識は「集団や社会的役割への一体感」と「自己実現」という異なる2つの方向性をもつとしている(マシューズ, 2001)。「集団や社会的役割への一体感」とは、自己が本質的に社会的役割であることを前提としている。一方、「自己実現」は社会的役割よりも本質的に根元的な自己の存在が前提となっている。インタビューした日本人の多くは、生きがいを「集団や社会的役割への一体感」として見ており、「自己実現」を自分の生きがいとしてみている人は少数派だという特徴が見られた。

一方、アメリカ人は生きがいとして「集団や社会的役割への一体感」よりも「自己実現」を強調する特徴が見られている。マシューズ(2001)は、多くの人々が信じているほど、日米間の相違は大きなものではなく、むしろ類似点が多いという点を指摘している。

類似点としてまずライフコースが、人々の生きがいについて多くの部分を決定していると

ということである。つまり、日本でもアメリカでも自分の人生において大切なものという感覚の基礎となるのは、ライフコースであるとする。もう一つは、文化的な相違にも関わらず、日本やアメリカに限らず、どの社会でも子供を産むのは女性であり、育児・家事を担当することが期待されているということ。さらに、どこの国の人々でも自分では制御することのできない、社会の諸規則にしたがって生きざるを得ないということである。その諸規則と生きがいは大きく関連してくるという。

基本的な相違は 2 つあるという。一つはジェンダーへの考えである。日本人はいまだに、男性は仕事、女性は家族に生きがいをもつべきだという考えがある。これに反して、アメリカでは男性も女性も共に家族と仕事の両方に生きがいを見出すことが期待される。日本人は、ジェンダーに基づく役割としての生きがいを受容し、一方、アメリカ人は生きがいはジェンダーから自由であるべきだと強調する。もう一つは宗教に関わることである。日本では、仏壇は家庭で宗教が位置している場所であり、人々がそれを信じているいないにかかわらず、家族という生きがいを来世へ結びつけている。一方、アメリカ人は、家族とは別に、神への個人的な信仰を奨励している。

日本とアメリカにおいてはいくつかの点で相違はあるにしても、人々が生きがいを追求する方法においては根源的に類似しているとされる。生きがいは、文化的な差異よりもむしろ、性別、年代、生き方などがより大きな要素になると指摘する（マシューズ, 2001）。

### 生きがいの比較文化理論

マシューズは、インタビューの調査をふまえて、生きがいの比較文化理論、すなわち「文化的個人的に形成された運命の産物として、自己は自分の生きがいをさまざまな文化的概念から戦略的に組み立てて解釈し、一番身近な他者の世界の中でこれらの生きがいを交渉し、自分の人生に個人的意義があるという意識を達成し維持するために、自己の属する社会の制度的構造によって方向づけられている自分の生きがいを追求する」（マシューズ, 2001, p.270）を提示している。これらの意味をさらに 4 つにわけて検討してみる。

#### < 文化的個人的に形成された運命 >

文化的個人的に形成された運命の産物であるというのは、それぞれの暮らす社会の秩序、社会規範、社会慣習などを通して、私たちは文化的運命の圧力のもとにあるということであり、その社会の中で育つ特定の家族、家庭の中で自分というものが形成されていく。つまり文化的運命と個人的運命は切り離すことができない。

#### < 生きがいの文化的な組み立て >

人々は生きがいを一連の文化的概念を使用して形成し、正当化している。多くは「集団や社会的役割への一体感」と「自己実現」という連続体の上に配列することができるとする。生きがいを正当化する上で用いられる表現には、「普通の人が……」「平凡な生活が……」「だれもが……」といった言葉が共通している。日本人の場合は、「他の人に迷惑をかけないよう

に」という表現も用いられる。

#### <社会的交渉>

これは、一番身近な他者の世界の中で生きがい交渉するということで、周りの人々の要求と自分の生きがいに折り合いをつけることを指している。この生きがい交渉の第1番目の重要な領域は、自分の配偶者との交渉である。極端な例は、生きがい交渉などしない場合であり、生きがいの取引がこじれて離婚に至ってしまうケースもある。マシューズによる調査対象者のアメリカ人の中には、それが原因だと解釈できたものもあった。第2番目の重要な領域は、自分の両親あるいは子供との交渉である。第3番目の交渉は、下位文化(サブカルチャー)内の交渉と下位文化間の交渉である。2人の人間関係が疎遠であればあるほど、生きがいが話題にのぼることはなくなる。

#### <制度的方向付け>

生きがいの文化的組み立てや取引・交渉はすべて、自分の属する制度的世界によって構造化されているということである。日本の制度は集団への参加を中心に構造化されており、一方アメリカは個人の自由と責任が重視される構造である。

インタビューをした人たちは、家族、仕事、創造的活動、政治的夢、宗教などに生きがいをもっていたが、生きがいはすべて本質的に不安定なものであると言う(マシューズ, 2001)。仕事や家族という生きがいは一生続くものではないし、創造的活動や政治的夢にしてもそれらが永久に後世に持続する保証はない。人は生きがいの追求を通して、自分の人生には意義があるという意識を求めているわけだが、そのような意識は人間存在の究極的意味と結びつき、すなわち人間を超越するより大きなものと結びつきを必要とするのだと言う(マシューズ, 2001)。すべての生きがいが不安定な理由は、私達が人間であることに由来し、それは私達が超越性や人間存在の意味について、確信をもって知ることができないからである。生きがいの不安定さはおよび人生の意味の不確かさはインタビューをした対象者だけにあてはまるのではなく、現代社会に生きる私達すべてがおかれている状況である。結局人生に意味を与えているものは私達自身としている(マシューズ, 2001)。

### 2-3-4 国際比較研究から見えてくるもの

一連の国際比較研究からみえてくるものを抽出したいと思う。

第1点は、このような国際比較研究から明らかになるのは、生きがいが社会問題として捉えられているのはわが国だけであるということが改めて浮き彫りにされてくる。諸外国においては、高齢者の生きがいそのものが社会問題とされているのではなく、高齢者の孤独や福祉といったことと関連付けられて語られている。

第2点は、生きがいと文化的な背景との関係性である。高齢者能力開発研究会による『高齢者の生きがいに関する国際比較調査』(1997, 1998, 1999)によれば、生きがいの内容に関

して、どの国でも家族が挙げられているという現状が明らかにされた。しかしその根底に流れる価値意識にはそれぞれの文化の相違が現れているということが指摘された。一方、マシューズは、同年代、同じ性別の人を比較しながら生きがいについて検討をしているが、それらの中で得られたことは、文化的なものが影響しているにもかかわらず、それらよりも、年齢、宗教意識、性別といった変数の方が生きがいに関してより大きな決定力をもつということである。これらから、生きがいと文化的な背景には重要な関係性があるが、年齢、信仰、性別などのより個人的なファクターへの着眼も必要とされる。

第3点は、マシューズは生きがいが「自己実現」と「集団や社会的役割への一体感」という2つの相異なる方向性があり、アメリカ人と日本人のインタビュー調査の比較によれば、日本人は「集団や社会的役割への一体感」として生きがいを語る人が多いという指摘をしている。これらは、日本人の生きがい感が、自己を実現するということよりも、家族、社会などとの連帯感の中から自分の生きる意味や存在を意味づける方向性があることを示している。



## 第3章 クオリティ・オブ・ライフと Spiritual Well-being

生きがいに類似したものとして Spiritual Well-being の概念がある。クオリティ・オブ・ライフという概念において、Spiritual Well-being の視点への注目も喚起されてきている現状の中で、アメリカの高齢者の視座からそれがどのように捉えられきたか、どのような背景があるのかを検討する。また本研究の調査をふまえて、生きがいと Spiritual Well-being の概念の比較については、6-3で行うこととする。

### 3-1 高齢者のクオリティ・オブ・ライフ

クオリティ・オブ・ライフ (quality of life) という概念は、歴史的には、1964年にアメリカの大統領 Lyndon, B. Johnson が用いて以来、広まったとされる (Beah, 1987)。1970年代から、主として経済学の分野において、国民総生産 (GNP: Gross Rational Product) を中心とした量に象徴される生産の立場、つまり物質的な豊かさへの批判がおり、社会指標の作成とその体系化と連動して、クオリティ・オブ・ライフの測定へ関心が向けられたのである。1980年代になると、医療や看護、特にがん医療の分野で、クオリティ・オブ・ライフの概念が取り入れられるようになった。1988年以降は新薬開発や承認にあたって、クオリティ・オブ・ライフを指標の一つとしたことが契機となり、臨床治験の研究などにおいて、急速にクオリティ・オブ・ライフの概念が取り込まれていった (中根他, 1996)。

クオリティ・オブ・ライフは、生活の質、生命の質、人生の質、生の質などと訳されている。これはライフ (life) という言葉のもつ意味が、生命、生活、人生など多様であるためである。

世界保健機構 (World Health Organization: WHO) では、クオリティ・オブ・ライフを「個人が生活する文化や価値観のなかで、目標や期待、基準また関心に関連した自分の人生の状況に関する認識」(中根他, 1996, p.13) と定義している。WHO は WHO / QOL 評価法を開発しているが、それらの評価の領域は、身体的領域、心理的領域、自立のレベル、社会的関係、環境、精神性 / 宗教的 / 信念、という 6 領域から構成されている (The WHOQOL Group, 1995)。

クオリティ・オブ・ライフの概念にどのような内容を想定しているのかは、それぞれの専門的立場によって異なっている。中根ら (1996) は、わが国においては、クオリティ・オブ・ライフの枠組みは十分な議論をせず、用語のみが一人歩きしていると指摘している。混乱をきたす要素として、クオリティ・オブ・ライフはすべて主観的な指標から構成されるとみなすか、もしくは主観的指標と客観的指標の 2 つの視点があるとするかという点を挙げている。これらは、つまりクオリティ・オブ・ライフを生活者の意識面中心 主観的指標 に考えるか、もしくはおかれている環境状態 客観的指標 について考えるかということであろう。

それらに対して、清水 (1997) は、この 2 つの考え方は必ずしも相反する立場ではないと指摘する。本人の満足度は素データであって、そこから生活者の満足度の要因となる環境を

割り出す過程をへて、単にある生活者の個人的な評価ではなく、公共的な評価が抽出されるという。つまりクオリティ・オブ・ライフは当人の満足度を通して、公共的な環境の評価がなされるので、満足度と環境の評価は表裏一体であるということであろう。

高齢者のクオリティ・オブ・ライフについて検討を加えたい。戦後の高度経済成長期に伴い、物質的な豊かさから心の豊かさへの求めが顕在化し、誰もが長寿を享受できる時代において、老後の過ごし方へ関心が寄せられ、それらに伴いクオリティ・オブ・ライフに注目が集まってきた。高齢者のクオリティ・オブ・ライフについて、老年学、医学、社会心理学などを中心に様々な研究が行われている。クオリティ・オブ・ライフは、多様な側面を含む複雑な概念であるために、いくつかの下位概念に分けられて検討されてきた。すでに 2-1-4 で先述した主観的満足度 (subjective well-being)、心理的幸福感、生きがい感、幸福な老いなどである (平野, 2002)。

高齢者の生きがい感は、クオリティ・オブ・ライフにとって重要であると位置づけられているが、それらの研究の方法は前述したように、いくつかの質問紙調査を中心に行われてきた。それらの様々な尺度の開発や改良により、高齢者の生活満足度や主観的満足度に関して多くの成果が蓄積されてきたことは言うまでもない。その一方、生きがいと主観的幸福感を同じようなものとして捉え、それらの質問紙によってあたかも生きがいを測定できるかのようになっているものも多い。それらの問題点には先に触れた通りである。

### 3-2 Spiritual Well-being の視点

世界保健機構 (WHO) はその WHO 憲章前文の中で、「健康」を次のように定義している。Health is a state of complete physical, mental, and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity. (「完全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり、単に疾病又は病弱の存在しないことではない」昭和 26 年官報掲載の訳)

しかしながら 1998 年の世界保健機構 (WHO) 執行理事会 (総会の下部機関) において、WHO 憲章全体の見直し作業の中で「健康」の定義を、Health is a dynamic state of complete physical, mental, spiritual and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity. とする改正案 (下線部追加) が提起され、総会の議題とすることが採択された<sup>23</sup>。しかし実質的な審議は 1999 年 5 月の世界保健機構総会では行われず、この議題は次年度への申し送りとなっている (津田, 2000)。このような世界保健機構における「健康」の定義の改正案への提案を受けて、厚生省の厚生科学審議会においても議論の場が設けられた<sup>24</sup>。わが国においても、医療・看護のみならず、様々な分野で、人間の Spiritual<sup>25</sup> の側面への関心が高まっている。

世界保健機構の専門委員会 (1993) は「スピリチュアル」を、『「スピリチュアル」とは、人間として生きることに関連した経験的一側面であり、身体感覚的な現象を超越して得た体験を表わす言葉である。多くの人にとって「生きていること」がもつ「スピリチュアル」な側面には宗教的な因子が含まれているが、「スピリチュアル」は「宗教的」と同じ意味ではない。「スピリチュアル」な因子は身体的、心理的、社会的因子を包含した人間の「生」の全体

像を構成する一因子とみることができ、生きている意味や目的についての関心や懸念とかがわっていることが多い。とくに人生の終末に近づいた人にとっては、自らを許すこと、他の人々との和解、価値の確認などに関連していることが多い』(p.48)と定義している。

つまり「スピリチュアル」という言葉の意味には宗教的な因子が含まれるが、さらに、広く人間の生き方や価値観などに大きく関わっていると理解されていよう。世界保健機構(WHO)の健康の定義における Spiritual Well-being への提起は、人間の健康にとって、また充実した生の終わりを迎えるためには、生きている意味や生きがいの追求、すなわちの Spiritual の側面が重要であるとの視点が提起されたと言うべきだろう。

わが国では、臨床を中心とした全人的ケアのあり方を追求するために、1977年に発足した日本死の臨床研究会<sup>26</sup>などを通して、医療従事者を中心に、末期がん患者の Spiritual の側面やそれらへの対応が検討されてきた(鶴若他, 2000, 2002e)。5-1で詳述するが、特にターミナルケアの領域においては、死に直面した人の、人生の意味や目的を求める痛み Spiritual の苦痛として検討されてきた。第6回日本緩和医療学会総会(2001年6月8-9日, 東京)<sup>27</sup>において、わが国ではじめて“Spiritual Well-being”というシンポジウムが開催されたが、その内容は、末期がん患者の Spiritual の苦痛に焦点があてられたにすぎない。今後はさらに、医療・看護のみならず、広く健康と Spiritual Well-being の関係性などへの議論と具体的対応が期待されている。

### 3-2-1 高齢者に関するホワイトハウス会議<sup>28</sup>

アメリカにおいては1970年代から、高齢者の Spiritual Well-being をめぐって活発に議論がなされてきた。高齢者の Spiritual Well-being をめぐる議論の発端となったのは、高齢者に関するホワイトハウス会議(White House Conference on Aging)である。これらの議論経過や背景を明らかにすることによって、高齢者の Spiritual Well-being の視点の重要性が明らかになると思われる。そこで、どのような議論がなされてきたのか、その背景を含め検討したい。

アメリカでは、高齢者の人口の増加などに伴い生じる様々な課題に取り組むために、高齢者に関するホワイトハウス会議が、1961年を第1回とし、1971年、1981年、1995年と約10年ごとに開催されている。この会議では、メディケアやメディケイドをはじめとし、社会保障制度の改革、高齢者のための住宅、職業、交通などのサービスを充実させる契機を作り出してきた(Tedrick, 1985; 木村, 1995)。

#### 1961年の高齢者に関するホワイトハウス会議

1961年の高齢者に関するホワイトハウス会議では、約2500人の代表が集まり、947の勧告が作成された。会議では、「宗教とエイジング(Religion and Aging)」部門が設けられた。この部門では、高齢者にとっての宗教の役割、教会における高齢者の役割、高齢社会における教会の役割、という3つのワークショップが開かれた。

このワークショップでの議論をふまえて、国から 15 の勧告が出された。それらのほとんどは、教会に対しての勧告であった。例えば、高齢者に対する施設やカウンセリングなどのサービスの提供、容易に教会を利用できるような交通手段の確保・スロープの設置・補聴器などの提供、教会に足を運ばない人々へラジオ・テレビ・テープレコーダーなどの提供である。また高齢者が教会内において、意味ある役割を果たせるようにする。さらに教会は、一般の人々に対して、高齢者へのスティグマを取り除き、高齢者の生き方、役割、価値が心より敬われるよう、働きかける役割をも担うとされる( U.S. Department of Health, Education, and Welfare Special Staff on Aging, 1961; White House Conference on Aging, 1960 )。

### 1971 年の高齢者に関するホワイトハウス会議

1971 年の高齢者に関するホワイトハウス会議では、新たに、Spiritual Well-being 部門が設けられた。本会議に先立って行われた Spiritual Well-being に関する専門委員会のバックグラウンドペーパーの中で、Moberg( 1971 ) は『Spiritual Well-being は、人の内的な資源に付随し、特にその人の究極の関心事、基本的価値、人生における哲学、信念にかかわり、人間の行いを導き、超自然的で非物質的な領域である。ゆえに、たとえ、宗教的な組織に属さず、何らかの宗教的实践を行っていないなくても、すべての人は「Spiritual」の存在である』( p.3 ) と述べている。人間は Spiritual の存在であるとの前提にたち、本会議においては 14 の勧告が出された。そのうち、6 つは政府、8 つは宗教的団体に向けた勧告であった( White House Conference on Aging, 1973 )。

#### < 政府へ >

- ・ 高齢者の Spiritual ニーズを満たすために宗教的機関との協力
- ・ 高齢者の Spiritual ニーズに関する研究や教育を提供するために宗教組織との協力
- ・ 高齢者の Spiritual ニーズに対応するために、聖職者や専門家の育成への支出
- ・ チャプレン部<sup>29</sup>サービスの提供と支出
- ・ 高齢者へ提供されるプログラムの評価
- ・ 特に社会保障の面から情報を提供する

#### < 宗教的団体 >

- ・ すべての高齢者に対してサービスを提供する
- ・ 寝たきりの人々にも宗教的なプログラムや相談を行う
- ・ Spiritual、個人的、社会的ニーズに関心をもつ
- ・ 適切なサービスを提供する
- ・ 高齢者のニーズを代弁する
- ・ 高齢者の権利を守る
- ・ 宗教間のコミュニティプログラムを発展させる
- ・ 高齢者の人生を敬い、死のその瞬間まで尊厳をもてるように支援する

## 高齢者に関する全米宗教間相互協力委員会 (National Interfaith Coalition on Aging : NICA) による Spiritual Well-being の定義

1971 年の高齢者に関するホワイトハウス会議において、高齢者の Spiritual Well-being が取り上げられたことにより、それらを専門的に議論していく必要にせまられ、1972 年に高齢者に関する全米宗教間相互協力委員会 (National Interfaith Coalition on Aging : 以下 NICA とする) が組織された。NICA は高齢者に関する国家評議会に属し、あらゆる信仰をもつ組織や個人で構成され、高齢者と Spiritual の側面とのかかわり合いを研究し、実践的なガイドラインを提供することを目的としている。

NICA は、下記のように Spiritual Well-being の定義を作成した。

*Spiritual well-being is the affirmation of life in a relationship with God, self, community, and environment that nurtures and celebrates wholeness* (National Interfaith Coalition on Aging, 1975, p.4)

NICA によれば、Spiritual Well-being は、神、自己、コミュニティ、環境との関係性の中での人生の肯定であり、それらは全体性を育み、心から享受されるものである。Spiritual Well-being というのは、単に人生の一側面ではなく、むしろ人生全体に行き渡り、意味を与え、全体性を指し示している。つまり、身体的、心理的、社会的な健康と同等ではなく、たとえどんな否定的な状況にも関わらず、イエスとすることができる、そういう人生の肯定なのである。これは、現実をあえて無視した、楽観主義というのではない。いかなる状況においても、神、社会、コミュニティ、他者との関係の中で、人生を肯定していくことが Spiritual Well-being のダイナミズムだと考えられている (National Interfaith Coalition on Aging, 1975)。

### 1981 年の高齢者に関するホワイトハウス会議

1981 年においては本会議に先立ち、NICA のメンバーと宗教学、倫理学、社会学、哲学、法学、医学などの専門家によって、“Spiritual and Ethical Values System Concerns” という小会議が行われた。Spiritual Well-being についてだけではなく、高齢者の終末期における倫理的問題を含め検討された (Cook, et al, 1981)。

しかしながら、本会議では、1971 年に引き続いての Spiritual Well-being に関する部門は設けられなかった (Delloff, 1983)。Spiritual Well-being そのものに関する勧告はなかったが、それに言及した勧告は 12 あった。例えば、宗教的団体が高齢者への果たす役割の促進、高齢者のクオリティ・オブ・ライフと Spiritual Well-being のかかわりに関する研究の推進、全人的アプローチの重要性などであった (Stein, 2001)。

### 1995 年の高齢者に関するホワイトハウス会議

1995 年の本会議の前に、アメリカの各地で高齢者の Spiritual Well-being に関して 11 の

小会議が行われた。それらをふまえ本会議においては、“Spiritual, Ethics, Values, and Roles”という部門が開かれた。最終決議案は、自らが将来判断能力を失った際、自分に行われる医療行為に対する意向を、前もって意思表示をするというアドバンス・ディレクティブ（事前指示：Advance Directive）の作成を、高齢者に対して促進し、実行を確実にすることであった（White House Conference on Aging, 1995；Erkenbrack, et al, 1995）。

### 議論経過の考察

以上、1961年から1995年までの高齢者に関するホワイトハウス会議でのSpiritual Well-beingをめぐる議論を概観してきたが、ここでは、その議論がもたらされた背景と議論経過の考察を行う。

1961年の会議では、「宗教とエイジング」部門が設けられ、その名称からも明らかなように、高齢者と宗教に焦点があてられていた。宗教は人生に意味を与えるものであるとの前提にたち、高齢者の宗教的ニーズに対する対応が検討され、特に教会の役割に焦点があてられた。

1971年の会議では、1961年に引き続いての「宗教とエイジング」部門ではなく、Spiritual Well-beingという新しい部門が設定された。その理由について公式な見解は出されていないが、Spiritualという言葉は、宗教や教会を直接意味するものではなく、より中立的な意味合いをもつことから使用されたと推測される。その背景には、アメリカ社会における国家と教会の分離、憲法における信教の自由という問題が深く関係している。国家としては、できる限り国家と教会との分離、憲法上の信教の自由に抵触しない形で議論を進めたいという方針があり、Spiritual Well-beingという言葉はそれに適当であると考えられた(Moberg, 1978a)。また1961年の会議では宗教家やラビが中心的な役割を担っていたが、1971年の会議では、Marquette大学の社会老年学、宗教社会学が専門であるMobergによって、1971年のSpiritual Well-being部門のバックグラウンドペーパーが引き継がれたことも、Spiritual Well-beingという部門が設けられた一因となる。さらに高齢者の全人的健康を考える際、高齢期と宗教の関わりだけにとらわれず、広く人間の生の営み、活動のすべてに関わる問題としての視点の提供という意味において、Spiritual Well-beingという枠組みが必要であった。

1971年の会議で注目すべきは、高齢者のSpiritual Well-beingに関して、宗教的団体の果たす役割のみならず、公的なセクターへの責任が言及されていることである。高齢者への公共政策にはSpiritual Well-beingは重要な側面であるとの見解が示された。議論の産物として、1972年にNICAが組織されSpiritual Well-beingの定義が作成された。この定義は、ホワイトハウス会議での議論でもたらされた、人間の全体性への視点が強く反映されている。議論や定義の作成によって、Spiritual Well-beingに関連する書物や刊行物が出版され、それらの啓蒙と普及が促進された。また教会やシナゴグではSpiritual Well-beingに関する教育プログラムなどが行われた。

1981年と1995年の本会議に先立って行われた小会議のタイトルは、“National

Symposium on Spiritual & Ethical Value System Concerns ”、 “ The Whole Aging Person: Wellness, Health Promotion, and Spirituality ” であり、1971年の Spiritual Well-being というタイトルから変化している。内容も含めて検討してみると、ここでは高齢者への全人的アプローチや高齢期における宗教の問題にとどまらず、人間の尊厳や価値、終末期をめぐる自己決定などもふまえた高齢者をめぐる倫理的問題まで、広く包含するような視点が提示されていることがわかる。

ホワイトハウス会議での Spiritual Well-being をめぐる議論の経過をみると、そこにはアメリカ社会における国家と教会の分離の問題が深く関わりをもっていることが明らかであった。その一方重要なのは、人間の生の営み、活動のすべてに関わること、言わば人間の全体性への視点としての Spiritual Well-being が提起されていると言える。

### 3-2-2 高齢者と Spiritual Well-being

このように高齢者の Spiritual Well-being への関心は、前述した高齢者に関するホワイトハウス会議がきっかけとなり、定義も作成されるに至ったのである。次は具体的に、高齢者の Spiritual Well-being に関して、どのような研究がなされているのかを検討する。

データベースの MEDLINE や AGELINE など、高齢者と Spiritual Well-being をキーワードとして論文を検索すると、クオリティ・オブ・ライフと Spiritual Well-being の関係性、また看護の分野においては、患者へ全人的ケアを提供するためには、患者の Spiritual の側面への支援のあり方が重要になるという観点からの論文が多数を占めている。

高齢者のみならず広くクオリティ・オブ・ライフに関する研究においては、信仰や宗教的活動などの宗教的側面、また個人の生き方や信念に大きくかかわる Spiritual の側面への議論は活発ではなかった (Moberg, 1978b)。しかしそのような中で、1970年代から、信仰や宗教的实践、個人的な信念や価値観などの宗教的 (Religious) および Spiritual の側面と、クオリティ・オブ・ライフの関係性について先駆的な研究が行われてきた

( Moberg, 1979a b, 1984 )。

クオリティ・オブ・ライフとの関係性においては、それらを測定する指標が必要になってくるわけだが、Spiritual の側面を測定する尺度として、「Spiritual Well-being Scale」が作成されている (Ellison, 1983)。この尺度は、Spiritual Well-being を 2 つの下位尺度に分けている。1 つは垂直の次元とされ、主として神との関係性を中心とした Religious Well-being、2 つは水平の次元とされ、人生の目的や満足度と関係している Existential Well-being である。この尺度を使用した結果、Spiritual Well-being は自尊感情、自信、人生の意味や目的を見出すなどの指標と積極的に関連し、一方孤独や抑うつとは関連していないことが明らかになった ( Bufford, et al, 1991: Fehring, et al, 1987)。またがんと精神医学、心理学との関係を中心に研究するサイコオンコロジー ( 精神腫瘍学 ) の分野では、がん患者のクオリティ・オブ・ライフという視点から、病気への対処行動に Spiritual Well-being が積極的に関連していると示唆された ( Holland, et al, 1999: Baider, et al, 1999)。

1970年代から世界においては、過度に高度化した医療への批判と反省から、死の臨床つま

りターミナルケアに注目が集まってきた。末期がん患者を収容するホスピス (hospice) を創設したシシリー・ソンドースが、従来の治療 (cure) 中心の医療から、ケアを中心とした医療への転換を説き、また患者を身体的な側面からだけではなく、一人の人間として全人的に捉える、全人的医療 (Holistic Medicine) を提起した。末期患者の痛みを全人的苦痛 (トータルペイン: total pain) として捉え、特に末期患者には Spiritual の苦痛、死を目の前にして、自分の存在する意味や目的を見失ってしまった時に感じるような絶望的な苦悩があると指摘した (Saunders, 1978)。このように 1970 年代からホスピスケアを中心に、末期がん患者の Spiritual の側面への理解とそのケアの向上が検討されてきた。そういう流れの中、医療や看護の分野において、全人的ケアの提供という視点から Spiritual Well-being へ関心が集まってきた。

看護においては人間を Body-Mind-Spirit として捉え、全人的ケアを行うことが追求される (Watson, 1985; トラベルビー, 1974)。全人的ケアを提供するためには、患者の Spiritual の側面へのケア、言わば生きる意味や希望を支援するような Spiritual ケアは、欠くべからずものであり、看護を統合するものであると考えられている (鶴若他, 2001)。

特に高齢者ケアに焦点をあてた論文をみると、家庭医における第一義的ケア (プライマリケア: primary care) や訪問看護では、高齢者の日常生活に大きくかかわるため、個々の価値観や生き方をも含めた全人的なケアが求められ、Spiritual Well-being は重要な要素とされる (Ruffing-Rahal, 1984: Brooke, 1987: Foley, et al, 1998)。

具体的に看護の分野において、Spiritual Well-being がどのように捉えられているのかをみる。Hungelmann ら (1985) は、65-85 歳の様々な健康状態の男女 31 人へのインタビュー調査から、Spiritual Well-being は 2 つの大きな下位概念に分けられるとしている。1 つは、関係性 (究極的なもの、自然、自己)、2 つは時間 (過去、現在、未来) である。それら両方を統合する概念、つまり Spiritual Well-being を調和のとれたつながり (Harmonious Interconnectedness) として捉えることを提起している。さらに、それを測定する「JAREL Spiritual Well-being Scale」も作成している。この尺度は、宗教的な所属や活動への質問のみならず、広く人生の意味や目的などの質問項目も含まれるものである (Hungelmann, et al, 1996)。

また、MacKinlay (2001) は高齢者へのインタビュー調査から、エイジングにおける Spiritual のテーマ (spiritual themes of aging) として、人生の究極的な意味とそれに対する意味を見出すことを中心に据えている。人生の究極的な意味というのは、神、他者、宗教的な信念などを含んでいる。その中心課題から 4 つの課題が提示されている。高齢期に伴う自己の脆弱性を受け入れること、内面的な洞察力を発達させる、あらゆるものとの関係性の構築、希望である。

Leetun (1996) は、細かい診断方法やケアプランを含めた臨床家が使用できるガイドラインとして「Wellness Spirituality Protocol」を提案している。このガイドラインでは、Spiritual Well-being を自己実現、関係性、癒し、宗教的活動という 4 つのキー概念に分け、細かい質問項目が作られている。そしてそれらに基づいたケアプランの立て方をガイドラインとして提供している。



以上、アメリカにおける Spiritual Well-being をめぐる議論とその背景、研究の動向をみてきた。

高齢者のクオリティ・オブ・ライフを捉える際に、人生の意味や目的などのかかわりのある Spiritual Well-being の視点は重要となるとされている。それは、人間を全人的に捉える、つまり全体性(Wholeness)への視点も提示されていると言えよう。人間は、神、自己、他者、コミュニティ、自然、環境などのあらゆるものとの関係性の中で捉えられるべきものであり、全体性への視点は、人間の健康や人間存在へのさらなる理解を促すと言える。

クオリティ・オブ・ライフの概念において、Spiritual Well-being の視点が喚起されつつある状況とその重要性についてみてきたが、清水(1997)も、Spiritual Well-being をクオリティ・オブ・ライフの対象となる環境の一つとして捉えている。それは、自己状況認識のうちで、世界ないし世界の根拠との関係における自己の状況認識とか、生の意味といった面に分類されるとするが、公共的、客観的に評価することはできない性質のものであるとしている。これらをふまえると、人間のクオリティ・オブ・ライフや生きがいを考える際に、その枠組みとして Spiritual Well-being は重要な側面であるということが示唆されている。

## 第4章 高齢者が語る生きがい

### 4-1 調査方法と調査グループ

調査方法は、筆者の継続的なボランティア活動を通して、了解の得られた高齢者に関して、生きがいについてのインタビュー調査および聞き取り調査を行った。

対象となる調査グループに関しては、新老人の会<sup>30</sup>会員、通所リハビリテーション・デイケア通所者、特定有料老人ホーム入居者、特別養護老人ホーム入所者の4グループである。それぞれのグループについて若干説明を加えるとする。また高齢末期がん患者のグループについては、第5章に記した。

新老人の会は、聖路加国際病院理事長の日野原重明氏を会長として2000年9月に発足した。「たとえ75歳を過ぎても自立した老人でいて、そしてまた生産的な仕事もつづけられ、これまでの長年の生活で獲得してきた知恵を社会に還元できる“健康老人”といわれる人がもっとふえていくと思います。そこで私はそのようなエリート（私のいうエリートとはお金があるとか、地位が高いという意味ではなく、すがすがしい健康をもち、生産的な仕事もできるという意味です）の老人に新しい呼び名を考えました。アメリカ合衆国では、65歳以上をシニアシティズンと呼びますが、私もこのように心身の健やかな75歳以上の老人を“新老人（New Elder Citizen）”と呼びたいのです」（新老人の会のパンフレット）とある。特に日本の過去の良き文化や習慣を社会や家庭に伝達、戦争体験を語り継ぐ、自らの健康情報（身体、精神、及び生活習慣）をリサーチボランティアとして提供することを主として活動を行っている。筆者は、2001年5月よりボランティアとして、新老人の会事務局の仕事を手伝いながら、主として前述したリサーチボランティア参加者の中で了解の得られた対象者に関して、約1時間30分の生きがいに関するインタビュー調査を行った。その際、対象者の了解を得てインタビューを録音した。インタビュー調査は、こちらがあらかじめ詳細なインタビュー項目を設定せず、生きがいについて自由に語ってもらう形式をとっている。新老人の会会員になる時点で提出された簡単なプロフィールは事前に閲覧した。

通所リハビリテーション事業所で行われるデイケアは、通所介護（デイサービス）と比較すると、理学療法士や作業療法士など専門家の人員配置が定められ、心身機能の維持回復に力点が置かれている点や医師の管理下で実施される点が特徴である。また介護報酬は若干割高となっている。今回の調査対象者が通う通所リハビリテーション事業所は、午前10時から午後3時頃まで、施設において入浴、食事、レクリエーション、個々のメニューにあわせてリハビリを行っている。筆者は2002年3月から8月までの週1回、施設内でボランティアとしてリハビリテーション以外の活動に加わった。具体的にはレクリエーション、入浴後のお世話、食事の配膳、散歩、話し相手などである。介護度や痴呆の程度など多様であり、特にインタビュー調査という形の場は設定していない。またそのような場を設定することにより、対象者が身構えてしまうということが予想されたので、継続的なかわりを通して、信頼を築きながら、了解の得られた対象者に生きがいに関して聞き取りを行った。その際、対象者の了解を得てメモをとった。

特定有料老人ホームは、自立した 60 歳以上の高齢者が入居するところである。ここでは、ホーム内で行われている園芸クラブのお茶会に、2001 年 9 月より月 2 回の割合で参加した。そこで了承の得られた対象者に約 1 時間 30 分のインタビュー調査を行い、それを録音した。新老人の会対象者と同様に、生きがいに関して対象者に自由に語ってもらった。

特別養護老人ホームでは、2001 年 8 月よりホーム内で行われるクラブ活動（書道、手芸、囲碁、聖書）への参加を中心として、継続的なボランティア活動を行った。ここでは、通所リハビリテーション事業所と同様に、面接場面は設定せず日常のかかわりの中から、生きがいについて聞き取りを行った。なお、対象者の了解を得てメモをとった。

調査対象者の年齢、性別などの基本的属性については 4-2 に示した。

#### 4-2 調査対象者の基本属性

表 2 は対象者全体および、各グループの男女の数と平均年齢である。表 3、表 4、表 5、表 6 は各グループにおける対象者の基本属性である。

表 2 対象者全体の基本属性

|         | 新老人の会 | 通所リハビリテーション | 特定有料老人ホーム | 特別養護老人ホーム | 合計   |
|---------|-------|-------------|-----------|-----------|------|
| 対象者数(名) | 51    | 22          | 7         | 21        | 101  |
| 男性(名)   | 24    | 9           | 1         | 1         | 35   |
| 女性(名)   | 27    | 13          | 6         | 20        | 66   |
| 平均年齢(歳) | 78.2  | 78.9        | 77.8      | 86.7      | 80.1 |

表3 新老人の会対象者基本属性

| 事例 | 性別 | 年齢 | 家族構成     | インタビュー日時  |
|----|----|----|----------|-----------|
| 1  | 男  | 71 | 妻 娘 孫    | 2002/6/7  |
| 2  | 女  | 74 | 夫        | 2002/6/17 |
| 3  | 男  | 82 | ひとり      | 2002/6/14 |
| 4  | 女  | 80 | 娘        | 2001/8/6  |
| 5  | 女  | 79 | 夫        | 2002/7/2  |
| 6  | 女  | 81 | ひとり      | 2002/7/9  |
| 7  | 男  | 72 | 妻 娘 孫    | 2002/6/25 |
| 8  | 男  | 81 | 妻 娘 孫    | 2001/8/6  |
| 9  | 女  | 77 | ひとり      | 2002/6/24 |
| 10 | 男  | 78 | 妻 息子     | 2001/8/9  |
| 11 | 女  | 79 | 夫        | 2002/6/24 |
| 12 | 男  | 77 | 妻        | 2002/6/3  |
| 13 | 女  | 79 | 息子夫婦 孫   | 2002/6/28 |
| 14 | 女  | 81 | 息子       | 2002/7/22 |
| 15 | 女  | 82 | 娘        | 2002/7/22 |
| 16 | 男  | 86 | 息子夫婦 孫   | 2002/6/7  |
| 17 | 男  | 74 | 息子夫婦 孫   | 2002/6/7  |
| 18 | 男  | 79 | 妻 息子夫婦   | 2002/6/3  |
| 19 | 女  | 79 | ひとり      | 2002/6/24 |
| 20 | 女  | 83 | 夫        | 2002/5/13 |
| 21 | 女  | 75 | ひとり      | 2002/6/24 |
| 22 | 男  | 84 | 妻        | 2002/6/14 |
| 23 | 女  | 77 | 息子夫婦 孫   | 2002/6/28 |
| 24 | 男  | 75 | 妻        | 2002/6/7  |
| 25 | 女  | 74 | 息子       | 2001/8/9  |
| 26 | 男  | 76 | 妻 娘      | 2001/8/9  |
| 27 | 女  | 82 | ひとり      | 2002/5/24 |
| 28 | 男  | 75 | 妻 娘      | 2002/6/21 |
| 29 | 男  | 80 | 妻        | 2002/6/10 |
| 30 | 女  | 81 | ひとり      | 2002/6/5  |
| 31 | 男  | 78 | 妻 息子     | 2002/6/18 |
| 32 | 女  | 79 | 夫        | 2002/6/17 |
| 33 | 男  | 75 | 妻        | 2002/6/21 |
| 34 | 男  | 77 | 妻 息子夫婦 孫 | 2002/6/3  |
| 35 | 女  | 77 | 息子夫婦 孫   | 2002/6/24 |
| 36 | 男  | 78 | 妻 息子     | 2002/6/5  |
| 37 | 女  | 77 | ひとり      | 2001/9/19 |
| 38 | 女  | 72 | ひとり      | 2002/7/2  |
| 39 | 男  | 78 | 妻        | 2002/6/21 |
| 40 | 女  | 90 | 息子夫婦 孫   | 2002/5/24 |
| 41 | 男  | 76 | 妻        | 2002/6/17 |
| 42 | 女  | 78 | 夫        | 2002/6/3  |
| 43 | 女  | 75 | 息子夫婦     | 2001/9/28 |
| 44 | 女  | 80 | 夫 息子     | 2002/5/13 |
| 45 | 女  | 84 | 息子       | 2002/6/17 |
| 46 | 男  | 77 | ひとり      | 2002/6/21 |
| 47 | 女  | 73 | ひとり      | 2002/6/18 |
| 48 | 女  | 75 | ひとり      | 2002/6/25 |
| 49 | 男  | 83 | 妻 娘 孫    | 2001/8/7  |
| 50 | 男  | 80 | 妻 娘 孫    | 2002/6/5  |
| 51 | 男  | 75 | 娘夫婦 孫    | 2002/6/10 |

表 4 通所リハビリテーション・デイケア対象者の基本属性

| 事例 | 性別 | 年齢 | 介護度 | 通所頻度/週 | 通所歴    | 長谷川式 | 家族形態     |
|----|----|----|-----|--------|--------|------|----------|
| 52 | 男  | 84 | 要支援 | 2      | 1年4ヶ月  |      | 妻 娘 孫    |
| 53 | 男  | 75 | 1   | 2      | 1年2ヶ月  | 21   | 息子夫婦 孫   |
| 54 | 女  | 84 | 4   | 3      | 3年3ヶ月  | 9    | ひとり      |
| 55 | 男  | 68 | 3   | 1      | 8ヶ月    | 27   | 妻 息子夫婦 孫 |
| 56 | 男  | 82 | 1   | 2      | 1年2ヶ月  | 17   | 妻        |
| 57 | 女  | 83 | 3   | 2      | 1年2ヶ月  | 16   | 息子夫婦 孫   |
| 58 | 女  | 77 | 2   | 5      | 3年8ヶ月  |      | 息子夫婦 孫   |
| 59 | 男  | 72 | 2   | 5      | 2年1ヶ月  | 12   | 妻        |
| 60 | 女  | 91 | 2   | 5      | 2年4ヶ月  |      | 息子夫婦 孫   |
| 61 | 男  | 68 | 3   | 3      | 1年4ヶ月  |      | 妻 息子夫婦 孫 |
| 62 | 男  | 77 | 2   | 4      | 1年1ヶ月  |      | 妻 息子夫婦   |
| 63 | 女  | 88 | 1   | 4      | 3年8ヶ月  |      | 嫁        |
| 64 | 女  | 80 | 1   | 6      | 2年11ヶ月 |      | 息子       |
| 65 | 女  | 85 | なし  | 1      | 3年6ヶ月  | 11   | ケアハウス入所  |
| 66 | 男  | 73 | 1   | 3      | 3ヶ月    | 15   | 妻        |
| 67 | 女  | 78 | 2   | 1      | 3年3ヶ月  | 21   | 娘夫婦 孫    |
| 68 | 女  | 67 | 4   | 2      | 3ヶ月    | 20   | 娘        |
| 69 | 女  | 84 | 2   | 6      | 2年6ヶ月  | 13   | 息子夫婦 孫   |
| 70 | 女  | 73 | 3   | 3      | 1年3ヶ月  | 21   | 夫 息子     |
| 71 | 女  | 85 | 1   | 1      | 5ヶ月    | 24   | ひとり      |
| 72 | 男  | 74 | 3   | 1      | 1年4ヶ月  |      | 妻        |
| 73 | 女  | 88 | 要支援 | 2      | 3年1ヶ月  | 16   | ケアハウス入所  |

表 5 特定有料老人ホーム対象者

| 事例 | 性別 | 年齢 | 入居歴 |
|----|----|----|-----|
| 74 | 女  | 81 | 7年  |
| 75 | 女  | 83 | 8年  |
| 76 | 女  | 71 | 6年  |
| 77 | 女  | 79 | 3年  |
| 78 | 男  | 71 | 4年  |
| 79 | 女  | 75 | 4年  |
| 80 | 女  | 85 | 7年  |

表 6 特別養護老人ホーム対象者の基本属性

| 事例  | 性別 | 年齢 | 介護度 | 入所歴    |
|-----|----|----|-----|--------|
| 81  | 女  | 84 | 1   | 8年5ヶ月  |
| 82  | 女  | 83 | 1   | 1年     |
| 83  | 女  | 88 | 2   | 2年3ヶ月  |
| 84  | 女  | 94 | 2   | 9ヶ月    |
| 85  | 女  | 92 | 1   | 7年     |
| 86  | 女  | 80 | 1   | 8年5ヶ月  |
| 87  | 女  | 83 | 1   | 6年3ヶ月  |
| 88  | 女  | 84 | 1   | 2年3ヶ月  |
| 89  | 女  | 94 | 1   | 7年4ヶ月  |
| 90  | 女  | 89 | 2   | 8ヶ月    |
| 91  | 女  | 73 | 2   | 8年9ヶ月  |
| 92  | 女  | 84 | 4   | 23年1ヶ月 |
| 93  | 女  | 89 | 3   | 9年1ヶ月  |
| 94  | 女  | 89 | 4   | 11ヶ月   |
| 95  | 女  | 88 | 1   | 2年5ヶ月  |
| 96  | 男  | 77 | 2   | 15年3ヶ月 |
| 97  | 女  | 92 | 4   | 6年7ヶ月  |
| 98  | 女  | 90 | 1   | 1年     |
| 99  | 女  | 90 | 1   | 10年8ヶ月 |
| 100 | 女  | 91 | 1   | 2年3ヶ月  |
| 101 | 女  | 88 | 2   | 3ヶ月    |

### 4-3 事例 1-101

各グループの事例に関しては、事例集を参照。

|                  |           |                   |
|------------------|-----------|-------------------|
| 新老人の会            | 事例 1-51   | ( 135-228 ページ参照 ) |
| 通所リハビリテーション・デイケア | 事例 52-73  | ( 229-243 ページ参照 ) |
| 特定有料老人ホーム        | 事例 74-80  | ( 244-260 ページ参照 ) |
| 特別養護老人ホーム        | 事例 81-101 | ( 261-274 ページ参照 ) |

## 4-4 各グループの生きがいの特徴

### 4-4-1 新老人の会

新老人の会対象者 51 名の生きがいについてまとめると次のような結果になった。参照されたい事例を明記し、女性については一重線で示した。なお、該当する事例の箇所には、事例集の事例 1-51 ( pp.135-228 を参照 ) の中に二重線がひいてある。複数回答である。

#### 自分の楽しみを追求すること ( 趣味活動・スポーツなど ) -----32 人

事例 ( 男 ) 1・3・10・12・16・17・22・29・31・34・36・39・46・50・51

事例 ( 女 ) 4・5・11・14・15・19・20・25・32・37・38・40・43・44・45・47・48

#### 人や社会との交流-----21 人

事例 ( 男 ) 3・8・16・17・18・26・34・46・49・50

事例 ( 女 ) 2・6・9・19・27・30・32・38・40・45・47

#### 自分の健康維持-----19 人

事例 ( 男 ) 1・16・29・31・33・34・36・39・41・50

事例 ( 女 ) 11・15・20・27・30・35・40・43・47

#### 人生の指針・人生哲学-----18 人

事例 ( 男 ) 7・8・12・17・18・22・24・26・34・49

事例 ( 女 ) 2・5・15・20・27・38・43・47

#### 役に立つこと-----17 人

事例 ( 男 ) 12・18・22・28・49

事例 ( 女 ) 4・5・9・14・15・19・27・30・37・43・45・47

#### ボランティア活動-----15 人

事例 ( 男 ) 16・22・31・39

事例 ( 女 ) 2・5・6・9・23・27・32・38・42・44・47

#### 今までの人生の満足-----14 人

事例 ( 男 ) 8・12・17・24・33・50・51

事例 ( 女 ) 9・14・20・27・32・43・44

#### 仕事-----11 人

事例 ( 男 ) 1・3・7・18・39・41・49

事例 ( 女 ) 5・11・13・15



**今の生活を大切に生きていく-----10人**

事例（男）50

事例（女）6・9・14・21・32・35・40・44・48

**家族の健康と幸せ-----9人**

事例（男）1・28・36・49

事例（女）4・9・11・35・44

**新老人の会への参加-----9人**

事例（男）8

事例（女）9・14・20・21・30・43・45・47

**自分の人生の整理（自分史、遺言作成、遺品、財産など）-----8人**

事例（男）3・10・22・50

事例（女）4・5・27・38

**チャレンジ精神をもつこと-----8人**

事例（男）10・22・31

事例（女）11・21・32・40・43

**孫の成長-----6人**

事例（男）12・26・28・33・36・50

**勉強する・学ぶ-----6人**

事例（男）8・10・12・24・26

事例（女）47

**信仰-----6人**

事例（男）8・17・18・34・50

事例（女）42

**自立すること-----5人**

事例（男）7・36

事例（女）6・35・38

**家族と暮らす-----5人**

事例（男）1・17・49

事例（女）13・25

**創造的活動-----5人**

事例(男) 3・29・39・51

事例(女) 25

**近隣との交流-----4人**

事例(男) 16

事例(女) 6・32・38

**若い人に自分の生き方を見せること-----4人**

事例(男) 8・10

事例(女) 6・20

**家庭生活の質の向上-----3人**

事例(女) 2・4・11

**日野原先生との出会い-----2人**

事例(女) 23・30

**生きがいがない-----1人**

事例(男) 34

**自然から力をもらう-----1人**

事例(女) 21

**死への準備-----1人**

事例(男) 24

新老人の会の対象者の生きがいの第1位は「自分の楽しみを追求すること(趣味活動・スポーツ・娯楽など)」であった。具体的な内容は、マッチ棒のミニチュア細工、歌、陶芸、古代人の食の研究、合唱、社交ダンス、マジック、テニス、大正琴、古典文学の勉強、コーラス、旅行、能の謡、創作玩具づくり、山登り、パソコン、英会話、声楽、マラソン、書道、囲碁、映画、物をつくる、ピアノ、太極拳、手話、フラメンコ、俳句、鎌倉彫など多彩である。ほとんどの対象者は、趣味活動として自分なりの楽しみをもっていた。またそれらが複数であることも多い。それらが生きがいのすべてではないが、生きがいの一つとして挙げられている。個人的な趣味活動にとどまらず、集団での社会的な活動も見られた。

第2位は、「人や社会との交流」である。すでに人の交流が様々な形でなされている場合が多い。例えば、各々がもっている趣味活動を通じた人との触れ合いがある。そのみならず、個々がもっているパーソナルネットワークが豊富であることが示されている。また単に

人と交流するというのではなく、社会と何らかのかかわりや接点をもって生きることが生きがいであると考えられている。中には社会との積極的なかかわりを持ちえている人もいる。

第3位は「自分の健康維持」である。インタビュー内容を詳しく検討してみると、自分の楽しみを追求するためには、健康であることが最重要と考えられている。健康であるからこそ、アクティブに行動し楽しみを追求できるという考えである。つまり健康維持そのものが生きがいというより、むしろ生きがいを支えるためには健康が必須であるということであろう。そこで、各々が何かしらの運動・スポーツを行ったり、食行動に関して気をつけていた。

第4位は「人生の指針・人生哲学」である。生きがいとは何かという問いかけに対して、何らかの趣味活動などをあげると同時に、今まで自分が培ってきた、また自分を形作ってきた人生の指針や人生哲学を挙げる人が多くいた。第11位のチャレンジ精神をもち生きていくこともこれらと関係していよう。またこの結果は、対象者の学歴水準が高いことも影響していると考えられた。

第5位は「役に立つこと」である。多くの人が、何らかの形で人や社会の役に立ちたいと願っており、役に立てるといふ思いが生きがいに大きく関連しているのは明らかであった。今回のインタビュー対象者は、多くが新老人の会が行っているリサーチボランティア（自らの身体および生活習慣のデータを、未来の医学や次世代のために提供するという趣旨）の参加者であったことも影響するが、このリサーチボランティアに参加できたということそのものが、大きな喜びであり生きがいとして表現されていた。リサーチボランティアへの参加の意義は高く評価されている。

第6位は「ボランティア活動」であった。血圧指導のボランティア、模擬患者のボランティア、全国友の会の活動、YWCAでの活動、関東大震災の語り部、身体障害者の施設でのマジック、寺でのボランティア活動、老人会の会誌発送の手伝い、老人保健施設でのボランティア活動、天体観測・地下水位の観測のボランティア活動、ホスピスでのボランティア、世界の砂漠緑化など様々なボランティア活動が挙げられた。多くは近年始めたというよりも継続性が見られた。ボランティア活動を通じた、他者や社会への貢献意識が強く表現されていた。

第7位は「今までの人生の満足」であった。その他のグループでも同様の回答が見られたが、今までの自分の人生や過去の生きがいへの満足や肯定が表現されていた。しかしインタビューを詳しく検討してみると、他のグループと異なる特徴としては、過去の生きがいに固執はしていないことであった。

第8位は「仕事」である。対象者の平均年齢は78.2歳であるが、今もなお現役で仕事をしている人が51人中11人存在した。その具体的な内容は、歯科医師、内科医、鍼灸師、会社経営、ヘルパー講座の講師、牧師、接遇指導、翻訳である。その他、会社に籍をおいて、相談役のような形をとっている人もいた。これらの人々は、この仕事をできる限り現役で続けることを希望していた。

第9位は「今の生活を大切に生きていく」である。その他のグループでも同じ回答がみられたが、新老人の会対象者に関しては、現在の生活が幸せであるからこの生活を維持したいという表現であった。また、特徴としてこの回答をしたのは女性が多かった。

その他、生きがいとして新老人の会への参加を挙げる人がいたが、これは新老人の会の理

念や、提供される講演会、リサーチボランティアなどを、これからの生きがいを考える一つ  
の手段、勉強と捉えている人がいた。また、自分の人生の整理として、自分史や遺言作成、  
遺品や財産、身の回りの整理なども挙げられた。孫の成長、勉強する・学ぶこと、信仰など  
も挙げられた。

新老人の会対象者は、良好な健康状態や経済状態、学歴水準の高さなど、これらの対象群  
が一般の高齢者であるとは言えないが、グループにおける特徴は抽出できたと言える。

#### 4-4-2 通所リハビリテーション・デイケア

通所リハビリテーション・デイケア対象者に関する生きがいをまとめると次のようである。参照されたい事例を男女別に明記し、女性には一重線をひいた。なお、該当箇所については、事例集の事例 52-73 (pp.229-243) において二重線がひいてある。下記は複数回答である。

##### デイケアに通うこと-----15人

事例(男) 53・55・56・59・66

事例(女) 57・58・61・63・67・68・69・70・71・73

##### ’ 人との交流(みんなに会える・話し声が聞けるなど)-----10人

事例(男) 53・59

事例(女) 57・58・63・67・68・69・71・73

##### ” リハビリテーション(少しでも体の状態をよくしたい)-----8人

事例(男) 55・56・61・66

事例(女) 68・70・71・73

##### 今までの人生の満足-----13人

事例(男) 56

事例(女) 54・57・58・60・63・64・67・68・70・71・73

##### 孫の成長-----9人

事例(男) 53・55・61・62・72

事例(女) 60・64・65・70

##### 家族の健康・平和・幸せ-----6人

事例(男) 53・59

事例(女) 57・67・68・73

##### 趣味-----6人

事例(男) 55・62・66

事例(女) 65・69・73

##### 人生の指針・人生哲学-----5人

事例(男) 55

事例(女) 54・60・65・71

|                              |           |
|------------------------------|-----------|
| <b>家族と暮らす</b> -----          | <b>4人</b> |
| 事例（男）53・59・61                |           |
| 事例（女） <u>64</u>              |           |
| <b>自立した生活（迷惑をかけない）</b> ----- | <b>4人</b> |
| 事例（女） <u>54・60・65・73</u>     |           |
| <b>自分の健康</b> -----           | <b>3人</b> |
| 事例（男）55・59                   |           |
| 事例（女） <u>73</u>              |           |
| <b>世話をしてもらふこと</b> -----      | <b>3人</b> |
| 事例（女） <u>57・73・60</u>        |           |
| <b>生きがいはない</b> -----         | <b>3人</b> |
| 事例（男）56                      |           |
| 事例（女） <u>54・63</u>           |           |
| <b>自然をみられること</b> -----       | <b>2人</b> |
| 事例（女） <u>57・67</u>           |           |
| <b>今の生活を楽しく生きる</b> -----     | <b>2人</b> |
| 事例（女） <u>58・65</u>           |           |
| <b>役に立つ</b> -----            | <b>1人</b> |
| 事例（女） <u>60</u>              |           |
| <b>信仰</b> -----              | <b>1人</b> |
| 事例（女） <u>71</u>              |           |
| <b>美人を探す</b> -----           | <b>1人</b> |
| 事例（男）72                      |           |

以上から、通所リハビリテーション・デイケア対象者の多くは「デイケアに通うこと」に現在の生きがいを見出していた。デイケアへの参加が生きがいになる要因を詳しく検討してみると、生きがいに関して2つの方向性が明らかになった。

一つは、'に見られるように、デイケアへの参加は、仲間や介護スタッフなどとの交流につながるということである。インタビュー対象者の言葉を引用すれば、「みんなと話ができる」「みんなの話し声がきける」「みんなの話し声を聞いているだけでも気持ちがいい」「みんなと会えて楽しい」「気のあう仲間がいるのがいい」「朝起きてここへ来る日だとわかると気持ちよくなる」「色んな人と会えておしゃべりできる」「冗談言ったり、笑ったり楽しい」である。つまりデイケアに参加することによって、人と交わることができ、それが毎日の生活に活力を与えているのである。対象者の言葉から印象的なのは、たとえ自分が言葉を交わさなくても、話し声を聞いているだけでも楽しい気分になるということである。言葉を介さなくても、人間にとって様々な形のコミュニケーションのあり方が重要であることが示された。

もう一つは、'にみられるようにリハビリテーションである。この通所リハビリテーションへの参加者は、脳梗塞の後遺症など何らかの障害を持っている人々が多い。そこで、何とか現在の身体の状態を少しでもより良くしたいという思いがあり、それを達成するために通所施設へ通い、リハビリテーションに励むことそのものが生きがいとなっている。どのような人がリハビリテーションに生きがいを見出しているのかを詳しく検討すると、比較的对象者の中でも年齢が若い60代の男性2人が回答をしていることは注目する点である。

第2位は「今までの人生の満足」である。現在の生きがいについて対象者から話をきいたが、今の生きがいと並行して、今まで自分がどんな風に生きてきたのか、またそれらへの満足度、過去の生きがいなどを語る人が多かった。戦中・戦後の混乱を生き抜いてきたこと、子育て、仕事など過去の自分の生きがいから大きな満足感を得て、今自分が生きていることを肯定していた。特に女性にこの特徴が見られた。

第3位は「孫の成長」である。これは第4位の「家族の平和・健康・幸せ」とも大きく関連してくるものであるが、この通所リハビリテーション・デイケア対象者の特徴の一つとして、家族とともに暮らしていることが挙げられる。一人暮らしの人やケアハウスに入所していても、近隣に家族が住んでいる状況であった。そこで生きがいについての語りから、誰と一緒に暮らし、子供たちがどんな仕事をしているのか、孫のことをうれしそうに話をする人が多かった。対象者の言葉からは「家族の支えがあるから今の自分がある」「孫と暮らしているからこそ得られる幸せ」など、家族がいるということそのものが心の支えになっていると言える。自分の健康は第7位であり、対象者にとっては自分の健康そのものよりも、自分を支えてくれる家族が健康でかつ幸せであることを強く願う傾向があった。

第5位の「人生の指針・人生哲学」においては、新老人の会において前述したように、生きがいと問われて、自らが何に価値をおいて生きてきたのか、また何を大切に思っているのかを話す人がいた。やはり生きがいと個々の生き方が大きく関わっていると示されていると言えよう。

第8位には「自然がみられる」があげられたが、これは施設の周囲が自然に囲まれているということが影響していると考えられる。

### 4-4-3 特定有料老人ホーム

特定有料老人ホーム対象者の生きがいをまとめると、次の通りである。参照されたい事例を男女別に明記し、女性に関しては一重線をひいた。なお、事例の中の該当箇所については、事例集の事例 74-80 (pp.244-260) において、二重線がひいてある。複数回答である。

**ここでの生活を大切に生きていく**-----6人

事例(男) 78

事例(女) 74・75・76・79・80

**園芸クラブのお茶会参加・ホーム内のサークル活動参加**-----6人

事例(男) 78

事例(女) 74・75・76・79・80

**人との交流**-----6人

事例(女) 74・75・76・77・79・80

**自分の健康維持**-----5人

事例(女) 74・75・76・77・80

**趣味活動**-----5人

事例(男) 78

事例(女) 74・77・79・80

**今までの人生の満足**-----4人

事例(女) 74・75・76・80

**人生の指針・人生哲学**-----4人

事例(女) 74・75・76・80

**信仰**-----3人

事例(男) 78

事例(女) 77・80

**死の準備**-----2人

事例(女) 74・75

**自然の美しさ**-----2人

事例(女) 75・80



**役に立つ**-----1人  
事例（女）75

**ボランティア活動**-----1人  
事例（女）77

**家族の幸せ**-----1人  
事例（女）77

**遺品の整理**-----1人  
事例（女）77

以上、特定有料老人ホーム対象者における生きがいの特徴をみると「ここでの生活を大切に生きていく」「老人ホーム内で行われるサークル活動への参加」「人との交流」が1位であった。「ここでの生活を大切に生きていく」というのは、一見すると消極的な考え方ともとれるが、インタビュー内容を検討すれば、むしろ自分達が選択したライフスタイルの維持ということに力点が置かれていることは明らかである。インタビューをした対象者7名はすべて、50代、60代からいくつかの老人ホームを見学、体験入所するなどして、自らでこの有料老人ホームに入所することを決めている。対象者7名のうち、5名は子供がいないということもあるが、この老人ホームを終の棲家と考え、最後まで自分らしくホームで暮らしていくという強い意志のもと入所を決めていることがインタビューの話からうかがわれた。またそういう自分達の選択に誇りをもっているのである。

今回の対象者は1人を除いて老人ホーム内の園芸サークルに参加している。その影響もあり「園芸サークルのお茶会に参加」が、毎日の楽しみとしてあげられている。老人ホーム内では園芸サークル以外にも俳句、コーラス、詩吟などのサークル活動が行われており、それらをあげた人もいた。インタビュー内容を検討してみると、園芸、俳句、コーラスという活動そのものを楽しみを見出しているのはもちろんのこと、それ以上にみんなで集まることや話をすることが大きな楽しみとなっていた。

「人との交流」であるが、「友達と会う」「ホーム内の人々と取りとめのない話をする」「みんなで一緒に話をしながら食事をする」などが一つの楽しみになっている。人との交流を楽しみにサークル活動に参加するということから、人間同士のつながり、コミュニケーションは、人間が生きていく上で重要であることがわかる。人との交わりは大切であると感じながらも、インタビュー対象者の話を聞いてみると、ホーム内の人間関係に重きをおき、依存しているということはない。ホーム内の友人と一緒に外出し、お互いの部屋を行き来しているということはそれほどないようである。人との交流は大切なものだが、あくまでも一人一人のライフスタイルを大切にすることが根底に流れていると思われた。

上記の3点以外に多くの人が生きがいとして挙げられたものは、「自分の健康の維持」と「趣味活動」であった。自らが選んだライフスタイルを維持するためにも、自分の健康維持

は最重要課題であるということがインタビュー調査から明らかであった。この老人ホームは、原則として自立していることが入居の条件である。そういう意味でも、ここでの生活を維持していくためには、やはり健康が必要条件になってくるのである。現在のところ健康状態に問題のない人は別として、それ以外の人は定期的に医療機関に通う、また自分なりの健康管理を行っていた。

今回の対象者7名のうち、園芸サークル参加者が6名、また子供がいない人が5名、女性6名という偏りがあり、これらの人々がこの有料老人ホームの入居者の代表であるとは言えないが、いくつかの共通した特徴は抽出できたと考えている。

#### 4-4-4 特別養護老人ホーム

特別養護老人ホーム対象者の生きがいの特徴についてまとめたものは次の通りである。参照されたい事例は男女別に明記し、女性の事例には一重線をひいた。なお、事例の該当箇所は、事例集の事例 81-101 ( pp.261-274 ) において二重線がひいてある。複数回答である。

**ホーム内のクラブ活動**-----13人

事例(男) 96

事例(女) 83・84・87・89・90・91・92・93・97・98・100・101

**人との交流**-----11人

事例(男) 96

事例(女) 81・83・87・90・92・93・97・99・100・101

**生きがいはない**-----10人

事例(男) 96

事例(女) 82・83・84・85・86・87・92・95・98

**ここでの生活を大切に生きる**-----10人

事例(男) 96

事例(女) 81・82・85・87・89・93・95・99・100

**今までの人生の満足**-----8人

事例(女) 83・89・90・93・95・98・99・100

**家族の健康と幸せ**-----7人

事例(女) 83・84・86・88・95・98・100

**自分の健康**-----4人

事例(女) 83・84・95・100

**子供や孫が見舞ってくれること**-----3人

事例(女) 86・93・98

**自然の美しさ**-----3人

事例(女) 89・94・99

**信仰**-----3人

事例(女) 88・95・99

|   |
|---|
| <b>生きていることそのもの・自分のいのち</b> ----- <b>2人</b><br>事例(女) <u>81・97</u> |
| <b>死ぬ準備</b> ----- <b>2人</b><br>事例(女) <u>95・99</u>               |
| <b>3度の食事</b> ----- <b>2人</b><br>事例(女) <u>81・101</u>             |
| <b>孫の成長</b> ----- <b>2人</b><br>事例(女) <u>86・89</u>               |
| <b>何かができた時</b> ----- <b>2人</b><br>事例(女) <u>91・100</u>           |
| <b>植物を育てる</b> ----- <b>1人</b><br>事例(女) <u>82</u>                |
| <b>趣味</b> ----- <b>1人</b><br>事例(女) <u>82</u>                    |
| <b>自立</b> ----- <b>1人</b><br>事例(女) <u>100</u>                   |
| <b>洗濯物をたたむこと</b> ----- <b>1人</b><br>事例(女) <u>101</u>            |
| <b>世話してもらえること</b> ----- <b>1人</b><br>事例(女) <u>97</u>            |

以上、特別養護老人ホームに入所している対象者の生きがいの第1位は「ホーム内で行われるクラブ活動」であった。対象者のうちクラブ活動に参加している入所者が多かったことも要因に挙げられる。この特別養護老人ホームでのクラブ活動は、手芸、書道、お花、俳句、絵画、オセロ、聖書である。これらのクラブ活動に参加することを通して、何かを作る楽しみ、何かが仕上がった時の喜びを得る事ができる。また70-80歳代の女性にとって、例えば裁縫は日常生活において必要なものであったということから、手芸クラブで昔を思い出して懐かしむということもある。しかしそれらよりも、何人もの対象者が「みんなと集まって何かやるのが楽しい」と表現していることから、クラブ活動の内容そのものよりも、人との交流に意義を見出していると考えられた。また、留意しなくてはならない点は、多くの人の語りから明らかなのは、しいてあげればクラブ活動が生きがいかなというニュアンスであったということである。

第2位の「人との交流」は、上記のクラブ活動で得られる人との交流ともつながってくる。入所者同士のおしゃべりや、クラブ活動に限らず、食事、催し物などで入所者が集まること、一緒に何かをするということが、日常生活において大きな楽しみになっている。語りからは、人とのつながりへの強い欲求が見られた。

第3位は「生きがいはない」という回答である。どの対象者も話を継続して聞いていくと、「生きがいはない」とは言いながら、何らかの回答をしているが、この「生きがいはない」という答えはどのような意味をもつのだろうか。多くの人たちは、「自分の家ではなく施設に入所しているのだから……」「身体の状態も悪いし……」「もうこの年なんだから……」ということをはのめかしながら、「生きがいはもうないのだ」と言う。それは施設に入所し、身体の状態も悪いということから生きがいをどうやって見つければいいのかという問いかけでもあろう。

第4位は「ここでの生活を大切に生きていく」である。特定有料老人ホーム入居者の生きがいの第1位と同じであるが、ニュアンスの違いが感じられる。特定有料老人ホームの対象者の言葉には、自分達が選択したライフスタイルの維持ということに力点が置かれていた。それに対し、特別養護老人ホームの対象者は、自分にとってはこのホームでの生活が最後に残されたものであるという、ここの生活はいまのすべてだという気持ちが表現されていた。

第5位は「今までの人生の満足」である。通所リハビリテーション・デイケアの対象者にもみられたが、今まで自分が生きがいとしてきたこと、またどんな風に生きてきたのかということによって今の自分を支えていた。

第6位は「家族の健康と幸せ」であった。入所しているということで、家族と暮らすことはできないのであるが、遠くから家族のことを思い、幸せを願っているという強い思いが表現されていた。

## 4-5 各グループ間の比較検討

ここでは、4-4 各グループの生きがいの特徴をふまえて、新老人の会、通所リハビリテーション・デイケア、特定有料老人ホーム、特別養護老人ホームの4つのグループ間における生きがいの特徴の比較を行う。

### 生きがいの種類

全体的には、新老人の会対象者は、生きがいとしてあげた項目の種類が多彩であった。それに比べて他のグループは、生きがいの種類が限られていた。特に特別養護老人ホームの対象者は、ホーム内で行われるクラブ活動、行事、毎日の生活、家族の健康と幸せ、3度の食事などホーム内での日常から生きがいを見出さざるを得ないという状況が明らかであった。また聞き取り調査の中ですべての人は、何らかの生きがいを挙げてはいたが、「生きがいがない」と返答した人が半数おり、その生きがいに満足していないということがうかがえた。生きがいを、自由に主体的に選択できる状況下にいないということが示されていた。つまり結果はどうあれ、主体的選択が実現することが生きがいと大きく関連していることが示唆された。

### 生きがいと「人との交流」

4つのグループにおける共通点をあげてみると、どのグループも生きがいとして「人との交流」が上位に挙げられた。特別養護老人ホームの対象者は、ホーム内で行われるクラブ活動の内容そのものよりも、むしろクラブ活動を通じた他の入所者や介護スタッフとの交流が重要であることが示されていた。また特に注目すべき点は、特別養護老人ホームの対象者は、個々の聞き取り調査からは、他のグループより他者と交流したいという強い欲求が見られた。それはすなわち、日常において人との交流が欠乏していることを示していると言えよう。

通所リハビリテーション・デイケアにおいても、デイケアの参加を通じた人との交流が楽しみとなっていた。特定有料老人ホームの対象者も、ホーム内で行われるサークル活動や、入所者同士のおしゃべりが毎日の楽しみとされていた。

新老人の会対象者では、すでにある程度の満足できる他者との交流をなしえており、今後それを増やして、継続していきたいという意向であった。さらに他者だけではなく、広く社会とのかかわり、接点をもつことが求められていた。これらから、新老人の会対象者は、他の3つのグループに比べて、他者とのネットワークが豊富であることが示されている。

このような結果から、調査対象者の多くが生きがいに関わるものとして、人や社会との交流をあげ、根本的に人間にとってコミュニケーション、人間同士のつながりが必要であることが示されたと言えよう。

## 生きがいと「健康」

どのグループでも、自身、家族を問わず「健康」が生きがいとして挙げられた。新老人の会と特定有料老人ホームの対象者は、「自分の健康維持」が「家族の健康」よりも上位に挙げられている。

特定有料老人ホームの対象者は、自身の選択によりホームに入居し、いかに健康でホーム内での生活を維持するののかということに生きがいを感じているので、「自分の健康維持」が「家族の健康」より重要とされていた。対象者の5名が配偶者を亡くし、子供もいないということも影響していると言える。

新老人の会対象者は、家族と同居、夫婦単位の生活をしているものが多かったが、「家族の健康」よりも「自分の健康維持」を重視していた。健康維持が生きがいというよりは、自分の楽しみを追求するためには「自分の健康維持」が重要となることが示された。健康維持のために、運動や食への特別な配慮が見られた。他のグループと比べて、生きがいとして「孫の成長」を挙げるのが少なく、家族のことは大切に思っているけれど、それがすべてではないということが示されていた。

通所リハビリテーションと特別養護老人ホームの対象者は、「自分の健康」より「家族の健康」を上位に挙げている。通所リハビリテーション対象者は家族と暮らしていることに意義を見出している人が多く、よって「家族の健康や幸せ」を願うことが「自分の健康」より重要視され、また他のどのグループよりも生きがいとして「孫の成長」が上位に挙げられた。聞き取り調査からは、特別養護老人ホームの対象者の多くは、家族と暮らしたいという思いが強く、また家族がいることを支えにしていることから、このような結果になったと言える。

## 生きがいと「今までの人生の満足」

今回の調査は、現在の生きがいを高齢者の語り（ナラティブ）を通して抽出することを目的としたものであったが、多くの対象者がその語りの中で「今までの人生の満足」を述べていた。つまり「今までの人生の満足」が、現在の生きがいに大きく関連していることが示された。過去の職業、仕事、育児、趣味などを通して、今までの自分の人生を振り返り、自分の生き方を肯定し、今自分が生きていることに意義を見出していた。しかし新老人の会対象者のインタビュー調査からは、今までの人生に対して満足し、過去の生きがいに関して意義を見出しているが、それよりもむしろ今の楽しみ、今できることを重視する傾向があった。

## 生きがいと「ライフスタイルの継続」

新老人の会の対象者は、いまもなお仕事を持っている人がいる、長年ライフワークとしてきたボランティア活動、趣味活動など、総体的に個人の生活パターンの継続、つまりライフスタイルに継続性があると言えた。通所リハビリテーション・デイケアの対象者は、何らか

の障害を抱えている人がほとんどであるということで、必然的に今までのライフスタイルの変更を余儀なくされている状況であった。特定有料老人ホームの対象者に関しては、今までと住環境が大きく変化したが、趣味活動などによる継続性は見られた。特別養護老人ホーム対象者は、ほとんどの人が入所前のライフスタイルとの継続性が見られなかった。

### 生きがいと「今の生活を大切に生きる」

「今の生活を大切に生きる」というのは、特に特定有料老人ホーム、新老人の会、特別養護老人ホームのグループで上位に挙げられているが、それぞれによってその意味合いが違うことが、インタビュー調査から明らかになった。

特定有料老人ホームの対象者は、「ここでの生活を大切に生きていく」が生きがいの1位であり、一見すると消極的な考え方ともとれるが、インタビュー内容を検討すればむしろ、自分達が選択したライフスタイルに誇りを持ち、それをいかに維持ということに力点が置かれていた。

新老人の会対象者は、今ある生活が幸せなので、この生活を続けていきたいというニュアンスであった。

一方特別養護老人ホームは、自分にとってはこのホームでの生活が最後に残されたものであるという、この生活はいまのすべてだという気持ちが表現されていた。

### 生きがいと「人生の指針」

新老人の会、有料老人ホーム、通所リハビリテーション・デイケア対象者は、生きがいとして、過去の人生の経験を含めた「人生の指針・人生哲学」を挙げていた。特に新老人の会の対象者のインタビューからは、例えば「家庭婦人・女性としていかに生きるのか」、「いのちをよりよく伝える生き方をしたい」、「人のいのちをまもっていく」、「助け合いながら生きていく」、「ありがとうといえる生き方」、「思いやりのある人間になる」、「一枚の浴衣のように生きる」、「自分を使い切る」、「自分を思い出してくれる人に少しでもプラス思考を与えられる生き方」などが表現され、自分がどんな風に生きていきたいのか、また生きていくのが各々にとってより明確であることが明らかであった。先にも述べたが、対象者の学歴水準の高さも影響していよう。

一方特別養護老人ホームではそのような回答をした人はいなかった。これは先ほども述べたように、現在の状況に満足していない、自分なりの生きがいが見出せないという状況下であり、どんな風に生きていくのかという人生の指針は表現されなかったと言えよう。

### 生きがいと「役に立つ」

「役に立つ」を生きがいあげたのは、新老人の会の対象者が多く、通所リハビリテーション・デイケア、特定有料老人ホームで1人ずつ、特別養護老人ホーム対象者の回答はなかつ



た。新老人の会の対象者のインタビューを検討してみると、「役に立つ」というのは、身近の人に役に立つということよりも、むしろ社会貢献をしたいということが強く表現されていた。実際、これから役に立ちたいという人もいるが、多くは何らかの形で社会との接点を持ち貢献していた。その一つとして、新老人の会の生きがいの特徴のところでも述べたが、新老人の会が企画するリサーチボランティアが挙げられた。特に新老人の会対象者は、生きがいに「役に立つ」ということを挙げられるだけの健康状態を維持していた。その他のグループでは、何らかの介護が必要な人が多く、自分や家族のことを考えるだけで精一杯であるということから、「役に立つ」ということまで生きがいとして考えられないようであった。

### 生きがいと「信仰」

生きがいとして「信仰」をあげた人は、新老人の会対象者 6 名、通所リハビリテーション対象者 1 名、特定有料老人ホーム対象者 3 名、特別養護老人ホーム対象者 3 名であった。そのうちキリスト教は 7 名、仏教は 2 名、その他 4 名であった。特別養護老人ホーム、特定有料老人ホームはキリスト教を基盤とした施設であったことも影響される。その他の中には、特定の信仰はもたないが、毎日先祖に祈ることによって、心の平安をえられると回答した人もいた。生きがいについてのインタビューおよび聞き取り調査中のほとんどの時間を信仰に関する話をしていたのは、そのうち 2 人であった。信仰が生きがいのすべてではないが、その人の生き方の指針となり、心の平安を得えられるものとなっていた。

### 生きがいと性差

表 5 および表 6 からわかるように、特定有料老人ホームと特別養護老人ホームに関しては、男性の対象者は各 1 人ずつしかいない。そのため、性差を論じるほどの調査結果は得られていない。

新老人の会対象者に関しては、「今の生活を大切に生きていく」と「新老人の会への参加」という 2 つの項目において、女性の回答が多かった。また「孫の成長」をあげた人は、男性のみであった。

通所リハビリテーション対象者においては、「今までの人生の満足」という回答が女性に多く見られている。

### 生きがいと経済的側面

先行研究において、生きがいと経済的な側面に関しては関連があるとの指摘があるが、本調査では、高齢者の語り（ナラティブ）を重視したために、個々の対象者が実際にどのような経済的状态であるのかという詳細な調査は行っていない。生きがいという語り（ナラティブ）から経済的な問題に言及した対象者は、2 人であった。新老人の会、特定有料老人ホームなど、今回の対象者に関しては、経済的な状態が水準以上であることは容易に推測された。

## 4-6 全体からみた生きがいの特徴

4-4 各グループの生きがいの特徴、および 4-5 各グループの比較検討をふまえて、全体として、今回の調査対象者である高齢者の語り（ナラティブ）から、4-6-1 生きがいの有無、4-6-2 生きがいの源泉、4-6-3 生きがい感、4-6-4 生きがいの内容について検討する。

### 4-6-1 生きがいの有無

生きがいについて話してくださいという問いかけに対して、自身の生きがいについて流暢に語る人もいれば、そうでない人もいる。語りや聞き取りという形式をとる場合、対象者が生きがいについて話す場合、「生きがいはあります」というはっきりとした肯定を示してから、話し始めることはほとんどないが、特に生きがいはないという否定的な回答をしなかった人は、全体で 79 人であった。「生きがいはない」「あまり考えない」「今まで考えていなかった」などの下記の回答をした人は、全体で 22 人であった。その内訳は次の通りである。

生きがいはない-----12 人  
( 事例 33・54・56・63・84・85・86・87・92・95・96・98 )

生きがいなどあまり考えない-----3 人  
( 事例 34・53・83 )

今まで考えていなかった-----2 人  
( 事例 43・61 )

難しい質問だね-----3 人  
( 事例 66・90・97 )

すぐ答えられるようなものはない-----1 人  
( 事例 72 )

生きがいが見つけれない-----1 人  
( 事例 82 )

グループ別に見てみると下記の通りであった。

新老人の会 -----3 人  
( 事例 33・34・43 )

通所リハビリテーション-----7 人  
( 事例 53・54・56・61・63・66・72 )

|  |     |
|--|-----|
| 有料老人ホーム-----                             | 0人  |
| 特別養護老人ホーム-----                           | 12人 |
| (事例 82・83・84・85・86・87・90・92・95・96・97・98) |     |

新老人の会の対象者の多くは、生きがいに対して否定的な回答をしている人は少ないことがわかった。一方、特別養護老人ホーム入所者に関しては、約半数が生きがいに関して否定的な回答をしていたことが明らかであった。しかしながら、生きがいについて否定的な反応をした人でも、事例集における語りの内容をみてみればわかるように、何かしらの回答をしていることがわかる。内容については改めて検討することとする。

#### 4-6-2 生きがいの源泉

生きがいの源泉は、生きがい感をもたらすものとされる。高齢者の語り(ナラティブ)から、生きがいの源泉・対象について検討してみると、必ずしも生きがいの源泉というのとは一つではなく、一人の人がいくつかの生きがいの対象を挙げていることが明らかになった。生きがいの源泉・対象を理解することは、その人がどのようなことに生きがいを感じているのかという重要な手がかりとなると言えよう。

下記の集計結果は、複数回答である。特に、新老人の会対象者の場合は、生きがいの源泉が複数であった。「デイケア」や「新老人の会」などの回答は、グループの特徴が表出された結果である。いくつかの先行研究からも同じ結果が導かれてはいるが、今回の調査結果からも、生きがいの源泉の第1位は家族であった。

|            |     |
|------------|-----|
| 家族-----    | 45人 |
| 趣味-----    | 32人 |
| 毎日の生活----- | 27人 |
| 社会-----    | 15人 |
| 仕事・会社----- | 13人 |
| デイケア-----  | 9人  |
| 新老人の会----- | 8人  |
| 信仰・先祖----- | 7人  |
| 友人-----    | 6人  |
| 近隣・地域----- | 4人  |
| 自然-----    | 4人  |
| その他-----   | 4人  |

これらの内訳は次の通りである。

## 家族

|   |     |
|---|-----|
| 新老人の会-----  | 19人 |
| (事例 1・2・4・9・11・12・13・17・21・25・26・28・33・34・35・36・44・49・50) |     |
| 通所リハビリテーション・デイケア-----                                     | 16人 |
| (事例 52・53・55・57・58・59・60・61・62・64・67・68・69・70・72・73)      |     |
| 特定有料老人ホーム-----  | 2人  |
| (事例 78・79)  |     |
| 特別養護老人ホーム-----  | 8人  |
| (事例 83・84・86・89・93・95・98・100)                             |     |

## 趣味

|  |     |
|--|-----|
| 新老人の会-----   | 27人 |
| (事例 3・4・5・10・11・12・14・15・16・17・19・20・22・25・28・29・31・34・36・37・<br>39・40・43・44・46・47・48) |     |
| 通所リハビリテーション・デイケア-----  | 2人  |
| (事例 65・66)   |     |
| 特定有料老人ホーム-----   | 2人  |
| (事例 77・80)   |     |
| 特別養護老人ホーム-----   | 1人  |
| (事例 82)  |     |

## 毎日の生活

|  |     |
|--|-----|
| 新老人の会-----                                       | 4人  |
| (事例 6・9・21・40)                                   |     |
| 通所リハビリテーション・デイケア-----                            | 1人  |
| (事例 65)  |     |
| 特定有料老人ホーム-----                                   | 7人  |
| (事例 74・75・76・77・78・79・80)                        |     |
| 特別養護老人ホーム-----                                   | 14人 |
| (事例 81・82・84・87・89・90・91・92・93・96・97・98・100・101) |     |

## 社会

|  |     |
|--|-----|
| 新老人の会-----                                     | 15人 |
| (事例 2・3・5・16・22・23・27・31・32・38・39・40・44・47・48) |     |

## 仕事・会社

|   |     |
|---|-----|
| 新老人の会-----                              | 13人 |
| (事例 1・3・5・7・11・13・15・18・39・41・45・49・50) |     |

## デイケア

通所リハビリテーション・デイケア-----9人  
(事例 53・57・58・59・63・67・69・70・73)

## 新老人の会

新老人の会-----8人  
(事例 8・12・14・20・22・27・30・47)

## 信仰

新老人の会-----2人  
(事例 8・42)

通所リハビリテーション・デイケア-----1人  
(事例 71)

特定有料老人ホーム-----2人  
(事例 77・80)

特別養護老人ホーム-----2人  
(事例 88・99)

## 友人

新老人の会-----4人  
(事例 2・24・27・30)

通所リハビリテーション・デイケア-----1人  
(事例 54)

特別養護老人ホーム-----1人  
(事例 99)

## 近隣・地域

新老人の会-----4人  
(事例 6・16・32・38)

## 自然

通所リハビリテーション・デイケア-----1人  
(事例 67)

特定有料老人ホーム-----1人  
(事例 80)

特別養護老人ホーム-----1人  
(事例 94・99)

## その他

新老人の会-----2人

(事例 26・51)

通所リハビリテーション・デイケア-----2人

(事例 56・71)

### 4-6-3 生きがい感

高齢者にとって、どのような時が生きがいを感じる時なのか、実際の語り(ナラティブ)を通して検討してみると、次の 連帯感、 充実感・満足感・幸福感、 達成感・追求感、 有用感、 価値が抽出された。それぞれについて各グループ別に高齢者の語り(ナラティブ)を提示した。

#### 連帯感

##### <新老人の会>

- ・家族とともに健康に暮らすことがいまは一番大切です(事例 1)。
- ・地方の方々との交わりを思うと、とても私を豊かにしていただけたと思っています(事例 2)。
- ・周りに色々な仲間がいますので、安心した楽しい生活をしております(事例 6)。
- ・周りに高齢で生き生きしている方がたくさんいるおかげだと思っています。そういう方たちに勇気づけられていると思います(事例 6)。
- ・商店街で買い物するのも一つの楽しみなのです。そこに寄ってくる人との出会いですからいいですね。そういうよい地域に暮らせる喜びもありますね(事例 6)。
- ・若い人と接するというのが、楽しいです。それが楽しみなんです。向こうは相手にしないけども、そばにおるだけで活気がでてくる。なんか、自分もはずみが出てくるような感じがあるんです。力というよりはむしろ、新しい生き方ができるなぁという思いがあります。今までの生き方とは別の生き方ができる。これが自分の求めておったものかなと。もう少しそれを掘り下げて、広げていけばもっと別な視野、世界が見える(事例 8)。
- ・やっぱりね、生きがいという面です。本当の友達をほしいということ(事例 8)。
- ・仏と一体となるということ(事例 8)。
- ・娘が近くに住んでおりまして、孫の面倒などもよく見ます。幼稚園の送り迎えにいたりしていました。こういうことも、ひとつの生きがいかなと思います(事例 12)。
- ・ワイワイやりながらの楽しみがあります。その中で色々な情報交換があります。自分ひとりで何とか暮らすことはできると思いますが、そういうホッとできる場があるというのが活力になっています。もちろん、いまの仕事も生きがいですが、それができるのは支えている家族の存在や仕事を依頼してくださる方があるからだと思います(事例 13)。
- ・社会的な活動というのができたんです。社会との接点をもてて、個人的なかかわりではなく、グループとしてできたのは大きかったと思います(事例 14)。
- ・町内の役員をやっていたから、いきつけの喫茶店で友達とお茶飲み、そういう友達は近所にたくさんいます。食事に行くのも、楽しいです(事例 16)。

- ・社会から置き去りになってしまったような人たちへの手品を通したふれあいは、僕にとって本当に大切なものです。それが生きる力だと思います（事例 16）。
- ・僕も家族と暮らせるという生活が続いているわけで、家内に感謝しなくちゃいけません（事例 17）。
- ・テニスを通して歩んできたという感じです。だからテニスコートがあると安心します。テニスをやっている人なら何か通じ合える、コミュニケーションをとれると思います（事例 17）。
- ・人と通じ合いたいという気持ちは常にあります。色々な人と愛を通じ合いたい（事例 17）。
- ・生きがいというものを自分なりに考えて見ますと、やはりそれは趣味だけでは満たされないものだと思います。趣味と社会との接点があるということが生きがいにつながるでしょう（事例 18）。
- ・今までのように人とかかわりながら、いきいきと生きていきたいという気持ちがあります。とにかく何かしら人と接し、いきいきと暮らしていきたいと思っています（事例 19）。
- ・ただ私が尊敬する方の姿に近づくのが私の生きがいではないのかと常々思っています（事例 21）。
- ・あとは息子とおいしいものを少し食べる、そういうちょっとした毎日の幸せですか（事例 25）。
- ・生きがいというと、たとえば趣味とかそういうことをおっしゃる方もいると思います。年齢によって違うと思いますが、主人の介護のときに、お友達になった 2 人の女性がいますが、時折、電話したり会ったりします。お互い、夫の介護で同じ苦労を共にした友達です。そういう友達をたずねたりすることが、生きがいです。つまり同じような境遇で、弱い人がいたら、たずねて話をするというのは生きがいですね（事例 27）。
- ・つながりあって、老後を生きていく、少しでも老後を高めていくというのは願いです。「もうだめだわ」などという気持ちをおさえて、支えたいし、それは自分の支えです（事例 27）。
- ・まだまだ妻に好きなことをさせてやりたいなと思います。そして 1 年に 1 回は国内旅行、外国旅行をしたいと思っているし、夫婦で参加できる会には一緒に参加しています。そういう生活をしていきたいですね（事例 28）。
- ・色々なお友達がいます。それも喜びです。民生委員の方からお電話いただけるのです。1 人暮らしの人へのサポートなのですが、1 週間に 1 回電話をしてくださって、色々な話をします。毎回違う方からのお電話なのですが、うれしいですよ。元気な声ですねと声をかけてくださって、そう言われるのも元気がでます。色々な方が支えてくださいます（事例 30）。
- ・太極拳や薬剤師、今までの闘病経験を生かしたコミュニティでの活動や友人関係はとても大切なものです（事例 32）。
- ・有形無形の祖母の教えが私の人生の目的、目標、希望の原点になっています。おばあさんのことを思うとパワーがでできます。見守ってくれると思うとがんばれます（事例 32）。
- ・思いやりのある人と付き合うことかな。もちろん自分もそういう人間になることを心がけているけど、そういう友達と付き合う、付き合えるというのは大切です（事例 34）。
- ・母が好きな着物をみていると、「もっとしっかりしなくちゃいけないよ」という母の声が聞こえてくるようです。そういう風に見守ってくれていることと、自分がそのように思うこと、そういう瞬間があることに感謝しています（事例 35）。
- ・孫も生きがいかな。孫だけには固着しているわけじゃないけど、遊びにくると楽しいね（事例 36）。
- ・やはり人との交わりだと思います。近所も大変よい方に恵まれています。カーテンが閉まっていると心配してご近所の方が訪ねてくれます。家族を含めて色々な方の支えがあって、ここまでやってこられました（事例 38）。

- ・息子が、盲人と晴眼者の集まりである「ひとみ会」を教えてくれまして、参加しています。それが今の私の生きがいの一つになります。盲人の人とかかわるといのは日常ないことですよ。そういう話し合いのなかから新たな発見もあります(事例 40)。
- ・年をとることは辛いこともありますが、みなさんが色々支えてくれます(事例 40)。
- ・私は、神様によって生かされ、その恵みを他者に分け与えたいと常に思っております(事例 42)。
- ・語学を身につけたことによって、いろんなことができましたし、いろんな方とお会いすることができました。社会とのつながりが大切だと思います(事例 45)。
- ・生きがいとなりますと、語学を生かして何か社会とのかかわりをもちたいということです。主人が亡くなった後も、主人の関係でつながりを持ち、仕事ができるのはうれしいことです(事例 45)。
- ・仲間がいるというのは、本当に幸せな気分です(事例 46)。
- ・「お客さんをする」ことだと思っています。お客さんを招くということです(事例 46)。
- ・今の僕の現世の接触面のわずかに残されたものです。そういうところで、自分の生きる意味というものを感じます(事例 49)。
- ・教会とのかかわりはやはり重要でしょうね(事例 50)。

### <通所リハビリテーション・デイケア>

- ・自分の娘と住むのは一番いいですね。だから生きがいというと、家族ですね(事例 52)。
- ・ここに週 2 日きて、外の空気に触れて、あなたのような若い人とお話ができたり、みなさんと話をしたり、みなさんの話し声を聞いたり、そういうことも生きがいの 1 つの柱だと思います(事例 53)。
- ・やっぱり一番大切なのは、友達かな。友達に限らず、親切にしてくれる人、そういう人を大切に生きていきたい(事例 54)。
- ・人間が成長する姿をこの目でみたい、それは自分の孫でもあるし、そういう思いが強いね(事例 55)。
- ・庭に菜園をつくったんだけど、それを育てること(事例 55)。
- ・家族仲良くいることかな。嫁を含めてみなさんに、毎日世話をしてもらっていることです(事例 57)。
- ・みなさんが世話をしてくださることも幸せと考えるようになりました(事例 57)。
- ・違う景色で、色んな人に会えて、色んな人の声をきいて、素晴らしい自然も見られます(事例 57)。
- ・そしてここにきていることは毎日の中でもとても楽しいんだよ。ここにすれば、みんなと会えて、話をする。とても楽しいよ(事例 58)。
- ・ここへ来るのはとても楽しみになっている。いつも気のあう仲間会えて、冗談言ったり、馬鹿な話をしたりできるからね(事例 59)。
- ・女房はよくやってくれます。本当に感謝しなくちゃいけないと思っています。女房を大切にしないとね。僕のことを一番わかってくれるし、身の回りのことすべてよくやってくれています。あとはもう 2 人で残りの人生を楽しく暮らすことです(事例 59)。
- ・いまは、息子がよくしてくれます。それがいま一番の喜びです。孫たちも、私が何か間違ったことしたら、注意してくれるし、本当に幸せだよ(事例 60)。
- ・家族があって今の僕があると思う。特に、孫たちと一緒に暮らしているからこそ得られるような楽しみがあるなと思う(事例 61)。
- ・生きがいなんてないよ。でもしいていえばここでみんなに会えることだね。朝起きるとね、今日はここへ来る日だとわかるととても気持ちがいいよ。やっぱり気のあう仲間がいるからこそ楽しいのか



もしれないね。それにこうやって飴とかお菓子とか、それぞれが少しずつ持ってきて、みんなで分けて食べるのも楽しみの一つだよ（事例 63）。

- ・やはりここにくることがしら。ここにくれば、色んな人と会えておしゃべりもできる。冗談言って笑ったりして。楽しいですね。私はあんまり 1 人で外にでないので、家にいるよりここにきた方が楽しみは多いです（事例 67）。
- ・自然が大好き。ここは、自然に囲まれているでしょう（事例 67）。
- ・娘がいなければ今の生活はないと思うから、大切にしたい（事例 67）。
- ・ここへくるとは今一番の楽しみになっているかなと思います。家にいたら、娘も働きにでていますので、ただテレビをみてしまう生活です。ここへくればリハビリもできますし、みなさんとお会いできるし、生活のリズムになっています。みなさんの言葉を聞いているだけでも気持ちがいいですね（事例 68）。
- ・人と話をしている時が楽しみだね。こうやってここにきているのも楽しいよ。息子と嫁はよくやってくれるよ。ここで昼食を食べた方が楽しい。みんなで同じものを食べるっていいよね。みんなと会えるのは楽しいね（事例 69）。
- ・個々に障害の程度は違うけど、大勢の中でリハビリするのは励みになるし、仲間とあって話をすることは楽しいよ（事例 70）。
- ・人との比較というのはいけないことだと思っているけど、あの人もがんばっていると思うこと、ここにきてそういう姿をみると、自分を奮い立たせることができるし、お互いに思いやりがわいてくると思います（事例 71）。
- ・ここにきてリハビリを受けたり、お話したりするのがとても楽しいひと時です（事例 73）。

### < 特定有料老人ホーム >

- ・みなさんがもちよったお菓子とお茶を用意して、他愛もない話をしながら過ごす（事例 74）。
- ・俳句会とコーラスと園芸クラブに入っていますけど、そういうのもいいですね。やはりグループがあるでしょう。特に園芸クラブのお茶会は楽しいひと時ですね。私はもう足も悪いですし、何もお手伝いはできないけど、みなさんが用意してくださいます。それも大きな喜びですね（事例 75）。
- ・このことが耳に入ってきたのも、何だか導かれたかなとも思いますよ。幸せです（事例 75）。
- ・毎週 2 日集まって、みなさんととりとめのない話をする、そういうのって楽しいでしょう。たとえば、一人で暮らしていた時は、食事など 5 分で終わります。でもここにきて、みなさんとお話しながら食べれば楽しいひと時です（事例 76）。
- ・人間関係がうまくいけば楽しいと思います。そういう生活が楽しいと思います。理解し合える人との会話が一番うれしいです（事例 77）。
- ・孫もかわいくてね。会うのが本当に楽しみですよ（事例 77）。
- ・長い付き合いの友達がいるのですが、会ってお話するのが楽しみね（事例 79）。
- ・旅行でも観劇でも 2 人で見に行きます。そういうことが今一番楽しみですね。それにここにおられるみなさんのおしゃべりやクラブ活動も楽しみです（事例 79）。

### < 特別養護老人ホーム >

- ・こうやってあなたが「書道クラブですよ」とわざわざ迎えにきてくれるのだって、相当幸せを感じ

- るんだよ。あと 3 度のお食事がいま一番楽しいかな。友達とおしゃべりしながら食事をする、それは楽しい。だってそれはまさに生きている証拠でしょう（事例 81）。
- ・植物を育てるようになり、植物の成長を見ることによって、生きているということを自分に感じるわけです（事例 82）。
  - ・ここに来て、手仕事するのも楽しいことだよ。手芸クラブも書道クラブも毎日を楽しんでくれる。みんなと会って、集まって話すのがいいね（事例 83）。
  - ・息子やら孫がくるときだけが一番楽しいうれしいね（事例 86）。
  - ・孫に手芸クラブでつくったバックをあげたんだよ。いまはたくさん作ってプレゼントするのが楽しみ（事例 86）。
  - ・大切なのは、やっぱり一緒に生活している友達と仲良くするだけよ（事例 87）。
  - ・クラブ活動はすべて参加しています。どれも楽しい。大勢で集まって何かやるというのはやはり楽しいし、喜びも分かち合えるでしょう。特に手芸クラブは好きだから、その日は待ち遠しいね（事例 87）。
  - ・神様と仏様に手を合わせるときが、一番自分の生きがいを感じますよ。「毎日の生活や行動に知恵と力を与えてください」と祈っています。「子供 4 人、また孫たち・家族が毎日怪我のないよう暮らせますように」とも祈っています。今日も私たち家族を守ってくださいということです。ご先祖さまを大切にすることも重要ですね。（事例 88）。
  - ・ひ孫なんです。会いたかったひ孫もきてくれたんですよ。この手に抱く事ができました。またひ孫に会いたいですね、成長した姿を見せてほしいです。今度会うとき、どんな表情しているのか楽しみです。そういうひ孫に会いたいという気持ちも生きがいかしらね（事例 89）。
  - ・ここで毎日、富士山が見られるのは大変な幸せです（事例 89）。
  - ・お習字だって生きがいのひとつ。みなさんと一緒に学ぶということも生きがいでしょう（事例 90）。
  - ・こういう風にあなたとも話ができるのも楽しみだよ。クラブの先生にしても、友達にしても、いろいろ話して、その人となりをつかむのが楽しいし、その人を知った時うれしくなるよね。また遊びにきてよ。あなたという人とのすばらしさをつかむから。仲良くしていきたい。一緒になんでも学んで生きたい（事例 90）。
  - ・みんなと一緒に集まっているのが好きなの。他の人とお話したりすることが一番楽しいね（事例 92）。
  - ・書道とかクラブの時間なども、みんなと会えて楽しいね。お友達としゃべる時は楽しいよ（事例 92）。
  - ・子供に会うことが一番の楽しみだよ。子供が来てくれると、外に連れ出してくれるからそれも楽しみだね。もうその他に楽しみなんてないからね。子どもは 4 人だよ、男女 2 人ずつ。子供のことを大切に思っている（事例 93）。
  - ・手芸クラブも楽しいよ。人と一緒にやるから楽しいんだね。時間がすぐたってしまうよ（事例 93）。
  - ・人と仲たがいするのが一番嫌いだから、みんなと楽しく暮らしていきたい（事例 93）。
  - ・草花が好きなのよ。緑をみているのが好き（事例 94）。
  - ・地域の若い人たちを中心に、その娘に一番似合う着物を選んで、着物の着方や作法を教えることをやっていたんだよ（事例 95）。
  - ・オセロとか囲碁とか、書道もそうだけど、そういうことができるのは幸せだね。それらはみんな一人ではできないでしょう、みんなで作るから楽しいんだよ。集まっているのはいいよね（事例 96）。
  - ・自分が何かわからなくなった時に、寮母さんをはじめみなさんが優しく教えてくれます。それは本

- 当にうれしいです。もう、本当に呆けちゃったのよ。呆けた人の喜びは、教えてくださる方がいることだと思うよ。若い方が話をしてくれるのは本当に楽しいし、なるほどと思います(事例 97)。
- ・少しでも良いお話がきけたりするので、参加したいんです。みなさんにも会えるしね。とにかくみなさんとお話したい(事例 97)。
  - ・今もそうだけど、昔からずっと子供が支えて今まで生きてきたんだよ(事例 98)。
  - ・生きがいは信仰です。一生、キリスト教、学ばせていただいていると思っています。それが私の支えになっていますよ。それが楽しみでもあります(事例 99)。
  - ・生きがいといえるかわかりませんが、いつも誰かが訪問してくれるんです(事例 99)。
  - ・来てくださる方は本当に大切です。あなたもいつもありがとう。みなさんが優しい言葉をかけてくださる時が、一番の喜びですね(事例 99)。
  - ・この部屋から富士山がきれいに見えますよ。それに日の出も素晴らしいんです。毎日それを見ることができるとですよ。もう、本当に言葉では言い表せないほどの、真っ赤な色です。毎日見ていると発見があるんですよ。同じようできて、同じ時は一瞬としてないんです。そんな美しい景色をみられるのは幸せに感じています(事例 99)。
  - ・考えてみれば、みんなでお誕生日会をやったり、何か催しがあったりする時の雰囲気がいいね。自分も含めてみんなが楽しそうにしている時って、やっぱり一番喜びを感じるよ(事例 100)。
  - ・最近手芸クラブに入ったのだけど、袋をつくったりそういうことが生きがいだと思う。みんなで何かやるのがいいな、一番(事例 101)。

## 充実感・満足感・幸福感

### <新老人の会>

- ・苦しんでいる人や悲しみを抱えている人とともに生きていくことを求めていきました。その後の 20 年間は苦しむ人たちのカウンセリングをしてきました。私の生き方として、社会の生産的側面からも脱落している人たちと共にあることが一番いいと思っています(事例 7)。
- ・自分自身がやってきた道が、病気も含めて、楽しいこと嫌だったことすべてを含めて、自分に必要なことだったのだということを感じました(事例 8)。
- ・家族の幸せです(事例 9)。
- ・24 時間すべて自分の時間ですから、その驚きです。この与えられた喜びをかみしめています。今は先のことなど考えておりません。毎日を大切に生きています。やっといただいた幸せをいいかげんにはしません(事例 21)。
- ・ボランティアさせていただいておりますことです。75 歳になったら辞めようなんて思っていましたけど、ここまで続いています。やらせていただいていることが幸せですね(事例 23)。
- ・今からは、自分の身の周りの家族の幸せの構築だと思います(事例 28)。
- ・やっぱり一番の喜びは、朝起きて、また 1 日が始まるということです。今日も健康で一日、元気に何かをできるというそういうことが大きな喜びになっています(事例 29)。
- ・朝起きて、どこもどうもない時です。ありがたいなと思います(事例 30)。
- ・孫がちょうど 20 歳近くになるのです。その成長を見たいと思っています(事例 33)。
- ・僕はこの自分の人生を後悔していないというとうそになりますけど、満足しています(事例 33)。
- ・健康で楽しく暮らせればそれが一番いいです(事例 34)。

- ・自分は主人が残してくれたものを大切に、そして自分のことを大切に生きていきたいと思っています（事例 35）。
- ・今は、両親、主人、主人の姉に感謝しながら毎日を暮らしています（事例 35）。
- ・引き揚げの時のことを思い出すと、やはり家族というのが人間にとって基本だと思います。自立して一日を大切に生きて、家族の幸せを願うということがまさに生きがいだと思っています（事例 35）。
- ・元気でやっていることが取り柄だね（事例 36）。
- ・やっぱり孫と息子の家族を眺めているのはやっぱり喜びだね（事例 36）。
- ・色んなことをやってみたいと思って手を出しています。そんな毎日が楽しいのです（事例 40）。
- ・頭の体操をしながら、身体をつくって健康で暮らすこと（事例 41）。
- ・みんなが仲良く、健康でいてくれたらと願っています（事例 44）。
- ・本当に自分の人生は幸せだと思いますよ。みんな順番に亡くなっていますし、逆になるくこともなく。今が幸せだから、このままずっと続けばいいですね。希望はそういうことです。平和、平穏が続くといいです（事例 44）。
- ・自分の人生を振り返ってみますと、英語、語学というのが私の人生で大きな自信、力になったと思っています（事例 45）。
- ・やはりこんな楽しい毎を送れるということが生きがいでしょうか（事例 48）。
- ・健康で家族と暮らすということもそうです（事例 49）。
- ・お酒を飲みながら、孫と話をしているのが一番ですね。ほっとします。今日も一日無事に終わったという気持ちもありますし（事例 50）。
- ・今の調子でこのままでいってくれて、少しでも上向きになるように、毎日を過ごすことでしょうか。もうこの年になって、何かを望むということはありません（事例 50）。
- ・生きがいといえば、故郷の図書館の創設に携わり、それが今ではみなさんに喜んで利用してもらえているということも入るでしょう（事例 51）。

### <通所リハビリテーション・デイケア>

- ・生きがいというと家族ですね（事例 52）。
- ・家族と一緒に元気で暮らすことが生きがいでしょうか（事例 53）。
- ・孫の成長、息子や嫁が元気で一緒に暮らせることですか（事例 53）。
- ・孫。3人の孫がいるんだけど、64歳の時に初孫で、この女孫がお嫁にいく姿を絶対見届けたいと思ったね。欲を言うときりがないし、結婚年齢は遅くなっているので、いまは成人式の姿をみたいと思っている（事例 55）。
- ・季節ごとの花を植えて、垣根には朝顔が咲いています。芽がでるのを楽しみにしています。毎朝どうなっているか見に行く楽しみがあるね（事例 55）。
- ・子供たちと家族で、彼らが幸せで健康であること（事例 57）。
- ・嫁さんが笑顔でいられること、その笑顔を見て暮らすことは、私にとって大きな喜びです（事例 57）。
- ・1人でベッドの上に座っていると、よく考えることは、やっぱり今まで自分がどんな風に生きてきたのかということです。そういうことをよく考えています。そういうことを考えることは毎日の生きる支えになりますね。自分のやってきたことを振り返るとやっぱり子育てかなと思います（事例 57）。
- ・お風呂屋の仕事と子育てにあけくれた人生でした。子供たちがきちんと成長して、それぞれ家族を

- もって、そういうことは私の誇りです（事例 57）。
- ・生きがいは楽しく生きることだよ。平凡かなあ？そしてここにきていることは毎日の中でもとても楽しいんだよ（事例 58）。
  - ・畑仕事はやり遂げられたと思っています。そういう辛い思いしてきて、ここまできました。戦争の時のことを思えば、いまは本当に心配がありません。息子も嫁もよくしてくれます（事例 58）。
  - ・今の自分の生きがいというのは、幸せに暮らしているというこの現状だね。自分を含めて家族のものが健康で暮らすことができるということ（事例 59）。
  - ・今、生きているのが幸せだと感じるよ（事例 59）。
  - ・あとはもう 2 人で残りの人生を楽しく暮らすことですね（事例 59）。
  - ・こういう家族に囲まれて暮らせることは、本当に幸せだと感じています。特に、孫たちと一緒に暮らしているからこそ、得られるような楽しみがあるなあと思う（事例 61）。
  - ・生きがいは孫ですね。生まれたときからずっと一緒にすんでいます、いまは地方の大学に通ってしまっていて離れて暮らしています。やはりいないと寂しいですね。彼が大学を卒業して、嫁さんをもらい、結婚式まで見届けたいと思います（事例 62）。
  - ・家族と一緒に住んでいることが生きがだよ。そういう人たちがいるということは幸せなことだね。孫もいますから。いまは孫と遊び歩きたいという気持ちがありますね（事例 64）。
  - ・今までの生きがいといたら、畑に行くことだったよ。それが生きがだった（事例 64）。
  - ・生きがいといってももう特別なものはありません。ただ子どもたちの幸せを願っています（事例 68）。
  - ・毎日泣いたり、笑ったりの生活ですが、やはり主人の存在は大きいと思います。夫婦ですから、けんかもしますけど、支えてくれています。主人がいなかったら、今のように楽しい生活はできないでしょう（事例 70）。
  - ・助産婦という仕事は生きがだった。助産婦をやっている間、一度も障害のある子供や死産ということにはならなかったんです。とても幸せだったですよ。生命の誕生という素晴らしい出来事に、たくさん立ち会えたことは大きな誇りです（事例 71）。
  - ・自分の覚えた仕事や教えを振り返ってみると、今まで自分がそういう風に生きてきたんだと、それは私の生き方だと喜びを感じます（事例 71）。
  - ・ただ、一つ孫を見届けたいと思う（事例 72）。
  - ・自分を見てくれる次男夫婦が仲良く暮らしていることが一番です（事例 73）。
  - ・次男の嫁が色々買い物をしてきてくれるのが楽しみ。次男夫婦が 1 ヶ月に 2 回、色々買出しをしてくれます（事例 73）。
  - ・もうこの年ですから何がやりたいということはありません。家族の平和と幸せを祈ります（事例 73）。

### < 特定有料老人ホーム >

- ・私はここでの生活を大事にしています（事例 74）。
- ・教えるというのは好きで、その時はそれが自分にできることでしか生きがいでしたね（事例 74）。
- ・仕事は楽しかったわね。自分が青春時代過ごした所で仕事ができ、学生さん達をみているのもやはり楽しみだったわ（事例 74）。
- ・いまの生活を大切にすることは生きがいだと思います。いま言ったようにやりたいことや悔いはありますけど、今の生活にはとても満足しています。大切に生きたいと思います（事例 75）。

- ・今後どのように生活していけばいいのか大変悩んでおり、今までは心配で眠れない日々が続きましたが、ここに入居できて安心できました。本当に、今はとても幸せです（事例 76）。
- ・今の生活がずっと流れていってくれたらいいと思います（事例 76）。
- ・早く決断して、こういう所に入ったのは良かったという気持ちがあります（事例 76）。
- ・ここにきて、みなさんとお話しながら食べれば楽しいひと時です。そういうことのすべてがいま私にとって幸せを感じさせるものなのです（事例 76）。
- ・やはり今の生活を大切に生きていくことだと思っています（事例 76）。
- ・大切なのは、I'm OK, You're OK. だと思います（事例 77）。
- ・下宿している人たちと、トラブルがなくて恵まれて、そういう生活でした。責任をもって仕事ができたとします。人にも恵まれました。すべての人じゃないですけど、今でも、敬老の日とかでプレゼントを下さいます。本当にうれしいことです（事例 80）。

### < 特別養護老人ホーム >

- ・私は今生きていることそのものが生きがいだと思うよ。生きていることは楽しい。生きるということが生きがいそのものだよ。生きていて幸せだと思うし、いつも年中幸せを感じているよ（事例 81）。
- ・あと三度のお食事が今一番楽しいかな。友達とおしゃべりしながら食事をする。それは楽しい。それはだってまさに生きている証拠でしょう（事例 81）。
- ・子供たちがみんな健康で仲良く暮らしてくれればいいよ。私も家族も健康が大切だよ。家族の健康、私の健康、お金があっても健やかであることには変えられないよ。そういうことを願っているよ（事例 83）。
- ・やはり自分の健康も大切だけど、私には嫁さんと息子が大切。嫁さんがいるからこうしていただけるよ。息子と嫁が元気でいてくれればいいと思っている（事例 84）。
- ・家族が健康でいることも重要なことだよ（事例 86）。
- ・生きがいですか。今はね、一日一日を明るく楽しく過ごすことですよ。もう心配することはありませんし、一日を大切に生きるのが大事だと思っています（事例 89）。
- ・震災にしても、戦争にしても大変なことがたくさんあって、その中で、子育てや家庭を守ることを一生懸命してきました。家庭を守ることは私の役目でしたね（事例 89）。
- ・振り返ってみれば、子供を育てたのも生きがいよ（事例 90）。
- ・あの人と一緒に仕事していた頃は楽しかったよ、生きがいったね、仕事は。忙しかったけど、それは全然苦にならなかったよ（事例 90）。
- ・今、絶望的なことなんて一つもないよ。戦争に比べれば別にたいしたことじゃない（事例 93）。
- ・結婚して子供を育てて、女性としての人並みの幸せを手に入れたよ。女の生きがいでしょう。和装コンサルタントという仕事も生きがいったよ（事例 95）。
- ・平凡かもしれないけど、子供たちが健康で、そして孫もひ孫も同じように健康で、毎日を暮らせたらいいなと思っている。それがいま一番大切だね（事例 95）。
- ・毎日楽しく生きることができればいいといつも思っているよ（事例 96）。
- ・いまはしいて言えば、子供かな。子供は 3 人で、息子 1 人に娘 2 人だよ。この子たちがいまの私の支えだね。子供が元気なこと、それが一番だね。だいたい 1 週間に 1 回くらいは、誰かがきてくれるよ。1 人は地方で遠いから、なかなかこられないんだけどね。そうやってきてくれるんだから、私

は幸せだよ（事例 98）。

- ・一日一日を大切に暮らすことが、私に残されたものだと思いますし、今までと同じように信仰の勉強も進めていきたいです（事例 99）。
- ・ここに入る前は子供たちと一緒に住んでいたの、孫の面倒をみたり、そりゃ楽しい日々だったね。その頃は、生きがいがあったよ（事例 100）。

## 達成感・追求感

### <新老人の会>

- ・家庭婦人としてまた女性として、いかに生きるべきか、ということなのです。その場その場でやり過ごすのではなく、合理的なより良い家庭生活をいかに送り、浮いてくるものは社会の向上のために使おうということです（事例 2）。
- ・与えられた仕事に感謝し精一杯それをやることは生きがいですね（事例 5）。
- ・人に教えなくても、自分で勉強していきたいと思っています（事例 5）。
- ・仏教系の大学の大学院修士課程の聴講生になっているんです（事例 8）。
- ・YWCA の留学生の母親運動に 15 年ほど参加して、アジアの留学生との交流を致しました（事例 9）。
- ・とにかくまだまだ勉強したいし、色んなことにチャレンジし、書き物をしたいですね。ドイツ語なんかを 7-8 年勉強しているんだけど、もう少しきちんとやり遂げたいと思いますね（事例 10）。
- ・やっぱり死ぬまで現役でこの仕事をやりたいのです（事例 11）。
- ・目的をもつことです。何かに挑戦をするということです（事例 11）。
- ・放送大学での勉強というのが一つあると思っています（事例 12）。
- ・いま打ち込んだことをやり続けたいと思っています（事例 15）。
- ・自分の力不足で患者さんに迷惑をかけるようなことはしないと心に誓っています。そのためには常に勉強が必要です（事例 15）。
- ・社会的な義務を果たしてきましたし、いまから自分のできることをやりたいと思います。最後に花開き、開く時という感じています。私は何事にも興味をもつということが第一です。小さなことからですが、何か目標を定めて、一段一段ステップを踏んでいきます（事例 22）。
- ・学ぶことには執心しています。クレイジーですよ（事例 24）。
- ・陶芸ですね。作品を作る喜びがあります（事例 25）。
- ・夫の闘病記を書きたいなと思っています（事例 27）。
- ・やはり自分のやりたいこと、楽しみを追求するということだと思います（事例 29）。
- ・日野原先生との出会い、そしてこの新老人の会に入会させていただいたことは、本当に私の生きがいだと思っています。今まで知らなかったことをたくさん知ることができます（事例 30）。
- ・自分の健康とそして何かをやるということだと思います。何かにチャレンジしていないとだめだと思います（事例 31）。
- ・そのような中でも何かできることを探したい、そういう気持ちなのです。探しています。手話をはじめたのもその一つでしょう（事例 37）。
- ・私は、あとどれくらい続けられるかわかりませんが、自分に課せられた本職を使命と考えそれを全うしたいと思っています。専門家として患者さんに対してベストを尽くしたいということが僕の第一のモットーです（事例 39）。

- ・資格はないけれど、私は私なりに自分のできることをするというのをしてきました（事例 42）
- ・自分の開発されていない部分をやりたいと思います。フラメンコも歌も自分の出来なかった部分への挑戦で、誰のためでもありません。楽しいですから。ただ自分を使い切ることにつながるんです。自分が今までやっていなかったことに、情熱をかけることなんです、世の中のためにはならないことです。そういう人間がいてもいいかなと思います（事例 43）
- ・自分を最後まで使い切るということをしたいと思います。趣味としてフラメンゴは 20 年前に始めました。歌や踊りというそういうものの中で、自分をさらけだしていく、表現していくということをしていきたいと思います（事例 43）
- ・今は、この会のリサーチボランティアを受けて本当に勉強させていただいております。それが生きがいです（事例 47）
- ・やっぱり執筆です（事例 51）

### <通所リハビリテーション・デイケア>

- ・この菜園を生きがいだと言った理由は、ただ夢をみているだけじゃなくて、今自分ができることをしなくちゃいけないと思ったことにつながっています。自分が動ける範囲でもいいから何かやってみる、そういうことが大切だと思いました（事例 55）
- ・病気だと思ってあれもできない、これもやっちゃいけないと思うと苦しくなるけど、何か一つずつ見出していければと思っている（事例 55）
- ・身体がもっと良くなりたいという気持ち強いし、今はとにかく身体を何とかしたいという気持ちです（事例 61）
- ・やはり、かなわないかもしれないけど、もう一度歩いて見たいという気持ちが強くあります。少しでもよくなりたいと思うし、そうなるためにここにきています（事例 70）
- ・医者にこれは老化であって、もう治りませんとはっきり言われました。それで、やっと、ふんざりがつきました。そういう中でもがんばりたいという気持ちはもっています。出来る限りのことをしたいと思うんです（事例 71）

### <特別養護老人ホーム>

- ・クラブに参加しているときは楽しいです。ここにいて楽しい、喜びだなというのは、何かできた時です。もちろんクラブで作品を作り上げた時もそうですが、クラブに限らず、何かできたと感じた時、一番喜びを感じます（事例 91）
- ・こういうものを作ってみようという気持ちになるし、うまくいなくても何とかなって、仕上がる楽しみがある（事例 100）

## 有用感

### <新老人の会>

- ・自分の趣味ではじめたものがこういうところに生かせるのは本当に喜びですし、子供たちと一緒につくると自分ではわからなかった新たな発見があります（事例 3）
- ・次女と一緒に住んでいます。家事は私がやっています。やっぱりそれが生きがいだと思いますね。私がいなきゃだめだという思いもあるし。まだまだこの子はというような気持ちです。うちの中のこと



とは私が全部やっています（事例 4）。

- ・この年になっても何らかの形で人の役に立てるとというのは素晴らしい、ありがたいことだと思っています（事例 5）。
- ・今まで曲がりなりにも自分の培ってきたもので、少しは皆様のお役にたてたことは大変うれしいことです。自分にとって大きな誇りです（事例 5）。
- ・息子たちも共働きですし、色々苦労はあると思います。私がお金でサポートするのはよくないと思いますので、手作りの料理をつくってみんなに食べてもらったりするんです。それはとても喜びですし、楽しいです（事例 9）。
- ・資格をとったことによって、資格をもたない社員さんや後輩に対して、色々なことを教えられたことも、今考えれば生きがいったかもしれませんね（事例 12）。
- ・この年齢になって、このようなやり方で何かお役に立てることがあるということです。だから感謝しています。自分が何かの役に立てればいいなと、それは生きがいだと思います（事例 12）。
- ・仕事もぼちぼちですが、依頼してくださる所もあります。とてもありがたいことです（事例 13）。
- ・いま一番大きな生きがいというのは、この新老人の会に入会したことだと思っています。リサーチボランティアも参加しておりますが、何かお役にたてることを大変光栄に思っています（事例 14）。
- ・あくまでもホームドクターとしての役目を果たしていきたいと思っています（事例 15）。
- ・何か役に立たないと、自分の存在意義がないでしょう。仕事はお金をいただいております。この年までお金をいただくのはと思うこともありますよ。そういう意味で、今後ボランティアをやりたいと思っています（事例 15）。
- ・第一線をひいていますから、生きがいも変わってきていると思いますが、今は自分も楽しみ、人も楽しませるというマジックがその 1 つでしょう（事例 16）。
- ・最近教会に行きますと、私に相談を持ちかけてくる人もいます。介護をなさっている人でしたが、そういう相談を受けると、やはりそこにも私の生きる意味があったかな、必要とされているということに喜びを感じたりもします。お互いの慰みになるなと思います（事例 17）。
- ・人の役に立つことです（事例 18）。
- ・リサーチボランティアも少しでも人のお役にたちたいと思いました（事例 19）。
- ・リサーチボランティアというのも身体一つ差し上げてもいいというような気持ちです。今までお話しした通りいろんなことがありました。そういう中で、健康で生きることができるという喜びもありますし、それでお役に立てることがあればぜひやらせていただきたいという気持ちなのです（事例 22）。
- ・陶芸ですね。作品を作る喜びがあります。それを糧にみなさまに喜んでもらえるのも大きいです（事例 25）。
- ・この年になると足が不自由になっている人も多くて、自分はこのように元気で毎日暮らせるわけですから、自分が友人を見舞ったりして何かのお役にたてるというのはうれしいです（事例 27）。
- ・自分の技術を生かすことのできる場に出会えたことは、喜びです（事例 29）。
- ・何だかこの会に入会して虹の橋がかけられたようです。そんな風を感じています。ほんの些細なことでもいいんです。人に役に立てるようなことがしたいです（事例 30）。
- ・聴こえない人に会った時に、手助けをしてあげたいと思う。目の見えない方がホームにいる時、何かお手伝いできますか？と聞くでしょう。聴こえない人は、私は一見してわかる。そばにいて何かお役に立てればという、ささやかなものですけど、そういう思いがあります（事例 37）。

- ・未だに僕のところにきてくださる患者さんに対して、誠心誠意尽くしたいと考えています(事例 39)。
- ・家の中の趣味にとどまっているかたも多くて、そういう人たちを引っ張り出して、私が間に入って、それを何かに生かせないかなということです。一人の力ではできないです(事例 43)。
- ・生きがいって何かな?やはり子供や、家族の健康管理が生きがいかなと思いました。健康になるように食事を考えたりします(事例 44)。
- ・ここで少しでもお役にたてるのはうれしいことです。週に一度こちらにきて、何かお役にたてればと思います(事例 44)。
- ・文書の翻訳など、主人の関係で、そのようなことをさせていただきました。本当にやりがいがありました。自分が認められた存在で、とても楽しかったです。生きがいでした(事例 45)。
- ・今、私は今までの経験を何かに埋没させないで、役に立ちたいと思います(事例 47)。
- ・ダンスを教えることはとても楽しいですね(事例 48)。
- ・世の中に役に立ちたいということでしょうか(事例 49)。
- ・生きがいといえば、故郷の図書館の創設に携わり、それが今ではみなさんに喜んで利用してもらえているということも入るでしょう(事例 51)。

#### <通所リハビリテーション・デイケア>

- ・生きがいなんて、聞いてくれる人は今までいなかったよ、ありがとう。こうやってあなたに話すことで、自分が人のためになるのはうれしいよ。こうやって私の話を真剣に聞いてくれる、それだけで本当に何よりうれしい気持ち(事例 60)。
- ・ただ成長をみるだけじゃなくて、どんな方向に進んでいくのか、またちょっと踏み外してしまったら軌道修正してやる、そんな役割をしてやれたらいいと思っている(事例 72)。

#### <特定有料老人ホーム>

- ・社会の役に立ちたいと思います。ボランティアなんかもそうでしょう。足が悪くなり、体力的も疲れるのでやめましたけど、続けたいという気持ちはありました(事例 75)。
- ・私ができることはやろうと思います。今までの仕事のように脇役的なことが好きです。表立ってしなくてもいいと思います。そういう役割をいただくことも幸せですね(事例 75)。

#### <特別養護老人ホーム>

- ・生きがい、それは仕事だよ。いまは、そんな社会からみて仕事と言えるようなものではないけれど、ここでみんなが使ったタオルをたたんだりするのはやりがいがあるよ(事例 101)。

### 価値

#### <新老人の会>

- ・私は実は未熟児で生まれたのです。健康にということで、名前に「健」の字が入っています。お袋はずっと具合が悪くて、16歳の時に亡くしました。そういうこともあって、いかに健康で生きていくのかということはずっと考えてきました。ずっとそれは僕のテーマです(事例 1)。
- ・家庭婦人としてまた女性としていかに生きるべきかということなのです。その場その場でやり過ごすのではなく、合理的なより良い家庭生活をいかに送り、浮いてくるものは社会の向上のために使お

- うということです。全国友の会での活動やその思想は今も私にとって大きな生きがいです(事例2)。
- ・ 今後どうやって生きていくのが生活していくのかを考えるということも生きがい(事例5)。
  - ・ 若い方たちに年をとるといふのはそんなに悲観することでもなく、こんなに楽しいことだよと感じてもらえるような生き方をしたいと思っています。それは町を歩いている姿を通して感じていただけるものかもしれません。言うことは簡単ですがなかなか難しいものです。ただそういう心意気であります(事例6)。
  - ・ 退職した後は自分がどのように生きていくのかということは大きな課題だと思っています(事例7)。
  - ・ ただ漫然と生きるということではない、自分たちが生きてきた生き様を見せるということ(事例8)。
  - ・ やはり年よりは尊敬されなきゃいかん、それはすなわち生き方そのもの、生き方の中に尊敬できるものがあるようにしななきゃいかんと思う。何か具体的に知恵を出し合うような場があるといい。もっと若い人たちにアドバイスできる、行動で示せるようにしたい(事例8)。
  - ・ お金とかではなくて、何かあった時に立ち直れる強さをもって生きていくことを願います。子供にも孫にもそうです。やっぱり自分でもそういうことを大切に生きてきて、それがあらわれていると思います。商売をやってきた経験は、私という人間の土台を形作っていると感じます(事例9)。
  - ・ 私たちの世代がどういう風に生きてきたのかという人生の遍歴をみなさんにわかっていただきたいと思っています(事例10)。
  - ・ 生きがいと改まると考えてしまいますが、今までの自分の生きてきた道の延長線上にあると考えています(事例15)。
  - ・ 今は、いかに上手に死ぬかということだけ考えています(事例15)。
  - ・ 研究所でやっていた仕事で今もっているのではなく、むしろテニスだと思います。それが生きるすべになっていると思います(事例17)。
  - ・ 僕は医師をやっておりますが、なぜ医師をめざすようになったのか、僕という人間がどういう風に生きてきたのかは、やはり戦争のことをお話ししないといけないと思っています。それが生きがいに関係します(事例18)。
  - ・ やはりチャレンジでしょう。ガッツです。それが生きる力になっています。戦うということがすべてです。それが原動力なのです。そういう精神を持ち続けて生きることでしょうか(事例22)。
  - ・ これからどうするのか模索しているんです。穏やかな老人になりたいと思います(事例24)。
  - ・ いくら年取ったからと言って、人間いかに生きるべきなのかというのは永遠の課題でしょう(事例26)。
  - ・ 自分のしてきたこと、生きるために何が必要なのか、やはりそれらを子孫に残したいという気持ちがありますね。特に夫の闘病記を書きたいなと思っています(事例27)。
  - ・ 旧民法で相続人としての自覚を植え付けられ、しっかりした根性をもつこと、不測の事態に備え、計画的に生活資金を蓄え、自分の家をもつこと、そして何事にも耐え忍ぶことの大切さなど、有形無形の祖母の教えが私の人生の目的、目標、希望の原点になっています。おばあさんのことを思うと、パワーがでできます。見守ってくれると思うとがんばれます(事例32)。
  - ・ やはり今をどう生きるかということが大切でしょう(事例34)。
  - ・ 私は一枚のゆかたのように生きたいのです(事例43)。
  - ・ 最後には自分によくやったと言えるような生き方でありたいと思います(事例47)。
  - ・ 私のことを思い出してくれる人に生きる勇気(プラス思考)を与えるような生き方をしたいと思っ

ています（事例 49）。

### <通所リハビリテーション・デイケア>

- ・自立した生活が大切。いまは、近くに娘がいて色々支援してくれるけど、自立して生活しています。自分のできることは自分でやるのが大切（事例 54）。
- ・生まれてきた以上、迷惑をかけない生き方をすることだと思う。清く正しく生きていくこと。今まででもそう生きてきたつもりだよ。これからもそれは変わらない。あとは自分のことは自分でやる（事例 60）。
- ・今は、もうこの歳になっているし、生きがいというと、やはりできるだけ主体的に生きるということかな。まずは、自分の生活に目標をもって、規則正しく過ごすことですね（事例 65）。
- ・こういう施設に入所したとしても、自分なりの生き方というとおおげさかもしれないけど、自分らしい暮らしをすることが大切だと思います（事例 65）。
- ・生きがいというとやっぱり今までの自分の生き方や生い立ちが関連していると思う（事例 71）。
- ・特に私は信仰をもっているから、そういう信仰の中で、自分でそれを観念づけていく、それがとても喜びです。やっぱり感謝が大切。感謝できない生き方はしたくない。感謝すること、感謝して生きることが私の大きな目的です（事例 65）。

### <特定有料老人ホーム>

- ・死を迎えるための心の準備です（事例 74）。
- ・とにかく欲をださずに、しかし自分らしく生きたいですね（事例 74）。
- ・硬い言葉になってしまうけど、自分を大切にしない人は、他人を大切にできないから、親戚であれ、誰であれ、その人たちの幸せを考えながら生きていきたいと思います（事例 80）。

### <特別養護老人ホーム>

- ・考えてみりゃ、一人の人間としては終わっちゃいけないよね。まだまだだよ、これからどんな風に生きていくのか、どんな最期を迎えるのか、きちんとしていかないとね（事例 95）。
- ・もう死の準備をしなくちゃいけないんだね、それが生きがいの一つかな（事例 95）。
- ・もう死も迫ってきていますから、徐々に死ぬ準備をしたいと思っています（事例 99）。

以上、生きがいを感じさせるものとして、高齢者の語り（ナラティブ）から、連帯感、充実感・満足感・幸福感、達成感・追求感、有用感、価値が示されたが、これらは互いに独立しているのではなく、それぞれが密接にかかわりあっていると見えよう。

#### 4-6-4 生きがいの内容

各グループの特徴などをふまえ、全体として生きがいの具体的内容について検討する。下記が事例 1-101 までの生きがいの内容についての集計である。1人が複数の生きがいについて語ることも多くあったために、下記は複数回答である。具体的な事例の参照については、各グループの生きがい特徴のところでも明記してある。

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 人および社会との交流                  | 48人 |
| 自分の楽しみを追求する(趣味活動・スポーツ・娯楽など) | 44人 |
| これまでの人生の満足                  | 39人 |
| 自分の健康維持                     | 31人 |
| 今の生活を大切に生きていく               | 28人 |
| 人生の指針・哲学                    | 27人 |
| 家族の健康と幸せ                    | 23人 |
| 孫の成長                        | 22人 |
| 役に立つこと                      | 20人 |
| ホームで行われるクラブ・サークル活動          | 19人 |
| ボランティア活動                    | 16人 |
| 生きがいがない                     | 14人 |
| 信仰                          | 13人 |
| 自立すること                      | 10人 |
| 自分の人生の整理                    | 9人  |
| 家族と暮らすこと                    |     |
| 新老人の会への参加                   |     |
| 自然                          | 8人  |
| 勉強する・学ぶ                     | 6人  |
| 創造的活動                       | 5人  |
| 近隣との交流                      | 4人  |
| 若い人に生き方を見せる                 |     |
| 死への準備                       | 3人  |

生きがいの内容については、4-6-2 で述べた生きがいの源泉・対象が、大きく関連をしてくる。それぞれのグループをあわせて集計した結果、第1位として「人との交流」が生きがいとしてあげられていた。これは家族との交流、他者との交流、友人との交流、社会との交流などが含まれるが、新老人の会対象者の場合は、より社会との交流が求められる傾向にあった。一方、特別養護老人ホームでは、園内で行われるクラブ活動や誕生日会などの参加、食事など入所者同士で集まったり、おしゃべりしたりすることが求められていた。

「自分の楽しみを追求する」は、趣味活動、スポーツ、娯楽など、各々がそれらに打ち込

むことによって、得られる充実感はもちろんのこと、達成感や追求感が生きがいとして考えられていた。「自分の楽しみを追求する」と回答した人は、特別養護老人ホームにはいなかった。

今回のインタビュー及び聞き取り調査においては、いまの生きがいについて話をきいているのだが、多くの方は自分の人生を回顧しながら、過去の生きがいに言及し、今までの自分の人生への満足を、生きがいにかかわるものとしてあげていた。

生きがいをもつためには、また生きがいを感じながら生きるためには、健康は大きな要因となることが示されている。

## 4-7 第4章のまとめ

新老人の会、通所リハビリテーション・デイケア、特定有料老人ホーム、特別養護老人ホーム対象者の生きがいについて各グループの特徴とその比較および全体としての特徴をみてきたが、ここではそれらをまとめておく。

全体においては、「生きがいはない」「生きがいなど考えない」などの否定的な回答をした人は、101人中22人であった。

生きがいの源泉・対象として「家族」「趣味」「毎日の生活」が上位に挙げられていた。

どのようなことに生きがいを感じているかという点、高齢者自身の語り（ナラティブ）から 連帯感、 充実感・満足感・幸福感、 達成感・追求感、 有用感、 価値が示された。またこれらは互いにかかわりあっていた。

各グループの特徴から得られた結果は、新老人の会の対象者は、生きがいとして、「自分の楽しみを追求すること」「人や社会との交流」「自分の健康維持」「人生の指針」が挙げられた。

通所リハビリテーション・デイケア対象者は、生きがいとして、「デイケアに通うこと（人との交流およびリハビリテーション）」「今までの人生の満足」「孫の成長」「家族の健康・平和・幸せ」が挙げられた。

特定有料老人ホーム対象者は、生きがいとして「毎日の生活を大切にすること」「ホーム内でのサークル活動」「人との交流」「自分の健康維持」「人生の指針」が挙げられた。

特別養護老人ホームでは「ホーム内で行われるクラブ活動」「人との交流」「生きがいはない」「ホームでの生活」「今までの人生の満足」が挙げられた。

各グループを「生きがいの種類」「人や社会との交流」「健康」「今までの人生の満足」「ライフスタイルの継続」「今の生活を大切に生きる」「人生の指針・人生哲学」「役に立つ」「信仰」などの観点から比較検討してみた。

新老人の会対象者は生きがいの種類が多彩であり、また複数の生きがいをもっていた。その一方、それ以外のグループでは、家族や入所施設などから得られるような日常生活の中に限られていた。特に特別養護老人ホームの対象者に関しては、今おかれている環境の中で生きがいを見出さざるを得ない状況が表現され、主体的に生きがいを選択できないことが浮かび上がっていた。

どのグループにおいても、人や社会との交流は挙げられいたが、特に新老人の会対象者に関しては、社会との交流への欲求が強く見られている。一方、特別養護老人ホーム対象者に関しては、人との交流の渴望が表現されていた。これらから、根本的に人間にとってコミュニケーション、人間同士のつながりが必要であり、生きがいと大きなかかわりをもっていることが示されていた。

生きがいを感じさせる要因として、自身の健康が重要であることが示唆された。新老人の会対象者は、何らかの健康維持活動を行っているものが多かった。通所リハビリテーション・デイケア対象者に関しては、自分の体の状態を良くしようとするそのものが生きがいとして捉えられていた。通所リハビリテーション・デイケアと特別養護老人ホーム対象者に関しては、自身の健康よりも、家族の健康を願う気持ちが強く表現されていた。

多くの対象者が、生きがいに関する語り（ナラティブ）の中で「今までの人生の満足」を挙げていた。新老人の会の対象者に関しては、今の楽しみや今できることなど、現在から未来にかけて重点が置かれる傾向があった。一方それ以外の対象者に関しては、過去や今の生活を大切に生きることに焦点がおかれていた。

ライフスタイルの継続という側面からみれば、新老人の会対象者はその継続性が強く、それらが生きがいに大きく関わっていると示唆された。

生きがいとして、自分がいかに生きていくのか、何に価値をおいているのかという人生の指針や哲学について語る人が多かったが、その中でも新老人の会対象者はそれらが明確であった。

またボランティア活動や社会活動を通じた社会貢献意識が、新老人の会では強く見られた。

信仰に関しては、そのみが自分の生きがいであるという回答をした人は、少数であった。

以上より、本研究の対象者は、日常生活が充実していることや平穏であることから、生きがいを感じる傾向があり、今の生活を大切に生きていくことが重視されていた。その中でも、身近な家族を中心とした人々との交流や連帯、また趣味活動などが重要とされていた。その際、自己の健康は重要な要素となっていた。この傾向は通所リハビリテーション・デイケア、特定有料老人ホーム、特別養護老人ホーム対象者に強くみられるものであった。一方、新老人の会対象者は、自己の向上や達成、社会貢献などの志向が強く見られた。



## 第5章 高齢末期がん患者が語る生きがい

ここでは、筆者がボランティア活動を通してかかわりをもった4事例から、高齢末期がん患者の生きがいを検討する。その前に死の臨床（Care of death and dying）、つまりターミナルケアへの関心がむけられるようになったきっかけや、その実際について簡単にまとめておく。

### 5-1 死の臨床の歴史と実際<sup>31</sup>

医学のゴールは病気を治し、命をできるだけ長く保つこと、そのような治療中心、延命主義の傾向が加速され、死にゆく人々や治癒不可能な病を抱えている人々への関心が薄れ、患者と家族を、孤独と苦しみの中に閉ざしてしまうことになっていった。病院で死を迎える人が多い中、愛する人の臨終さえも、多くの器機に囲まれ、死にゆく人の傍らであたたかく看取ることができない、言わば「死の医療化」が助長されてきた。

1967年、ロンドン郊外において、イギリスの女医シシリー・ソングースは、末期がん患者を収容した聖クリストファー・ホスピスを創設した。これが現代のホスピスのはじまりである。Saunders（1978）は、過度に高度化した医療の流れに対して、死は誰にも避けられない自然な出来事として敬意をはらい、できるかぎり苦痛を緩和し、死にゆくプロセスを共に向き合うという理念のもと、病める者を最期まであたたかく看取するという徹底的なケア（Care）の実践を説いたのである。それは、患者を全人的にとらえる、全人的医療（Holistic Medicine）の提起でもある。また同時期に、スイス生まれの精神科医キューブラー・ロスが、*On Death and Dying*（邦題：死ぬ瞬間）を発表し、死にゆく患者がどのような心理的プロセスをたどるのか、末期患者へのインタビューを通して明らかにした（キューブラーロス、1971）。

これらを大きな契機として、現代医療への批判と反省から、死の臨床（Care of Death and Dying）、言い換えればターミナルケアが注目されることになっていったのである。とくに米国におけるホスピス運動は、尊厳と希望のあるいのちの終わりを迎えたいという末期患者の人権を求める草の根的な運動を通して展開していった。

#### ホスピスのプログラム

ホスピスというのは、単に設備や施設のみを指すのではない。主として末期がん患者のためのさまざまな援助プログラムを提供しようというケアのコンセプト、および実践の総称である。ホスピスケアの特徴をあげてみると、まず患者と家族は一つのケアのユニットとして捉えるということである。このような患者と家族の様々なニーズに対応するためには医師やナースの他に、ソーシャルワーカー、カウンセラー、チャプレン（病院つき牧師）、栄養士、音楽療法士、ボランティアなど、各分野の専門職が協力してチームケアを行う（デーケン他、1991）。

また重要なことは、患者のクオリティ・オブ・ライフを高めることであるが、ターミナルケ

アにおいては、生命の質や人生の質といわれることが多い。患者のクオリティ・オブ・ライフを高めるためには、適切に症状マネージメントを行うことや、環境面への配慮、たとえば、ホスピス内における雰囲気明るさ、希望にあわせた入浴や食事時間、面会時間の確保なども必要とされる。

## わが国の現状

わが国の施設としてのホスピスの誕生は、1981年、聖隷三方原病院（静岡県）の院内独立型のホスピス棟開設をはじめとする。その後、院内病棟型として1984年に淀川キリスト教病院ホスピス病棟（大阪府）、独立型として1993年にはピースハウス病院（ホスピス）（神奈川県）が設立されている。現在わが国の緩和ケア病棟承認施設は、105施設1971病床となっている（2002年8月1日現在）。緩和ケア病棟とホスピスは、ほとんど同じ意味で使用されているが、わが国では緩和ケア病棟が公式の名称になっている。

ホスピス誕生以前の1970年代から、わが国でも死の臨床へ関心が向けられてはいた。1973年、淀川キリスト教病院の精神科医の柏木哲夫がOCDP(the Organized Care of the Dying Patient)と呼ばれる末期がん患者へのチームアプローチを開始し（柏木1977）、1974年には河野胃腸科医院の河野博臣による『死の臨床 死にゆく人々への援助』（医学書院）（河野1989）が出版された。なおわが国では死の臨床という言葉を最初に用いたのは河野である。1977年、鈴木内科医院の鈴木荘一は在宅で患者を看取るミニ・ホスピスを開始し（鈴木1985）、1978年には日本大学の岡安大仁と季羽倭文子を中心に、日本大学付属板橋病院においてターミナルケア検討会が開始されている（岡安2001）。

## 末期がん患者の Spiritual の側面

Saunders（1988）は、その数多くの臨床経験から、末期がん患者には、身体的痛み、心理的痛み、社会的痛み、Spiritualの痛み（Spiritual Pain）の4つの痛みがあり、それらは複雑に絡み合っており、全体的苦痛（トータルペイン：total pPain）として捉えるべきであると強調した。

特に末期患者は、不公平な現状や過去の事象への激しい怒り、自分自身に価値が見出せなくなったなどの深い苦悶、言わば人生の意味を求め Spiritual 苦痛を経験し、それに対処するための助けを必要としているという（Saunders 1988）。Spiritualの苦痛に含まれる意味、重要な感情として、不公平感、無価値感、絶望感、罪責感、孤独感、脆弱感、遺棄感、刑罰感、困惑感、無意味感が挙げられている（ケイ, 1994）。

がん患者の Spiritual ニーズに関しては「人生の意味や目的への必要性（the need for meaning and purpose in life）」「愛を与える必要性（the need to give love）」「愛を受ける必要性（the need to receive love）」「希望や創造性の必要性（the need for hope and creativity）」（Highfield, et al, 1983）また「意味への探索（search for meaning）」「許しの感覚（sense of forgiveness）」「愛の必要性（need for love）」「希望の必要性（need for hope）」「宗教性

(religious)」などとされている (Schoebeck, 1994)。

これらを見てくると、Spiritual ニーズは人生の意味や目的への求めとされ、生きがいと大きく関係してくると言えよう。

欧米においては、医師、ナース、チャプレン(病院つき牧師)、ソーシャルワーカーなどさまざまな立場から、Spiritual ケアに関する研究が行われ、どの領域でも Spiritual ケアの重要性が強調されている(鶴若他, 2001)。それは祈りや聖書を読むなどの宗教的ケアだけではなく、傍らに寄り添う、コミュニケーション、尊敬の念をもって接するなどが基盤とされている(Saunders, 1988)。筆者が 1996 年に訪問したアメリカのノーザン・バージニア・ホスピスでも、当ホスピスが求める目的として、患者の Spiritual の側面をサポートする、Spiritual ケアがあげられていた。

わが国でも、臨床を中心とした全人的ケアのあり方をさまざまな立場から追求するために、1977 年に発足した日本死の臨床研究会などを通して、医療従事者を中心に、末期がん患者の Spiritual の側面やそれらへの対応が検討されてきた(鶴若他, 2000)。

## 5-2 調査目的および調査方法

第4章では、さまざまなグループの高齢者の語り（ナラティブ）をもとに、高齢者の生きがいについて検討してきた。特に5-1で末期がん患者のSpiritualの側面を取り上げたが、これらはまさに人生の意味や目的にかかわるので、生きがいと大きくかかわってくる概念と言えよう。そこで、筆者のホスピスでのボランティア活動の中で得られた、高齢末期がん患者4名の対話記録から、末期がん患者のSpiritualニーズはどのように表現されるのか、また臨死期にある人の生きがいとはどのように表現されるものなのかを検討することを目的とする。

筆者は1998年8月より週2日、都内の緩和ケア病棟でボランティア活動を行っている。以下は特に面接場面を設定せず、筆者が一ボランティアとしての役割を果たす過程において得られた患者との対話記録<sup>32</sup>である。患者との対話のすぐ後メモをとり、できるだけ正確な記録が残せるようにと、その日のうちに対話を記録した。これらは対話記録の全てではない。場面は時間の経過に従っている。患者の詳しいプロフィールについてはプライバシーの観点から公表するのを控えた。なおこの対話記録は國枝欣一牧師・カウンセラー（東京新教会）に指導を受けた（以下の対話記録のA, B, C, Dは患者、Vは筆者）。

## 5-3 調査対象者の基本属性

表7 高齢末期がん患者の基本属性

| 事例 | 性別 | 年齢 | 対話日数 |
|----|----|----|------|
| A  | 女  | 85 | 46日  |
| B  | 女  | 89 | 47日  |
| C  | 女  | 85 | 48日  |
| D  | 男  | 63 | 49日  |

5-4 高齢末期がん患者の事例 A 女性 85 歳

【場面 A-1】( 99/05/19)

A1: 痛いよ、痛いよ。

A2: こんなのもう嫌だ、早くここからでたい！でも迎えに来てくれないと帰れない。支度するから手伝ってよ！

V : 今まで住んでいた自宅に帰りたいのですね。

A3: そうだよ。もう！殺しちゃえば、いいんだよ！生きていたってしょうがない！

V : Aさん.....。

A4: 何~にもできなくなっちゃった！どうする？どうするよ！

A5: 私だけがいつも辛い目にあっている、自分だけが苦しい思いをしている。もう世の中は戻れないんだ。

V : 戻れないんですね.....。

A6: そうだよ、戻れないんだよ。ああ~！観音様に抱かれない.....。

V : 観音様はどんな感じですか？

A7: 奈良の大仏みたいな、大きいの。

V : 私も奈良の大仏見ましたよ。大きくて包容力があって。

A8: そうだよ。ああ、死んでも生きていても同じ。私は、何もかもやってきた。私の身の上はあなたにも役に立つからよく聞くんだよ。

【場面 A-2】( 99/05/31)

A9 : ここはどこなのよ？どうなっちゃっているの？何も説明されてない！ここへ連れてこられちゃった。

V : Aさん、大丈夫ですか？。

A10: 普通に歩きたいよ！。

A11: 何なの、私！こんなになっちゃって！どうするよー！。

A12: 私には自由がないんだよ！

車椅子で院内を散歩する。

A13: 今日は兄さんと弟がきたけど、どうなっちゃっているの！

【場面 A-3】( 99/06/10)

午前中、ナースと買い物に出かけ、稲荷寿司とオレンジジュースを購入した。最近は一階の喫煙所でたばこを吸うことと、売店で買い物することが A さんの楽しみになっている。午後車椅子と一緒に売店へ行く。

V : ( 買い物の後 ) たばこを吸いますか？

A14: もちろん吸うよ

この後外に出ると、

A15: やっぱり気持ちがいいね

A16：まるでいに行きたい。行って下さい！

V：病院の売店ではだめですか？

A17：だめ、車椅子動かして！

V：外出するには届け出をしないといけないから、一度戻りましょう。

A18：いいから、私が行きたいの！。

V：Aさん.....。

A19：もういいよ、あんた。

A20：ラッキョウが食べたい！売店行く！がまぐち！

病室で、

V：外に出て買い物したかったのですか？

A21：うん、自由になりたい。

A22：息子には話をしているんだろうね。

A23：家なんてないんだ。帰るところなんてない。

A24：歩きたい。

【場面 A-4】( 99/06/29)

A25：一体私が何したって言うのよ！私は何にも悪いことしてないんだから！

A26：がまぐち、がまぐち！

Aさんと一階の喫茶店に行き、Aさんはたばこを一本吸う。隣のテーブルに同じ病棟の入院患者のEさんがいる。

A27 そっちへ行こう。

A28：あんた（Eさん）も出られないの、ここから（病院）？

E：そうだよ、でられないよ

A29：どうしてでられないの？

E：退院するほど回復していないからだよ、ちゃんと先生は説明してくれたでしょう？

A30：全然、何も言ってくれない。

V：Aさん.....。

A31：不安なの！

V：不安なんですね.....。

A32：不安なんだから、元気じゃないんだよ！

A33：死ぬかもよ！

【場面 A-5】( 99/11/25)

A35：(私と目を合わせると)おおー！

氷が食べたいと言うので介助する。ラジオがかかっているのを、

V：このラジオは息子さんが持ってきて下さったのですか？

A36：そうだよ。

V：Aさんにとって息子さんはどんな存在ですか？

A37 : 自慢だね。立派じゃないけど、1人で生きていけるようになっているし。子供がちゃんと育ったこと、それは自慢だよ。それが誇り。

V : 誇りと言えるのは、素晴らしいですね。息子さんが聞いたら喜ぶでしょうね。

5-5 高齢末期がん患者の事例 B | 女性 | 89 歳

【場面 B-1】( 99/05/19)

B さんの病室から、手を叩く音が聞こえる。

B1：やっと来たよ。

V：手を叩いて人を呼んでいたのですね。

B2：そう。毎日、日が過ぎるのを待つだけ、死んだ方がまだよ。

V：それほど辛いつてことですね……。

B3：窮屈で、窮屈で仕方がないんだよ。

V：何もかもがね……。

B4：昨日は眠れなかったの、苦しかったよ。

B5：家に帰りたいよ。

V：先生は何とおっしゃっているのですか？

B6：それが、何にも言ってくれないの。いつ治るかも言ってくれないし、だからいつ治るかもわからない。ベッドに一日中いると退屈でしょうがない。

【場面 B-2】( 99/05/21)

B さんの病室から手を叩く音が聞こえる。天気が良いので、車椅子で院内を散歩する。

B7：こんな良い天気だったら動ければ洗濯をするのに……。

V：一人で暮らされていたのですか？

B8：そうだよ、全部自分でやっていたんだよ、だめだね……不安ばかりでしょうがないね。

V：不安なことを話せていますか？

B9：(首を横に振る) みんなあっさりしているよ。

V：それは辛いですね。

B10：家に帰りたい。

V：娘さんや息子さんは何とおっしゃっているのかしら？

B11：まだ話してないの。

V：B さんの思いを伝えた方がいいですね。

病棟へ戻ると、ちょうど医師がエレベータの前にいるので、

B12：いつ治るのですか？

B13：いつ家に帰れるの？

F：息子さんや娘さんの家庭の事情もあるし、B さんの状態もね。

B14：死んでもいいから家に帰りたい。

F：そんなこと言うとみんな悲しむからね。

【場面 B-3】( 99/05/24)

お茶のサービス時に訪室する。

B15：家族は何も言ってくれない……。



V : そうですか.....、外泊が無理でも、外出というやり方もありますしね。

B16 : そうだね。ああ.....窮屈だよ。

B17 : 先生に聞きたいよ、どういう状態なのか、良くなっているのか。

【場面 B-4】( 99/06/23)

B さんが背中をさすってほしいと言うので、背中をさすりながら話をする。

V : (娘さんにお会いしたので) 娘さん、優しそうな方ですね。

B18 : 一番よくわかってくれるの。

V : B さんが何をしてほしいか、ちゃんとわかってくれるんですね。

B さんの住まいについての話になる。

B19 : ○○に住んでいたよ。

V : ○○区ですね。

B20 : (声が大きくなって) そうだよ！

B21 : でも、震災で焼けちゃってね。

V : それは大変でしたね。

B22 : 身体は大丈夫だったけど、家がね。

V : あの震災ではたくさんの方が亡くなったんですものね。

B23 : あの時死んでしまえばよかったんだ、そうすればこんなに苦しまなくてもすむのに。

V : .....そんなに今苦しいんですね。

B24 : 本当に苦しいんだよ。

【場面 B-5】( 99/07/08)

右手はベッドの柵をつかんでいる。左手を握りながら話す。息子さんの話になる。

B25 : 息子は優しいよ。

B26 : 一人しかいない母親だもんね。

V : 大切に育てられたんですね。

B27 : そうだよ。

B28 : 困った身体だよ、全く。もうあっちに行ってもいんだけどね。なかなか行けないんだよ。本当に困ったよ。

V : 本当に辛いんですね.....。

【場面 B-6】( 99/07/08 午後)

肩もみをしながら、

B29 : 帰りたいよ。

V : 今まで住んでいた家ですか？

B30 : そう、一人でね。でもこんな状態じゃあね。歩けないの。足がだめになっちゃってね。

V : 今まで住んでいた家に帰るのはちょっと無理ですね。

B31 : そうだね。

V : 息子さんや娘さんのご自宅はどうですか？

B32 : みんな、借り屋だから。

V : 狭いんですね。

B33 : 帰りたいよ、自由にできるでしょう。

【場面 B-7】( 99/07/12)

B34 : はあ～あ。

V : 大丈夫ですか？

B35 : 人間でいるのが嫌になっちゃうよ、あっちへ早く行きたいけど、そううまくはいかないんだよね。

V : 自然に任せるしかないんですかねえ……やっぱり運命に任せるより他にないのかも。

B36 : 人間商売やめたいよ、廃業したい。

V : ……それほど辛いってことですね。

B37 : まず人間に気を使うでしょう、ここで働いている人たちにね。

B38 : 体の置き場がないんだよ。

午後病室の前を通ると、うちわでベッドの柵を叩いている。胸が苦しいのと言うので、医師に診察してもらおう。その後また訪室する。

V : 先生に診ていただきましたか？

B39 : うん、心配する苦しさではないって。

V : でも苦しいですよ。

B40 : 心配って、もうあっちへ行ってもいいんだから、そういう問題じゃないと言ったよ。

## 5-6 高齢末期がん患者の事例 C

女性 85 歳

### 【場面 C-1】( 99/05/28 )

午後廊下で C さんに会うと、病室で少し話をしようと誘われる。戦争でご主人を亡くしたことや、今の夫とは老人ホームで出会ったことなど自分の身の上話をしてくれた。

C1 : 旦那と離ればなれになってみると、とても寂しいよ。私がこんな風になってしまって。今はね、思いをかえてみたの。最後の時、私が息がなくなる時、側にいて欲しい。最後の時はね。

V : その思いをご主人にお伝えしたいですね。

### 【場面 C-2】( 99/05/31 )

C2 : 便も最初のうちはでたけど、だめねえ。全然出なくなっちゃったよ。もう年だし、しょうがないんだね、これが人生なんだよね.....。

V : .....

C3 : 食べるとお腹の調子が悪くなるけど、食べなきゃ死んじゃうしね。

### 【場面 C-3】( 99/06/04 )

午前中お茶のサービスで訪室する。ベッドの上で足をかかえてうずくまっている。

C4 : バナナとジュースを飲んだら、お腹がはって、だめだね。少しでも長く生きようと一生懸命食べるけど、そうすると苦しくなっちゃうの。この年なのだから苦しくないのが一番良いのだね。もう一日でも長く生きよう、食べなきゃ死んじゃうと思うのはやめるよ。

C5 : .....昨日旦那と喧嘩しちゃったんだよ。

V : 何かあったのですか？

C6 : 昔あの人が病院でお腹の検査をしたんだ。その時どうして一緒に連れていってくれなかったのかって、もしその時みつければ、助かったかもしれないと思ったから、ついね。

V : 何だか悔しいっていうか.....。

C7 : 悔しいよ。子供がいらないから、色々身の回りのことが心配でしょうがないのよ。デンと構えていられない。それでごちゃごちゃいってしまうの。でもあんまり言っちゃいけないんだよね。こういう病気になって、そう思うよ。

V : いいですよ、言っても。

C8 : 毎日来るけど何もしてくれない。背中さすっても、すぐ終わっちゃうの。でも毎日来てくれるってことに感謝しなくちゃいけないんだね。これからはそう思うようにするよ。

### 【場面 C-4】( 99/06/11 )

食堂で話をする。

C9 : 何だかだめになってしまいそう.....歩けなくなってしまうかもしれない。

C10 : 明日兄弟がくるかもしれないんだ。お金のこともはっきりしたいんだよね。

V : お金ですか？

C11 : 私のお金なんて少ないものだけど、きちんとしておかないと。とにかくはっきりしておきたいんだよ。

午後ご主人を迎えに病院の玄関の所まで一緒に行く。

C12 : とにかく旦那にもお金のこと話さないと。遺産を半分は兄弟に、残りの半分は自分の体に使って、残りは寄付したいの。どう思う？

V : いいと思いますよ。寄付とは素晴らしいし、自分の体に使うこともとても大切なことですよ。どこに寄付するのですか？

C13 : それはもちろん福祉だよ。

C14 : お金が絡むと誰も信用できないんだよ。こうなってしまった私が悪いんだよ。

V : 病院のソーシャルワーカーに相談したら助けになると思いますよ。

C15 : そうだね。私がこんな風にならなければね。こんな体になっちゃってねえ……私は今までとても元気で、みんな、Cさんが病気になるとは思わなかったと言われるんだよ。

V : とてもがっかりされたでしょう。

C16 : (うなずく) もうそんなに長くはないと思うんだよね。

V : ……。

C17 : だからお金のことも生きていうちにはっきりしておかないと。

V : 話をこうやって聞くことはできるので、いつでも話をしてくださいね。

C18 : ありがとう。ここのボランティアさんはみんなキリスト教徒なの？

V : そんなことはないですよ。

C19 : だってみんな落ち着いているし、優しくて本当にいい人ばかりだよ。前に近所にキリスト教を信仰している奥さんがいて、その人はとっても上品で、落ち着いた人だったよ。落ち着いているのっていいよね。やっぱりそういう風になるのかな、キリスト教とかを信仰すると。

V : そういう面もあるかもしれませんね。

#### 【場面 C-5】( 99/06/13)

C20 : さみしいよね、私は子供がいらないからあの爺さんしかいないんだよ。お隣さん(同室の患者 G さん)は子供さんがいるでしょ、そうすると何でもしてくれるでしょ、身の回りのことをね。

V : 男の方だから気が回らないのかも。

C21 : ただ来るだけなんだから。でもありがたいと思わないとね。

C22 : こうやって愚痴ばかり言ってしまうんだよ。お隣さんはうるさく愚痴を言ったりしないし、そういう人間になりたいよ。そうできるのは立派だよ。

#### 【場面 C-6】( 99/06/16)

C さんは G さんのカレンダーに書いてある聖書の言葉を書き写したと言って見せてくれる。

C23 : こういうものって落ち着くでしょう。

V : そうですね。

C24: 今日ホームの時の友達がきて、とても良い言葉だからもって帰って写したいというの。

みんな同じなんだね、心は一つなんだねえ、うれしくなっちゃったよ。

午後 C さんが趣味の踊りを披露し、私に教えてくれる。ヤットン節、鶴亀、奄美のさすらい千鳥、奴さんなどを踊る。その後部屋に戻ると、C さんは百人一首の本を見せてくれる。

C25: 一人の時読んでいるの。意味が書いてあるからそれをたどって。退屈しのぎになる

V : 私も百人一首は中学生の時覚えましたよ。

C26: これを良く読んで見るとね、悲しい歌が多いね。恋の歌も多いけどね。昔の人もそうだったんだね、辛かったんだね。

【場面 C-7】( 99/06/24)

C27: ホームと一緒にいてくれる？

V : ええ、どうされたのですか？

C28: 部屋を整理してきたいんだよ、それに必要なものは持ってきてほしいし。

V : いいですよ、もちろん。私で出来ることなら何でもしますよ。

しかし本人の体調が悪いということで、結局ホームへ帰ることは実現しなかった。

【場面 C-8】( 99/07/08)

C さんはホームに 2 泊する予定だったが、途中具合が悪いということでその日に戻ってきた。2 日後、午後 2 人で散歩をする。

C29: ここに死ぬまできつといるんだよ……。

V : ……やっぱり最後はホームに帰りたいんですよね。

C30: いいんだよ。もう、覚悟はできているんだよ、1 ヶ月は生きられないよ、きつと次の誕生日まで生きられないよ。

【場面 C-9】( 99/07/10)

C31: このままここで死ぬのを待つしかないよ。ああ、人生終わっちゃった！

C32: よく考えれば行く道は一つなんだよね。

V : そうですね、運命は変えられないんですよね。でもそれまでのプロセスは大切ですよ。

C33: ホントそうだね。

【場面 C-10】( 99/07/12)

C34: ( 食事を前にして ) 研究しているの、どれもこれも少しずつ食べなくちゃと思って。

V : まんべんなく食べる方がいいですね。

ウイロー、スアマと書いたメモをよこす。

C35: これが食べたいの。売店で売っているかな？〇〇( 近所のスーパー ) なら売っている？

V : あとで見てきますね。

C36: ホームに帰りたい。だからたくさん食べて元気にならなくちゃね。

【場面 C-11】( 99/07/19)

昔、ひげの殿下が C さんのいたホームにやってきたことを楽しそうに話してくれる。

C37 : ひげがないからどの人が殿下かわからなかったんだよ。その時ダンスしたんだよ、...  
...are the world.....? とか言うのだったかな。他の国の人とかも一緒に舞台にあがって踊ったんだよ。

V : We are the world ですね! C さんは踊りがお上手ですから、すてきでしょうね。

C38 : 楽しかったよ、ほらこの歌はみんな一つということだよ。今世界は全然まとまなくて、それに色々な所で喧嘩しているけど。一つになるっていいよね。良い歌だけど、どういう風に思いついたのだろう?

C39 : 私は義理の子供を 4 人育てたよ。友達は、義理の母がくると不良になることが多いけど、そうならなかっただけ、よくやったと言ってくれた。

V : C さんの育て方が良かったのですね。

C40 : 末の男の子は、いつも貧乏揺すりするの。口で言うと嫌がると思うから、いつも私の隣に座らせて揺すりだしたら足を突っついたんだ。

V : 効果あったでしょう?

C41 : そう、その子もそうやって足を突っついてくれて本当に良かったと言ってくれたんだよ、口で言われると反抗しちゃうって。

【場面 C-12】( 99/08/02)

どうしてもホームに帰りたいということで、本人の希望で点滴を始めた。C さんが描いた水墨画を見せてもらいながら話をする。

V : C さん、今一番の望みは何ですか?

C42 : もちろん治ってホームに帰りたいよ。

V : 11 年いらしたんですものね。

V : ホームで一番何がしたいですか?

C43 : 絵だよ。踊りもお習字もしたいね。

V : ここに半紙と墨があったら何を書きますか?

C44 : どこかのおそば屋に入ったとき見つけたんだけど、“おさまえても 堪忍袋なかりせば  
いかに入れせん 癩癩の虫” かな。

【場面 C-13】( 99/08/18)

V : こんにちは。

C45 : .....。

C46 : もうだめだよ。帰れなかったの。死んじゃった方がいいんだよ。

ホームに帰ることができなかったようだ。

昼食は冷蔵庫にある生卵の黄身だけ食べる。

V : もう召し上がらないのですか?

C47 : 食べて治るものならいくらでも食べるよ

V : ホームにはなぜ帰れなかったんですか？

C48 : 帰れると思ったのに……旦那が夢じゃないよ、夢じゃないよって言うんだよ。その言葉信じて泣いちゃったよ、うれしくて。帰れるんだって。お互い耳が遠いから。先生や看護婦さんにちゃんと伝わってなかったんだよ。旦那が悪いんだよ！

V : ショックですね……。

C49 : ああ……兄弟がいても寂しいね、最後まで一緒にいられるわけじゃないからね。

V : Cさんには旦那さんがいるじゃないですか。最後まで側にいてくれる人がいますよ。

C50 : あんなのでもいればね！

C51 : なまじっかいるから寂しいのかな。でも最初からいなかったらもっと寂しいよね。

C52 : 点滴もやめた。もうこんな状態じゃやってもだめだよ。生きながらえてもね。もう眠るように死にたいよ。これみてよ(と手を差し出す)点滴でこんなに青くなっちゃって、どこにもさせないよ。

V : (骨と皮だけの手を触りながら) そうですね。

ベッドに戻り足をマッサージする。足の甲が少しむくんでいた。

C53 : 足の裏、むくんでいないかい？むくむとあと4、5日だって言うんだよ。何だかむくんでいるように感じるんだけどね。

V : ……大丈夫ですよ。

C54 : これが人生だね……。

#### 【場面 C-14】( 99/08/24)

C55 : 紙ないかね？私が作った歌を書いてあげるよと言って“おのが身も 永遠の霞に成りにけるかも”と紙に記す。

V : ありがとうございます。

C56 : 霞の中に入っていただけたらいいよね。丸い霞の中にね、入っていて、ほら観音様のよう  
にね。

#### 【場面 C-15】( 99/08/29)

今日からご主人が泊まって、家族室で過ごす予定だそうだ。

C57 : とにかく気持ちは落ち着くよ。安心だからね。何をやらしてもできないし、落ち着きがない人だけど、いれば安心するよ。

V : 夫婦ってそういうものなのかもしれないですね。喧嘩してもまた元通りになれる。それが夫婦なのですね。

C58 : 今日も喧嘩しちゃったよ。そうやって何でも言える相手だからね、あの人は。

C59 : この前歌作ってあげたろう？床の間に飾るなら、あれじゃちょっと暗いと思うよ。だからね、“忙しい中でも、まず一服、申しけるかな”がいいよ。忙しくても少し休まないといけないよ。

5-7 高齢末期がん患者の事例 D 男性 63 歳

外出前後の対話記録を中心とした。

【場面 D-1】(99/03/26)

D さんの洗濯のお手伝いをした後、一階の喫茶店で話をする。

D1: 昨日から急にガタがきちゃった……。

V : ……。

D2: 息苦しいし、足がむくんで、歩けない。でも昨日よりはだいぶ腫れがひいてきたんだよ、もっとぱんぱんだった。

D3: 体中だるいんだ。

V : 痛いところありますか。

D4: 痛いところはないんだ。顔はむくんでないだろう。手だってむくんでいないんだよ。

D5: 丸山ワクチンを始めたんだ。これは手に入れるのが結構大変なんだよ。友達がやってくれたんだ。

V : それはよかったですね。

D6: これがどこに効いてくるかな……。

D7: 先生はどうしてもっと早く言ってくれなかったんだろう。こんなに状態が悪くなってから言うんだから。もっと早く気づいていれば良かったのに……。

【場面 D-2】(99/03/26)

D8 : しんどくてもベッドにはいきたくないんだ。一度寝ついてしまったら、もう起きられなくなるから、それが怖いんだ。

V : 確かにそうですよね。

D9 : 夜、寝るとき以外は絶対に横にならない。

ジュースのようなものを取り出す。

V : それは何ですか。

D10: これは御飯 2 杯分の栄養があるんだよ。何にも食べられなくなったし、すべて飲むだけだから、このジュースを飲むのも嫌になってしまうよ。

D11: 今日は昼飯を食べてないからこれ以外にもう一本飲まないといけないんだ。

V : たばこは一日どれくらい吸われるのですか。

D12: いつもは 15-6 本吸うけど、今日は 10 本くらいかな。たばこを吸いにここへくる以外楽しみなんてないんだよ、でもたばこも今日はおいしくないよ。

D13: 息苦しいし、足がむくんじゃって。

D14: 本当にガタがきちゃった……急にだから。このままダメになっちゃうのかな。

V : ……。

D15: こんなにつらくて生きていたくないよ。

V : ……。



D16：女房がみたらびっくりするだろうな、こんな風になっちゃって……。

D17：あいつがくると外出してたんだ。

V：もし私でよければ、外出のお供をしますよ。

D18：(うれしそうに) 本当? 何がほしいというわけではないんだけど、外出したいんだ。

D19：家は引き払ってしまったんだ。こういう病気だとわかったからもう帰ることもないと思ってるね。

D20：でもよくなったらどうしよう? 退院したらしたで何とかなるよね。

V：ええ、何とかありますよ。

D21：でも帰る家がないのは、ホント寂しいものだよ。

【場面 D-3】(99/3/29)

今日はDさんと外出の日だ。Dさんは、病院の喫茶室の壁際にもたれかかるようにして、目を伏せ、足を椅子にのせて座っている。

V：調子はいかがですか?

D22：足のむくみがとれないんだよ、どうなっちゃったんだろう? 本当に……。

D23：君は今日大丈夫なの?

V：ええ、もちろん。

Dさんの状態からみて車椅子を使用した方が良いと考えられたが、Dさんはどうしても車椅子を使いたくないと主張する。スタッフと相談の上、Dさんの意見を尊重することにした。

.....

私がDさんの欲しい物を買に行き、その間Dさんは駅周辺のベンチに座っていた。Dさんがコーヒーを飲みたいと言うので、喫茶店に入る。ふるえる手つきでコーヒーに砂糖とミルクを入れるが、一口手をつけただけだった。たばこを吸う。

D24：たばこを吸っても味が無いんだよね、でもこれがないとさびしい。

D25：本当に急にガタがきちゃってね.....こんなになるとは思わなかった.....こんなに苦しいのに.....。

V：辛いですね.....。

D26：眠くて眠くてね。体全体がだるいし。どうしようもないよ、こうなっちゃ。

V：.....。

D27：丸山ワクチンはどこに効いてくるのかなあ。

D28：昨日から何にも食べてないんだよ。ジュースは飲んでいるけど、食べても飲んで鼻からでてきてしまう。今日はあと2本飲まないとだめなんだ。

## 5-8 4 事例のまとめ

### 高齢末期がん患者の事例 A

Aさんは、自らの入院理由がわからない(A9)、病状について詳しく知りたい(A30)と述べ、さらには自らの病気へ疑念を抱いているようである(A13, A22)。つまり病状を把握できないことが、Aさんの苦痛と大きく関連し、不安、怒り、苛立ち、孤独などの感情を引き起こしていると考えられた。

そのような状態の中、身体能力の減少を目の当たりにして、不安と混乱の中で自己存在が強烈にゆらいでいる。それは自らの価値を見出すことができない(A4, A11)、生きている意味が見出せない(A3)、「なぜ自分だけが……」という不公平感(A5)に示されているだろう。葛藤の中で、大いなるものへの希求(A6, A7)なども表現されている。

Aさんは、ゆらぎまた見えなくなりそうな自己を確認する作業を行っている。命令口調で支配的に振る舞うことによって(A16, A17, A20)、子供の自立やその存在を通して(A36)、人生を振り返り、さらには私に身の上話をする事で、このような状況の中でなおも自分が誰かの役に立ちたいと表現されていることからわかる(A8)。買い物やタバコがAさんの生を支える重要な代用となっている(A20, A26)。

### 高齢末期がん患者の事例 B

Bさんは不安や孤独という感情を表現し、いつも誰か側にいてほしい様子であるが、それは何よりも自らの病状を知らないことに大きく影響していることがこの対話記録からわかるだろう(B6, B12, B17)。自らの病状を把握できない中、身体能力の減少に直面して、不安や混乱の中で自己存在がゆらいでいる。それは自らの価値が見出せない(B7, B8)、苦しみに意味があるのか(B23)という表現によって示されているだろう。特にBさんは、誠実な愛や関わりへの求め(B9, B40)が多く表現されている。それは手を叩いて人を呼ぶ(場面B-1, B-2)ことによっても示されている。また医師から胸の苦しさは心配するに値しないと伝えられるが、Bさんはそういう応えを聞きたいのではなく、心の奥底にある苦しみ、不安、孤独を聴いて欲しかった(B40)。

このような状況の中で、何とか自己存在を見出そう、確認しようとしている。それは人生の振り返り(場面B-4)や、子供の存在を通して(B18, B25, B26)行おうとしている。Bさんはしきりに「家に帰りたい」と述べているが(B5, B10, B14, B29)、これは家に帰ることで自分という存在を取り戻せるという思いが込められているのではないだろうか。しかしながら色々な諸事情があり、現実的に家に帰ることができないことを察し始めた時、自分を客観的に表現することが多くなっている(B28, B35, B36)。

## 高齢末期がん患者の事例 C

自らの病状を認識している C さんは、自己の存在のゆらぎを感じながらも、何とかその現状を受け入れようと模索していた。過ぎ去ってしまったことへの後悔 (C6, C15)、言葉とは裏腹にあきらめきれない思い (C2, C29, C31, C46) が表現され、その一方「行く道は一つなんだよね」(C32) や、百人一首の歌から昔の人も辛かったと思うことで、現状を肯定しようとしている (C26)。C さんは、歌 (場面 C-12, C-14, C-15)、水墨画 (場面 C-12)、踊り (場面 C-6) など日本的な素養と価値観があった方である。歌には C さんの心情が如実に現れている。C さんの癩癩の虫とは、人生の終わりというその辛さや苦しさを、また思い通りにならない夫への苛立ちを、自分がどう抑えていくのかということだろう (C44)。永遠への期待や大いなるものへの希求も表現されている (C55)。また苦しい現況ではあるけれど、まず心を落ち着けてと自分に言い聞かせている (C59)。

現状を受け入れるために、C さんは自己の生き方の模索を始めていた (場面 C-1, C-3~C-7)。そういう中で自らの価値体系を変化させようとしていた。例えば自らの臨終の時、最愛の夫に側にいてほしい (C1)、苦しくない生き方をしたい (C3, C4)、また自らの性格も「デーンと構えていたい」「……感謝しなくちゃいけない」「愚痴を言いたくない」などと述べている (C7, C8, C21, C22)。そして自らを変えようと聖書の言葉を書き写すなど、キリスト教への関心も示していた (C19, C23)。遺産の分配をはっきりさせたい、老人ホームの部屋を整理したいということから人生の総決算への準備も行っていた (C11, C12, C17, C28)。

子供の存在 (C39-41)、人生の振り返りを通して自己の存在を見出そうとしていたが、やはり C さんにとって生きる希望、支えは長年暮らした老人ホームに帰るとの思いに達していた。C さんは、3 度ホームに帰ることを試みている。1 度目は調子が悪く帰れず (場面 C-7)、2 度目はホームに帰ったが調子が悪くなって戻ってきた (場面 C-8)。多くの葛藤がありながらもやはり最後はホームに帰ることを目標にし、そのために点滴をして (場面 C-12)、たくさん食べようと最後の力を振り絞った (場面 C-10)。しかしながら 3 度目も夫との行き違いや医療スタッフとのコミュニケーション不足のため実現しなかった。この後からあきらめの様子が見られるようになる (場面 C-13)。これらを経てその後今まで不平不満を言っていた夫への思いが変化し (C50, C51, C57, C58)、また死を明確に意識し始めている (C52, C53)。

## 高齢末期がん患者の事例 D

D さんは、他の 3 人より年齢が若いことにも関係あるだろうが、特に生への意欲が強く表現されている。丸山ワクチンへの期待 (D5, D6, D27) や何時間かけても高カロリー飲料を飲もうとする (D11, D28) ことから、それがうかがえる。病状を認識している D さんは、足の浮腫やだるさなど急激な身体の変化に直面して (D2, D3, D13, D26)、自己の存在のゆらぎを感じ、着実に死を感じ取っていた。具体的には後悔の念 (D7)、生きている意味が見出せない (D15)、「どうして……」(D22)、苦しみに意味があるのか (D25) などである。その一方現状を否定したい思いが見られた (D20)。

症状が改善されないことに直面して、ここでは丸山ワクチンの効能については触れないが、医師とのコミュニケーション不足も相まって医師への不満を増強させていた（D7）。これは誠実な関わりへの求めと言えるだろう。Dさんは病院一階の喫煙所でタバコを吸うことを楽しみにしていた。そこで色々な人々と出会いがあった。Dさんにとってタバコを通して人と出会い、それが生きる支えになっていた（D12, D24）。そのタバコも症状の悪化のためにおいしく感じられなくなり、何をより所としていいのかわからない、生きる支えを失いかけている状況が生まれていた。そこでDさんは外出ということに生きる支えとしての希望を求めたのだろう。車椅子を使わないで、普通の交通機関で出かけること、それこそがDさんにとって生きていることを実感することだったと思われる。

## 5-9 死にゆく人の生きがい

### 5-9-1 生きがいの喪失 Spiritual の苦痛

5-4、5-5、5-6、5-7の高齢末期がん患者の事例 A、B、C、Dをふまえて、生きがいというものがどのように表現されるものなのかを抽出してみたい。

Aさんの語る「何～にもできなくなっちゃった！どうする？どうするよ！」(A4)、「私だけがいつも辛い目にあっている、自分だけが苦しい思いをしている。もう世の中には戻れないんだ」(A5) Bさんの語る「……毎日、日が過ぎるのを待つだけ、死んだ方がましたよ」(B2)、「あの時死んでしまえばよかったんだ、そうすればこんなに苦しまなくてもすむのに」(B23) Cさんの語る「ここに死ぬまできつといるんだよ……」(C29)、「このままここで死ぬのを待つしかないよ。ああ、人生終わっちゃった！」(C31) Dさんの語る「しんどくてもベッドにはいきたくないんだ。一度寝ついてしまったら、もう起きられなくなるから、それが怖いんだ」(D8)、「いつもは15-6本吸うけど、今日は10本くらいかな。たばこを吸いにここへくる以外楽しみなんてないんだよ、でもたばこも今日はおいしくないよ」(D12)、「本当にガタがきちゃった……急にだから。このままダメになっちゃうのかな」(D14)、「こんなにつらくて生きていたくないよ」(D15)という言葉からは、自分の存在が消滅してしまうような恐怖の中で、自分は何のために生まれ、何のために生きているのかという、自己の存在そのものへの問いが投げかけられていることがわかる。

彼らにとって、いまこの現在を生きる意味が問われている。がんに罹患したことによって、今までの自分の生き方や大切なもの、すべてのものが音をたてて崩れ去っていく。本人の語り(ナラティブ)からは、生きる意味が見出せない、自分の存在する価値が見出せないという、すなわち生きがいの喪失が表現されていると言えるだろう。その生きがいの喪失とは、すなわちソンドースが指摘する Spiritual の苦痛と言えよう (Saunders, 1988)。

### 5-9-2 生きがいの探求 Spiritual ニーズ

死が近いこと察した彼らは、たしかに自分の生きている意味が見出せないという生きがいの喪失状態にあった。しかし彼らの語り(ナラティブ)をさらに検討してみると、時間を追うごとに明らかになってくるのは、各々がそういう生きがいの喪失の状態から抜け出そうとし、何とか自分の生きる意味、つまりは生きがいを見出そうとしていることである。事例 A、B、C、Dのそれぞれについて検討してみる。

Aさんの話す調子や言葉使いをみると、心理的側面では苛立ち、怒り、不安な状態が見取れる。刻々と衰えていく身体能力を目の当たりにして、死が近いことを察して、今、自分は何を目的に生きていけばいいのか、自分には価値がなくなってしまったという強い怒りと悲しみが表現されている。また「私だけが……」「自分だけが……」という不公平な感情も表現され、「世の中には戻れない」という言葉からは、今までと同じように社会的役割を果たすことができないという社会的苦痛をも感じられる。そういう中でも、会う度に、今までの自

分の人生の教訓を私に伝えようとされ、また子どもを通して母親としての自分の存在を見出そうとされていた。

Bさんは、他の3人と同様、刻々とやってくる身体の衰えに大きな苦しみと悲しみを感じている様子であった。それは、洗濯や食事などの身の回りのことが、人の手を借りなければなし得なくなってしまうという言葉から、如実に感じられる。「みんなあっさりしているね」という言葉は、私が「不安な気持ちを誰か聴いてくださいますか」と問いかけたところかえってきた答えである。ここからは「もっと自分に目を向けて欲しい、苦しみを聴いて欲しい」という気持ちが表現されている。対話記録の中にすべてを書き入れることはできなかったが、繰り返し今までの人生について振り返られ、その中で、自分が生きてきた意味、特に子育てをしてきたことへの自分の誇り、つまり母親として自分の存在意味を見出そうとされていた。

Cさんは、最初は自らの置かれた現状に対して、怒り、悲しみ、あきらめ、後悔の念などが表現されていた。しかし、時が経つにつれて「感謝しなくちゃいけない」「愚痴を言いたくない」など、今までの自分の価値観を変化させたいとの意思が表現され、また最期の時を前にして、部屋や遺産の問題など身の回りを整理したいという、これからの生き方を模索しているCさんの姿が浮かび上がってくる。百人一首の歌などを通して、残りの日々を自分なりに生きていくことが大切であると考えられ、愛する夫に看取られたいという自分の最期のあり方をも思索するに至っている。

Dさんは、刻々と悪化する身体的状況を目の当たりにして、楽しみにしていたタバコさえもおいしく感じられない状況で、何に生きる希望を見出していいのか苦しんでいた。そういう状況の中で、スタッフに外出したい意向を伝えており、何とか生きる支えを外出に見出そうとしていたDさんの姿が浮かび上がってくる。外出当日の体調はすぐれなかったが、本人の強い希望により、車椅子などを使用せずに通常の交通手段で外出することになった。外出したことで、より一層自分の身体状況の厳しさを痛感することになったが、今までと同じように自分の足で街を歩けたことに喜びを表現された。外出という行動、それはまさにDさんにとって生きているということを実感させることになった。

1997年のソングースによる来日講演の際、末期患者のSpiritualの痛みについての質問が寄せられた。Spiritualの痛みは国境を越えても変わらない、自分の生きている意味は何だろうか、自分は何を成し遂げたのだろうかという意味を探る、そういうSpiritualニーズを末期患者はもっていると述べている(ソングース, 1997)。

彼らの言葉からは、このソングースの指摘するSpiritualニーズ、つまり人生の意味への問いが、さまざまな形で表現されていることがわかると思う。人生の意味への問いはまさしく生きがいへの求めと言えよう。死に直面して強烈な自己存在のゆらぎの中にあっても、何とか自分なりの生きがいを見出そうとしていた。生きがいの見出し方は各々違う。過去を振り返ること、外出するという行動、また子どもの存在を自分の存在に重ね合わせることなどによって自分なりに自己の存在の意味を見出そうとする、まさに生きがいを求める姿が浮かび上がってきたのである。

## 第 6 章 まとめと考察

### 6-1 語りから浮かび上がる生きがいの諸相

#### 6-1-1 生きがいの一つのモデル

第 4 章 高齢者の語る生きがい、第 5 章 高齢末期がん患者の語る生きがいから得られた知見をふまえて、ここでは生きがいの一つのモデルを提示したい。図 1 がそのモデルである。

人々に生きがいを感じさせるものとして、次の 5 つが示唆された。

連帯感

充実感・満足感・幸福感

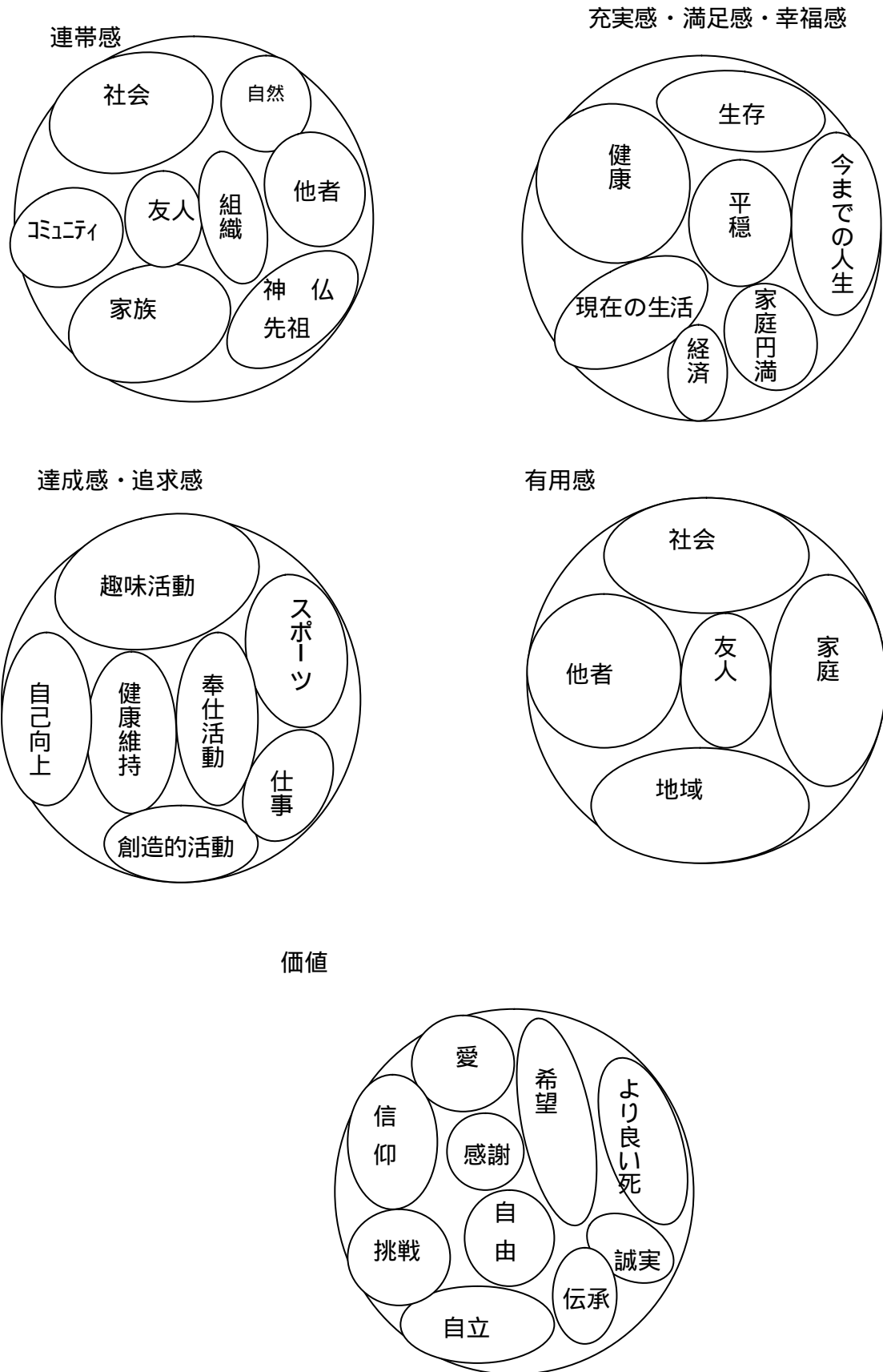
達成感・追求感

有用感

価値

これら 5 つはそれぞれ独立して分かれているわけではなく、相互に関連しあいながら生きがいというものを構成していると考えられる。6-2-2 で詳しく述べるが、これらには過去、現在、未来へという時間の流れが関係している。また 6-1-3 で詳述するが、これらと大きく関わるものとして自己および人生の肯定が抽出された。

図 1





それぞれに関して若干の説明を加えることにする。

連帯感とは、自分が自分以外の何かと連帯しているという感覚である。それは、家族（子供、孫、配偶者、親族を含める）社会、友人、他者、コミュニティ、神・仏・先祖、自然、組織などとの関係性を通して得られるものである。多くの事例から、生きがいとして人や社会との交流が挙げられていた。特に、趣味活動、デイケアへの参加、ホーム内のクラブ活動への参加は、参加そのものよりも、むしろ参加により得られる人との交流に意義が見出されていた。人間というのは誰かとつながりたい、コミュニケーションをとりたいという欲求を強く持ち、それらが人に生きていくという喜びを与えるものだとして示された。

充実感・満足感・幸福感は、生活全般から得られる安定や充実を示している。健康を享受できていること、生きていることそのもの、現在の生活、経済的状況、家庭が円満であること、平穏であること、今までの人生などへの満足感・幸福感である。

達成感・追求感とは、何かを達成するまたは追求しているという感情・感覚である。自己の向上を促すような学習、趣味活動、奉仕活動、創造的活動、スポーツ、仕事、健康維持などにおける達成・追求を行うことである。これらの種々の活動から得られる充実感も指摘されてはいたが、多くはそれらに取り組む姿勢やプロセスなどが重要と考えられているので、

充実感・満足感・幸福感ではなく、達成・追求感の領域に含めた。健康維持に関しては、通所リハビリテーション・デイケア対象者にみられるような、障害の克服や維持、また新老人の会対象者の多くに見られた運動や栄養管理などであり、健康への充実感というより、健康維持の追求を意味している。

有用感というのは自分の能力を発揮して、何ものかのために役に立っている、貢献していると思える感情・感覚である。それはすなわち、家族、社会、友人、他者、コミュニティなどに対して、自分が必要とされていると感じさせるものである。

価値は生きていく上で何を大切に暮らしているのか、そなわち個人の生き方に関係する領域である。その人の信念や生活信条にかかわるものと言える。対象者の多くは、生きがいに関する語りの中で自分はいかに生きるのか、どうやって生きてきたのかという人生の指針や哲学を語っていた。愛、信仰、感謝、希望、自由、自立、伝承、誠実、より良い死、挑戦などが抽出された。伝承というのは、今まで自分たちが培ってきた文化を若い世代に伝える、また若い人に自分達の生き方を伝えるという形で表現されていた。自立に関しては、迷惑をかけたくないなどの表現とともに身体的な自立に焦点が置かれていた。

それぞれの対象者の属するグループによって、特徴的な違いも抽出された。4-6-3で詳しく示したが、どのグループにおいても生きがいとして連帯感、充実感・満足感・幸福感は共通して表現されていた。

新老人の会対象者においては、達成感・追求感や有用感がより重要であると示されている。自分の楽しみを追求することや人の役に立つことが生きがいであると考えられている。

通所リハビリテーション・デイケア対象者に関しては、家族と暮らしているということが大きな影響力をもっていると4-4-2においてすでに指摘しているが、家族や通所施設において得られる連帯感と、家族とともに暮らすという充実感・満足感・幸福感が重要であ

ると考えられていた。

特定有料老人ホーム対象者は、毎日の生活を大切に生きていくことが重要であると考えられており、充実感・満足感・幸福感がより重要とされていた。

特別養護老人ホームに関しては、入所者同士のかかわりあいや、過去の人生の満足などが生きがいとして捉えられ、連帯感と充実感・満足感・幸福感が現在の生きがいとして考えられていた。先にも指摘したが、それらの領域に関してすでに満足感を得られているというよりも、むしろ誰かと連帯したい、毎日を充実させたいという欲求が見られている。

一方、末期がん患者は死と直面することによって、からのすべてが、自分にとって身をもって感じられない状態であり、さらににおいては価値体系の崩壊がみられた。そういう生きがい喪失の中で、彼らはそれらのどれかに自分の生きる意味や目的を見出そうと模索する傾向があった。

### 6-1-2 生きがいの喪失の諸相

第4章では、新老人の会、通所リハビリテーション・デイケア、特定有料老人ホーム、特別養護老人ホーム対象者の語り（ナラティブ）を通して、高齢者の生きがいというものを検討してきた。第5章においてはがんという病におかされた高齢の末期患者の語り（ナラティブ）を通して、生きがいがどのように表出されるのかをみてきた。同じ高齢であっても、臨死期にある者とそうでない者では、生きがいの表出のされ方が違うことが示された。

高齢末期がん患者4人の語り（ナラティブ）から、自らの病状を認識しているといないにかかわらず、死が近いことを直面し自分の生きる意味を求めている。死に直面することによって、否応なしに生きる意味を求める渴望が湧き上がっている。フランクル(1999)のいう自分の存在が無意味であるという実存的空虚と言ってよいだろう。自分の生存目標であったもの、今まで価値があると思っていたことなど、つまり自分を支えていた価値体系の崩壊である。先に繰り返し述べてあるが、この末期患者の意味を求める欲求はソングースの指摘するSpiritual ニーズと言える(Saunders, 1988)。死を目の前にして、すべてのものが音をたてて崩れ去り、まさに生きがいの喪失の真っ直中にある。しかし、彼らは生きがいの喪失状態の中でも、強い生きがいへの欲求が見られるのである。

臨死期にない高齢者の生きがいの喪失に目をむけてみよう。「生きがいがない」と回答した人が半数におよんだ特別養護老人ホームの対象者の場合を考えてみる。そのように回答した人すべてが、必ずしも生きがいの喪失状態であるとはいえないが、語り（ナラティブ）の内容から生きがいの喪失の一端が垣間見られるのである。注目すべき点は「生きがいなんてもうこの年なんだから考えない」「もう生きがいなどあるはずがない」「施設に入所しているのだから、生きがいなんてないよ」「ここでの生活でそんな喜びや楽しみを感じないよ。手芸や書道クラブも単純に喜びや楽しみじゃないよ。だって、やることないんだから、しょうがない。それしかないという気持ちもあるよ」「もうこの年で、身体も悪くなって、私なんてこの世でたいした存在じゃない」などの言葉であろう。ここからは、あきらめ、逃避、生きがいなど考えることの意味のなさが感じられる。実際の語り（ナラティブ）にはあまり表現され

ていないが、筆者がボランティアを通した継続的なかわりの中から得られた、次のような言葉を考察のために付け加えたい。

「もうここで暮らしていくことしか自分には残されていない」

「施設をでられるわけじゃない、死ぬまでここで暮らす」

「生きがいや生きている意味なんて考えないで生きていくしかない」

「自由がないでしょう」

これらの言葉からは、現在自分の置かれている状況では、到底生きがいなど感じ得ないし、生きがいを求めたくても求められないんだという思いが伝わってくる。現在の生活に適應して生きていくしかない状況が求められており、そこからはみ出し、生きがいを見出そうとすれば自分が苦しいだけなのを彼らは知っているのである。現に生きがいを見出そうとして、もがき苦しんでいるのが事例 82 である。特別養護老人ホーム対象者の入所歴の平均は 6 年であり、23 年に及ぶ対象者もいた。

臨死期にある末期がん患者は、生きがいの喪失の中でも、自分の存在する意味、つまり生きがいを積極的に見出そうという強い生きがい欲求があった。しかし、特別養護老人ホームにみられるような生きがい喪失者にはそれは見られない。ホーム内で行われるクラブ活動は、毎日の生活の中での一つの変化であり、ささやかな喜びや楽しみを感じさせるものになっていることは自明である。何かを作り上げる楽しさ、みんなと一緒に何かをする喜びは、人間にとってかけがえのないものである。しかしそれらが個々人の真の生きがいであるとは、対象者の語り（ナラティブ）からは導き出されない。

これらのクラブ活動は、個人の自主性に発したものではなく、受動的で提供された活動であることが大きな要因であろう。施設に入所して暮らすことそのものが、主体性、自由、選択などということからは程遠いと感じさせるものであり、そこに適應して暮らすことがいまの自分に課され、そういう中では生きがいなど今の自分にはありもしないことであると認識させている。そのため、生きがいを感じられない、喪失している状況でも、生きがいを求めようという欲求が抑えられてしまっている。高齢者の語り（ナラティブ）から、介護が必要であること、施設に入所していること、自立できないなどが生きがいを阻害する要因として表現されていた。

## 6-2 高齢期と生きがい

### 6-2-1 連帯と生きがい

新老人の会、通所リハビリテーション・デイケア、特別養護老人ホーム、特定有料老人ホーム、ホスピスという5つのグループの高齢者の多くは、生きがいについての語り（ナラティブ）の中で、人や社会とのつながりを挙げていたことは今まで繰り返し述べた通りである。特に高齢者においては、家族を中心とした身近な人との人間関係が重要であることが示されている。自分が家族のことを大切に思い、つながっているという感覚が高齢者に生きる希望を与え、それこそが生きがいとなっている。例えば「みなさんと話をしたり、みなさんの話し声を聞いたり、そういうことも生きがいの1つの柱だと思います」（事例53）、「違う景色で、色んな人に会えて、色んな人の声をきいて、素晴らしい自然も見られます」（事例57）、「考えてみればみんなでお誕生日会をやったり、何か催しがあったりする時の雰囲気がいいね。自分も含めてみんなが楽しそうにしている時って、やっぱり一番喜びを感じるよ」（事例100）などからは、実際に話すというコミュニケーションをとらなくても、人の話し声を聞く、みんなが楽しそうにしている雰囲気の中に自分が加わっているということそのものが、生きがいを感じるさせるものになっている。よって、高齢者の生きがいを理解するためには、家族、社会、友人、他者、コミュニティ、自然、環境などとのつながりの中で捉えることが重要であると言える。

### 6-2-2 時間の流れと生きがい

本研究の調査結果より、高齢者の生きがいを考える上で、今までの人生への満足は重要なファクターであることが示されていると思う。どのグループにおいても、生きがいとして今までの人生の満足は上位に挙げられていた。また高齢末期がん患者においても、今までの自分の人生を振り返り、過去の人生に自分の存在の意味を見出す傾向があった。

神谷（1980）や小林（1989）の生きがいの捉え方は、未来をすえた生きがいであった。自分の生存目標をしっかりと意識し、その目標に向かって使命感に生きる人が生きがいを感じている人だと考えられている。しかし高齢者に限って考えてみると、そのように使命感に生きている人は、この世の中にどれだけいるのだろうか。高齢者の生きがいは、現在に至るまでの長い生活史の中で形成されてきたものであり、その歴史を振り返っての満足感は生きがいや幸福感の重要な構成要素となるという指摘がある（木下,1989）。

本研究の事例をいくつか取り上げてみる。「1人でベッドの上に座っているとよく考えることは、やっぱり今まで自分がどんな風に生きてきたのかということです……そういうことを考えることは毎日の支えになりますね」（事例57）、「今、生きがいというと家に帰って、記憶をたどるんです……自分の覚えた仕事、教えを振り返ってみると、今まで自分がそういう風に生きてきたんだ、それは私の生き方だと喜びを感じます」（事例71）の両事例には、過去と生きがいの関係が如実に示されていると思う。

また過去との比較によって、現在の生活の充実感を表現している場合もある。例えば「昔を思えば、防空頭巾をかぶって戦争はすごかったよ。そういう中をかいくぐってここまで生きてきた。すごい時代だったね。そういうことがあったからこそ、ここまでこられたのかな。今は心配することないよ」(事例 63)「戦争のことを思えば、今は本当に心配がありません」(事例 58)「主人が戦争の召集を受けた時は本当に絶望的だったよ。その時のことに比べれば、別にたいしたことじゃない」(事例 93) などである。

高齢者の場合、未来はもちろんのこと、過去から現在にいたるまでの時間軸の中で生きがいを捉えていくことは重要であることが示された。

一方、新老人の会対象者の語り(ナラティブ)を検討してみると、他の高齢者と同じように今までの人生への満足が生きがいの大きなファクターになっているのは同様であるが、過去には固執していない姿勢が見受けられる。そこには、現在から未来にかけての希望が積極的に感じられるのである。それは、この新老人の会という対象者の集団が長寿でしかも活動的に暮らしている人々であるということに影響していると考えられよう。

### 6-2-3 人生の肯定と生きがい

6-1-1 で生きがいの一つのモデルとして 5 つを提示したが、それらと大きく関わるものとして、自己および人生の肯定が挙げられる。生きがい感とは自己肯定感がもともなった概念であり、それはすなわち自己の尊厳または自己に対して誇りをもつことであるという指摘がある(森, 2001)。

対象者の多くは、生きがいについて話をする時に、過去や今ある生活について肯定的に捉えていた。例えば「子供たちがきちんと成長して、それぞれの家族をもって、そういうことは私の誇りです」(事例 57)「清く正しく生きていくこと。今までもそう生きてきたつもりだよ」(事例 60)「生命の誕生という素晴らしい出来事に、たくさん立ち会えたことは大きな誇りです」(事例 71)「いまこのような毎日を暮らせるので、ありがたいと思っています」(事例 81)「今までの人生も、色々な人と出会いましたが、素晴らしい人に出会えたと思っています」(事例 99) などである。

また「感謝する」(事例 78)「自然を愛する」(事例 99)「みんなの幸せを願う」(事例 80)「仏様におまかせする」(事例 78) などから社会、コミュニティ、他者、神などとの関係性の中で、自分の人生の肯定、自分の存在を受け入れていくということが表現されていると言える。

一方、高齢末期がん患者に目を向けてみると、自己や今までの人生を肯定できないという状況にあるのがわかる。しかしその中でも生きがいを見出そうと、自分の人生を振り返って、子供の成長を自分の誇りとするなど、自己や人生を肯定しようとしていた。これらをふまえて検討すれば、生きがいと自己および人生への肯定は大きく関連していると指摘できよう。

#### 6-2-4 非自己への生きがいの投影

高齢者の語りの中で注目すべき点の一つは、多くの人々が、自己の生きがいではなく、非自己への生きがいについて語っていたという側面である。自分ではなく他人や子供に自分の生きがいを託すタイプがあるとの指摘がある（高萩, 1999）。2-3-2の高齢者の生きがいに関する国際比較調査において示唆されたことであるが、アジアの人々、中国や韓国などにおいて、国に奉仕すること、子供、また子供の学歴に自己の生きがいを投影している人が多いことが示されている（高齢者能力開発研究会, 1999）。

本研究の調査結果においても、孫の成長や家族の健康、平和、幸せを自己の生きがいとして捉えている人が多くいた。個人の生きがいの形成において、最も密接にかかわりをもつのは身近な人間関係であり、どの社会でも家族が挙げられる。高齢者の場合、配偶者や子供などとの関係の中で生きがいを見出していくのが自然の流れになる。

生きがいというのは、きわめて個人的なものであるが、6-1-1の生きがいの一つのモデルでも提示したように、家族、社会、他者との連帯感は生きがいの重要な要素となるのである。

しかしその一方、他者を自己の生きがいにするへの問いかけも事例 55 では示された。

「庭に菜園をつくったのも、孫のためというのもあります。じゃがいもなんか、それを孫が掘ってほしいという気持ちがある。それが孫とのかかわりになると同時に、今の子供たちは土を触ることも少ないし、自然と触れ合うということがないから、そのためにもいいかもしれないと思っている。実は、この前、実際孫がその菜園でじゃがいもを掘り起こしたんだけど、そのときは本当にうれしくてしょうがなかった。でもそれが終わって孫が帰ってしまうと、自分の心にぽっかり穴があいてしまったようになったんだ。今まで自分が菜園を大切に面倒みてきたけど、何だかすべて終わってしまったみたいなきもちになって。何をやっていたんだろうって」（事例 55）

上記の語り（ナラティブ）から表現されているのは、他者の中に自分の生きがいを投影することが、自分の本当の生きがいになるのかということであろう。本調査の多くの事例において、他者をもって自分の生きがいとする喜びもあることが示されていると指摘した。しかしこの事例 55 以外にも、「孫は生きがいとしてない」「孫を生きがいにするわけじゃないけれど……」という幾分かのためらいの表現も見られているのは事実である。高齢期の生きがいの特徴として、非自己への生きがいの投影が抽出されたが、それと同時に、非自己への生きがいが自分の生きがいになりえるのかという問いも抽出されている。

#### 6-2-5 痴呆と生きがい

痴呆と生きがいということについて考えてみたい。特別養護老人ホームや通所リハビリテーション・デイケアにおけるボランティア活動を通して、数人の痴呆の高齢者とのかかわりをもってきた。本研究においては、たとえ痴呆であっても、生きがいについて話ができる場合は事例として取り上げている。しかし、重度の痴呆である人の語り（ナラティブ）はここでは取り上げていない。重度との判断は、生きがいは何ですかと問いかけても対応できな

い場合である。しかし重度の痴呆があるからといって、生きがいをもたないと言っているのではないことを強調しておきたい。

通所リハビリテーション・デイケアで出会った重度の痴呆の女性は、生きがいということに対する回答は得られない状況ではあったが、身近で世話をしている介護スタッフや看護師に、どのような時に生きがいを感じていると思うかとたずねてみた。その痴呆の女性は、その施設に通ってくる誰よりも喜怒哀楽が激しく、決して自分が嫌いだと思っている人のところには近づかないという。そういう中で、通所施設に嫌な顔をせず毎日のように通ってくる、そこでみんなと一緒に和やかに過ごすということそのものが一つの喜びになっているのではないかということだった。

今回の調査での主なる方法である、語り（ナラティブ）から生きがいを捉えるということからは、このような重度の痴呆の方の生きがいを把握することは困難になってくる。しかし彼らは、語り（ナラティブ）ということを通して表現できないだけであり、顔の表情、しぐさ、態度、行動のすべてからはそれらが表現されていると、日頃のかかわりを通して感じられた。しかしそれを客観的に把握することは難しいと言える。痴呆の高齢者の生きがいについては今後の課題としたい。

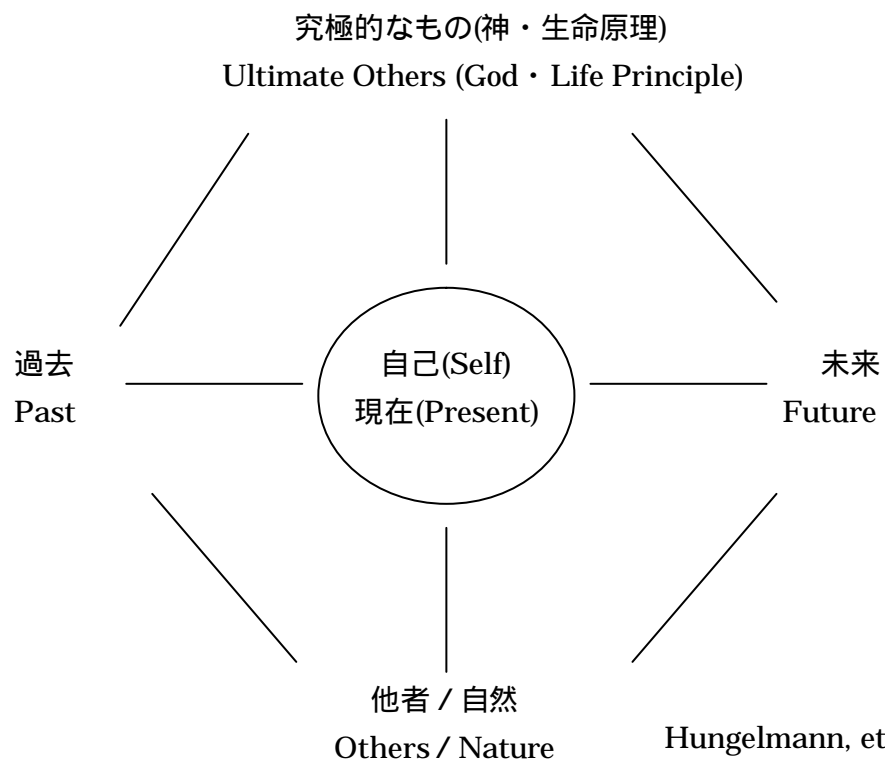
### 6-3 生きがいと Spiritual Well-being

生きがいと Spiritual Well-being の関係性について論じたい。これらの関係性については、現時点において、明確で普遍的な結論を提示するだけの材料は整っていないが、6-1-1 で本論文の調査対象者である高齢者の語り（ナラティブ）から得られた生きがい一つのモデルを提示したので、それらと Spiritual Well-being のモデルとを比較検討するにここではとどめておきたい。

図 2 は、Hungelmann( 1985 )が、65-85 歳の様々な健康状態の男女 31 人へのインタビュー調査から提示した Spiritual Well-being のモデルである。Spiritual Well-being は 2 つの大きな下位概念に分けられるとしている。縦軸の関係性（究極的なもの、自己、他者、自然）と、横軸の時間（過去、現在、未来）の流れである。それら両方を統合する概念である Spiritual Well-being を「調和のとれたつながり（Harmonious Interconnectedness）」として捉えることを提起している。その他の Spiritual Well-being のモデルでも、関係性や人生の究極的な意味は指摘されている（MacKinlay, 2001; Leetun, 1996）。3-2-3 で紹介した、全米宗教間相互協力委員会による、Spiritual Well-being の定義もふまえ、ここでは、Hungelmann の提示する Spiritual Well-being のモデルと、本論文で示された生きがいのモデルとの比較を行う。

図 2

調和のとれたつながり  
(Harmonious Interconnectedness)





Spiritual Well-being のモデルは、関係性と時間の 2 つの下位概念によって構成されているが、本研究でも生きがいを構成する要素として、この関係性と時間の流れに関しては指摘してある。

Spiritual Well-being のモデルにおける関係性の捉え方は、究極的なもの・自己・他者および自然という流れがある。筆者の提示した生きがいのモデルにおいては、連帯感がそれと大きく関連すると思われるが、今回の調査結果では、主として家族、社会、他者との関係性として表現されていたのが特徴であった。神や自己との関係性という形で表現されたのは数例であった。

この Spiritual Well-being のモデルにおける究極的なものとの関係性は、本研究においては、神や仏以外に、自然との関係性として表現されていたといえる。今回の調査結果を検討してみると、わが国においては自然というものは、Hungelmann の指摘するような他者との同一のレベルではなく、究極的なものや生命原理の領域に入ってくると思われた。そこには先祖崇拝なども含まれていよう。神や究極的なものとの関係性においては、日本と欧米の文化的背景の違いが感じられる。日本人の場合、大いなる自然や先祖などとの関係性において表現される傾向になると思う。また家族、社会、他者などとの連帯感において、関係性の次元が捉えられていると言えるだろう。

時間の流れに関しては、6-2-2 で詳述したが、高齢者の生きがいを考える場合、未来というよりは、むしろ過去から現在という時間の流れへの注目が必要であった。対象者の多くは、過去の自分の生き方や生きがいを、現在の自分の生きる支えの一つにしていたのである。ただ、新老人の会対象者に関しては、過去よりもむしろ、現在から未来という時間の流れが重視されていたことは見過ごせない。

このようにみえてくると、日本語の生きがいと英語の Spiritual Well-being という概念は非常に近似したものであるが、Spiritual Well-being のモデルは、神に代表されるような究極的なものとの関係性が強く表現されていると言えよう。

3-2-3 で全米宗教間相互協力委員会による Spiritual Well-being の定義を紹介したが、これらは宗教や宗派間の協議をもとに作成されており、わが国においてその定義の利用はより慎重な検討が必要なことはいうまでもないが、今回の調査でえられた高齢者の語り（ナラティブ）からみた生きがいとして、家族、社会、他者などとの関係性の中で、自分の人生を肯定的に捉えることが示されており、この Spiritual Well-being の定義と合致するものと言えよう（鶴若他, 2002）。ただし先に述べたように文化的背景を考慮して、さらなる検討が必要であり、今後の課題としたい。

## 6-4 バイオエシックスにおけるナラティブ・アプローチの可能性

最後に、6-1-1で提示した生きがいの一つのモデルにそって、高齢者の語り（ナラティブ）から見出された生きがいについてまとめておく。さらに、バイオエシックスにおけるナラティブ・アプローチの可能性について言及する。

生きがいを感じさせるものとして次の5つが抽出された。連帯感、充実感・満足感・幸福感、達成感・追求感、有用感、価値である。これらは、互いに関連しあっている。またこれらと大きくかかわるものとして、自己および人生への肯定が示された。

各グループによる特徴的な違いも明らかにされた。長寿でしかも活動的に暮らす集団である新老人の会対象者では、達成感・追求感と有用感を求める傾向がより際立っていた。通所リハビリテーション・デイケア対象者では、家族との関係性において連帯感が強調されていた。特定有料老人ホーム対象者は、今ある生活を大切に生きていくという充実感・満足感・幸福感がより強調されていた。特別養護老人ホーム対象者は、特に人と交流したいという欲求が強く見られ、連帯感が強調された。高齢末期がん患者に関しては、からのすべてが身をもって感じられず、またでは価値観の崩壊がみられている状況であるが、その中でも自分の生きがいを見出そうとしていた。

社会奉仕や自己向上を強調するグループもあったが、全体からみると連帯感、充実感・満足感・幸福感が重要とされた。つまり家族を中心とした身近な人々との連帯感、日常生活における安定や平穏が、高齢者にとって生きがいとされた。

高齢期の生きがいの特徴を検討してみると、過去から現在に至るまでの時間軸の中で、高齢者の生きがいを捉えていくことは重要であると示されたと言える。また、高齢者の多くは今までの人生の満足を通して、現在の自分の存在を意味づけており、生きがいは自己や人生への肯定を通して語られることが示された。生きがいはないと語った事例もあわせて検討してみると、生きがいをもつ、生きがいを感じるということは、いかに主体的、能動的に生きていると思えるかということであり、すなわち自己に対して誇りをもつということにも通じていると言えよう。高齢者施設の中での、クラブ活動などは喜びや楽しみを感じさせるものにはなっているが、さらに高齢者自身がより能動的、主体的なかわりが実感できるような視点の重要性が示された。

従来の質問紙調査では、生きがいがないと否定的な回答をした対象者の言説を浮かび上がらせることは難しかった。しかし高齢者自身の語り（ナラティブ）に注目するアプローチでは、否定的な語り（ナラティブ）のなかから、彼らがどのようなことに生きがいを感じているのかを見出すことができるのである。高齢者の生きがいを高齢者の側からより内実にそって明らかにするためには、高齢者自身の語り（ナラティブ）に注目することが、必要かつ有効であることを本論文で検証した。

最後に人間の生命にかかわる様々な倫理的なジレンマを超学際的立場によって解決方法を見出していこうとするバイオエシックスにおいて、高齢者自身の語り（ナラティブ）を通して生きがいというものを捉えるというナラティブ・アプローチは、介護、看護、医療の現場でのケアの向上に新しい視点を提供しうるものであると言えよう。

## 事例集

事例 1-51 は新老人の会対象者 (pp.135-228)、事例 52-73 は通所リハビリテーション・デイケア対象者 (pp.229-243)、事例 74-80 は特定有料老人ホーム対象者 (pp.244-260)、事例 81-100 は特別養護老人ホーム対象者 (pp.261-274) である。ホスピスの対象者の事例 A-D は、第 5 章の 5-4、5-5、5-6、5-7 に記してある。

ここに記した高齢者の語り (ナラティブ) は、個々のかけがえのない人生そのものであり、そのすべてが生きがいにかかわっているものであるが、研究という立場から便宜上、その中でもより生きがいに関すると思われる箇所を二重線をひいてある。また高齢者が自ら生きがいという言葉を使用した場合には、その箇所を網掛けにした。この記録については本人にチェックをしてもらっている。

### 新老人の会 (事例 1-51)

#### 事例 1

|   |      |
|---|------|
| 男 | 71 歳 |
|---|------|

ご協力いただきまして、ありがとうございます。事前に会社のパンフレットを送っていただきましてありがとうございます。いつ頃この会社をつくられたのでしょうか。

52 歳の時に始めました。世界からその国の主として良い家電製品を集めて、多くは日本における代理店契約をしています。1998 年の時に今まで代理店契約などをしてきたアメリカの某会社と再契約する際に、僕の年齢だと 1 年契約だということです。そこでいまの会社を息子に譲るといって 3 年契約にしてもらいました。2002 年の 9 月に譲ることになっています。

いまだどんな生きがいを持っていらっしゃいますか。

やはり会社ですかね。 毎日会社に行っています。幸いにして自分の会社をもつことができました。会社を設立するまでは紆余曲折がありましたが、このご時勢にも赤字を出さずに出来ているというのは幸せでしょう。仕事以外は特別にやっているものありませんね。お酒の付き合いも月に 2 回ほどです。私は実は未熟児で生まれました。健康にということで、名前に「健」の字を入れました。お袋はずっと具合が悪くて、16 歳の時に亡くしました。そういうこともあって、いかに健康で生きていくのかということはずっと考えてきました。ずっとそれは僕のテーマです。煙草もしませんし、栄養もよく考えてきた方だと思っています。悪い所が 2 ヶ所ありまして突発性難聴と膝です。耳は会社でストレスがたまっていた時期に悪くなりました。膝の方は、スポーツクラブでの筋力トレーニングのやりすぎかなとも思います。

海外の会社との取引などで、英語はどのように身につけられたのですか。

僕たちの時代は戦争もあったので、勉強はちゃんとしていませんけど、耳からの英語をたたきこまれました。若い頃、米軍関係のホテルのボーイをしていました。そこで身につけられました。もっと英語を話せたらと思いますね。海外での会議でも、ビジネスにまつわることは話せても雑談にはついていけません。

今までの人生はいかがでしたか。

とても幸せだったと思います。 母も早く亡くしていますし、色々苦しいことはありました。ただそういうことはあまり思い出しませんで、家族とともに健康に暮らすことがいまが一番大切です。

運動は何かされているのですか。

水泳は毎週 1 回やっています。家の近所でサイクリングもやっています。ゴールデンウィークなどは休みを利用して、150 キロくらい走ります。先ほど言ったように、身体のことには気を付けています。 栄養に関

しては家内の協力もあります。昼飯は弁当です。家内は早く卒業したいなんて言っていますよ。カバンを持っているのは、弁当箱を入れているのです。私が豆乳や健康茶を毎朝、家内と娘につくります。孫のかわりに風呂の掃除をしたりします。靴磨きは僕がやります。そんな毎日です。

会社をご長男さんにゆずり、何かこれをやりたいことはありますか。

いまもやっていますが、インターネットで株をやりたいのです。遊び程度ですけど。インターネットでは手数料がかなり少なくなりますから、遊び程度にやりたいなあと思います。

インターネットもやっていたらしゃるのですね

やはり海外の人とのやりとりはEメールなどが早いですからやっております。

いま生きがいは何でしょうか。

いま大切なのは妻との生活と仕事でしょうか。

今日は本当にありがとうございました。

## 事例2 | 女 | 74歳 |

ご協力いただきまして、ありがとうございます。いまどんな生きがいを持っていらっしゃいますか。

ずっと昨日から考えていたのですよ。一つは、羽仁もと子さんの著作集に出会ったことだと思います。それを読んで、これを目標とすればいいかなと考えるようになりました。そういう意味で私にとって重要なものです。羽仁さんの思想は「家庭は簡素に、社会は豊富に」です。質素ではなく、簡素であり、それを私も大きな目標として生活しています。彼女はまた「婦人之友」の本の創始者です。「全国友の会」というグループもつくられました。私もそのグループに昭和40年に、知り合いに誘われまして、また著作にも触れていましたから、入会することになりました。読めば読むほど素晴らしいものでした。単にお誘いを受けたからということだけではなしに、「婦人之友」は家でみかけておりました。婦人運動に参加した叔母もいたのです。その叔母からいただいた著作集の一冊『みどりごの心』が印象的でした。そういう記憶があり、下地があったと思います。

具体的には、その「友の会」ではどのような活動をされていたのですか。

地域ごとに活動しているわけですが、具体的な運動の一つは「家計簿をつけましょう」という運動でした。今でも、家計簿をつけて報告し婦人之友社にも送っています。どんな使い方をしているのかまず把握し、次の年の計画をたてます。さらに栄養の面でも、どういう食べ方をしているのか、掃除の仕方や時間の使い方などです。家庭婦人としてまた女性として、いかに生きるべきかということなのです。その場その場でやり過ごすのではなく、合理的なより良い家庭生活をいかに送り、浮いてくるものは社会の向上のために使おうということです。この全国友の会での活動やその思想は、今も私にとって大きな生きがいです。

普段の家庭生活で生かされたのですね。

そうなのです。例えば、自分の洋服が何着あるのかを書き出して調べることをします。昔は貧乏のどん底だったし、私はこの通りで当時は大女でしたので、身体にあう洋服は売っていないのです。それで自分でつくるしかなかったのです。どうしても必要な外出着だけはオーダーしましたが、それ以外は自分でつくりました。友の会の洋裁グループで一生懸命勉強しました。今日着てきたこのジャケットも自分で作っ

たのですよ。私はどちらかという、食よりも衣から入っていきました。家庭生活の質を向上させるということです。

(財)ライフプランニングセンターでは長く血圧指導のボランティア活動をされていますよね。

私と主人の双方の両親が年を重ねてきたということから、今のヘルパー2級のもととなった「ホームケアアソシエイト」という講座を昭和60年に受講しました。続いて血圧測定の勉強をしました。昭和48年頃より自分も血圧が高かったので関心があり、最終的には師範をとって血圧の正しい測り方の指導をするようになったのです。昭和62年に師範を取得しました。59歳の時です。そのすぐ後から日野原先生の啓蒙で、パソコンを始めました。60歳までは友の会の委員もやっていました。それ以後はこのライフプランニングセンターでの活動が主になっていきます。パソコンでの栄養入力もお手伝いさせていただきました。

ボランティア活動は、いかがでしたか。

日野原先生と師範となった人達と一緒に地方をまわりました。現地の医師会や保健の方々に場を設けていただいて、先生の講演と実地として私たちが血圧の正しい測り方の指導をいたしました。また何か月後にいって、きちんと身につけているかどうかをチェックします。地方の方々との交わりを思うと、とても私を豊かにしていただけたと思っています。生活の中では、友の会があって、血圧の指導へ単発で出かけるという形でした。ボランティア活動の一番はじめは、盲人の方へのボランティアです。同窓会から声をかけられて1972年から、本を読んでテープに吹き込むという作業を始めたのです。30年、いまでも続いています。

友の会の活動や血圧指導のボランティアは振り返ってみられていかがでしたか。

楽しかったわよ。まさに生きがいです。夢中でした。その時の友達もたくさんいます。この前身体の具合が悪くなった時に、友人が旅行に連れて行ってくださって、本当にうれしかったです。感謝しています。いくつかのグループの人と行きました。おかげで立ち直りが早かったと思います。そういう意味でそこで出会えた友人は宝です。いまは体調を崩したために、ボランティア活動をお休みしております。またやりたい気持ちはありますが、ボランティア活動は責任がありますので、あせらずにいきたいと思います。朗読の方のボランティアは再開しました。今をみつめて、今の状態でできることをしたいと思っています。みなさんのサポートがあってここまでこられました。全然できなくなったということではなく、血圧指導もまだできるかなという希望はもっています。

ありがとうございました。

### 事例3 | | | |---|-----| | 男 | 82歳 | |---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話しください。

いくつか資料をもってきましたが、2年前に自分史をまとめて出版しました。友人や家族に残せるのは素晴らしいことです。自分の生きてきた証を形にできたのはこれからの自分の支えになりますね。今までの自分の人生において自分はこれならできるという専門をつくりたかったのです。僕の専門は橋です。小さい会社でもいいから、未来がある会社に就職しました。コンクリートの橋をたくさんつくりました。60歳になる手前で自己退職して、また新しい会社に入りました。その会社では今までの経験をかわれて、79歳まで出勤して働いておりました。80歳から自宅待機という形です。仕事はやはり生きがいでしょう。あと、マッチ棒でつくった船や額縁、ミニチュアの机、タンス、いすなどを製作しています。最近ワープロなどを使用して『錬金工房』という簡単な写真集を自分で作りました。写真も全部自分でとりまして、製本は

やってもらいましたが、このようなものをつくっております。パソコンも 2 年前にはじめまして、パソコン教室にも通いました。だいたい晩学なのです。

いま、どんな生きがいをもっていらっしゃいますか。

上手な説明はできませんけれど、何となく楽しいという、そういううちは勝手なことをやらせてもらおうという気持ちでいます。特にいまお話したマッチ棒細工をつくっているときは楽しいですね。デパートで開催される手作り工房展などに出品したことも何度かあります。ただこういうものは手間がかかりますが高価な値段をつけることもできませんから、職業としては考えておりません。つくりながら考えるのが楽しいんです。ここにもってきたタンスなども、つくる手順を考えなければなりません。開閉式の扉をつける場合はどうすればいいのかなどです。本当につくっているときは楽しいですよ。まずどうやってつくろうかということを考えるのが楽しいです。作り方とか手順を一生懸命考えるわけです。それから発展して、卵の殻をはって額縁をつくりました。うずらの卵、名古屋コーチンなど、卵の種類によって風合いが違ってきます。豆本なども作りました。豆本の中身はそれにあう広告など手に入れて作ったりします。家の使わない部屋にこれらを飾っております。

こういうことをはじめたきっかけを教えてください。

60 歳少し前でした。会社を辞める前ですが、デパートの家具売り場をみていたら、帆船のミニチュアが置いてありました。それが素晴らしかったのです。その場で紙にスケッチして持ち帰りました。その後 1805 年イギリスがフランス・スペイン連合艦隊を撃破した木造船の“ピクトリー”の図面に出会ったのです。これがはじめてつくったもので、それ以後やみつきになりました。すみからすみまでマッチ棒です。最初の頃は、喫茶店にいったらマッチ棒をもらってきたりしたのですが、間に合わなくなって、工場から取り寄せることにしました。図面を縮小コピーして、大中小と同じ型の船をつくったりもしました。

2000 年には全日本ホビー賞の奨励賞、内閣府のエイジレス賞もとられていますね。

そうです。これからも色々つくっていきたいです。暇さえあればやっています。いくら時間があっても足りません。家内を亡くしてから、掃除、洗濯、食事はすべてやっています。それは毎日の日課になっています。今までつくったものの写真集を出したいと思っています。自分史を出版した出版社に行きまして、相談をしております。まだまだやりたいことがあります。特に旅行です。これから考えているのは、バンコク、台湾、トルコです。風景を見に行くのではなく、歴史をたどる旅をしたいと思います。身体の達者のうちに遠出をしたいと思います。やはりあちこち老化がはじまっていますよ。特に辛い所はないけれど、三半規管は弱いと思います。まっすぐ歩くのが下手です。階段の上り下りは手すりをもつようになりました。子供時代はランニングが得意でした。就職してからはゴルフをやっていました。今は何にもやっていませんね。

いまどんなものをつくっていらっしゃいますか。

絵の展覧会が好きなのですが、その際に購入した絵はがきを飾る額縁をつくっています。いくつか平行して作品をつくっています。あとは、2002 年の春から、地元の小学校で工作クラブを担当しています。それも現在の僕の大きな喜びであり生きがいでしょう。生徒それぞれが好きなことをやるという自主学習的なものです。知り合いの紹介で、月に 1 回行っています。授業外で小学 4.5.6 年の希望者 22 人で構成されています。昨日は 3 回目の工作クラブでした。小さな額縁をつくっていますが、いろんな生徒がいます。うまい子もいれば、そうでない子もいます。もう少し会話をしながらやりたいんですが、1 ヶ月に 1 回ですから時間が少ないんです。2 学期も続けるのですが、今度は納豆や豆腐の入れ物に粘土を流しこんで、ガラスも使った額縁をつくりたいと思っています。自分の趣味ではじめたものがこういうところに生かせるのは本当に喜びですし、子供たちと一緒につくと自分ではわからなかった新たな発見があります。

今日はありがとうございました。

事例4 | 女 | 80歳

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話しください。

若い頃は宝塚に入っていました。昭和12年から昭和20年の終戦3ヶ月前です。16歳から22歳まででした。声楽専科ですから、歌ばかり歌っていました。お給料をいただき舞台上がり、しかも個人レッスンをつけていただいて、戦争中でみなさんが苦勞されているけれども、私は比較的幸せな生活、自分の好きなことができました。

もともと宝塚に入団するきっかけはどのようなことだったのでしょうか

宝塚を見に行き、歌が好きですから歌っていたかったのです。女学校を中退して宝塚に入りました。もちろん両親は反対でしたが、兄は応援してくれました。

今はどのような家族構成ですか。

主人を去年に亡くしました。次女と一緒に住んでいます。家事は私がやっています。やっぱりそれが生きがいだと思いますね。私がいなきゃだめだという思いもあるし。まだまだこの子はというような気持ちです。うちの中のことは私が全部やっています。それが元気のもとだと思うわ。

ご主人を亡くされてからいかがですか。

闘病期間が5年ほどありましたが、その期間は主人への介護の毎日でした。喪失は大変大きいです。いまだに1人でレストランに入れません。主人と一緒にいたのです。ほとんどお弁当を買って家に帰って食べます。

今までの人生を振り返られていかがですか。

幸せでしたよ。ただそれとは別に戦争がなかったらどうなっていたのかなと思います。

もし戦争がなかったら私の人生は変わっていたかもしれないということでしょうか。

戦争がなければ、ずっと歌を続けていたと思うの。結婚していたかどうかはわからない。声楽のコンクールを受けることも考えていましたが、戦争によって、コンクールそのものがなくなりました。歌も途中でやめて、家に帰らなければならなくなりました。帰れば妹もいますから結婚です。ただ結婚してからも歌が好きでしたから、レッスン受けに行っていました。そういう意味では楽しみもありました。戦争が終わってひどい時でしたが、まだ身軽なうちはレッスンも受けていました。娘ができて、手を離れて、主人のいない時間に女声合唱団、コーラスを始めました。20年くらい続けました。悔いということではないけれど、私の人生の上で大きな悲しみがあります。私は男の子2人を死産しています。また長女はお産の時の障害で、先天性の重度の脳性小児麻痺でした。1年2ヶ月で亡くなりました。その頃は本当に大変で、従妹に手伝ってもらって一日がかりで病院にいました。どこにいても、お医者さんが手の打ちようがありませんというだけでした。最後の病院でこれは重度の脳性麻痺ですとはじめて言われました。海外に行っても見込みはまずないと思ってくださいと言われました。

そういうことがあったのですね。それで次女さんへの思いは格別だったでしょう。

娘への愛情は本当に何ものにもかえがたいものでした。いま娘は周産期センターのカウンセラーをしていますが、何か縁を感じています。未熟児で生まれたお子さん達をお世話するお役目をもらって生まれてきたようなものです。私はそう思います。娘もそう言っています。

本当に縁を感じますね。

娘はそういう使命をもって生まれたと思っています。それで今の私にできることは、娘が安心して仕事できるように、後ろから「行っておいで」と背中を押せるようなのが私の仕事だと思っています。それしかできないですけど、自然にそういう風に考えるようになっていきます。

今までの人生の中で歌というのは、常にあったわけですね

まさに、切っても切れないくらい。いまは聴いているくらいですけど。

子育てやご主人の闘病などの中で、私は歌をやりたいんだというような強い思いはあったのでしょうか。

そんなことはありませんでしたね。若い時はあったけど、何もかも捨ててでもというようなことはなかったです。この生活が、私の選んだ生活なんだという思いがありました。家庭に入ってから、それを守ることが使命で仕事でした。

新老人の会のコーラスに参加されているのですね。

楽しみで仕方がないです。また歌わせてもらえと思うとうれしいです。楽しみの歌を歌いたい。由紀さおりご姉妹のような童謡を歌っているのをみて、ああいうのもいいなと思っていました。ああいう種類の歌を普通に楽しめるというのはいいと思うの。専門的な歌ではなくて。私自身も楽しみたい。

何らかの形でやはり歌は歌っていたいということですね。

そう、歌っていたいの。それによって何か役に立てたらね。それしかないんですもん。

いま、生きがいというのは何ですか。

やはり家庭を守ることかしら。娘が仕事に集中できるように。あと今やらなくてはならないことは、主人の荷物、遺品を整理することです。今までは避けていたけど、やらなきゃならないのよ。これを残しておいたら、娘が困ると思うの。洋服からなにやらたくさんあります。とにかくいろんなものを書いているの。勉強をよくした人でした。だけどこれは遅くならないうちにやる仕事です。娘の負担にはとにかくならないように。また何か役に立てたらいいなと思っています。ボランティアなどもやりたいという意欲はあります。身体と相談しながらです。

今日は長い間ありがとうございました。



## 事例5

女 80歳

いまどんなことに生きがいを感じておられるのかをお話いただきたいのですが。

本籍地は静岡ですが、父の仕事上の関係で上海で過ごした時期もありました。昭和9年に父が亡くなりまして、人生が一変しました。小学生5年でした。母にしてみれば、子どもたちをかかえて、見知らぬ土地でどうやって生きていけばいいのか大変だったと思います。結局母は再婚をしまして、私たちは日本に帰ってきましたが、やはり思春期ですから大変精神的なショックを受けました。その時期に私の下地ができたと思います。

そういうことが私の下地になったとおっしゃいましたが、それはどういうことでしょうか。

思春期でしたので、母の再婚というのはつらいものがありました。どんなにつらくても母が1人で養ってほしいという気持ちがありました。それで早く独立したいと思いました。自立する気持ちが大きくなったと思います。それで師範を受けようと考えました。やはり自立するためには、仕事をもちたいと思ったからです。2年間女子師範学校に通いました。初等教育をやりたいかったのですが、その希望がない小学校に赴任しました。

小学校の先生はどのくらいやりましたか。

3年です。結婚してやめてしまいました。実を言うと仕事がしたかったので、あまり結婚はしたくありませんでした。自分が望んでいたことが少しずつ実現してきた矢先でしたし、今後さらに夢はふくらむという時だったのです。結婚はみなにすすめられました。ただ当時は、今のように結婚した女性が働くということは難しい時代でした。子育てに苦労している人々をみてきました。

お子さんの子育てから少しずつ解放されていくにつれて、何かを始められたのでしょうか。

まず編み物をはじめ、子どもに自分で編んだものを着せました。近所の奥様方から頼まれました。無料では申し訳ないからと300円をいただきました。そのことが主人に知れた時は、色々言われました。とにかく、私がお金を稼ぐというのは気に入らないようでした。ただこういう主人の考え方は特別ではなくて、あの頃の男性の一般像だったと思っています。

教師の仕事は依頼されたのでしょうか。

短期を含めて何度も教師をするチャンスはありました。しかし主人の反対もありましたし、自分自身も家庭をおろそかにしてまでという気持ちはありませんでした。月日がたつて、40代の初めに、羽仁もと子先生の友の会に入りました。自分で何かを身につけたいと思っていたんです。友の会に入って、色々なことを勉強し身につけたいと考えました。言ってみればそれが一つの生きがいだったと思っています。友の会のすべてに賛同しているということではありませんが、その中のある部分には共鳴いたしました。食について勉強して、本当に楽しかったです。それは今に至っています。昔取得した教員免許というのは教員になってこそ活用できるということもわかりました。家庭にはいって、それを生かすことができない状況がありましたので、毎日家庭でやっていることを何とか生かせる方法がないかと考えました。私は食えることが好きですので、栄養大学の通信教育をうけたり聴講したりしておりました。私の場合、食ということへ関心が一本化していったと思います。50歳を過ぎて、児童福祉関連の委員に推薦されました。その関係で講師の依頼も受けました。しかし、主人より後に帰宅することが絶対には言い切れませんので、今回の仕事も難しいということになりました。その後、市の職業訓練校からヘルパー養成の講師の依頼がありました。これはどうしても実現しようと決心しました。当初は友の会から派遣という形でしたが、個人的に私の方へ特に老人給食のボランティアをしている人への食の講習をしてほしいということでした。

これは完全な仕事になります。友の会で行っていた時は、報酬は友の会に寄付という形になっていたわけです。その時は主人は定年になっておりまして、だいぶ丸くなっておりまして。子どもも成人しておりまして、職業をもつことに賛成してくれました。

その食に関する講座について教えてください。

1年に2回で、それぞれ10回です。養成された生徒さんが地域にかえるわけですが、その人達を通してそれぞれの地域の生涯学習の講師を頼まれたりしました。もともと私は生物、生命心理学、発達心理学を勉強しておりました。食の講師といっても、私の場合は長い間主婦をしていましたので、その経験と生理学などを生かしてやっています。今から22-23年前に、当時の通産省が家庭生活に従事している人々の能力を活用しようということで、「消費生活アドバイザー」という資格をつくっております。経済産業大臣認定消費生活アドバイザーです。5年ごとに学力を確かめて更新します。私は一期生でした。

認定を受けることによって、仕事がまわってくるのでしょうか。

友の会に依頼された仕事は多くなっています。中学・高校の食生活の実態をお話しました。今月もその準備に追われています。あとはヘルパーさんの講座をやっておりまして。ただ、一昨年からひざの故障がありまして、講師の依頼はお断りしています。ですからいまは長年入会してきた友の会の中での食の勉強を生かす機会に恵まれて、それを中心に行っています。

今までのお話で涙をのんだことが多かったということがわかりましたが、しかしそういう中でも何かやりたいという精神で、色々なことにチャレンジされていらしたんですね。

そうですね。とにかくお金を稼ぐような仕事はなかなかできませんでしたが、自分なりに興味があることに勉強はすすめてきました。まず勉強になりますし責任があります。ですから身体の調子を整えることは気をつけています。そういう意味では責任が重く大変な面もありますが、しかしこの年になっても何らかの形で人の役に立てるといのは素晴らしい、ありがたいことだと思っています。周りをみても、お嫁さんの悪口や病気のことがばかり話している人も多いですが、そういう暇がないということはいいことだと思います。息子夫婦も良き隣人というくらいに思っております。自分たちの最期は自分たちで迎えるという覚悟です。そうは思っても、やがてはお世話になるかもしれません。与えられた仕事に感謝し一杯それをやることは生きがいですね。

今までお話をうかがってききましたが、今生きがいというのは何ですか。

やはり人の役に立つということです。今まで曲がりなりにも自分の培ってきたもので、少しは皆様のお役にたてたことは大変うれしいことです。自分にとって大きな誇りです。声をかけてもらえるのはうれしいことです。人の役に立てるといことがうれしいですし張り合いになります。それとこれからは引き際を考えないといけないと思っております。年を重ねるにつけて、今までと同じことができなくなります。さらにボケてくるということもあるでしょう。それは自分ではなかなかわからないことなのです。人が見てわかるものでしょう。ですからその引き際を見極めたいと思っております。自分としていつ引く時なのかということを考えております。2年ほど前から、ひざの故障で少しずつ仕事を引いてまいりました。足のひざの痛みは歩いたり、階段を下りたりすると辛いです。その当初はやはり寂しい思いがありましたが、今になればそれは正しかったと思います。今やっていることもそんなに長くはできないと思います。ですから次にやることを考えないといけないと思っております。

その次の段階というのを教えてくださいませんか。

私は食べること、食に関することが好きですから続けていきたいと思っています。今まではそれで人の役

に立つことを多少なりともしてきましたが、今度はそれを自分のためにやりたいと思います。 生きている限り、食というのは人間にとって切り離せないものです。あとはもう一つ趣味として古代史が好きで勉強しております。特に古代人の食生活について関心があり、研究テーマでもあります。自分が好きで勉強していることですので、人様が聞いて面白いかどうかはわかりませんが、少しずつ勉強を進めています。たとえば縄文時代の食生活などは非常に合理的です。人に教えなくても、自分で勉強していきたいと思っています。人の役には立たないかもしれませんが、自分の楽しみとして続けて生きたいのです。そして、足が悪くなってからさらにやりたいと思っているのはパソコンです。パソコンはすでに10年ほどの経験があります。ヘルパー講座を行うときにレシピをつくったのが最初です。動けなくなれば家にこもることが多くなり、外の情報が手に入りにくくなりますが、パソコンに習熟していれば孫ともメールで話ができるでしょうし、色んな世界が開けるとおもいます。インターネットをやったりゲームをやったりしたいですね。今お話したように、後にやることを考えておけば、今の仕事を引く時に引きやすいと思います。また惜しまれながらやめることに意義があると思っています。今後どうやって生きていくのか、生活していくのかということを考えるということも生きがいでしょう。

今日は本当に印象深いお話でした。今の時代に照らし合わせて見ますと、ご主人の考え方などは私にとっては到底受け入れることができないものです。めぐってきたチャンスをすべて生かすことができれば、また違う人生があったのではという思いもありますが、しかしながら、そういう中でも自分のやりたいこと、関心のあることに対して貪欲にチャレンジされてきて、その結果色々なご経験をつむことができたというのは素晴らしいことだと思いました。今後もご活躍を期待しております。

やはり時代だと思えます。そういう時代に生まれ生きてきたということだと思えます。私の母の時代はもっと大変だったでしょうし。ただ、いまは本当に幸せだと思えます。ある時期から主人に反対されても絶対やろうと思えました。その頃はもう子どもたちも成人して、それに賛同してくれました。主人も最近では洗濯してくれるようになりました。もちろんすべて何もかも一緒に洗ってしまうようなことをしてしまいますけど、だいぶ変わってきたと思えます。

今日はありがとうございました。

事例6 

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 81歳 |
|---|-----|

今日のご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話しいただけますか。

わかりました。基本的にはいまは一人暮らしです。時々、娘が帰ってきてくれます。周りに色々な仲間がいますので、安心した楽しい生活をしております。主人は今から18年前に亡くし、65歳で働き盛りの時でした。昔、教員をしておりました。

教え子のみなさんなどたくさんの方たちに囲まれていらっしゃるんですね。

私がここまで参りましたのは、周りに高齢で生き生きしている方がたくさんいるおかげだと思っています。そういう方たちに勇気づけられていると思います。私の女学校時代の先生が97歳でご健在です。そういう方に囲まれている幸せですね。生きる力になります。そういう方は、特別きばっていらっしゃるずに、淡々と暮らされています。私は若い頃からフランス刺繍をやっておりますが、YWCAで教えていただき、その先生も95歳です。本当に色々な方にお世話になっております。フランス刺繍は、もう前のように根気はありませんが、小さな袋などをつくってバザーでは隅の方においていただいております。

教師はいつ頃までなさっていたのですか。

教師は下の子が生まれるまでで、36歳です。家から5分ほどの公立の小学校で教えておりました。今でもそのコミュニティに住んでいます。教師も好きでしたけど、教師だけで終わるより、他の世界も知りたいと思ったのです。特にYWCAで奉仕したいと思いました。家の中にいて子育てをしながら何かをしたい、それはYWCAのことなのですが、そういう思いがありました。それは自分の家庭をしっかりとりたいということにつながります。YWCAは日本に帰ってきてすぐ知りました。YWCAでよい働きをしていらっしゃる方をみまして、私も何かできたらと思ったのです。先ほどお話ししたフランス刺繍をつくるなど、体を使って働きました。バザーのお手伝い、台所のお手伝いなのです。表立ってのことは何もしておりません。40-50代は良く働きました。といっても自分に相応することしかしていません。いまはピンポンをはじめました。3年目です。この前の試合では1勝3敗でしたが、みなさん私より若いばかりです。水彩画もはじめて2年になります。このYWCAでの活動は主人も喜んでくれていました。姑は家の中の仕事が好きなお人でしたのですべてやってもらっていたのです。両親がキリスト教徒でしたので、私も信仰をもっています。奉仕ということに、すんなり入っていけるのはそれも関係しているかもしれません。

その奉仕活動の中で色々得られたことはあるのではないのでしょうか。

そうです。たくさんのお仲間もできました。色々な人々を受け入れるということを学びました。最初はお付き合いできない人から逃げていましたが、70代の初め頃からみなさんそれぞれ違って当然という思いにかわっていきました。そういう意味で70代はとても楽しかったです。これからの80代も楽しみです。

健康面ではいかがですか

主人が亡くなった時のショックで、聴力が低下しました。62歳の時です。3週間入院いたしました。左耳の聴力が少し残っているので、このように補聴器をいれております。このように面と向かってのお話は大丈夫です。最初は辛かったのですがだいが慣れてきました。受け入れないといけません。今住んでいるところは駅に行くにも、郵便局に行くにも、図書館に行くにも、少し歩かなければ用を足さないところなのです。万歩計をつけていますと、毎日12000歩ほど歩いています。特に運動はしていませんけど歩くことくらいでしょうか。ほとんど毎日出かけています。用事があって出かける事がほとんどです。のんびりするの、おいしいお茶をいただきながら、新聞を読んだり、水彩画をなおしたりするくらいでしょうか。

毎日の生活の中で一番楽しみは何ですか。

自分の頂きたい物を、自分で料理できるということです。そしてまた食べたいものがあるということですね。商店街で買い物するのも一つの楽しみなのです。なぜかという、お魚さんやお肉屋さんに行きまして、買い物だけではなく、そこでのご商売のご苦労などをお聞きします。酒屋さんなのですが、よくご老人が集まるお店があります。ご主人はここに宅老所をつくったらいいなんておっしゃっています。

コミュニティでそういう場所があるのがいいですね。いまは、大型スーパーで買い物することが多くなりましたね。そういう昔ながらの店が残っているというのは少なくなりましたね。

グループになるのではなく、そこに寄ってくる人との出会いですからいいですね。そういうよい地域に暮らせる喜びもありますね。コンビニもありますが、お年寄りはお売店で買い物することが多いみたいです。

いま生きがいといわれたら何ですか。

このままを続けていくことです。目の前の一つ一つのことをクリアしていくことです。

80代はこれからですとおっしゃいましたが、これからの計画や希望があればお聞かせください。

すべては出会いですから、何か気になるものがあれば私の性格なら飛びつくでしょう。今の生活が続けばいいと思っています。あとは、若い方たちに年をとるとするのはそんなに悲観することでもなく、こんなに楽しいことだよと感じてもらえるような生き方をしたいと思っています。それは町を歩いている姿を通して感じていただけるものかもしれません。言うことは簡単ですがなかなか難しいものです。ただそういう心意気であります。

今日はありがとうございます。

事例7 | 男 | 72歳

今日のご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話しください。

わかりました。私は牧師をしております。その生きがいに大きくつながってくると思いますが、私の一つの宿題、課題というのは、75歳以後の人生をどうするのかということなのです。あと2年間そういうことについて考えたいと思っています。退職してからの人生のはっきりした目標はもっていなかったというのが正直なところです。みなさんが長命を得られることが多くなったこの時代に、ただ無為に過ごしていくのはやはり問題だと思います。牧師としての使命は、苦しむ人と一緒に苦しむということやってきているわけですが、退職した後は自分がどのように生きていくのかということは大きな課題だと思っています。75歳までわずかですが、何ができるのかということでしょうね。やはりキリスト教に関するかかわりを持ち続けていたいというのがありますし、健康状態のこともあります。5年前に引退しようと思っていましたが、いまの教会に招かれました。それまでに郷里に家と土地を買っております。そういう準備をしておりました。畑でも耕して、田舎で暮らせばいいというある意味では安易な気持ちだったかもしれません。兄弟たちは、僕が伝道者でお金を十分稼げるような立場にいないということで心配してくれまして、生家を残しておいてくれたのです。教会の方からあと2年いてほしいという要請がありまして、7年いることになったわけです。考えのないこの考えを率直にあなたにお話しているんです。探索しようと思った矢先、この新老人の会を知りました。これからの生き方を考える意味で入会させていただいたということです。勉強させてもらっています。キリスト教からまったく別のことをするという飛躍した考えはまだしておりません。

いまは、身体の具合はいかがですか。

小さな時から弱かったです。法定伝染病にかかったときも死ぬか生きるかでした。糖尿病もあります。昨年健康診断で血糖値が高いと診断され、検査入院になったのです。食事に関して昔と比べれば半分くらい我慢しているでしょうか。適切なアドバイスをいただきまして、よい考え方を身につけることができました。検査入院を機会にタバコもやめることができました。それに腰や足やらは痛いですね

牧師さんをめざすきっかけとなったことを教えてくださいませんか。

僕が若い頃、戦時中ですが、長男以外のものは満州の荒野を耕して新しい日本をつくる、満蒙改革義勇軍というのがありました。海外に行って土地を開墾して人生を歩もうと思っていたら終戦になりました。終戦後はキリスト教がブームと言っては語弊がありますが、盛んになってきました。その時に自分の将来を本当に困っている人、悩む人と一緒に歩む生涯であればいいなという気持ちができました。親父は薬屋と農業をやっている、半商半農でした。ですから、お金を稼がなくなってしまうという考え方がありました。しかし自分は金を儲けるだけが人生の目的なのかということです。いぶん悩みました。むしろ損して生きていく生き方もあるのではないかと思ったのです。そういう考えの中で神学校に行くことになりました。両親はもちろん反対しました。仏教とのかかわりも父はもっていましたが、そういう意味でも反対されました。父には、アルバイトをしながら神学校に通ってやっていきたいと言いました。父は私のこ

とを身体も弱いし、おそらく途中で断念して帰ってくるという思いで、最後は許してくれたと思います。母方の叔父は、社会福祉に大変尽力した人ですが、彼だけが百姓や薬屋することだけが人生じゃないと言ってくれました。それ以外はみな反対でした。

アルバイトしながら神学校に通う生活というのは大変だったのではないのでしょうか。

そうですね。神学校は24歳の時に入学しまして29歳で卒業しました。夜の学校だったので、昼間は働きました。文房具の卸しなどをしました。それをバイクでまわったのですが、それがもとでバイク狂いになりました。牧師になってからもバイクは好きなので乗っていましたよ。それが印象深いといってくださいました。親兄弟から反対されて飛び出して、とにかく歯を食いしばって資格だけはとろうと必死でしたよ。牧師になってはじめての教会は関西でした。教会でも大きなものから小さなところまであります。もう牧師になって40年になりますが、最初の20年間は何かして教会を大きくしようという気持ちでした。大きな教会に居座れるような牧師でありたいという思いがありました。しかし大きな教会になればなるほど、誰かが小さくならなくてはならないということがあっていいでしょう。大きくなるためには、有力な信徒を獲得しなくちゃならないので資金面も大変です。とかく貧しい人、収入がない人などが軽んじられていくということにつながります。20年間は教会を大きくするために努力しました。しかしその後方向転換をしました。苦しんでいる人や悲しみを抱えている人とともに生きていくことを求めていきました。その後の20年間は苦しむ人たちのカウンセリングをしてきました。私の生き方として、社会の生産的側面から脱落している人たちと共にあることが一番いいと思っています。最初の20年の生き方でいけば、老後も何不自由ないとはいかないまでも、安定した生活を得られたかもしれませぬ。その当時は4人子どもがいましたので、大変でした。すべて大学をだしました。十分にはできなかったと思いますが、やはり経済的な面では苦労しています。

お子さんで牧師さんになられた方はいますか。

長男は牧師になりました。長男は、親父の背中をみてきたと言ってくれました。僧侶は世襲制ですが、牧師はあまり親子で続かないというのがあります。長男以外の子どもたちは、僕たち夫婦が経済的な面でけんかをしてきたのをみていまして、決して牧師にはなるまいと思っていたようです。

どういう形でカウンセリングをされているのでしょうか。

2つあります。信者の中で悩みを持たない人はいませんね。年齢に応じてさまざまな悩みがあります。丁寧に対応していけば、誰一人苦しみをもたない人はいません。聞いてもらえるだけでうれしいことがあると思います。つまり教会員へのカウンセリングです。もう一つは、教区の一つの働きとして、ホームレスの人を世話している福祉グループがあります。教会でカウンセリングをしているということをその会に呼びかけてもらいまして、始まりました。月1回10人弱の集まりで、お金をとってのカウンセリングではありませんが、自由に悩みを語ってもらうという形をとっています。

今、生きがいは何ですか。

75歳からの人生の目標設定をするということです。もともと趣味はありません。趣味をするお金もありませんでしたしね。貧しい、苦しむ人と共に歩むということは私としては大きな喜びであります。人からアドバイスもいただいて、また自分の体力も見極めて、また家内の意向も考えたいと思っています。人の世話にできるだけならないようにしたいとは思っています。もちろんそういうことは人間なら誰しもあるわけですが、やはり本意ではないと思います。まだ決まっていないというのも遅いと思いますよ。ただそれを悔やんでも仕方ありませんが自分の将来を計画たてるという時間がなかったです。この一年の間に目標設定をしたいと思っています。家内は町民の育ちで田舎よりこちらで暮らしたいといひますし、考えていかなくちやいけません。

今日はありがとうございました。

事例8

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 81歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話しください。

少し生い立ちをお話しますと、長崎の出身で戦争中は満州に行っていました。中学校の4年生の時に病気になり、それが原因で2年間休学しました。またもとの学校に復学するのは嫌だったので、東京の中学にいき、中学の4年に編入して卒業しました。それから専門学校に行き、また大学の学部に入った時に召集を受けました。引き揚げてきてからは高校の社会科、倫理の教師をやっていました。他には少し県の職員などもしました。今の僕にとって、一番の心のよりどころは仏教だと思っています。

いつ頃から仏教とのかかわりがあるのでしょうか。

そういう問題に頭をつっこんだというのは、戦時中ですよ。戦時中で、自分の親友で非常に期待していた連中が、士官学校に入って戦死をしてしまう。それに対して非常にさびしさを覚えたのです。それも乗り越えていかなきゃいけないと思いつつも、やはり心のどこかにわだかまりとして残っていたんです。彼らだけでなく、それを取り巻く親たちです。会ってもそういう話はしません。そういう風に緊張の連続とありますが、その緊張のあり方というのはこれでいいのかと疑問を抱くようになりました。何かの形で解決しないと、自分でもわけのわからない思いがもやもやつきまとう。あとは、両親の後ろ姿かな。両親をみていると、生活の過程が戦争によって崩れていくわけでしょう。漁業を営んでいましたから、潜水艦がきて、漁業なんてできやしない。自分の全財産、先祖から受け継いできたものが戦争によってすべてひっくり返ってしまう。それに対して精神的な救いというのを求めていたと思います。お経をひもといっている姿をみてきたわけですよ。目につくのですよ。私には何も言わないですよ。そういう背中をみて育ちました。

具体的にはどんなことをなさっているのでしょうか。

現実の問題として仏教によって解決されたことがあります。私の郷里は長崎でそこに墓があるわけですが、頻繁に行くことはできないので、こちらに墓をうつし立て替えようと思いました。問題は後継ぎです。2人も娘で、嫁にいつているわけです。そうすると名前が違い、墓に入ることはできません。いずれにしても誰かが後を継いで、誰かがその墓に入ってほしいという願いがあったのです。最終的には、長女の婿がOKしてくれました。ただ苗字が違いますから、そこで私が考えたのは、誰でも入れるものをつくったのです。

これで、娘さん、お孫さん、代々そのお墓が守られていき思いがつながっていくわけですね。

そういうことも一つ、仏教が解決してくれた実際の問題点だったと思っています。やっぱりそこに「真実」があると思うのですよ。「真実」というのは学問的な云々ではなくて、人間の生き方そのものに大きな影響を持つと思うんですよ。たとえば「真実と一緒に生きる」というのは少し言葉がおかしいですけど、仏教に帰依する、一体となるということですよ。その一体となるということは真実と共に生きるということです。それによって解決できるということで、仏教の救いがあるんです。だから学問も地位も名誉も、字が読めなくても、南無阿弥陀仏、南無妙法蓮華経を唱えることができれば、それで救われる。仏教以外にないですね。あとは、仏教系の大学の大学院修士課程の聴講生になっているんです。今年の4月からです。浄土宗の浄土学です。学問的にどうこうしようとは思わないんです。自分が南無阿弥陀仏、南無妙法蓮華経を唱えて本当に救われるのかということは、自分でやりながら疑問はあったわけです。それを学問的には、どう解釈しているのかを知りたい。

いま、本当に救われるのかというお話がありました。今までは常にあったのでしょうか。

いまはもうありません。

それはいつ頃たちきれたのでしょうか。

事の起こりは2年くらい前ですね。気管支喘息の持病があったんです。小さい時からです。それで苦しみました。それさえなければ、すべてうまくいったのではないかと思っておりました。

気管支喘息という持病があることによって、できなかったことがあるという悔やみとか苦しみでしょうか。

一杯ありました。何らかの形でどうしても解決したいという思いがあったんです。医者に何度かかっても同じです。そういう弱い気持ちがあるといつまでも症状があらわれてくるんですね。解決ができないということは、人間というのは、そんなに大した存在じゃないなあと思ってきたんです。肉体は空も飛べないし、強くもないし、どこがかけがえのないのだろうか。肉体ではなく、心を掘り下げていく以外には、人間の尊厳なんてことはでてこないという風に思いました。それで関心が向くようになりました。自分というものをあんまり拡散しないで、ひとつのことに集中していく。それ以外には自分はありませんということに突き詰めていけば、解決の方法はでてくると思いがありました。しかしみんなに言わせれば、仏教なんて迷信だとか、あるわけないと言う。そこで学問的にはどういう解釈をしているのかを知りたい。その裏づけをしりたい。正しいとか正しくないというような問題ではなくて。その裏づけがあれば、今までの自分の生き方が間違っていなかった、肯定できるというものがあります。

今は、身体の状態はどうか。

2年位前からほとんどなくなりました。季節の変わり目に必ずでていました。入院したこともありました。50歳くらいまでは病院にいて点滴をするんです。1ヶ月のうちに2回くらい起こることもありました。60歳過ぎてからは入院です。恐怖とか不安がありました。ですから結局、今になって思うと、2年位前にそういう問題を根本的に解決したいと思ったんです。今の自分が考えている仏教の教えが正しいのであれば、当然解決できるだろうと思ったんです。

2年位前からよくなったんですか。

発作が起こった時も強い考えができました。これに負けたいかと思いましたが、病気している自分が本当なのか、お経を唱えて、信じている自分が本当なのかという。今まで地位、名誉、財産、すべて捨ててきました。最後に残ったものは信仰と病気でした。これでどっちが自分として生きる姿なのか、どっちかとらんといいか。やってみる以外にはない。どんな苦しい時でもやってみたんです。それで自然と解決していきました。仏様と一体であれば乗り越えていけると。そこに自分の真の尊さというのがわかるようになってきました。

そういう中で日々悩まれた結果、仏教への信仰を見出されたわけですね。

発作がでなくなったことから、本当に信仰の大切さ、真理を確信しました。自分自身がやってきた道が、病気も含めて、楽しいこと嫌だったことすべてを含めて、自分に必要なことだったのだということを感じました。

大学院の授業を聴講されて、どんな手ごたえ、思いがありますか

若い人と接するということが楽しいです。それが楽しみなんです。向こうは相手にしないけれども、そばに



おるだけで活気がでてくる。なんか、自分もはずみがでてくるような感じがあるんです。力というよりはむしろ、新しい生き方ができるなぁという思いがあります。今までの生き方とは別の生き方ができる。これが自分の求めておったものかなど。もう少しそれを掘り下げて、広げていけばもっと別な視野、世界が見える。それはほとんどもう自分の完成に近づいてきているなぁとも思います。もっと極めていきたい。南無阿弥陀仏は、いつ何時でも唱えることができますね。自分が言えるということが優先であり、悲しみよりもはるかにはっきりしているし、これは絶対になくならないとそういう思いに達しています。そこに帰依という問題ですね。自分自身と真理が一体となりうるという。そうすると、自然とかわっていきますね。土台になって、次のものを築いていきます。相対の世界を超えることができる。死にしたってそうです。第二義的なものだと思います。

新老人の会に入ったきっかけはなんですか。それと新老人の会に求めるものがありますか。

やっぱりね、生きがいという面です。本当の友達をほしいということ。それから今の世間の様子をみていると満足できないです。道徳的にも問題がある。

本当の友達というのは、この会の会員のみなさんと色々な話をしたいということでしょうか

おそらく 75 歳以上ですから、そういうことを求める人が多いと思うんですよ。交流がないですよ。10 年も生きればもう結構なんですよ。その間に、お互いに納得できる、自分が心から話せる友達がほしいなと、フランクにいるんなことを話たいと思いますね。それにこの会は期待されていると思う。日野原先生が 100 歳までという。それはただ漫然と生きるということではない、自分たちが生きてきた生き様を見せるということ。世の中に対して知らせる、知ってほしいという願いがこめられていると思います。やっぱり経験というものが非常に大きなバックボーンとなって、自分というものを完成しようという、それが僕らの年代代だと思います。ただ漫然として肉体的な年を重ねるのでは意味のない。自分がやっぱりものかと思えば思うほど、周りもそう思うようになります。やはり年寄りには尊敬されなきゃいかん、それはすなわち生き方そのもの、生き方の中に尊敬できるものがあるようにしなきゃいかんと思う。何か具体的に知恵を出し合うような場があるといい。もっと若い人たちにアドバイスできる、行動で示せるようにしたい。

新老人の会で、パソコンに挑戦していらっしゃるようですが、やってみてどうでしょうか。

やっぱり時代に遅れてしまうからね。ただね、それに熱中するというのはできないですね。いま、仏教関係の本を読むのと、新聞に全部目を通すのとで時間をとられます。伝記だとか歴史が好きです。古典もおもしろい。徒然草や枕草子などで、原文で読みます。漢文は毎月 1 回、古典の会で勉強しています。それもおもしろいですよ。

毎日の生活の中で、読書は大きな割合を占めているのですね。

そうですね。まず朝、仏壇にお祈りして散歩にいきます。散歩は午前と午後の合計で 1 時間くらいです。冬なんか、隣の人がそんなに朝早くでかけて散歩するのはあぶないですよなんて、言ってくれるんですよ。今日も歩けたと思うと、充実した感じがします。毎日の喜びですね。テレビは見ないですね。ニュースはみるけどね。みると腹がたつようなことばかり。かえって気持ちがおかしくなる。こんなくだらんことと思ってしまう。いま、一番ほしいのは、本当の友達ですね。

最後にお聞きますけど、いまの生きがいというのは何ですか。

今まで信じてきた道をその通りに生きていくということです。

どうもありがとうございました。

事例9 | 女 | 77歳

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話しください。

わかりました。私は実家も嫁ぎ先も商いをしておりましたので、あまり人生がどうこうという考えを深くした生活ではなかったと思います。実家は服飾の出版関係をやっていました。結婚したのは23歳です。紙の商いをやっているところに嫁いで、40数年やりました。商いをやめたのは地上げにあったからで、15年ほど前に今住んでいる所にやってきました。仕事をやめした後、主人は次から次へと病気にかかりまして、平成7年に亡くなりました。入院もしましたが、3ヶ月の間在宅で看取りました。その時にはじめて、これからどんな風にいきたいか、老後はどうしようかと思いました。それまでは考えた事がなかったです。その時に娘が色々提案してくれまして、YWCAの「留学生の母親運動」に15年ほど参加して、アジアの留学生との交流を致しました。60歳過ぎからはじめました。また地域の社会福祉センターにいまして、ボランティアでできることがないかどうか探しました。某大使館の家族が子どもを連れていらして、お友達も頼る人もいないということでした。それで4年ほど交流を深めました。そんなことを老後楽しみにやっけてまいりました。交流した学生さんの写真をもってきましたので、ご覧下さい。

「留学生の母親運動」というのは具体的にどういうことをするのでしょうか。

一緒に住むことはしませんが、困った時にサポートをします。たとえば具合が悪くなった時とか、下宿を探す時の後見人などです。YWCAはアジアの学生さんに限っています。日本で勉強して祖国に帰る子もいますが、日本で就職する人もいます。ホームシックになれば、ご飯を食べにきたりします。去年この活動をやめました。

ご主人の理解があったんですね。

そうです。理解を示してくれました。みなさんよくやるわねと言ってくれますが、結構楽しいです。若い人との交流は楽しく思います。こちらが楽しませてもらっていました。

いまは、一人で暮らされているんですか。

いまは基本的には一人暮らしですが、息子が週に2日泊まりにきます。

いま、生きがいとは何ですか。

家族の幸せです。お金とかではなくて、何かあった時に立ち直れる強さをもって生きていくことを願います。子供にも孫にもそうです。やっぱり自分でもそういうことを大切に生きてきて、それがあらわれていると思います。商売をやってきた経験は、私という人間の土台を形作っていると感じます。主人と結婚して、先代が残した借金とのれんを受けついで苦労して再建してきました。その頃はちょうど子育ての時期でした。借金がなくなったと思ったら、地上げにあいまして終わりです。実家の父により、労働精神はたたきこまれたと思います。働くことはうるさくて厳しかったです。お稽古事などもってのほかでした。ただ嫁いだ先のお姑さんも厳しい人でしたが、そういう意味で苦労とは思わなかったです。土日くらいしか、自由な時間がありませんでしたから、いまはすべて自分の時間ですので幸せです。

いま、身体の体調はいかがですか。

血圧とコレステロールが少し高いです。この間まで太極拳をやっていました。毎朝一時間体操をしていま

す。区の市民講座で習ったものですが、続けるようにしております。いまは、健康で楽しい一人暮らしです。「留学生の母親運動」で若い人たちのパワーをもらいました。それをやめた後は、この新老人の会に入会して、日野原先生にならいたいと思っています。父も100歳まで元気で天寿をまっとうしたものですから、自分も父のように生きたいと思っています。

いま、一番楽しいことは何ですか。

やはり人様のことをやらしてもらっていることです。息子たちも共働きですし、色々苦労はあると思います。私がお金でサポートするのはよくないと思いますので、手作りの料理をつくってみんなに食べてもらったりするんです。それはとても喜びですし楽しいです。娘が留学生や学生さんを連れてきたりすることもありまして、そういう時にいろいろ手料理をつくったり、茶道は長くやっていますので、お茶をお出ししたりします。自分で何か仕事を探しているようなところがあります。身近なところで、サポートを続けられればいいと思っています。「留学生の母親運動」をしているときも、留学生が成長するにつれて、自分の伴侶をつれきたり、こどもができたつれてきたり、そういうことが大きな喜びでした。そういうところに幸せを感じます。働くことは苦ではありません。

話をお伺いしていると、周りに人が集まってくるような感じがしますね。

そうかもしれませんね。若い人との交流が人より多かったかもしれません。好奇心が強いと思います。もっと静かな生活をしないといけないのにね。ただ人が喜ぶ姿をみるのが楽しみです。そういう人たちに、「私のおむつのお世話を頼むね」なんて付け加えていますよ！誰がやってくれるかわかりませんが、案外、同世代のお友達は少ないです。仲間の中では元気な方です。

これから何かやっていきたいものがありますか。

今の生き方で楽しいんです。今の生き方を続けていきたいと思っています。何が起るかわかりませんが、いまのペースが自分にあっています。人とかかわりが好きですから、そういうことをしていきたいですね。後悔はもっと英語を勉強しておけばよかったと思います。戦争もありましたから、なかなか勉強できませんでした。子ども達は、もう戦後50年たっているのだから、勉強しようと思えばできるのではないかときついこと言われていますよ。何か新老人の会でもボランティアをしたいと思います。

ありがとうございました。

**事例10**

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 78歳 |
|---|-----|

ご協力ありがとうございます。生きがいについてお聞かせください。

自分の人生を総括してみる、どんな風に生きてきたのかということを改めて考える意味で、自分史を書き上げて形にしたことは大きかったと思っています。20世紀の前半に生まれて、激動の時代を生き抜いてきた、戦争の関係で大学に入ったら学徒出陣、多くの同級生が死んで、生活面でも変化が多い時代でした。まず自分の肉親、子供、孫に残せるという気持ちがありました。またそれと同時に私たちの世代がどういう風に生きてきたのかという人生の遍歴をみなさんにわかっていたいただきたいと思っています。その中には、ずいぶん昔の生活とか学校の制度、時代背景が織り込まれています。そういうことを通じて、次世代に伝えたいと思います。また自分として、いつかいつかと思ってもなかなかできないので、記憶の確かなうちにやっておきたいとは思っていました。構成としては、自分史だけではなく旅行記もまとめております。

お生まれはどこですか。

台湾です。これは父の仕事の関係です。その後、ずっと東京で暮らしています。東大の経済学部に入りましたが、この学徒出陣のところで、直前に目を痛めました。実は陸軍の部隊に行くことになっていたんです。家の庭で、薪を使ってお米をたいたのですが、その薪が右の目に刺さってしまいました。手当てはしましたが、不十分で目に傷がつかしました。翌日の陸軍の壮行会に出席して、酒をたくさん飲んで悪化しました。入院しましたが、今度は左眼も悪くなりました。それで軍隊には翌年回しになりました。今から考えれば、けがをしていなければどうなっていたかわかりません。

戦争が終わった後は、東大に復学してまた色々な活動をされていたんですね。

最初は商業に入りました。自分としては経済に行きたかったのですが、後に学士入学しました。今と違って、混乱期でしょう。学士入学にしようと考えていたら、家庭の経済的な問題で、学生でいられなくなってしまいました。その頃東大で出版部にに関わり、戦没学生の手記を手がけていました。戦争から帰ってきて、まず東大だけの戦没学生の手記をつくったんです。それが母体となって全国にわたって、『きけわたつみの声』ができたんですよ。出版部に残ってもっとやりたいことはありました。ところがそういう家庭の事情で、紡績の会社に就職することになりました。学士入学もやめようと思ったんですが、会社もどうなるかわからないし続けました。卒業前に1ヶ月だけ会社を休ませてもらって、無事に卒業しました。

自分史にもかかれています、第1回の東大の学生の歌の歌詞をつくられたんですね。

当時の戦後六大学野球は昭和21年の春に再開されて、東大が強かったんですよ。他の学校は応援歌があったのに東大にはなくて、応援歌にも使える学生の歌をつくることになったんです。募集があって、歌詞の方で私の書いたものが入選しました。小学校へ入った時から、詩や歌というのは好きでした。作文を書いて、新聞社に送ったら入選したこともありました。母親が歌をやっていたことや良い国語の先生に出会ったこともあり、中学1年の時に『あらざぎ』に熱中して投稿し掲載され、全国的にも入選しました。

今度は会社に入られてからのご生活についてお伺いしたいのですが。

労務管理をどうしてもやりたかったんです。授業で紡績の女工さんのことが取り上げられた時に、近代的な労務管理をつくりだしたいという目標がありました。戦後は労働基準法ができて、長時間労働は禁止され規定ができ2交代になりました。朝5時から夜10時45分までを2交代です。昔に比べれば、良くなっていたんですが職場環境が悪かったですね。綿や布の品質にウエイトをおくと、どうしても綿ぼこりがひどく、品質や湿気を多くするために、いつもじめじめした作業環境でした。実際労働環境はそれほど改善していませんでしたね。福利厚生関係の制度も戦前とはかわってきました。昭和20-30年代になると、中卒でも質の良い人がでてきましたね。何とか彼らに教育を受けさせたいと思いました。僕自身が英語をずいぶん教えたりしましたね。それが体系的になって、昭和39年には内容は定時制、やり方は通信制のモデルスクールを始めました。何とか苦労して夜学に通わせ色々苦労しました。働きながら短大に行く制度もありました。あとは、4年間高校に通った人の中で、一人だけ自分の出身地の昼間の短大に推薦する制度もつくりました。その一人にもれた中でも、工場の方で就業時間を短縮するような形をつくって、夜だけ働くようにすると色々工夫をしました。その中で、四国の短大に通い栄養士の資格を取った優秀な人がいましたが、最近連絡がついて、一昨年管理栄養士を、去年はケアマネジャーをとったそうです。

うれしいですね。職業生活の中では、労務の改善、教育に力を注がれてきたんですね。

偉くなることに意義を感じる人もいるけど、僕はその底辺にいる人たち、高校にも通えない、経済的にも困っているなどの人たちの何とかなしたいと思っていました。女工さんのことを考えたのが始めでした。その後社会で役に立っている話をきくと、本当にうれしいです。ただ、会社にいる時は、会社のことだけしかしていなかったと反省します。自分の人生、生活を設計していくようなことはできなかったと思います。

そういうこともあって、定年後は講師をはじめました。ライフプラン教育、生涯設計教育などです。やはり教育問題には関心がありました。また健康の問題、経済、生きがい、キャリアなどありますけど、特に社会保険の問題がとりあげられているわけですよ。それで社会保険労務士の資格をとりました。ライフプランコンサルタントです。

それはいつ頃までやられていたんですか。

最近までです。講師としての資格は今でもあります。話をすることの上手下手は別にして、今までの自分の企業経験を話し、考えていただく材料になればと思いました。もう1つは、社会保険労務士をもっているので専門性があったと思います。あとは、今まで話したように話すということより、書くという行為が好きだったのでそれが生かしました。テキストや雑誌に書きました。大学での出版部での仕事がいました。毎年、情報誌を書きテキストも書きました。日本の人口構成や経済状態やらです。当時でワープロでやりました。

いまはどんなことに生きがいを感じますか。

書く事が好きですから、書いていたいと思います。自分史もそうだし、今まで自分の書いたものを整理したいです。社内報などを含めると結構あります。詩もまとめてみたいです。写真も整理したいです。財産の整理、遺言も書かないと。パソコンもそうですけど、とにかく色々チャレンジしたいと思っています。今の生活を考えてみますと、ラジオでビジネスの関係の経済情勢を聞くのも楽しいですし、英語やドイツ語も勉強しています。とにかくまだまだ勉強したいし、色んなことにチャレンジし、書き物をしたいですね。ドイツ語なんかを7-8年勉強しているんだけど、もう少しきちんとやり遂げたいと思いますね。文通できるくらいになりたいですね。旅行もまだいきたいし、あとはさらに自分の人生記録をまとめあげたいと思います。

今日は長い間ありがとうございました。

#### 事例 11

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 79歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話し下さい。

私の生きがいに大きく関係するのは鍼灸との出会いです。鍼灸師の学校に通いましたのは、1977年の時です。50歳過ぎから始めたのです。そのきっかけは、うちはアパート経営をしているのですが、鍼灸師の学校の先生をしていらした方が入られました。その頃鍼灸のブームの始まりだったこともありました。息子の手が離れる時でもありましたが、主人もそういうことに興味をもっていましたし、そういうことがいくつか重なって鍼灸の道に入っていました。学校も近いですし、勉強してみようと思ったのです。人より3倍勉強する覚悟で始めました。周りは若い方が多かったです。自分が勉強してみて、その苦勞がわかりましたから、息子に勉強しなさいなどとうるさく言わないようになりました。入学する前は、子どものお弁当をつくる一般にいう主婦業しかやっていませんでした。学校を卒業した後、私は開業をするつもりはなかったのです。ところがお友達はみなさんしていますし、自分も自然とそうようになりました。卒業して次の年の1981年に開業しました。開業するまでは色んな所で見習いをしました。

いまも鍼灸を続けていらっしゃるのですよね。

もう年ですし、主人も儲けることなんて考えなくていいと言っていますので、今は趣味と平行してクリニックをやっています。週3日はお休みで、すべて予約制で開業以来の方がいらっしゃいます。先生がやめてしまったら困るなんて言われます。西洋医学では予防といいますが、未病ということを考えています。

1人の患者さんにどれくらいの時間をかけられるのですか。

1時間から1時間半です。普通なら長いかもしれませんが、最初からのお客さんに短くすることはできませんよね。健康管理のお話をしたり、こっちも勉強をしないとイケません。値段もあんまり上げられませんが、おかげさまでよく私みたいな人についてきてくれると思っています。

生きがいについてお話をお伺いしたいのですが。

やっぱり死ぬまで現役でこの仕事をやりたいのです。定年はないですから。振り返れば、鍼灸を本当に身につけてよかったと思います。開業した時には、75歳までやろうと思っていました。ところが、今79歳です。今は死ぬまでやりたいと思います。みなさんの身体をみるのに、自分が元気でいないといけないと思っています。患者さんの中には元気をもらいにくるなんておっしゃる方もいます。元気でいるためには、自分が楽しまなくてはならないと思います。それで、いまはダンスに力を入れています。大正琴も20年くらい続いています。

ダンスをはじめるきっかけはありますか。

近くでやっており自転車でいかれる範囲で、仕事が終わって夜に行っています。いま、ダンスは3ヶ所行っています。今年の9月で5年になります。認定試験があるのですが1999年に受けました。先生にはまだ早いよと言われたのですが、私は来年になるとこの世にいないかもしれないと申しました。ダンスを初めてすぐに受けてしまったのです。1999年に最高齢者で表彰されました。年齢を重ねると、試験まで受ける方は少ないのかもしれませんが、いまは上のクラスに挑戦しています。4種目あるのですが、チャチャが残っています。チャチャが一番体力がいるのですが、自分の体力を試そうと思って、最後に残して挑戦します。やはり目標があると上達もしますし楽しいですよ。とてもよい先生にめぐり合えたと思います。ダンスは健康にもいいし姿勢も良くなります。リズムに合わせますから、頭も使います。琴は1ヶ月に1回です。趣味として静と動の両方をもちたかったのです。それでお琴は静で、ダンスは動でしょう。そういう自分なりの楽しみを通して、元気で健康でいられるようにしています。それは仕事をこのまま続ける秘訣でもあります。

毎日やるのがたくさんですね。

そうですね。ただ家庭の生活も大切にしています。いまは主人と2人ですが、家事をおろそかにはしたくありません。生活のすべては、仕事、家庭、趣味です。

何か健康面で気をつけていることはありますか。

早朝散歩をしています。主人と2人でやったこともありましたが、やはり歩幅があいせんから、いまは別々にやっています。緑が多いところに行きまして、広いところでダンスのステップの練習をします。ダンスも健康に良いでしょう。

「新老人の会」に入るきっかけというのは何ですか。

血圧測定を教えていただいたのがはじめて、かなり前のことです。主人と2人で入っています。

いま、生きがいというのは何ですか。

元気でというのが一番ですし、あとは目的をもつことです。何かに挑戦をするということです。患者とし

てきてくださるみなさんに感謝し、少しでも良くなるように私も努力したいといつも考えています。

今日はありがとうございました。

事例 12 

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 77歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話をください。

放送大学での勉強というのが一つあると思っています。卒業証書をもってまいりましたが、専攻科目の違いによって何度も卒業しております。教養学部の「人間の探求」、「経済」、「教育」などです。

放送大学で勉強するきっかけは何ですか。

子供たちは大学を出しましたが、私は大学をでておりません。私は昭和と同じ年なのですが、60歳の時にちょうど放送大学ができて、勉強してみようということになったのです。家内も子供からも、この年になって大学卒業して何になるといわれたこともありましたが、大学の卒業だけはしたいと思いました。英語で苦労しまして、最初の卒業が7年目になりました。卒業した後を振り返ってみると、試験の勉強ばかりして何をしていたのだろうか？と思いました。本当の勉強をしていなかったのではないかと思います。卒論の時は、当時はまだ働いておりましたから、図書館や出版社をまわり、主に日曜日に集中してやっていました。でも本当の意味で勉強はしていなかったのではないかと思います。だから、それからまた勉強しようという気持ちになりました。いまは、勉強が楽しいというところです。

そういう歩みがあって、いまそういう心境になられて、素晴らしいですね。

そんなことないですが、卒業しなくても勉強したいと今は思います。勉強することの大切さというのを、市役所に勤めている時も、尊敬する先輩方から教わりました。特に社会保険労務士という資格をとり、それによって68歳まで働くことができました。50歳くらいで資格をとったのでしょうか。資格をとったことによって、資格をもたない社員さんや後輩に対して、色んなことを教えられたことも、今考えれば生きが  
いだったかもしれませんね。今は老年学の大学院にいき勉強したいと考えています。実は、今年から放送大学でも大学院ができたんですが、今までお世話になった先生方が大学院を受け持っていらっしゃらないこともあり断念しました。他の大学で来年がんばろうかなと思います。老年に関するものはたくさんありまして、すべて受けましたが、自分の老化とあわせて大変勉強になりました。老年学に関心があります。

継続力が素晴らしいと思いますが、そういうものはどこから培っていらっしゃったのでしょうか。

戦争の頃のことになるかもしれませんが、このように私みたいなひ弱な身体でも、戦争が末期になると若い男性がいなくなって、19歳の時に現役兵として徴兵されたんです。中国大陸に行きましたが、日本の陸軍が負けるのに備えて、海岸沿いに撤退作戦をしたのです。自分の体重より重い重装備で歩き、何度も日射病で倒れました。終戦は中国で迎えましたが、何となく日本は負けたいということが伝わり、故郷に戻りました。父も戦争犠牲者ですが早く亡くなりまして、その後は16歳離れている弟妹たちを、母と一緒に僕が父親代わりで育てました。戦争の体験で得たことは、たとえどんな困難なことでも乗り越えられる  
ということでした。肉体も、精神もぎりぎり耐えられるということです。たくさんの方々の方が亡くなったわけですが、それと同時になかなか人間は死なないものだなとも思いました。終戦直後は郷里の市役所に勤めました。その後、縁があってこちらに出てきました。結婚したのも、弟妹が片付いてからの35歳です。今でこそ晩婚化ですが、当時はとても遅い結婚でした。家内は昭和13年生まれですので、私と年齢差があります。結婚が遅いので、まだ子供も、30代3人、長男がやっと40代になりました。娘と次男は近くに住んでおります。家族のお話ができましたので写真をご覧ください。正月に家に集まった写真です。私の77歳

の誕生日にみんなが集まった時の写真です。何かあるとみんなが集まってくれます。5人の孫がいて、今月また1人生まれます。4家族と4つ葉のクローバーにちなんで、たいしたものではないですが、家族の色々な出来事を記す『クローバー通信』というものをつくっています。年に何回か出します。それぞれの家族が出来事を記しています。今日も近所のパソコン教室にいったんです。家内もやります。子供のことを考えると、やはりここまで成長したのは家内のおかげだと思っています。家内は看護婦を今でもやっております。去年一度やめましたが誘いがかかりまして、仕事を続けております。昔から共稼ぎだったので、家事なども分担です。今日も朝から洗濯や洗い物をしてきました。そういう風に身体を動かし家庭生活を手伝うのが好きです。子供が小さい時でも色々世話をしました。女房にはそんなことはしていないと言われますが、行水などもやった記憶があります。娘が近くに住んでおりまして、孫の面倒などもよく見ます。幼稚園の送り迎えにいたりしていました。こういうことも、ひとつの生きがいかなと思いません。最近こういう言葉に出会いました。「精一杯生きる一日が、もう一日与えられているとは何と幸いなのだろう」です。今はこういう心境でいます。生きているということは、それだけで幸せなのだという風に思えたのです。それまでは、何で自分は生きているのだろうとかそういうもやもやした気持ちがありました。特に信仰をもっているということはないのですが、この言葉はとても気に入っています。私は本当に幸せなのかということもいつも考えているということだと思います。幸せがテーマだと思います。

自分は本当に幸せなのだろうかということをお願いしているということですね。

そうです。幸せかどうかはわかりません。不幸せな人を見ると、そういう人よりは幸せだろうとは思いますが、決して自分が幸せであるとはわかりません。今日、上野公園を通りましたがたくさんホームレスの人がいらして、彼らよりは私は恵まれているのではないかと思いましたが。

何か趣味で続けられていることはありますか。

講演会、音楽会、展覧会などへよく出かけます。家の近くの市民大学なども行っています。公民館の講座などもよく参加します。外にでた時には色々まわってきます。私はコーラスを何十年をやっています。この新老人の会のコーラスも最初は参加させていただいたのですが、どうも思うように声でなくて、やめたのです。実は卒論のテーマも音楽で、「日本の合唱運動」です。日本の合唱運動が一番盛んだったのはいつかということ調べてみました。仮説として、1950年代だろうという予測をたてたんですが、調べましたら本当にその仮説が検証されました。自分がコーラスをやってきたことを考えてみると、やはり仕事や弟妹の世話などの中での、一時の息抜きでもあったように思えます。無論それだけではないでしょうけど。転勤してもその地域のコーラスに参加してきました。音楽、合唱が自分の生きがいというまではいえないかもしれませんが、救いだったと思います。

健康維持についてですが。

1日5回体操をして30分歩きます。ジョギングや山登りなどもやっていたんですけど、器用なことではできませんので、歩くとか走るとかそういうことをやっています。スポーツは苦手の方ですね。

今本当に勉強が楽しいのだということがありましたが、生涯学習ということにつながりますね。

そうですね。今思い出しましたが父は早く亡くなりましたけど、いつも勉強していました。そういう背中を見ていました。明治生まれの男ですから、家事は一切しないタイプでしたが、必ず机に向かっていました。私は戦争中、本気で死ぬこと考えたことがありました。どうして生きていかなければならないのか。この年になっても、生きていていいのか、なぜ生まれたのかということ、生きることは何だろうという疑問はあります。幸せというのわかりません。不器用な生き方をしてきました。ただこういうリサーチボランティアということに参加できるということは素晴らしいと思います。この年齢になって、このようなやり方で何かお役に立てることがあるということです。だから感謝しています。自分が何かの役に立て



ばいいなと、それは生きがいだと思います。あなたもやりたいことをやってください。若い時は無限の未来があります。あとで後悔しないようにがんばってください。

今日は長い間ありがとうございました。

事例 13 | 女 | 79 歳

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話をください。

いまは、接遇指導センターの代表をしております。私の生まれは横浜です。いまは、仕事場が都心にありますが、家は横浜です。息子夫婦、孫、私の 4 人で暮らしております。主人は結婚して半年で戦死しました。子供を抱え、両親にも助けられましたが、ずっと 1 人で育ててまいりました。戦死したという知らせが届いた時、すぐに私は働かなくてはならないと思いました。この子を育てるためには経済力が必要でした。ちょうど邦文タイプができましたので、そういう技術を必要としている会社で働きました。そこは運動靴をつくる会社でしたが、夜遅くまで働かなくてはなりませんでした。その仕事の関係で、ビール会社の工場に納品する時に、人手が足りませんでついていくことがありました。そうしたら、ビール会社でもタイピストを探しているということで、志願しまして就職が決まりました。6 年間、ビール会社の製ビン工場で働きました。統合して工場が少なくなるので、その後は本社にいきました。ビール本社の総務部の庶務課に配属になりました。ビール会社で通算 22 年働きました。

その頃、昭和 46 年に話し方教室の道に入ります。それが今の私の仕事と関係してくるので、お話しします。ビール会社で新入社員研修をやってほしいと言われました。私は総務部の庶務課で受付をやっていたので、そういうことは初めてでした。私は人前でお話するようなことはやっておりませんでしたので、当時交換手で話し方教室に通っている方にお話をきき、勉強してみることにしました。話し方教室に入って、インストラクターの資格をとるまで勉強しました。その話し方教室の副所長さんが研究所を起こすということで、研究所のインストラクターになりました。ビール会社をやめてインストラクターになるのであれば給料は減りますが、そちらの道を選びました。ビール会社を辞めたのは 52 歳で、10 年間研究所で働き、その後独立しました。考えてみると、自分ひとりで決めて、進みたい道を歩んできたといえると思います。

ご主人が亡くなった後もとても前向きにしかも、やりたいことをされてきましたね。

それは本当におっしゃるとおりです。主人を失って、子どもを育てなくてはならないと思った時からそうですが、お金は何とかなるだろう、とにかく自分のやりたいことをやってみるという精神があったと思います。独立して 14 年になりますが、仕事もぼちぼちですが、依頼してくださる所もあります。とてもありがたいことです。今、事務所としてマンションを借りていますが、その家賃を支払い生活できれば、私はずっと仕事をしていきたいと思っております。

今日、持参くださったご著書についてお聞かせください。

大きく分けて 2 つあります。1 つは一般の企業の新入社員研修、もう 1 つは地方自治体です。いまはヘルパーさんの研修が多くなっています。美術館や自治体の研修にもいっています。昔、私の講座を受けてくれた方がヘルパーの指導者になり、私を呼んでくださるというようなこともあり、そういうことで仕事がつながっています。

ヘルパーさんの関係のお仕事の以前はどのようなお仕事をされていたのでしょうか。

NTT が一番多かったです。電話対応の研修をやっておりました。NTT 主催の電話対応コンクールというものがあるのですが、その審査員を 14 年ほどやりました。通販の場合でしたら、購買意欲を高めるよう

な説明と説得を自然に行えるかどうか焦点になります。電話の対応をきいていまして、最初の一言で、大体その方がどの程度まで行えるのかというのがわかってきます。あとはホテルなどのオペレーター研修です。考えてみますと、自分は幸せだと思います。この年齢ですと中々仕事もないでしょう。それを頼んでくださる方いるというのは素晴らしいことです。時代の流れもあって、ヘルパーさんのお仕事が多くなっていますが、それもとても勉強になります。ヘルパーさんの場合は、電話の対応はそれほど必要ではないのです。ヘルパー2級は130時間のノルマがありますが、その中で「共感的理解と基本的態度の形成概論」の部分を受け持っています。

非常に難しいところであり、しかも重要な部分ですね。

そうなのです。それでこのライフプランニングセンターのカウンセリングの講座を受けさせていただいたのですが、大変勉強になりました。今お話ししたように自分の仕事に関して目的がありますので、とても役に立ちました。私は一番聞きたかったのは、傾聴するということは具体的にどうするのかということです。「それは相手の言葉に心を留めながら聴きなさい」ということでした。私は仕事柄、どうしても人様のお話をきくときに、どうやって結論出すかということに半分頭がいてしまいます。そうすると後の方のお話はまとめてしまうということがあります。話の節々に心を留めるということの重要性です。誰かに相談されれば、今までの話し方の勉強から得た少しばかりの経験をつかって、こうしたらいいでしょうという風に結論を出してしまいます。しかし相談されている方が一体何につまずき、悩み、苦しんでいるのかということをお聞きしないと聞けないと思いました。

おととい、話し相手のボランティア講座というのがYWCAでありました。ペアで歩きながら15分ずつ話すという実習課題がありました。相手の方がヘルパーさんでした。何が一番大切かということテーマに話をしました。私は19歳で結婚したのですが、午後9時が門限でした。夫と婚約している間もそれがずっと続き、門限を過ぎれば両親に怒られていました。結婚したら門限はなくなるわけですから、「何て幸せなのだろう」と夫に言いましたら、主人は「そんなことで幸せなのか」と言って笑っていました。そういう話を私は相手の方にしたのです。相手の方は昨日のことを話して下さいました。93歳の男性のヘルプに行きましたら、玄関で吐血をされ、自分はなぜもっと早く気づいてあげられなかったのかという苦しい気持ちをお話して下さいました。私はその話をお聞きして、彼女は医師ではないしヘルパーとしてその場でできる最善のことをしてあげたのだから、本当にすばらしいことであるし、過ぎたことではなくて、今後またそれを生かしていらしたらいいと申しました。そうしたらとても気が楽になったとおっしゃいました。6人のグループになって、私の話をよく聴いてくれたことがとてもうれしかったと言って下さったのです。そういうことがありました。いま、お話を聴くボランティアに関心があります。ある病院で、院内の人間関係と、家族の方とのコミュニケーションの研修、話し方や態度などの看護師さんの研修を行っています。ヘルパーさんの話をお聞きしていると、限られた時間の中で、話を聴いてほしいという依頼が多いそうです。それでヘルパーさんとチームを組んで傾聴ボランティアを養成して、有償で行えることができたらいいと思っています。もちろんそれには基本的な事柄を習得する必要があると思います。高齢者の話を聴く有償のボランティアを何らかの形で立ち上げることができたらと思っています。ヘルパーさんのフォロー研修を行っています。いろいろな問題を抱えていることがわかります。例えば、依頼者から20分はお話の時間にあててほしいといわれるというのです。しかしそうすると限られた時間内には仕事を終えることができず、いつも20分超過してしまうというのです。そういうことで、ヘルパーさんと傾聴のできる方とを組み合わせ、高齢者の方々を支えることができたらと構想しております。私は土曜会という12-3人の小さい会をもっています。訓練を受けた色々な企業の方がいらっしゃいます。様々な経験をお持ちの方がいらっしゃいます。様々な所で訓練をうけてきていますので、聴くということはある程度できる方です。彼らもいずれは定年を迎えるのですが、そういう方たちが狭間をうめることができないかなと考えています。定年後の生き方も大きくかわってくると思います。たとえ年を重ねても、何らかの形で社会にかかわり、少しでも役に立つことができる、そういう生きがいになると思います。

最後にお伺いしたいのは、いま生きがいとは何ですかということです。

家族です。私は家族があって自分があると思っています。毎日家に電話をします。その時に必ず嫁と話し、今日あったことを話します。家があるということ、それによって安心して仕事に打ち込みます。事務所で普段は過ごしているのですが、1週間に1度土曜日に家に帰り、日曜か月曜に事務所に戻ってきます。家に帰ったら一切のことは嫁にやってもらいます。孫が4人いまして3人は結婚し、近所に住んでおります。週末にはみんなが集まってくるので、そういうワイワイやりながらの楽しみがあります。その中で色々な情報交換があります。自分ひとりで何とか暮らすことはできると思いますが、そういうホッとできる場があるというのが活力になっています。もちろん、いまの仕事も生きがいです、支えている家族の存在や仕事を依頼して下さる方があるからだと思います。

ありがとうございました。

事例 | 女 | 81歳 | 14

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話させていただきたいと思います。

わかりました。いま一番大きな生きがいというのは、この新老人の会に入会したことだと思っています。リサーチボランティアも参加しておりますが、何かお役にたてることを大変光栄に思っています。

新老人の会に入会するきっかけというのは何ですか。

私はコーラスを長年やっておりますが、その先生のところにご案内が届いたのです。それで知りました。

少し今までの歩みをお伺いしたいのですが。

生まれは東京の下町です。4人兄弟で長男、次男、長女、次女（私）です。そこには女学校の1年くらいまでで、その後は他に移り住みました。父が亡くなりましたので移ったのです。結婚は27歳でした。

いまは、どのような家族形態ですか。

子どもが3人おります。一番下の子ども（男性）と暮らしています。主人は15年前に74歳で亡くなりました。

どんなことに生きがいを感じておられるのかお話をしたいのですが。

生きがいというのは難しいですが、やはり自分の楽しみだと思えます。私は20年前から源氏物語などの古典文学を勉強しておりますが、それも大きな楽しみであり生きがいだと思います。女学校の頃から関心はあったのですが、特に勉強はしておりませんでした。デパートのカルチャーセンターで、参加したのが初めです。先生は変わりましたが続けております。本当に楽しみなのです。聞いたらすぐ忘れてしまいますが、とにかく聞いている間がとても楽しいのです。月に2回行っています。先ほど言いましたように、この新老人の会の入会も大きな生きがいです。あとはコーラスも楽しみです。10年続けております。主人が亡くなった後に女学校の同級生に誘われましてはじまりました。新老人の会のコーラスも楽しんでおります。お友達と会ったり、あるグループではマージャンを楽しんだりしていますよ。楽しみばかりです。女学校時代の友人と会う事が多いですね。コーラスを誘ってくれた彼女は、同級生で二度組み替えしても5年間、同じクラスでした。戦争中なども含めて何十年も会っていなかったのですが、やはり縁があるので、旅行も一緒に行きます。

今までの人生を振り返られるといかがですか。

そうですね。子どもを育てたことぐらいでしょうか。結婚してからはとにかく子育てでした。若い頃は姉がタイプをやっていたので、自分もやりたいと思いタイプと英会話などを教える専門校に1年間通いました。それから大学の図書館で仕事をしました。3年くらいでしたがとても楽しかったです。主人とはその図書館で知り合いました。大学の教員でフランス語を教えていました。あとは、区の消費者の会代表をやりました。それは昭和45年に誘われました。この会は昭和44年にできました。古い本ですが、会の10年の記念に出版した書籍を持ってまいりました。

具体的にどのような活動をされたのでしょうか。

会の代表は5年つとめました。通称「ごみ戦争」といわれるものでした。焼却場をつくることに反対した住民の方々も大勢おられたわけです。消費者の会としては、焼却場をつくることを賛成して運動したのです。この場合は区の後押しをしたわけです。あとは大きなもので「石油タンパクの禁止」を求める運動というのがありました。これは二つの大きな会社が石油タンパクというものをつくって、それを動物の飼料や人間の食べ物にしようというアイデアがあったのです。名前を聞いただけで本当に恐ろしいものでしょう。会の歴史に大きな名を残す反対運動だったと思います。啓蒙活動なども行いましたが、これは私達の区だけではなく多くの消費者の会が働きかけました。最終的には日本では禁止になりました。ごみ戦争と石油タンパクというのは大きな問題でした。あとは添加物の問題なども扱いました。消費者センターができる前から消費者展なども行っていました。

消費者の会の代表というのは、ご自身にとってどのようなものでしょうか。

大きかったと思っています。社会的な活動というのができたんです。社会との接点をもてて、個人的なかわりではなく、グループとしてできたのは大きかったと思います。もう今はほとんど何もしていませんが、会員にはなっております。

いま、体の状態はいかがですか。

膝が悪いですことくらいです。20年前ほどからですが正座ができなくなりました。

普段の生活は出かけることが多いですか。

今月(7月)は、台風の日以外は外出していました。暑いのもあまり苦になりません。

運動はやられていますか。

昔はよくやりました。水泳をやっていました。いまは特にやっていません。散歩が苦手です。何かなければ歩けませんね。

これからどのように生きていきたいというものが何かありますか。

特にはありませんが、今の状態を続けていきたいと思っています。何も役に立たない年になりましたけど、こうやって何か役に立てるのはうれしいです。

今日はありがとうございました。

事例 

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 82歳 |
|---|-----|

 15

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

わかりました。しかし生きがいと改まると考えてしまいますが、今までの自分の生きてきた道の延長線上にあると考えています。

自身の生きてきた道というのをお話しいただけますか。

私は歯科医師をしています。少し生い立ちをお話しますと、私の生まれは九州です。兄弟姉妹は6人です。女学校まではそちらに住んでおりました。昭和12年に、東京にある女子歯科医専に入学するために、東京の宿舎で生活いたしました。学校には4年半通い、昭和16年10月に卒業しました。ちょうど戦争が始まりまして、男性が出征していますので、学校の方で地方の有力な先生のところに、卒業生を配置するという考えがありまして、地方の開業医の先生にお世話になりました。自分としては、田舎に行きたくはなかったです。その頃はまだ若くて生意気でしたので「私が考える治療じゃない…」と思いました。理想ばかりおっていたのです。どうしても東京に帰りたくて、お世話になった先生にお手紙を書きました。ちょうど戦争で男性の医師が少なくなっています、東京の大学病院で歯科医を探しているということがありまして、タイミングよくそこで勉強することになりました。その当時は兵隊さんを診ていました。

戦争がひどくなるにつれてどうなっていたのでしょうか。

多くの方が空襲で亡くなって、それらの遺体を見た時に、自分がこうなったら父が悲しむだろうなと思ひまして、たまらなくなって家に帰りました。ただ田舎に帰ってもやることはありませんでした。その頃、医師が足りないので、大学に2-3ヶ月間、医師のための講習に行きました。その当時も空襲にあつて、下宿先が焼けるなど色々ありました。試験を受けるために泊まった宿も停電で、月明かりで勉強しました。医師の免許ももっているのですが、戦争の混乱の中で得た資格ですから、やはり身につけていないと思ひまして、終戦後は歯科医の道を歩みました。友達から東京で手伝ってほしいと誘われ、また東京にでできました。昭和23年でした。そして大学病院でも手が足りないということで、昼間はそこで勤務し夜は友人の手伝いをしました。それを7年ほど続けました。昭和29年に結婚して、子どもができたので、昭和30年に開業をはじめました。とにかく子どもの教育が第一ですから、開業の方がいいと思ったのです。いまは離乳食などを売っていますが、その当時は自分で全部つくりました。仕事が忙しくて、授乳時間がおくれることもありました。診療は17時に終わることにしていましたが、子どもも辛い思いしたと思います。本当に夢中でした。

歯科医をめざそうと思われたのは？

父は学校の先生をやっています。厳格な人でした。しかし父から色々な影響は受け、支援してもらいました。うちは6人兄弟でしたので、父は財産を6等分し、それをもってお嫁にいくか、学校にいくか好きに選択していいと言いました。みんな学校をとりました。最初は進学して学校の先生になろうと思ひましたが、身長が足りなく断念しました。そして医師になろうと思ひました。しかし父は、医師は夜にも往診があるので、女性は良くないと反対しました。それで歯科か薬剤師ということで歯科を選びました。その程度のことだったのです。

開業生活はいかがでしたか。

本当に忙しかったです。私は早い時期に予約診療をしましたが、それでも大変でした。予約をして3ヶ月待っていただいております。大学病院にいましたので、近所だけではなく遠方よりきて下さいました。いまも午前9時から午後5時までです。最初は、お昼の時間はとらずに、患者さんがいらっしゃればずっと診ていました。患者さんの方が、お昼の時間をとらないと体がおかしくなってしまうと言って下さいまして、お昼の時間をとるようになりました。開業して5-6年後だと思ひます。

患者さんからはどんな先生とされているのでしょうか。

患者さんは怖いと言います。最近は丸くなったと言うのです。歯ブラシのことでもうるさくいます。治療よりも予防を大切にしてきました。ずいぶん怒られたという印象が強いようです。今まで一番長いのは、大学病院の時から診た患者さんですから、それから4代にわたってきてくださいます。

開業を続けられるには、ご主人の理解があったのではないのでしょうか。

それがあんまりなかったと思います。きっといらいらしていたと思いますよ。私は先ほど申し上げたように、まず子育て、それから仕事、最後に夫ということですから。

現在生きがいは何ですか。

今は、いかに上手に死ぬかということだけ考えています。そのためにいま打ち込んだことをやり続けたいと思っています。あまり人に迷惑掛けないで、ぼっくりはいかれないかもしれないけど、努力だけは怠りたくないと考えています。あとは、神様にお願いするしかないでしょう。

その努力というのは具体的にどういうことでしょうか。

健康です。自分にできることをやっています。一番真っ先にはじめたのは30年前くらいですが、新聞に3分間でできる真向法という体操がありまして、それをはじめました。それが功を奏したのか体は柔らかいです。あとは食べるものにはかなり気をつけています。ご馳走を食べたいというような気持ちは全くないのです。子供達を育てるときも、どんなに忙しく、貧しい食事だとしても買ってきた物を並べることはしませんでしたし、そうしたくはなかったのです。とにかく健康だと思えます。医療においてももっと予防に力を入れるべきでしょう。自分で病気をつくらないようにする努力をしないとけないと思います。食事腹八分目で、おなか一杯食べたことはありませんし、よく噛んで食べますので、朝食も40分くらいかかります。お粗末なものですが、そのようにして食べています。尊厳死協会にも20年前から入っています。しかしここまで長生きしちゃいましたよ。

上手に死ぬためにいま努力していて、それが生きがいであるというお話でしたが、仕事というどのような位置づけになるのでしょうか。

お世辞かどうかはしれませんが、患者さんの中に「いつまでも元気で、私の入れ歯をつくるまでは死なないで下さいね」とおっしゃって下さる方が結構います。本当にうれしいことです。本当のことを言うと、歯科を開業し始めたとき60歳になったらやめようと思っていました。私たちの仕事は手先のことで、患者さんに迷惑があってはなりません。そういう意味でそのぐらいの年齢で身を引くのがよいと当初は考えていたわけです。理想はそうだったのです。

現在、82歳でいらっちゃって、そこまで続けられたことには何かあるのでしょうか。

歯科医師になった時からいつも心に思っていることですが、私の技術で患者さんを不幸にしてはならない、隣の先生の方がお上手なのに義理で私のところにきてくれているなんてことは一番いけないと思っていました。やるべきかやめるべきは何回も悩みました。東京都の医師会で歯科の講習が毎年ありますけど、それは必ず患者さんをみている間は受けています。いまは、外科の難しいものとか、新しい技術などは他の専門の先生にお願いして、自分ができる範囲のことをやっています。今までは30分でできたことでも、いまはそれより時間をとって丁寧にやっています。そういう努力をするようにしています。できるだけ腕がおちないようにしたいです。入れ歯は数多くこなさないとだめですね。総入れ歯は難しいです。この年に

なってやっと入れ歯の作り方がわかってきました。それぞれの先生のやり方を吸収して、自分のやり方ができるようになったと思います。自分の力不足で患者さんに迷惑をかけるようなことはしないと心に誓っています。そのためには常に勉強が必要です。どの先生にお願いしたらいいかということも勉強しないとわからないです。あくまでもホームドクターとしての役目を果たしていきたいと思っています。

仕事だけがすべてではないんですね。

そうですね。そういう気持ちでやってきました。一生懸命子育てをやっても、子供には裏目になっているかもしれませんけど。いまは逆に仕事だけです。仕事は裏切らないですね。子供が育つ前は、やはり子供の教育がすべてでした。子どもがある程度大きくなってから、能の謡をはじめました。何か自分の楽しみをもちたいと思っていたのです。父が謡をやっていたので、そういう影響もあります。56-7歳くらいではじめて、月に2回勉強しています。囃子免状をもらいました。ただ教えることまではしていません。奥が深くて本当に楽しいです。姉も九州にいますが謡をやっています。あとは歯科医術を生かしたボランティアをやりたいと思っています。区のボランティアの係りの人に頼んであります。何か役に立たないと、自分の存在意義がないでしょう。仕事はお金をいただいております。この年までお金をいただくのは、思うこともありますよ。そういう意味で、今後ボランティアをやりたいと思っています。

今日は本当にありがとうございました。ご活躍を期待しております。

#### 事例 16

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 86歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話しください。

わかりました。もう86歳になりましたけど、毎日が忙しくてしょうがありませんよ。僕の生きがいに大きく関わっているのは、マジックだと思っています。それと関東大震災の語り部です。

マジックと関東大震災の語り部について詳しくお話しください。

第一線をひいていますから、生きがいも変わってきていると思いますが、今は自分も楽しみ、人も楽しませるといふマジックがその1つでしょう。マジックは中学の時からはじめていますが、軍隊にいる時も大変役立ちました。ピンタを1度も受けませんでした。軍隊に入ってピンタを受けない人なんていないですよ。日ごろ、みんなの前でマジックを披露して楽しませていました。ピンタがありそうな日があると、上の位の人が僕を引き連れて外出に誘ってくれました。会社の慰安旅行でも舞台にあがって必ずやりました。そうすると、みんなに顔を覚えられて仕事上も良かったです。あと社交ダンスもやっています。宴会を終わって、地下のバーにいくと若い女の子達と踊って、すっかり女の子たちにも人気者です。結婚式やパーティなどでも披露します。身体障害者の施設でも披露しましたが、そういう所でも大変喜ばれます。手品は頭の体操にもなります。知らず知らずに脳の活性化につながっているのかもしれない。

マジックの話に戻りますが、ボランティアとして身障者の施設で行っている活動を教えてください。

重度身体障害者の施設でやった時は、本当に感激しました。少し工夫してわかりやすくやります。火を使ったりしてやることもあります。彼らはマジックをみてうまく言葉では表現できませんが、喜んでくださいます。そういう表情をみると本当に喜びです。すべてボランティアでやります。ハンセン病患者さんの療養所にも行きました。30歳前後で、教会の青年部で50年前に一度行きまして、2回目の訪問も果たしました。その50年前は、本当に喜ばれましたよ。そういう所に訪問する人がいなかったのです。町内のお祭りなどでも手品を披露します。ただ360度見渡すと子供がいるという状況は、手品はちょっと大変ですが、そういうこともやっています。

関東大震災の語り部の活動を教えてください。

私は生まれも育ちも東京下町です。関東大震災に遭遇したんです。私は小学校 1 年生でした。その頃のことを話せる人がなかなかいなくなりましたね。町内の防災訓練の時、たまたま天候が悪くて学科勉強になり、僕が関東大震災のお話をしたのが始めです。その後いくつかやりました。頼まれるという形をとりながらやっています。

お話をお聞きしていると、毎日アクティブに過ごされていますね。

そうですね。ガールフレンドもいますし、町内の役員やっていたから、いきつけの喫茶店で友達とお茶飲み、そういう友達は近所にたくさんいます。食事にいくのも、楽しいです。妻は糖尿で亡くなりました。もう 12 年になります。それから一人暮らしです。同じ敷地に長男一家が住んでおりますが、生活は別です。家内が死んでから家事、炊事、買い物何でもすべて自分でやっています。特に健康には気をつけています。自分の楽しみをするためにも、健康であることは大切です。一人で住んでいますけど、楽しいですよ。娘も近くにいますから、寄ったついでに何か一品をつくってもらうなどしてもらいます。

いま、どんな時に喜びを感じますか。

それはやっぱり人が喜んでくれることですね。先ほどから話していることですが、社会から置き去りになってしまったような人たちへの手品を通したふれあいは、僕にとって本当に大切なものです。それが生きる力だと思います。それは自分自身の健康にもつながっていると思います。社交ダンスもそうです。

今日は貴重なお話どうもありがとうございます。

事例 17    

|   |      |
|---|------|
| 男 | 74 歳 |
|---|------|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話し下さい。

わかりました。私の人生に大きくかかわっているのはテニスだと思います。

そのテニスとの出会いや思いなどを中心にお話ください。

僕は新幹線の研究をやっていました。専門は振動力学で、鉄道技術研究所の車両運動研究室の主任研究員でした。55 歳でやめましたが、それまでそのような研究をしていました。仕事上の生きがいといえば、新幹線が走っているということでしょう。当時会社では運動が盛んで奨励され、私はテニスをやっていました。国鉄の全国大会にもでました。当時、友達に女子大の数学科の教授がいて、定年後に誘われました。自分としては定年後はテニスをやりながら、楽な形で仕事がしたいと考えており、家内も賛成してくれていました。民間から誘いはありましたが断りました。これは私にとって大きな転機だったと思います。大学ではワープロが初期の時代で、教員の方々にワープロなどを教えました。女子大で 10 年働きました。今考えるとそれが良かったです。こんなことを言ってもいけません、仕事はそこそこにやってあとはテニスをやっていました。自分でいうのはよくないですがテニスはうまかったのです。教職員のテニス部の指導をし時間があれば学生ともやりました。テニスは 32 歳ではじめて、その前はサッカーやっていました。鎖骨をおりましてサッカーはやめました。

テニスをはじめるきっかけは何ですか。



イギリスから帰国した研究所の人から、硬式のテニスを教えていただいたのがはじめです。そのテニスが将来自分の生きる方向になったんです。

いま、テニスをやる頻度はどのくらいですか。

近所のテニスコートで毎日午前中にやります。午前中はママさんテニスの方たちがいますから、一緒にやります。考えてみると、研究所でやっていた仕事で今もっているのではなく、むしろテニスだと思えます。それが生きるすべになっていると思えます。研究職は限界があると感じていました。50歳過ぎると、人に教えることはできても、新しいことは生み出せないのです。あとは囲碁と俳句もやっています。遊ぶぐらいはできるようになりました。近くに老人憩いの家があり、そこでみんなとやります。彼らと一緒に旅行にも行きます。俳句は関心をもっていたので退職後にはじめました。終戦直後の若い頃は作家になりたかったです。昔はそういう人が多いでしょう。芥川龍之介や正岡子規に感激して。句会に出席するようになって15年です。やっていると仲間が増えてきます。

お聞きしていると、継続の力というものが素晴らしいですね。

そんなに一生懸命はやりませんが続けています。私は家内を3年前に亡くしています。くも膜下出血でした。退院した時に、長年住んでいた土地から今の所に5年前に引っ越しました。息子達と一緒に住んでいます。66歳くらいで、住み慣れた場所を離れていますから大変でした。今までの仲間がいた場所から、全く知らない土地に移り住んだのですから努力しました。テニスの仲間も、囲碁の仲間も、俳句の仲間もつくりました。いまは、老人会の俳句の会を指導してくれと頼まれています。2つの句会に入っています。

奥様の介護はどのくらいでしたか。

家では2年です。左が麻痺しておりましたが、家内はピアノが好きでしたので、右手だけでピアノを弾いていました。私が元気でしたから夜の介護を引き受けました。昼間はヘルパーさんに頼み、食事の後は家の者に手伝ってもらいました。しかしそれを続けている中で、私の体の状態が悪くなりました。めまいがおきて、医者からドクターストップがかかりました。病気になったことは不幸でしたが、家内は息子たちと一緒に住むことを希望しておりそれができない、孫は生まれてから家内はよく面倒をみて、本当にうれしそうでした。考えれば本当に最良であったと思います。僕も家族と暮らせるという生活が続いているわけで、家内に感謝しなくちゃいけません。家内を亡くした時は本当に辛かったです、これだけ長く一緒にいると、いつもどこかに女房の意識があるのです。別に写真を見るというわけではありませんけど「こういう時は女房ならどうしたかな」と聞くような感じです。そういうのは続くと思います。自分の身の回りを自分で処理しなくちゃいけないことは確かですけど。

お孫さんとはどんな関係ですか。

生意気になってきましたけど、孫にもスポーツをやらせたかったので一緒にやりました。上の女の子にはテニス、下の子はサッカーです。息子にも教えました。テニスを通して歩んできたという感じです。だからテニスコートがあると安心します。テニスやっている人なら何か通じ合える、コミュニケーションをとれると思えます。

あと、信仰をもっていらっしゃるとお聞きしましたが。

24歳の時です。きっかけは文学です。若い頃はみなそうでしょうが、いかに生きるかということに突き当たります。トルストイなどをよく読みました。寮生活をしておりまして文学青年がいて、そこで友人と教会の門をたたいてみようと思ったのが始まりです。たまたま良い教会に恵まれましたが、転勤のために移った教会が、学生運動と平和運動の狭間でごたごたしました。仕事が忙しくなり出席できないことも多くな

りました。子供が中学生になるくらいまでは家族で行っていましたが、その後少し途切れます。家内が倒れた時引越した先で、やはりキリスト教の愛に生きるという思いがでてきました。そこでもう一度教会に行こうという気持ちになりました。家内を車椅子にのせて、教会の前を散歩したりしました。去年のクリスマスあたりから、教会に顔をだすようになりました。求道者に戻ったような気持ちです。本当のことを言えば、神を敬うという気持ちがどうしてもできません。どうして家内を奪ったのかという気持ちなのです。私としては、そういう神を信じることはできないよという気持ちです。旧約聖書に同じような物語、ヨブ記があります。ヨブは家族を失いひどい目にあいます。深い信仰をもっていたのですが、神を否定しようとしませんができず、最後には感謝するということとなります。そういうことも知っているけど、「でも…」という思いです。ただ、そういう話には大変関心があります。一番深刻だったのは、家内を亡くした時に葬儀をどうするかということでした。家内も洗礼を受けていますから、仏教でやっても喜ばないでしょう。今までの教会の牧師さんをよぶことも考えましたが、長らく行っていませんし、そこで自分で聖書を読んで、賛美歌を歌うということにしました。そういうやり方もあるようです。家内の好きな賛美歌を歌って、孫にピアノを弾いてもらいました。新しい所に引越したばかりでしたので、親族だけで行いました。若い時に、家内と一緒にキリスト教を信じたという思いがありますから、そういう形でできてよかったと思います。子供が中学に入るまで日曜学校の教師などもやっていましたよ。そういう知識もありませんが、若い頃は友達と「神を持ち出して人生を妥協するなよ」なんて言ったときもありました。結果的には、私に大きな影響を与えたと思っています。それが良いか悪いかはわかりませんが、それを自分でよいと思わなくちゃいけないなと思います。そういう気持ちはあります。

健康の方はいかがですか。

白内障があります。手術はしていません。6ヶ月間テニスができなくなりますので。医者も手術が必ず必要ということは言っています。コレステロール値が少し高いです。腰やひざは痛くなることはありますけど、それへの対処の方法はわかっています。

テニスが人生に大きくかかっているのかということが、短い時間ではありましたが、垣間見ることができたのではないかと思います。生きがいというのは何ですか。

テニスが生きる糧になってきましたし、これからもそうなるでしょう。またいのちをよりよく伝えることであるかな？と思います。孫たちが健康でいると、やはりいのちが伝わっているという思いになります。この考え方はキリスト教的かもしれせん。人と通じ合いたいという気持ちは常にあります。色んな人と愛を通じ合いたいという思いです。何のために生きてきたのかと言われれば、まあそこそこ生きてきたということになります。やはり人と仲むつまじく過ごすということはやってきたと思います。キリスト教の影響は大きいと思います。最近教会に行きますと、私に相談を持ちかけてくる人もいます。介護をなさっている人でしたが、そういう相談を受けるとやはりそこにも私の生きる意味があったかな、必要とされているということに喜びを感じたりもします。お互いの慰みになるなと思います。俳句もそうなのです。心を詠むということ大事にしています。私は人間的なことをいれるのをスタイルとしています。仲間も私の句であるとすぐわかってくれます。わかるということは自分の生き方ができているのかなと思います。俳句は、やはりその人の心に触れるということだと思います。その人がでてくるのです。それが共鳴できたときにはうれしいですね。

俳句をみせていただきたいですね。

後先になるも同行花の旅 / 神仏無き世に生きて初詣 / 薄氷の花びら一つ抱きをり / 春光や生かされて居る  
生きて居る / 河童忌や深夜ラジヲのトランペット / 月冴えり忘れ得ぬこと一つあり  
これらは自分の好きの句です。いつも心を詠みたいと思っています。

今日は本当にありがとうございました。

事 例 

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 79歳 |
|---|-----|

 18

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについて、お話したいと思います。

わかりました。僕は医師をやっておりますが、なぜ医師をめざすようになったのか、僕という人間がどういう風に生きてきたのかは、やはり戦争のことをお話ししないといけないと思っています。それが生きがいに関係します。

戦争のことからお話ください。新老人の会編『私たちの遺書』に掲載された「東京湾要塞司令官説得の使者 マッカーサー搭乗機撃墜計画をめぐって」も拝見致しました。

沖縄戦で全滅になった部隊で関東軍の84部隊（第七回境守備隊）がありました。この部隊が南下する数ヶ月前に、私は2000名の中から1名選ばれて近衛連隊本部付となったので、私は生き残れたのです。運が強いといったらそれまでですが、やはり色々考えるものがあります。当時近衛連隊は天皇行幸の時の皇居の警備・警護などをしていました。近衛連隊本部付になって6ヵ月後に、私は大本営本部の航空総軍航空本部付口号班員となりました。ここでは宇宙船のもととなった研究・開発をしていました。軍機密書類資料の保管責任者をしていました。日本は1945年8月15日に敗戦、その日の午後2時から4時にかけて口号に関する軍機密書類・資料のすべてを燃やしました。日本国にとってはいまとっては貴重で得がたい資料でした。歴史の空白がそこにあります。極秘書類だったわけです。8月30日のマッカーサー元帥の乗る飛行機が厚木に無事に着陸したことで、東京湾要塞司令官説得が達成されたのを見届けて、私は軍籍を離れました。これから先は人の命を長らえることを一生の仕事にしたいと考えました。医療の道を選びました。人はよく何か物事を考える時に旅行をするといいますが、私もそうでした。終戦後、口号班員と東京から新潟にでて佐渡島に渡りました。佐渡の相川町で佐渡桶さを踊りながら、これからの将来を考えました。福島県と新潟県にまたがって流れる阿賀野川があります。その川の流れを見ながら、人間として生命の大切さを重んじて生きようと決意しました。その時はまだ拳銃と実弾をもっていました。自決する考えもありました。この川に拳銃と実弾を投げ捨てました。ここから私の現在までの道程が始まるわけです。第二次世界大戦中、アジアの人たちには色々迷惑をかけたと考えておりました。昭和28年に、東南アジア7カ国賠償輸出というのがありました。今はお金でしょうが、その当時は物資を輸出したのです。たとえば、トランジスターラジオ、照明器具などです。それに私も参画しました。せめてもの償いです。今日はここへはもってきませんでしたが、これまでのことをまとめた自分史をつくりました。

そういう流れがあるのですね。医師はまだ続けていられるのですね。

そうです。私の出身は南房総です。人を傷つけたり、暴力をふるったりすることはいけません。いのちを大切にするとというのが、私の生き方に脈々と流れています。今から1300年ほど前の聖武天皇の時代に、日本で最初の高僧で大僧正となった行基は、南房総の普門山の中腹に岩屋をつくって普門観音をつくり、人々の健康、平和、繁栄を祈願しました。私は、この素晴らしい考えを21世紀に伝えたいという考えがあります。健康、知能、平和、繁栄、交流の5つを愛です。この行基の教えと私がどういう風に融合していくかということだと思えます。

その行基の心や精神のあり方というのは最高のものであるということですね。

まさにそうなのです。人間の原点の一つであると思えますし、継承すべきものであると思っています。人間が存続する限りは継承されるべきことでしょう。文化財の保存、継承ということにもつながります。形となる前に、この話をご披露をするわけです。いま、木彫りの観音像ができないものかと考えております。人々の平和・健康そして知能、繁栄、交流の5つを愛する拡がりのために少しでも役に立ちたいと思っています。それは南房総ライフケアセンターにつながっています。これは予防医の視点です。人間が健康に

なる上で、やはり予防が大切だと思います。それは国際的に見てもそうでしょう。予防という考えが主流です。研究のみではなく、臨床でいかに予防をしていくのかということです。特に食べ物は大きな要素でしょう。食べ物から、いかに健やかに生きるかと考えることが必要です。それは個人に留まることではなく、お互いが食に関心をもち啓蒙しあえるのが理想です。さらに、無縁仏の霊を慰めるということもしたいのです。私の家の墓地とその近くに無縁仏の墓地があり、これらは私が管理しています。これからの後世もこの形です。何らかの事情があり無縁仏になったとしても、死を迎えても安心してほしいのです。そういう構想があります。

ライフケアセンターはいつ建てられたのですか。

2年前です。日野原先生の人間像に惚れ込みました。これからあなたは何を残したいと考えていますかと問われた時に、私はこの南房総のライフケアセンターをあげたいと思います。地元の人はもちろんのことですが、地域以外の人々にも役立つように進めています。

この南房総にはどのくらいの頻度で行かれているのですか。

自宅と南房総をインターネットでつないでいます。私の甥、甥を支える人たちがサポートしてくれています。また父の教え子が支えてくれています。年代層もさまざまです。だいたい年に4-5回行きます。情報はインターネットで得ています。ですから実際のことについては現場のものたちがやっています。

最後になりましたが、いま生きがいは何ですか。

人の役に立つことです。生きがいというものを自分なりに考えて見ますと、やはりそれは趣味だけでは満たされないものだと思います。趣味と社会との接点があるということが大きな生きがいにつながるでしょう。ライフケアセンターもまさにそうなのです。軍服をきていた時は国家のためにやってきました。今は、人々に役に立つことが生きがいで、その他に何もありません。それは最初にお話したように、戦争の体験が大きな影響を及ぼしています。ただ一人の生き残ったという現実です。人の命を大切に、守っていくことを、生涯目指すと青春に心に誓ったわけです、それを一生貫くことが私の使命です。今考えればわき道にそれないでここまでこられたなと思っています。今は、息子夫婦と孫が同じ敷地内の別棟に住んでおりますが、月に2-3回は、娘夫婦、息子夫婦、孫たちと会合の場を設けています。お互いのコミュニケーションをとって、孫たちにどう生きるべきか、どうあるべきなのが伝わるようにしています。

今日は大変貴重なお話をありがとうございました。

事例19 

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 79歳 |
|---|-----|

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話し下さい。

わかりました。仕事をしたわけではないので平凡な人間のお話になりますけど、それも一つの資料となるかなと思って参りました。

ふるさとはどこですか。

新潟です。兄弟は6人で父はお酒をつくっていました。女学校時代は寄宿舎に入りました。その後は、いわゆる花嫁学校に入学しました。私たちの時代は女性が仕事をもつのはあまりなかったです。卒業する前に結婚をし、20歳にならない時でした。地元の大家族の長男の嫁になりました。夏休みにもうすでに結婚が決まっていたんです。嫌だなという気持ちもあったんですが、そういうことを父に言えば、「お前そん

なに立派なのか、自信あるのか」と言われました。そう言われて見ると、若いですから何にも自信はありませんよね。お嫁にあって、義理の父母にはかわいがられました。約19年お世話になりまして、離婚をしました。お姑さんやご兄弟にはよくしていただいていたのですが、主人は素行があまりよくなかったのです。夫と離婚する時も家の方からは私だけ残ってと言っていただきました。しかし離婚した後、やはり何か見につけたいと思ひまして、東京にでてきました。これから何かやろうというときに再婚を勧められました。それも勧めたのは友人なのです。私には子供がいないのです。主人は平成9年に亡くなりましたが、38年連れ添いました。最後は医者にかかるのが嫌だと言ひまして、家で介護をしました。自然死に近かったと思ひます。人柄がよいということで結婚しましたが、今考えれば、再婚して良かったですよ。両親も安心しました。結局主婦業以外は何もしないでここまでできました。趣味だけです。

新老人の会への入会のきっかけはありますか。

友人と一緒に旅行をした時に、パンフレットをもっていて知りました。友人は私より後に入会しました。女学校のときの友達です。最近このライフプランニングセンターのヘルスポランティア講座を受講しました。受けようというきっかけがあります。友達はクリスチャンですが、ボランティア活動をしています。私は書道などをやっていたけど、主人の看病を終えた後、ボランティア活動ということは頭がありませんでした。私だったら勉強するわよと友達に言われまして、同級生でちょっと悔しいなという思いもありまして、はじめるきっかけになりました。

書道をずっとやっていたらしゃったのですか。

書道は習う方はもうやめました。数人の方に教えることは続けています。47歳の時から始めております。いいかげんなきっかけなのです。仲の良い同級生と毎週会いたいわねなんて言っていたのですが、ただ会ってもつまらないので、書道でもやろうということになったのです。同級生5-6人で集まって、先生にきていただいていた。10年間、かな書道を続けました。その後漢字書道を習い始め、20年続けました。月に2回行きまして展覧会などもありました。私は漢字より、かなの方が好きだったのです。いくつか書いたものを持ってまいりました。あまり大きな団体ではなかったので、たいしたことではありませんが審査委員もやりました。

すばらしい作品ですね。

こういう作品は、8時間通して書いたりします。庭いじりなども好きなのですが、そういうことをやりだすと時間を忘れてしまいます。

いまはどんな風に教えられているのですか。

2人です。もうボランティア的です。一度病気をしまして休まれていた方でしたが、またやりたいということで、家にきていただいて教えております。おしゃべりしたいということもあると思ひます。

教えられるようになるまでどれくらいかかったのでしょうか。

それは人それぞれなのです。師範をとって教える人もいれば、2年くらいやってすぐ教えてしまう人もいます。私は遊びが主ですので人に教えるのは苦手でした。書道はみなさん続かない方が多いですね。私は精一杯のお手本を書いても、家で練習しない人もいますので、なかなか上達は難しい面もあります。10数年は教えております。教えるのは楽しいですが結構大変なことも多いです。書道をする前に、木彫りをやったのですよ。大きな作品もあるのですが一番小さいものをもってきました。温度計になっています。四角の木をここまで彫ってつくるんです。東京でできたときに先生を紹介していただいたのです。この方が漢字書道より好きでしたよ。あとは鏡の枠とかそういうものもつくります。これはもっと続けたかったです。

ね。

手先が器用なんですね。

そうかもしれません。家政科をでているのに裁縫は嫌いなのですよ。こんなことしていたから意外といきいきしていたかもしれませんよ。結構根気はありました。やりはじめれば飽きないです。

トータルすると30年以上でしょう。

そうですね。人生の半分くらいでしょうか。そういう風に集中できるものがないとやっぱり楽しくないでしょう。

いま生きがいは何ですかと問われたらどのようにお答えになりますか。

とにかく何かしら人と接し、いきいきと暮らしていきたいと思っています。またボランティアも機会があればやりたいと思います。ボランティアの講座を受けたのも第一歩です。ずっと前からボランティアというのは頭にありました。自分だけのことをしていてもいいのかな、自分だけの楽しみでもいいのかなと思っていました。機会があればやってみようと思っています。いろいろな先生の講演をお聞きしまして、勉強になりました。知らなかったことを知りましたからそれが第一歩だと思います。新たに何かやりたいという気持ちがありますね。リサーチボランティアも少しでも人のお役にたきたいと思いました。

これから先、どんな風に生きていきたいというのがありますか。

今までのように人とかかわりながら、いきいきと生きていきたいという気持ちがあります。何かという特定のものはありません。人生を振り返ってみますと、確かに離婚はしましたけど決して不幸ではなかったです。

今日はありがとうございました。

事例20 | 女 | 83歳 |

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話ください。

この前、新聞社主催のニューエルダーシティズンに応募しましたが、今日のお話の参考になると思い持ってきました。改めて過去を振り返ることはないけれども、書くことで昔のことを思い出してみましたよ。

これを拝見しますと、茶道を長く続けていらっしゃるのですね。教授でいらっしゃるのですね。

女学校時代からですよ。公民館では20年間出稽古をしていました。80歳になったら家元からご長寿のお祝いで、記念品とお手紙をいただいたのです。その日は忘れもしません。この記念品をいただいて、自分の暦の年齢にハッと気づいたのです。最近一生懸命考えたことが2つあります。それが80歳になったということです。私の性格は前向きです。生涯青春と考えておりますから、振り返って80歳になったと驚きました。茶道の支部会でも私が一番の年長者だったのです。そこで新老人の会の第3の華麗なる人生、日野原先生の素晴らしいお話をお聞きして本当にうれしいのです。今お話したように、どこへ行っても私が年長者なのです。お茶でも声楽でもマラソンでも。ただこの新老人の会に入会して、日野原先生をはじめ、自分より先輩でまだまだがんばっている方に会えるのは本当に喜びを感じます。自分より年長でがんばっている方に巡り合いたいと思っていたのです。早速入会させていただいて、私の第3

の人生が始まったんです。よく考えてみますと、やはりこれも健康によることが多いですね。私より若いみなさんから「さんから元気いただいたわ」と言ってくれるのは、私にとって生きがいです。

あと老人会の会長さんもやってらしたんですね。

はい。自分で企画し結構大変なんですよ。やめるのも大変でした。先ほど申し上げた、最近一生懸命考えたことの2つ目はこの会長をやめる時でした。やりがいがありましたけど、やはりもっとやりたいことがありましたから。

もっとやりたいことがあるということですが、それはどういうことですか。

老人の会の会長も一生懸命やりました。私は色んな事を両立できないんです。老人会のことにしても、一人でも多くの人に参加できるように、声をかけ私の時は人数が増えましたよ。しかし、会長をやっている中で、自分なりの人生をもっと生きたいと思いました。それは先程申し上げた家元からの長寿のお祝いの記念品とお手紙がきっかけになりました。それから自分のこれからの人生について考えたんです。声楽をもっと集中してやりたかったんです。子供のころから歌が好きで、娘も小さいときからピアノをしているので、おぼろげながら心のどこかに、いつか母娘のコンサートをしたいなあと思っていたのです。それで、80歳の記念コンサートを企画しました。その時の写真をもってきましたので見てください。

娘さんと一緒にできたことは素晴らしいですね。

そうですね。たくさんの方にきていただきまして、生涯最高の日となりました。

また、次の公演を企画されているんですか。

米寿、卒寿 百寿でもがんばってくださいといわれまして、何だかまた新たな目標ができたと思います。

家元からのお祝いをいただく前までは一番の生きがいは何だったんでしょうか。

やっぱりお茶ですね。お弟子さんを育てるのも生きがいでした。一人一人の成長をみるのは楽しかったです。女学校からお茶をやっているのですから、長いですよ。あとマラソンですか。マラソンはいまも生きがいですけど。マラソンは54歳くらいの時に始めました。結婚した時から2人とも歩くのは好きだったのです。近くの運動場で私たちの知り合いがマラソンクラブを始めたのです。主人は副会長やっています。その知り合いは、うちの夫婦と同じ年でどっちが長生きするかなんて言っていますけど、私はクオリティ・オブ・ライフ追求する方です。ただ長生きすればいいとは全く思いません。そのマラソンクラブがきっかけです。元旦マラソンは28年やっています。川崎の10キロ、青梅マラソンでは主人は30キロ、私は10キロにずっと出ていました。毎週日曜日に例会をやっています。ホノルルマラソンもできました。ハワイのアロハラン&ウォークは今年で3回になります。ウォークで13.5キロです。

このアロハラン&ウォークは、出場者の中で最高齢になるのですか。

それで去年はインタビューを受けました。2人であわせて170歳です。今年はテロがあったので参加を考えましたが、やはり私は今を生きたい、それがモットーですから足が丈夫なうちは参加したいと思って、申し込みました。2人で手をつないで歩いているんです。みなさんが声をかけてくれますよ。うれしいですね。

前向きな生き方に感動しますが、やはり周りの方のサポートというのも大きいのではないですか。

本当にそう思います。娘もそうですし、主人もコンサートをやれば、カメラマンになってくれるしね。一眼レフを買って写してくれました。考えてみると健康だからいろんなことができると思います。感謝しないといけませんね。医療者の方のお話では、80歳で高血圧とかそういう生活習慣病の薬を飲まないで生活できるというのは、素晴らしいといわれました。まさに私はそうなのです。好きなことをするために健康維持ですね。

人生の最大の目的と言ったら何になるでしょうか。

人に喜んでもらい、自分も楽しく生きる、生涯青春、それが生きがいです。生きがいをもって生きるということが、私の人生の目的だと思います。できるだけ表にできるようにして、色んなことを吸収したいと思います。それと大きく思うことだと思います。大げさかもしれないけど、日本一の次は世界一、そんな思いで生活しています。ただ、その生きがいをもつためには、やはり健康は大切になってくると思います。健康だからこそできることはあると思います。目下の目標は、また母娘コンサートを開くことです。声楽をはじめたのは、喜寿の1年前ですから76歳です。でも歌は子供の時から好きでした。話はかわりますが、知り合いから70歳以上のすてき美人コンテストにでてくれないかと誘いがあったんです。皆さんそれぞれ特技を発表、私はクラシックで全国より35人が選ばれたんですが、またそのうちから10人が入賞、私は審査委員長特別賞を頂きました。

本当に今日はありがとうございました。

#### 事例 21

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 75歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

わかりました。娘も一緒ですみません。よろしくお願いたします。

プロフィールを見せていただいたのですが、秘書をされていたんですね。

40歳から68歳まで約28年間、代議士先生の秘書をしました。秘書の仕事は給料はいただいておりましたが減私奉公なのです。子供のことなかまう暇がありませんでした。68歳でリタイアしたのですがそれから私の新たな人生で、ガラッと変わりました。子供の育つ盛りだったので、かわいそうだったと思います。子供は一男一女です。その頃、鍵っ子ということが言われた時代でしたよ。今日は、上の子と100%付き合う、明日は下の子と100%付き合うというような形をとり、自分なりに努力したつもりですが、不十分なところは多々あったと思っています。

秘書をはじめのきっかけというのはありますか。

たいしたきっかけではないんです。新聞の政治欄とスポーツ欄がありますよね。そのどちらも私は全然わからなかったのです。わからないから飛び込んでみようと思い、秘書の世界に入りました。あともう一つはライフワークを持ちたかったのです。それには主に経済的な理由がございました。秘書時代は「迅速、正確、簡略」をモットーとし、ミスが許されない現場でした。いま秘書の問題が取り沙汰されていますが、あんな甘いものではないと思います。代議士が働きよくなるような環境をつくるわけです。自分のことなど考える時間がなく必死でした。ですから、辞めたとたん生活が一変しました。24時間すべて自分の時間ですからその驚きです。この与えられた喜びをかみしめています。朝も絶対寝坊などしません。今までニュース番組しか見られなかったですが、今はくだらない番組もみられるようになりました。その一つ一つが大きな喜びです。今は先のことなど考えておりません。毎日を大切に生きています。やっといきたい幸せをいかにげんにはしません。



68歳で仕事を辞められて、その後はどんな風に生活をしていきたいと思っておられましたか。

辞めた後はすぐお世話になった人の墓参りをしました。時間がなくてできなかったのです。自分のことを考えるのはまだ先でした。

いま一番楽しいことは何ですか。

全部違う日々なのです。何かしらのお稽古を定期的に通うようなそういう決まった日々ではなくて、毎日が違うんです。こうやってスケジュールを書いています。

真っ黒なスケジュールですね。

仕事をやめてからつけ始めました。6年間のスケジュールをおいてあります。日記は書きませんので、これを見て色々思い出したりします。旅行も好きで行きますが、もう海外旅行は体力的に遠慮した方がいいかなと思っています。しかし今年のお正月には長男から台湾に誘われまして行ってきました。この子もお昼を誘ってくれたりしますので、そういう時は喜んで一緒に出かけます。一人だとなかなか長い距離歩けなくても、娘と一緒になら楽しいですね。ですから一日一日を大切にしています。人から見れば電話かけてもいつもいないし、何をやっているのだろうという感じかもしれません。娘はこの年ですから色々心配してくれて、毎朝8時10分に電話をくれてもう10年以上になります。一度も忘れたことはなくて、本当にすごいことだと思います。この人が具合の悪い時は、お婿ちゃんがやってくれます。学生時代に、私はこの子より早く出勤するのですが、眠くても毎日玄関まで見送りにきてくれました。本当に眠い目をしていたことを覚えています。それも本当にすごいことです。こっそり出かけようとしても必ず気づくのです。私はこのことは一生忘れません。「あなたの子にしちゃ出来だ」なんて世間は言いますよ！

娘さん：生きているかコールです。

どのような子ども時代を過ごされたのでしょうか。

私は沼津で生まれ、ほとんどは横浜です。振り返れば、主人は軍人でしたが、性格的に相性が悪かったと思います。結婚したのは19歳の時でした。主人は憲兵でしたので、仕事につけず子どもを抱えながら、私が縫い物したりして少しのお金を得ていました。その頃はみんながそうでした。

いま、生きがいと言ったら、何と答えられますか。

そうですね。とにかく今この与えられた素晴らしい時間を大切に生きていくということです。今まで毎日仕事の生活でできなかったことや知らなかったことがたくさんあります。そういうものをできる機会があればどんどん挑戦したいと思います。毎朝起きると太陽とお話をします。「今日もがんばりますから、お力をください」ということで、夜は「ありがとうございました」とお月さんにお話します。今住んでいるところは、富士山も全景が見え眺めがいいです。空や星が見えるということは心を豊かにします。何かに頼ってしまっているのかもしれませんが、やはり力がほしいのです。私を見守っててくださいということですよ。最初は、2-3の予定を一日に入れていましたが、少しずつ減らしています。歩く会なども入っていました。古代史の勉強会もできています。

いま、定期的にかかわっている会はありますか。

童歌の会、秘境を歩いたりする会、古代史の会などです。広報などをみて関心があるものは行ってみます。宿場をまわってみたりします。歌舞伎などはお金がかかりますでしょう、それらも行きますが、お金のか

からない無料の遊びも楽しんでいます。そんなこんなで毎日が埋まります。気功は7年くらいやっています。俳句もやっています。高浜虚子さんと縁のある方に俳句を6年教えていただいております。この新老人の会での俳句の会も参加しております。高齢者向きのパソコン教室もつい最近から通っています。

新老人の会に入るきっかけはありますか。

新聞を読みまして、ピッと感じたのです。そのときは75歳ではなかったので、年齢を待って入会しました。色々な会に参加しております。良い会に入れていただいたと思っています。戦争中に少女で、青春なんてなかったんです。50代というのは女性としての青春、70代過ぎたら、人生の青春だと思います。ですから、その青春を喜びと感じ生きて行きたいと思っています。

今日はありがとうございました。

## 事例 22

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 84歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話させていただきたいと思います。事前にワープロでお手紙をいただきまして、この数年の生き方に満足し、やりたいことは無限で、やりたいことから能力を考えて実行に移していると書かれていますが、それらを中心にお話を下さい。

わかりました。いま、週3日お寺にいらしています。そこのお寺のおかみさんは僕の娘になります。孫も副住職です。墓を背にして6畳のプレハブをたててもらい、作業庵としてそこでボランティアの準備をしております。いまは爪磨きを製作しております。今は季節柄、お塔婆などの寺の仕事を手伝っています。

今までの人生を時代順に少し振り返っていただけますか。

私の人生はドタバタ人生でした。常に戦いの人生です。昭和13年兵でした。あの当時はいまでいう自律神経失調症だったと思います。昼間は銃剣術を教えにいらしていました。眠っていても戦場のことが思い出されました。終戦後は職もなかったです。東京 大阪間の重量物の運搬もしました。色々な仕事をしました。就職してサラリーマンを15年しました。私は技術系で石油関係の会社です。車両関係や機械の開発などです。巷に走っているステンレスのタンクローリーをみかけると思いますが、それは私を含めたグループが開発したものです。私を知る人は、営業部長として理論をもっているし、原価計算がシビアだと評価はしてくださいました。ただ自分としてはあまり向いてなかったのではないかと感じていました。東京オリンピックがありましたでしょう。その時に辞めようと思ったのです。東京オリンピックの役員に推薦されて、会社の了承があればすでに役員のポストも決まっていた。典部部門かコースのヘッドなどです。その時に、社長から会社とオリンピックのどちらが大切かと聞かれました。会社は愛していますけれど、オリンピックのこの仕事は2度とやってこないでしょうということを申し上げました。許可してくれませんでしたから、辞表をだして個人と参加しようと思いました。これも戦いでした。会社を辞めた次の年、1971年の9月に交通事故にあいました。制限スピードをこえた車に激突されて、右足大腿骨頸部複雑骨折で、救急病院に運ばれました。そこからが苦難でした。手術の不幸で骨髄炎になりました。その骨髄炎との闘いは約20年にも及びました。1992年に人工関節を入れました。現在までリハビリは続けておりますが、週5日午前中にスポーツクラブに通い始めて2年になります。現在がまさしく青春です。社会的な義務を果たしてきましたし、いまから自分のできることをやりたいと思います。最後に花開き、開く時という感じでいます。私は何事にも興味をもつということが第一です。小さなことからですが何か目標を定めて、一段一段ステップを踏んでいきます。それは日野原先生がおっしゃることであり、そういうこともあってこの会に入会しました。

やりたいことが無限だといいますが。

僕の目標は90歳です。毎日が修行だと思えます。4つくらいやりたいことがあります。1. 全日本社会人ボート大会に出場です。会社にいるときからずっとやっていました。会社のボート部の監督もやり、優勝もしましたし個人でも優勝しました。出場できるかどうか調査中なのです。2. 80歳以上で水泳の大会に出ることです。まず記録会にでて可能ならば挑戦したいと思っています。3. 写真をやる。4. 自分史をつくるです。1と2は医者がだめと言えは無理ですし、それにやってみなくてはわかりません。3の写真は今もやっていますので続けられるでしょう。自分史ですがあなたにもご相談したいと思っています。これは年表のような形ですが、自分の歴史と内外の出来事などをまとめたものです。ここからどういう風に自分史にしていくのかということになります。出版というところまで考えていませんが自分の整理にもなりますし、家族にも残せると思います。突然はできないですから色々可能性を考えてやります。リサーチボランティアというの、身体一つ差し上げてもいいというような気持ちです。今までお話しした通りいろんなことがありました。そういう中で、健康で生きることができるとい喜びもありますし、それでお役に立てることがあればぜひやらせていただきたいという気持ちなのです。何でも調べてくださいということです。

生きがいというと何になりますか。

やはりチャレンジでしょう。ガッツです。それが生きる力になっています。戦うということがすべてです。それが原動力なのです。そういう精神を持ち続けて生きることでしょうか。ぼけっとしている暇なんてありません。毎日、スポーツクラブを終えたら、お寺に行きまして、家に帰るのは6時くらいです。重い買い物は僕の担当ですから、途中買い物をしていきます。脚力をつけるために、駅まで6キロありますが、それを歩いてリハビリしたこともありました。歩くのは好きです。この数年刻んだ言葉は、「何事にも興味をもとう」「何事にも挑戦しよう」「何事にも簡単にあきらめるな」です。この精神でがんばりたいと思っています。

今日はありがとうございました。

## 事例23

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 77歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思っています。

わかりました。少し生い立ちからお話しますと、山梨県の生まれで東京へは女学校をでた後にきました。東京に出てからも空襲がひどくなり、父が心配しましたので、地元に戻りました。学校は幼稚園師範科をでましたので、結婚するまで幼稚園の教諭をしていました。小学校5年生の時に母を亡くしましたので、11歳上の姉が精神的にも色々な側面で支えてくれました。幼稚園の教諭をはじめ、1ヶ月してから疎開の指示がでまして、閉園になりました。幼稚園をやっていると、疎開が進まないということです、そういう時代だったのです。あと、兄の知り合いの出版会社に一時的にアルバイトをしたこともありました。昭和23年に東京で結婚をしました。

短いとはいえ、幼稚園で得られたことは大きいのではないのでしょうか。

まず、それを学んだ学校での生活が良かったと思います。そして幼稚園教諭というのは私にとって重要な財産です。結婚してからはやめましたので、もっとやっていたかったという気持ちがありました。お姑さんも一緒に暮らしましたので、働くどころではありませんでした。

お子さんは何人いらっしゃるのですか。  
一男一女です。

今日は生きがいということテーマにお話をさせていただきたいのですが。

ライフプランニングセンターでのボランティア活動、日野原先生との出会いがあると思います。私は40歳の時突然眼底出血をしました。そして50歳では血圧が高くなりました。診ていただいていたお医者様から、僕の手には負えない、あとは教会で精神修行か、老人クラブにいったら民謡踊りでもしたらと言われたのです。さじを投げられたと思いました。その前に、主人も具合が悪くなり、その時に姉に相談し、ライフプランニングセンターを紹介していただきました。素晴らしい先生に出会いそれがきっかけです。減塩、減量、運動で、7キロやせました。それを契機に水泳もはじめまして、今でも続けております。70歳までは週に2度1000m泳いでいました。娘が嫁いでから、ここのホームケアの講座に参加しました。それを卒業しましたら、血圧測定のボランティアも始めました。自分の血圧が高かったものですから、自分にもプラスになるだろうと思って、軽い気持ちではじめました。

血圧の師範をとられたのは、いつ頃ですか。

60歳くらいでしょう。それから指導をはじめました。様々なの地方に行き、色々勉強させていただきました。主人の介護があったものですから、すべてには参加できませんでしたが、本当に良い勉強になりましたし、良いお仲間にも恵まれました。5期生ですが先輩方に色々教えていただきました。

模擬患者のボランティアもされているのですか。

そうです。主人も元気なうちはそうではありませんでした。身体が少しずつ不自由になっていくと、私がボランティアに行くのを嫌がるようになりました。結局通算して、13年、主人は病気にふりまわされたと言えるでしょう。最初の頃はそれほどサポートが必要ではありませんでした。最後には、主人から「何が一番大切か考える」と怒鳴られました。「ボランティアをやめればいいのですか」と言いましたら、「そうだ」と言いました。それで私はボランティアをやめたんです。ボランティアをやめてから1年間で主人は亡くなりました。介護もいつまでかかるかわかりませんし、一時お休みするというのではなく正式にボランティアはやめました。やはり辞めたら寂しくてね。主人を亡くし一人になったことも影響しますが、ぼっかり穴があいたようになってしまいました。このライフプランニングセンターの前所長さんがそういう私の姿をみて引っ張り出してくださいまして、模擬患者のボランティアを始めることでボランティア活動に復帰しました。あとはイラストボランティアもやっています。あまり活動はありませんが、1年に2-3度バザーのポスターをつくります。美術展のポスターなどもしております。

いま生きがいとは何ですか。

ボランティアさせていただいておりますことです。75歳になったら辞めようなんて思っていたけど、ここまで続けています。やらせていただいていることが幸せですね。先輩方をお手本にしております。

ボランティア活動でのますますのご活躍を期待しております。今日はありがとうございました。

#### 事例 24

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 75歳 |
|---|-----|

ご協力いただきまして本当にありがとうございます。生きがいについて自由にお話下さい。

定年後の15年間はボランティア活動を中心に行っておりました。それは生きがいでした。

それらをはじめのきっかけや詳しい内容についてお話下さい。

ボランティアらしいのは、仕事の終わり頃から初めていました。区の青少年関連の委員を2年間やっていました。定年になり、その当時は日本語教えるというブームがありました。今は大変資格が厳しくなっておりますが、昔は資格がありませんでした。一応ノウハウを身につければよかったです。そういうノウハウを身につけて、戦争孤児の中国人に日本語を教えていました。実は私は18歳の時まで上海にいたのです。何とかそういうことを生かせればという気持ちでした。非常にやりがいがありました。ほとんどが若い娘さんでした。1週間に2度くらいやっていました。それを6年続けました。家に呼んで風呂にいられて、食事をする関係の人もいました。生まれた子供を見せにきてくれたこともありました。あとはフォスタープランもやっていました。ユネスコのもですけど公用語は英語です。語学というのは好きでした。辞書なしで原書を読みたいという気持ちがありました。船舶の仕事をしていましてから、どうしても英語を使うことが多かったのです。そういう意味で英語には触れていたかもしれませんが、またNPOにも参加しています。会員を集めて、会費でボランティアの援助をするということです。交通費、食事などのサポートをするということです。いまでも続いています。

プロフィールではカルチャーセンターの講座なども継続されているそうですね。

お遊びです。ただ勉強するチャンスがなかったですから、そういうものをやりたいというのがありました。学ぶことには執心しています。クレイジーですよ。中国語、シェイクスピアのハムレット、俳句などやりました。10年以上ですね。今考えますと、60歳からの15年間は慌しかったと思います。

定年後の生活が忙しいということはあまりないことだと思いますが、ご自分ではいかがでしたか。

これは実感です。これからリラックスする時期を迎えるのではないかと思います。これからが第3の人生です。今、これからどうするのかということを探索しているんです。穏やかな老人になりたいと思います。

穏やかな老人というのは具体的にどういうことなのでしょう。

それが自分でもわからないのです。それがわかれば平和に暮らせると思います。死への準備というものも50代からはじめ、墓地や墓石など用意しました。葬儀用の写真もです。一昨年写真をとってもらいました。やはり戦争がありましたから、死に対する経験というのはあるわけです。採用していただけるかわかりませんが、「私たちの遺書」の第2作へ投稿致しました。人生の総括にもつながることにもなると思います。絶えず死に向かいあっていたなという感じがします。

いま生きがいというのは何ですかといわれれば何とお答えになりますか。

自分の生きがいということについて人様にお話するようなことは、正直言ってないと思います。ただ尊敬する方の姿に近づくのが私の生きがいではないのかと常々思っています。今までを振り返ってみますと、20代の頃は30代の先輩、30代の頃は40代の先輩をというように、尊敬する方がいました。今この年になりまして、80代、90代の方になりますが、本当に敬うという気持ちが先にたちます。それは今の時代には薄れているかもしれませんが、やはり教育でしょうか。

それは特定の誰かをということではないのでしょうか。

特定の方がおります。そういう方にお電話をして、色々なお話をお聞きしたりします。そういう方の生き様をみて自分はそのまでは及ばないけど、自分も切磋琢磨したいなという気持ちがあります。何が生きがい、どういう風に生きていくかということにははっきりありません。ただそういう方たちの生き方を敬い、少しでも近づきたいと思っています。

そういう敬うことのできる方がいらっしゃるといのは素晴らしいですね。

会社の頃も、男女問わずそういう方がいらっしゃいました。10代の終わりの頃は、自暴自棄な所もありました。ただ、そういう方にお会いする機会に恵まれて、少しずつまともになったような気がします。もちろん、日野原先生もその一人です。遠くからですが色々勉強させていただいております。

健康に関してはどうですか。

全体としては悪いところはあるでしょう。戦争の後遺症で骨盤と脊髄の7番目の裂傷です。傷が7箇所あります。60歳くらいからちょっと痛い所がでて、あぐらがかけなくなりました。まだどうにかもっています。私は海軍に入っていました。終戦後、いまは復員船といいますが、その時は帰還船といいました。戦争を終えて9月に乗船して、南の石垣島にいる日本人を運ぶということだったのです。しかし機雷に船がぶつかりまして、あっという間に船が沈没しました。6ヶ月間関西の病院に収容されました。大多数の人が亡くなりました。数分のうちに水柱があがって沈んだようです。港のお店のガラスが割れたと後から聞きました。病院の廊下にむしろをかけられた人達がたくさん並べられていたのです。私もむしろをかけられていたのではないかと思います。家には行方不明だと伝わっていました。

これからは第3の人生ですが、先ほどのボランティアなどを行っていた15年をさらに続けようというお気持ちはなかったのですか。

なかったです。もう季節が終わったという風に思っています。その年齢に合うことあると思っています。もちろん人それぞれ違うと思います。しかし自分ではそうだと感じています。田満な老人になるというのは、「言うは易く行なうは難し」でしょうね。いまは、のんびり暮らしています。読書は集中してやりたいなあと思いますね。特定の人物像に迫るものや、司馬遼太郎先生の歴史物などが好きです。

今日はどうもありがとうございました。

事例25 

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 74歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話をください。プロフィールを拝見すると保護司をされていたということ、陶芸をされているとありますが、それらも含めてお話をください。

わかりました。私は和歌山で生まれ、終戦の5日前に主人と結婚しました。主人は、昭和49年に発病して、平成5年に亡くなりました。いまは、長男と一緒に住んでおります。関西には長女がおります。保護司をしながら主人の仕事を手伝うということをしておりました。

保護司になるきっかけはありますか。

父も母も、それに近いボランティアをしていました。両親の影響が大きいと思います。

いつ頃からはじめられたのですか

陶芸をはじめる前ですから、昭和40年だったと思います。昭和62年くらいまでやっていました。

保護司をやっていた頃の思い出はたくさんあるでしょうね。

今思えばよかったなあと思うことばかりですが、その頃はパジャマをきて寝られませんでした。当時は何人が抱えていましたから、その中の何人かでも多少色々な意味で危険がある場合に、24時間何があるかわからないので、すぐ出かけられるように洋服を着て寝ていました。保護司の仕事は出所してきた人達を、

見守って社会復帰できるようにすることが第1で、ちょっとでもはずれそうになれば元に戻してあげるのが仕事でした。私の悔いとしては、2人を刑務所に戻したことでした。ほとんどの方がみなさん立派になられて、今でも年賀状や電話を下さり、その点では良かったなぁと思います。数え切れないほど色んなことがありました。色んな人に会えて、自分の人生には無駄ではなかったと考えています。

陶芸はいつ頃、どんなきっかけがあって始められたのですか。

保護司と関係があります。仮出所して就職がない人は刑務所の近くに宿舍があって、そこから就職を探しに行くのです。ただなかなかすぐは見つからない場合も多くて、心が落ち着けるようなものがないかなと思ってまして、陶芸がいいのではないかと思ったのです。それがきっかけで始めました。

そこでつながっているのですね。

そうなのです。やはり人に教えるためには、自分も出来なくちゃいけないので本を買って独学で身につけました。ただ心配だったのは主人の看護をしていた時に、少しろくろから離れていましたので、またできるかなと思っていました。ちょっと良くなった時にやってみたら出来まして、身体が覚えていたんですね。あのときの喜びはもうなんとも言いがたいです。

お預かりした方達と一緒に陶芸をやられていて、いかがでしたか。

途中で投げ出すことはなくて、みんなよくやっていました。職業安定所に行った帰りに、そのまま私の家によって作りました。そのうちに職業を見つけました。

新老人の会のプロフィールを見せていただいたのですが、陶芸に関して個展を開かれたり、入賞されたり、奨励賞をもらったりされていますね。先程、保護司のお仕事と陶芸の接点を教えていただきましたけど、それ以前から陶芸にはやはり関心があったのですよね。

その時の写真をもってきました。私は上野美術展では入選だけで、国際伊万里の方では奨励賞をいただきました。去年です。やはり以前から陶芸に関心はありました。昭和49年に主人が発病して、その時に看病する傍ら、保護司という仕事以外に何か自分の趣味、生きがいを見つけたいと思っていました。あとに残るものをしたかったのです。それで陶芸を始めました。陶芸は今生で終わり、今度はガラス職人になりたいです。

今度生まれ変わったら、ガラス職人になりたいと。それはまたどうしてですか。

ヴェネチアに行った時に、何と素晴らしいのかと魅了されました。ガラスの美しさ、色合いには絶対になれないと思いました。確かに陶芸でも釉薬の配合で色々な色が出ますが、もうガラスの色には及びません。来世はガラス職人にならなくちゃいけないと。今は、陶芸にどっぷりつかっています。

いまは、陶芸を教えていらっしゃるのですか。

はい。ボランティアで教えています。陶芸の作品作りの仲間である方の教室を手伝っています。週に1回教えています。今までには、障害者の施設で教えていたこともありました。

そういう方たちに教えるというのは、今振り返るのいかがでしたか。

手が不自由な方が多かったので、何か他の方法でできないかなと暗中模索しました。色んな人たちがいますから個々にあわせてやりました。3-4年です。教えるのと自分でつくるのとどちらが向いているのかなと

考えてみると、やはり自分でつくる方がむいているかなと思います。つくる楽しさというのは、素晴らしいです。朝起きて、朝飯なんて簡単に済ませてつくるのです。はやく陶芸をやろうという毎日です。洗い物はあとで陶芸の合間にやれば良いと思って、そんな毎日を送っています。

毎日の生活の中での生きがいというのは何ですか。

陶芸ですね。作品を作る喜びがあります。そしてそれを糧にみなさまに喜んでもらえるのも大きいです。あとは息子とおいしいものを少し食べる、そういうちょっとした毎日の幸せですか。

ありがとうございました。

## 事例 26

男

76歳

今日のご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話しください。

わかりました。あなたとお話するために、「老人になっても懸命に探しているものがあります」と「老人問題について」をワープロでうってきました。ご覧下さい。やっぱり自分の人生を考えると、戦争は大きかったと思います。今までの戦争も含めて、日本人はどうやって生きてきたのか、どんな悪い所があって、良い所があったのかというのを今の人達にわかってほしい。私は若い時から死というものに何回かぶちあってきました。いつまでいっても、いくら年取ったからと言って、人間いかに生きるべきかというのは永遠の課題でしょう。私はいつもそう思っています。それを追求していく中に、平和もあるだろうし、愛もあるだろうしね。人間の修行はずっと続きますね。永遠にたどる道です。

このいただいたプリントにも書かれていますが、今までの人生を振り返りながら、いまどんなことに生きがいを感じていらっしゃるのかということをお話したいと思います。

ここに書いてきたことは抽象的なことですが、少し具体的に話します。生まれは朝鮮で引き揚げてきた土地が福岡でした。お袋は15歳の時に亡くなりました。お袋から「山川」というあだ名をつけられるくらい、つまり山といえは川とこたえるような、言うことをきかないわがままな子供でした。お袋は長患いをしたのではなく突然の死でした。親のありがたさなんて感じてなかった。1つ大事な思い出があってそれは私の原点だな。親父が映画館を経営しておったんですが、連帯保証人になり借金を背負っちゃったんです。お袋が夜なべをしてがんばって返したらいい。ある時、その生まれた羅南という町に2人で来た時に、川の橋の真中でお袋が止まって、俺の頭抱いてじっとしているんだよ。そうしたら俺の頭になんだかぼたっとしずくが落ちてきて、涙だったんだ。それはその借金を苦労して返してきて、相手に誠意が通じてあとは棒引きしてもらえ、それがうれしくて流した涙だった。借金背負ったと誰にも言えないし、お袋が内職しては返してきたから。正直にやっていたら何とかなるんだなということが残りました。今思ってみると、昔話をよくお袋がしてくれ、膝枕で寝ながら聞いていたんだけど、それを今でもよく覚えていて、歌舞伎があり、えらい人の話がありね。ただ、だからと言って、その時はお袋がえらいとかそんな風には考えなかったけど。お袋の存在は空気みたいなものを感じていたから、何にもしてやったことないしね。本当に喜んでくれる人がいなくなってしまったという感じです。お袋が俺になんか言ってくれたかなと思って考えてみるけど全然思いつかなくて、その思い出だけ思いつきます。弟がいたけど、病身で8つも離れていたの、母を亡くしてかわいそうでした。こっちは戦争ということと、はじめて仕事についたこともあって、弟まで目がいなくてかわいそうだった。悔やむことばかりになってしまっ。どうすれば俺は安心立命できるのかなって考えていました。

戦争から得られたものというのはどういうことですか。



戦争が私に及ぼしたものだというのは、良し悪しではなくて、人間の業みたいなものを本当に感じますね。これだけ平和を訴えても戦争はなくなる。その業をはずそうと思ったら、民族を離れなければね。業のような戦争にかり出されていったという運命を感じます。また戦争を知らない若い世代は、知らないがゆえにその業のなかに入っていかもしれない。繰り返すことは心配ですね。僕自身は肺病になってしまって、実際の戦争は経験していませんが、士官学校で訓練は受けました。ある種のあこがれもあったと思います。そういう意味では、逆に戦争にいかれない状態になってしまって本当に死にたいと思っていました。本当のすごさは引き揚げの時に経験しました。餓鬼の世界ですね。こんなこと人前で言うのが恥ずかしいと思います。ただそういう状況におかれたら誰でもそうなるのかなぁと感じます。例えば、隣の子供が死ねば、身包みはいで自分の子供に着せるとか。人よりか先に何か得ようとする。頭を下げて何でもいいからくれと乞食をする。人間は餓鬼になるんだなぁと。

仕事はいかがでしたか。

いくつかの仕事をしましたけど、良い上司に出会いました。そこで色々な本や芸術も教えてもらいました。一杯知りたいことはありました。でもそれと同時に、兵隊に行ってあと何年かしたら死ぬ運命なんだと思うと死にたかったです。しかしやはり死ぬ時まで精一杯生きよう、色んなことを知りたいと思ったのです。

いま、何かしたいことはありますか。

僧坊に入り修行をしたいです。家内が「私の目の黒いうちは、やらせません」とか言っているけどね。仏教には関心がありました。戦争が終わってあんまりひどい世界になっているし、自分が信じているものは崩れるし、仏教青年会に入ったりしました。片方で共産党にも興味がありました。どちらもやめてしまいました。

いま生きがいは何ですか。

いまも昔もいかに生きていくかということだと思っています。そのために勉強したり努力したり、考えたりする。人と一緒に喜ぶとか苦しめるとか、そういう気になってきました。今まで孫が結婚すると言えば、転ばぬ先の杖じゃないけど、ああだこうだと言っていました。そういう杖になるのが使命だと思っていました。息子や娘は言ってももうだめだと思っていましたから。でもそうじゃなくて、最近では共に苦しむとか悲しむ、喜ぶという風になってきたわけですね。孫には、いろんな相談が出来る、話をきいてもらえるようなおじいちゃんになろうという気持ちになりました。言いたい時に言えるような関係でいたいです。

今、ご自宅におられることが多い中で、どんな生活を毎日されているのでしょうか

毎日何か新聞でも雑誌でも、自分の考え方にそぐう話を引いて、自分の頭のなかに入れて、これからどう生きていくかということの勉強です。本はたくさん読みます。どんなものを読んでもみんな新しいです。

今日は本当にありがとうございました。

#### 事例 27

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 82歳 |
|---|-----|

ご協力いただきまして本当にありがとうございます。生きがいということを中心にお話下さい。

私は長い間、保母をしていました。戦争中、抜けたりもしましたがずっと続けておりました。

保母さんになるきっかけはということだったのですか？

7人兄弟の長女だったんですが、私だけ幼稚園に通わせてもらったんです。その縁もあると思います。先生になりたいという気持ちはあり、女学校は通いました。その後体操の学校にもいきたかったんですが、4年も行くようになりますので断念しました。私の通っていた女学校では、スウェーデン体操を取り入れていまして、後の保母教育で生かせました。昭和13年から保母をはじめました。保母になって、子供たちと一緒に飛び跳ねて泥んこになって遊びました。戦後は子供が多くなりましたから、仕事はありました。その途中で長男、次男を出産し、母にも面倒をみてもらいながら育てました。途中、夫の転勤がありまして、名古屋で25年住みました。団地がはやりだした時で、団地の集会所を自前であり、公式な幼稚園ではないですが、幼稚園に入る前の3-4歳の子供たちを対象に、幼児教室を52-65歳までの13年やりました。

その幼児教室ではどのようなことをされたのですか。

ミニ幼稚園みたいなことですね。私なりのカリキュラムをつくってやっていました。童話とか芝居などが好きでしたのでやりました。学校というのは規制がありますが、ここでは自分の思うことが自由にできました。

保母さんをやっていて最大の喜びは何でしたか。

自分自身が一緒になって遊んだり、考えたり、そういうことが楽しかったです。もちろん、私にとって仕事という生きる手立てでもありました。よく家庭訪問もし、どんな問題を抱えているのかも配慮してきました。童話とか芝居が好きで、子供たちにそれをみせて喜んでもらえるのがうれしかったです。実は仲間と童話劇団をやっていました。NHKの童話劇にも出演したりしたんですよ。20歳前半までは本当に好きなことやっていました。

どのような童話劇をするのですか。

特に保母という職業も関係しますが、宮沢賢治に夢中になりました。子供に、お話童話をするのが好きでした。そのネタは芥川龍之介などの作品などでした。

そのような作品は、誰もが想像する童話というイメージとは違いますね。

そういう素晴らしい文学作品の心を何とかして子供たちに伝えたいという気持ちがありました。話し方を工夫し、何か独創的なものをつくりたかったのです。昔の童話作家のものもやりましたが、それだけでは物足りないのでも、こういう作品も取り上げていました。それに私自身も童話をつくっていたのです。主人が宮沢賢治の童話をプレゼントしてくれたことがありました。当時、そういう本がほしくて、お金はそれに使っていました。童話研究会にも入り童話もつくったりしましたが、賢治の童話を読んで、その凄さに圧倒されました。

いまどんなことをやられていますか。

老人保健施設でボランティアもしています。主人が最後にお世話になった施設です。その恩返しの意味もあります。主人は痴呆になりまして、6年介護しました。

いろいろご苦労があったでしょう。

お酒には困りました。最初は、主人も自分自身で、何でこんなことになってしまったのだろうとじれることがありました。今までできたことができなくなったという怒りを私にぶつけてくるんです。お酒を飲むと余計いらいらするような性分でしたので困りました。亡くなった後、半年くらいはボツとしました。今

考えてみると、この新老人の会に出会ったのも、主人が亡くなって半年後ぐらいだったと思います。そういうことが目につきたしたのは、半年後だったのです。主人の遺品の整理などしながら、まだ心はうわついた感じでしたけど、この会に出会えてよかったと思います。同じ頃、老人保健施設の方でもボランティアをやらないかと声をかけてくださいました。ボランティアをはじめて、1年2.3ヶ月になります。

いまどんなことに生きがいを感じていらっしゃいますか。

生きがいというと、たとえば趣味とかそういうことをおっしゃる方もいると思います。年齢によって違うと思いますが、主人の介護の時に、お友達になった2人の女性がありますが、時折、電話したり会ったりします。お互い夫の介護で同じ苦労を共にした友達です。そういう友達をたずねたりすることが、生きがいです。つまり同じような境遇で、弱い人がいたらたずねて話をするというのは生きがいですね。若い時は自分の情熱や力をすべてぶつきたいというような気持ちになりますでしょう、ただこの年齢になるとかわってくると思います。身体と相談してやらずにやれない年齢です。今までは幼児教育に生きがいを見出していましたがかわってきましたね。幼児教育で得たものは今でも生かしていると思っています。

同じ苦しみをもつ人たちを訪問するというお話に戻しますが、やはりそういう方たちとの交流というのは、日々の生活で大切になってくるんでしょうか。

お見舞いについてやるね、という気持ちじゃなくて接することが大切だと思いますよ。お互いの苦しみがわかるからこそ、助けられると思いますし、私自身も救われます。この年になると、足が不自由になっている人も多くて、自分はこのように元気で毎日暮らせるわけですから、そういう自分が、友人を見舞ったりして何かのお役にたてるというのはうれしいです。つながりあって老後を生きていく、少しでも老後を高めていくというのは願いです。「もうだめだわ」などという気持ちをおさえて支えたいし、それは自分の支えです。今話したことを生きがいというのは生意気かもしれないけど、自分の命を支えるということとす。苦しい状況の中にある人と一緒に話をしたりする。介護施設でボランティアをしていると、やはり入所者の方たちはみなさん話がしたいのね。それに不安があるのをとても感じます。だから少しでも話し相手になれたらと思います。

いま毎日どんな生活をされていますか。

やはり主人のことがあって、健康の大切さを身にしみています。周りを見回すと、この年齢になると誰かに面倒をみてもらったりしている状況があります。みなさん、心のどこかに年齢がいけば子供にみてもらうというような思いがあると思います。それは否定しませんが、ただ私は自分の身体に責任をもちたいという気持ちが強いです。主人の介護の前からそのように思っていました。土壇場まで子供たちに迷惑をかけないようにしたいと思っています。できればケアのつきのホームとかそういうところで暮らすことを考えています。ただ今の状況ではまだ大丈夫だと思います。どういう状態であれ「していただく」というのがやはり苦痛ですし、できるならそうなりたくないと思います。そのためには、やはり自分が努力しないとだめでしょう。結局健康が第一となります。あとは、みんなによく笑われるんですけど、新聞とか雑誌とかテレビなどの情報はできるだけキャッチするようにしています。インターネットをマスターするまでにはかなり時間があると思うので、やっていません。昔、ワープロくらいはやっていました。

いま、定期的にどこかに出かけるとか、やっていることはどれくらいありますか。

やっているように見えるでしょうけど、そんなにはないのですよ。ボランティアは定期的ですね。それ以外はないですよ。ただ割合友達が多いので、彼らに会いに行くのが多いですね。新聞の切抜きなども日課です。気象のデータを切り抜いています。いま、これをどういう風にまとめようかなとったりしています。人からみたらおかしいことなのですが、子供がいて洗濯におわれている時にやり始めたのですよ。書き方や表現の仕方が変わってきていますね。訃報記事もとっています。半期は集計してあるんですけど、どう

という理由で亡くなるのか、何歳で亡くなるのかというようなことの統計をとってみたい。くだらないことなんですけど、23日は岩波新書がでる日なんですけど、それもチェックしてみたり。

ご自分の人生を振り返ってみていかがですか。

その場に応じて、自分を生かすようにしてきたと思っています。主人を亡くして、これからの人生をどのように生きていくのかということが問われていると思います。子供に関しては、それぞれ独立していますが、やはり親としての責任は子供がいくつになってもあると思っています。もちろんそれは口出しをするということではありません。自分のしてきたこと、生きるために何が必要なのか、やはりそれらを子孫に残したいという気持ちがありますね。特に夫の闘病記を書きたいなと思っています。ただ、なかなか進まないのですが、その当時の記録は残してあります。あと、夫婦関係のことも考えて見ますと、主人は普段は引っ込み思案でしたけど、育った家庭が男性優位な家庭だったこともあって、そういう面があったなと思います。食なども、自分の好みにあわせないと食べない人でした。その頃から栄養に関しては関心がありました。生協運動などやりました。

是非、介護記を書いていただきたいと思います。

『私たちの遺書』の続編に投稿しようと思って資料を集めています。戦後の話ということなので、広島体験をベースにしたいと思っています。自分の体験記を書いても、広島の人たちの苦悩は計り知れないでしょう。だからそれらを踏まえた上で、自分の経験も書きたいし、今の時代の戦争などもあわせて書こうと構想を練っているんです。

今日は、本当に長い間ありがとうございました。

事例 28

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 75歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話しください。

わかりました。生きがいとは難しい問題ですが、人生の目的や希望を持てる人はやはり幸せだと思います。ただそのような人は少ないのではないかと思います。きっと日野原先生は明確なものをもっておられてうらやましく思います。今からは、自分の身の周りの家族の幸せの構築だと思います。またこうやってボランティアで何かお役にたてればいいと思っています。ただ、だからといってそれらが自分の人生の目的だとも思いません。目的ではないと思うのです。自分と周りの者の幸せのためだと思っています。楽しみは初孫が9月に誕生するのです。

どんなお仕事をされていたのですか。

鉄道関係の協会の顧問をしています。給料はもらっていませんので名前を連ねているだけです。1999年の3月まで、72歳でしたが協会に通っていました。1999年の4月から年金生活に入りました。陶芸や絵画をやってみたりしました。市の生涯学習アカデミーを知り、2000年4月から参加するようになりました。2001年の4月に頭の体操をしようと思ひまして、アカデミーの中にある宅建の講座を受けました。周りのみなさんが試験を受けるという雰囲気なので、私も試験を受けることにしました。10月の試験に向けて、8月から猛勉強したのですが、それが影響したらしく、血圧が上がってしまったのです。めでたく試験は受けました。ライフプランニングセンターでみていただき、今年の4月から薬をやめることができました。今まで病気で入院というのは、盲腸と痔の手術だけです。

試験合格素晴らしいですね。

この資格は、宅地建物の取引にかかわる仕事ができるようになります。今年の4月に3日間講習がありました。7月に免状をもらえenと思います。そうしたら、働いてみようかと思っています。小遣い稼ぎにやってみようかと思っています。せっかく資格をとりましたから、使ってくれるところがあれば何かしようと思います。

いまどんなことに生きがいを感じていらっしゃいますか。

やはり長い間苦勞をかけた家内を幸せにしたいenと思います。10歳違います。仕事をしている時は、一年の1/3くらい海外に行くこともあり、3年くらい続きました。正月をエジプトのカイロ、ウズベキスタンのタシケントで過ごしたことがありました。思い起こしてみると、現役時代は電氣車の設計を担当し、最初の新幹線電車の設計に参画し、責任者としての最後の作品は昭和54年に走り始めた中央線のレンガ色の電車です。内橋克人さんが『匠の時代』という本を書いておられるのですが、中央線電車のことも書いていただいています。私もインタビューを受けました。やっぱり走っている姿をみると、自己満足でしょうがうれしいですね。

何か趣味はありますか。

ゴルフをやります。昨日行ってきました。暑い時と寒い時をはずした時期は、仲間たちと1ヶ月に1度行きます。一人で行くこともあります。またブリッジというトランプゲームや囲碁もやっています。あとは家庭菜園です。隣接地の地主さんが草取りしてくれるなら好きに使っていいと言われ、耕作面積は30坪ほどですが、そこで色々な野菜をつくっています。最近玉ねぎを500個収穫しました。働いている時からで日曜百姓でしたよ。家内のお母さんも一緒に住んでおり、去年94歳で亡くなりましたが、一緒に畑仕事をしていました。草取りはおばあちゃんの仕事でしたよ。きゅうり、トマト、ナスが収穫の時です。近所付き合いにも大いに役立っています。そんな家庭菜園は家内と一緒にやりますし、楽しみですね。

外出されることが多いですか。

努めて忙しくしています。1週間に1回、市の生涯学習に通っています。今は映画に関するものです。ブリッジの会、囲碁、俳句などが月に1回あります。そのほか1週間に1-2回歩いています。片道4500歩の図書館に行っています。そのうち月2回は家の最寄り駅から6つ目の駅まで歩きます。モンブランのおいしい店があり、それを買って帰るのを楽しみにしています。帰途は電車のにります。

海外に長くいかれたりされていたわけですが、語学を使いこなしていらっしゃるのでしょね。

それほどでもないですが、私は昭和40-43年に家内と娘と一緒にパリに3年住みました。その前に、留学生としても行っているのですが、当時は外国から日本を見たとき、日本は素晴らしいと思いましたが、しかしその後、実際家族とともに住んでみるとフランスは素晴らしいと思いました。日本よりフランスの方が社会生活の基礎的なことがしっかりしていると思いました。例えば、パンとミルクのような基本的なものはリーズナブルな値段で誰もが手に入れられるようになっています。パリでアパートをかりて、女房とまた住みたいねと言っているんですよ。パリでの生活は楽しかったです。

先ほど奥様を幸せにするということが生きがいだとおっしゃっていましたが。

まだまだ好きなことをさせてやりたいenと思います。そして1年に1回は国内旅行、外国旅行をしたいenと思っているし、夫婦で参加できる会には一緒に参加しています。そういう生活をしていきたいですね。

これからやってみたいことはありますか。

宅建の仕事はやりたいと思いますよ。私は田舎に山をもっていますが管理が大変です。そういうことや自分の家と土地の管理に役立つだろうと思ひ、宅建を勉強するきっかけになったと思います。パソコンにもはまりはじめたところです。まだまだ色々チャレンジしてみます。

今日はありがとうございました。宅建を生かして、お仕事がんばってください。

事例 29 | 男 | 80 歳

今日のご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話をください。『教育医療』への執筆も読ませていただきました。創作玩具ボランティアということをやられていますので、それはじめた経緯なども含めてお話をください。

そのボランティアの記録をいくつかもってきましたのでご覧ください。この創作玩具をはじめた経緯をちょっとお話しします。実は 63 歳の時に、両手両足が動かなくなってしまったのです。その直接の原因はわかりませんが、仕事である会社の冷凍装置がうまく作動しないということで零下 30 度くらいのところを出たり入ったりしてしまっていたので、それが影響しているかなと思っています。じっくりリハビリすれば治るといわれました。ベッドの上から糸を吊り下げ、それにつかまって起きるような毎日でした。約 2 年です。1 年たって少しずつ物が握れるようになりました。竹とんぼをつくってリハビリにしました。だんだんそれで回復してきました。

お仕事はどのようなことをされていたのですか。

機械の設計をしていました。定年は 55 歳でしたが 63 歳まで働きました。40 歳過ぎからその会社に入りました。自分の人生を振り返ってみると、若い時は一時うまくいかない時がありましたが、その後は何でも自分の思う通りになってきたと思います。思う通りといってもお金が自由だったというのではなく、自分のやりたいことができたという意味です。そういう経緯があったので、身体が動かなくなった時も、何とかできるのではないかとこの気持ちが強かったです。1 年半過ぎて良くなってきた所で、県の生きがい財団が主体となる生涯学習活動の中の 1 年制老人大学に行きました。それはみんなと同じ行動や活動ができるかと試したい気持ちがありました。大丈夫だったので同じところの 2 年制の老人大学に通い始めました。そこで卒業の課題学習として「子供の遊びとおもちゃ」を企画し、7 名の仲間を集めました。県立博物館の学芸員の方が指導にきて下さいました。これが創作玩具のきっかけとなりました。

玩具ということに関心をもたれたのは。

竹とんぼが大好きでした。竹とんぼがどうしてあんな風に飛ぶのか不思議だったんです。自分でつくっても飛ぶものと飛ばないものがありました。その違いは何だろうと、そういうことを考えておりました。

今までお話いただいたことも大きく関係してくると思いますが、今の生きがいは何ですか。

今までお話ししてきたのは結果だと思います。やはり自分のやりたいこと、楽しみを追求するということだと思います。リハビリをかねてつくった竹とんぼを児童センターにもちこんだのが、『とんかちクラブ』結成のきっかけになりました。子供たちと一緒に作ります。13 年になります。日本のおもちゃには伝承というものがあります。おもちゃというのはその時代に手に入れることのできる材料でできているわけですが、時代が変わるとまた違ってきます。現在の社会の状況の中の材料を使うとその伝承玩具がどうなるか。できる限り伝承的なおもちゃに、創作を加えてつくりたいというのが、いま僕の大きな生きがいの一つなのです。昔からいろいろなおもちゃがあります。メンコなどはボール紙でできていたわけですが、それを参考

にして、重心に穴をあけて飛ばすと元に戻ってくるブーメランのようなものができます。

ここにはさまざまなおもちゃの作り方がのっていますが、すべて考えられたのですか。

そうです。いつまで続くかわかりませんが、やれる限りはやってみたいと思っています。

お子さんたちは喜びますでしょう。

そうですね。ただやっているうちにどうしても行き詰まることあるんです。そういう時に、僕らが何で行き詰まっているのかということ、コミュニケーションをとりながら解決していきます。非常に初歩的なことですが、うまく作業がいかない子供がいると思ったら、左利きなのに右利き用のはさみで作業をしているとか。右利き用のはさみでも、指の曲げ方でうまく切ることができます、そういうことをちょっと教えたりするんです。

創作というのは本当に難しいと思いますが、どういう時に発想されるのですか。

例えば、子供との話しや彼らの行動をみていると、ハッとしたアイデアをもらうことがあります。今までの仕事が生きていると思います。生きがいということ言えば、廃棄物などをリサイクルして何かもっとできないかなと思っているのです。それがいま一番やりたいことです。追求してみようと思っています。例えば、リサイクルプラザというのがあるんです。そこでボランティアをやっています。リサイクルでできたものをおもちゃにできないかということです。たとえば企業が倒産したり、計算違いなどで新しい材料が残ります。それから何をつくるかということです。いまは利益を得るために、何かつくろうと思えばあらゆるところからそれに必要な材料を取り寄せます。その一方、残されたものや不要なものの中から、何か新しいものできないのかというそういう発想も重要だと思います。その発想は欠けていると言っていいでしょう。子供にもそう問いかけています。つまり何かほしいものがある、それはお金を出せばもてるん買えます。しかし今ここにある材料や何か少し付け足すことで、そのほしいものをつくるとしたら、どうすればいいのか考えてみようということです。そういうコミュニケーションをとっています。

私を含めてそうかもしれませんが、そういう発想する場がないですね。

子供たちをみていると、発想はあると思います。ただ発揮する場が圧倒的にないですね。リサイクルプラザに定年後の人々がボランティアがやってきます。リサイクルプラザは仕事を与える場ではありません。つまり今までの経験から、ここにあるもので何かを発想してほしいということなんです。しかしそういう風にいうと、半分以上の人々が来なくなってしまう。何かをするという目的がないと来ないのです。そこには「おもちゃ病院」というおもちゃの修理を担当するところもあります。そこでは修理という目的があり、仕事もありますので、ボランティアの人々はたくさんいます。創造しようという人がいません。慣れていないのでしょう。

プロフィールを参照させていただきましたが、社交ダンスもやられているんですね。

そうです。リハビリのために始めたのです。2年制の老人大学に入った時に、老人のダンスクラブがありまして、それに所属しました。その後、町のダンスサークルに入りました。今は老人主体の社交ダンス同好会に入りました。その会長が病気になるまで、その後会長を引き継いだんです。5-6年やりました。75歳の時に実はがんになりました。今から5年くらい前です。折り紙で風車をつくって、点滴のところからぶら下げて歩いていると、それがブルブル回ったりして。そんなことをやりながら闘病しました。

いま特別運動などはやられているのですか。

週1回の社交ダンスです。あとアルゼンチンタンゴも2週間に1回です。1週間に3日は市のリサイクル

プラザに行っています。商品開発という大げさかもしれませんが、新しい商品をつくりだすことをしています。自動車の内張りが廃棄物にできると、靴の中敷には利用できたりします。例えば着物などからハンドバックなども作れますよね。それは主に女性がやっています。そういうリサイクルプラザで出会う人と話をすると、女性の方が生き方が上手なんだよね。主婦歴が長いと、自分のためだけではなく、夫や子供のことを色々考えて日常暮らして、様々なことを発想されているわけです。逆に男性は、仕事にかまけて、それさえできればという生き方をしている人が多いでしょう。女性の方がアイデアが豊富です。ねぎを買ってきて、そこから何と何をつくるかというのはご自分の発想です。いろんなアイデアがでてきます。そういう意味で勉強になります。

定年後に、その自分の術を生かせる場をみつけたというのは大きいですね。

本当にそう思います。自分の周りを眺めてみても、技術屋の表舞台を歩いてきた人でも、何にもすることがないと言っています。自分の趣味だけにとどまってしまっていることが多くて、技術を持って余していると感じます。ただ、その生き方が悪いということではありません。僕は会社では優遇はされなかったけど、結果的には良い会社人生だったと思います。僕は小さい頃に両親を亡くしています。2人とも肺病で亡くしました。3人兄弟でしたが、他の2人も亡くしています。弟も肺病で幼い頃に死にました。そういうことで、僕と姉は小さい頃におばあさんのところに引き取られたんです。祖母祖父が活着ている時から、叔父が面倒をみてくれました。モダンボーイで、いろんなことを教えてくれましたよ。競馬や映画もよく見せてくれました。いい叔父でした。

お話をきいていると、毎日が楽しいのではないですか。

そうですね。落ち込むことはないですね。やっぱり一番の喜びは、朝起きて、また1日が始まるということです。今日も健康で一日、元気に何かをできるというそういうことが大きな喜びになっています。ですから健康維持には大変気を使います。それと先ほどから話している、創作玩具というものです。自分の技術を生かすことのできる場に出会えたことは、喜びです。まだまだ新しい伝承玩具を作り出していきたいと思っています。またリサイクルで何か新しいものを創造したいです。

本当に今日はありがとうございました。

### 事例 30

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 81歳 |
|---|-----|

ご協力いただきまして本当にありがとうございました。特に生きがいについて自由にお話ください。

わかりました。日野原先生との出会い、そしてこの新老人の会に入会させていただいたことは、本当に私の生きがいだと思っています。本当に勉強になります。主婦専業でしたから何のキャリアもないのですが、ここで勉強させていただいております。今まで知らなかったこと、たくさん知ることができます。新老人の会に入ったことによって、本当に元気ができました。もう主婦専門ですから、平凡な人生ですよ。私なんて結婚できるのかしらと思っていましたし、主人とお見合いで結婚することになりまして、順調に息子2人が生まれました。孫が2人ずついます。主人は定年も経験しないまま亡くなりました。ある意味幸せかもしれませんが、仕事を辞めた後の自由な時間がないままだったのです。2人の趣味は旅行でした。仕事をしている時は、なかなかゆっくり旅行もできませんでした。ゆっくり旅行をすることが夢でしたが、それが果たせぬまま亡くなってしまいました。77歳で亡くなりましたが、それまで現役でした。聞いてわかる通り、本当に平凡な人生なんですよ。でもこれでよかったのかなと思います。主人は最後まで在宅ケアで看取ることができました。それは本当に日野原先生のおかげなのです。本当に静かに息をひきとったんです。最高の在宅ケアができました。往診にいらしても、主人にも私にも大丈夫ですよと優しいお顔で言ってくださって、本当にいつも安心して過ごすことができました。



毎日の生活の中で、喜びを感じる時はいつですか。

そうですね。朝起きて、どこもどうもない時です。ありがたいなと思います。色々なお友達がいます。それも喜びです。電話友達もいますし、それ以外には旅行先で出会った3組の方がいます。お互いに写真をとって交換して、それからが始まりです。友達は多いです。女学校、小学校、主人の関係で知り合った方などです。世田谷区の民生委員の方からもお電話いただけるのです。1人暮らしの人へのサポートなのですが、1週間に1回電話をしてくださって、色々な話をします。毎回違う方からのお電話なのですが、うれしいですよ。元気な声ですねと声をかけてくださってそう言われるのも元気がでます。色々な方が支えてくださいます。

普段は外出されることは多いのですか。

多いです。80歳をこえると、なかなか外出も難しくなることもありますが、私は今のところ元気で、そうしていただけるのは幸せです。お食事することは大好きなのです。隔日には必ず外にでていますね。よく、寂しいでしょう？なんて聞かれるのですが、寂しいなんて思ったら落ち込んでしまいますから、そういう風には思わないようにします。心の持ちようだと思います。私はパソコンも何もできませんから、書くしかありませんけど、手紙を書いたりすることは大変好きです。読書もできるだけします。買って読んだり、図書館で読んだりします。やはり活字から離れたらだめだと思います。退屈はしません。逆に今日は何も用がなくて、外出しなくてすむ日はうれしいです。好きな本を読んだり、手紙を書いたりできますから。

今一番大切なものは何ですか。

やはり自分の健康かしら。自分の健康を最後まで保てればいいなと思います。人の迷惑にならないようにしたいと思っています。

今の健康状態は良さそうですね。

そうですね。ただまっすぐ歩いているつもりでも曲がっていることを感じます。階段もよるけるといけなないので、上る時は手すりを少し触るようになりました。健康のためには何もしていません。運動も特にしていません。目的もなく散歩はできないんです。だからこうして外出するというのが私の運動です。外出することによって、階段を上ったり下ったりしますから、運動になると思います。最近、デパートを歩き回るのもあんまりしませんね。人ごみが嫌になってきました。

生きがいというと何でしょうか。

これから何年生きられるかわからないけれど、何だかこの会に入会して虹の橋がかけられたようです。そんな風に感じています。ほんの些細なことでもいいんです。人に役に立てるようなことがしたいです。

ありがとうございました。

事例 31 | 男 | 78 歳

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話しください。

わかりました。それをお話する上で、僕の持病の蓄膿症についてお話した方がいと思います。小学生の頃から蓄膿症に悩まされ、13 - 4 歳で手術をしました。それによって右側の鼻はだいぶよくなりました。27 歳の時にもまた手術をしました。しかし芳しくなくて私としてはあきらめた形になっていました。もちろん医学の進歩があるわけですから、一概には言えませんが、もう手術をしても良くなれないという気持ちでした。ただ年を取ると痩せるので、鼻の通りがよくなりました。しかしずっと頭の痛いのは治りませんでした。頭の中に熱があるという感じです。頭が痛いというのは大変抽象的な表現ですが、本人にとっては苦しいものです。致命的なのは頭の働きが悪いということです。それが若い時から続いています。一生懸命努力はしましたが、今まで頭の悪い働きのままで人生を送ってきたのです。目は白内障の手術をしましたが、それ以外に眼圧が高いということで、緑内障を心配しましたが、実はこれも蓄膿症が影響しておりました。72 歳の時でしたが、水がたまってそれが目を押し眼圧が高くなっていたのでした。注射器で水を抜いてくださって、そうしたら目の位置が変わりました。今までそれにより目が押されていたのですが、それが解消されて目が元の位置にもどったということです。ただ、頭の痛いのは解消されません。慢性の病気です。また鼻の手術もしてもらったのです。そのおかげでいまはずかに好転しています。

大変なご苦労をなさっているんですね。

そうですね。やはり一番辛いのは頭痛ですし、そのことで知能が低い生活しかできないということです。それは自分以外にはよく理解されないのです。どうにもならないと思って今までできました。このことはあなたに話しておきたかったことで、文章にして書いてくるなどの才能はないのですみません。

お話を下さってありがとうございます。お仕事はどのようなことをされていたのでしょうか。

電器屋を細々としておりました。生まれは山梨です。26 歳から 3 年間は、進駐軍の門番の仕事をしていました。しかしこんなこと一生やるのも嫌だと思って、ちょうど白黒テレビの出始めでその修理の技術を会得しました。その後、昭和 32-38 年頃まで電器屋で仕事をしました。そして自分で電器屋を始めました。何とか生活だけはできました。小売ですから、乾電池、蛍光灯などからすべて売っています。今でもそれらの小さなものは売り、簡単な仕事をしています。私のような性格のものが商売などあっているわけもないのですが、何とか生活をしてきました。

何かいまやられていることはありますか。

パソコンを習いに行っています。インターネットはまだやっていません。新聞記事を読んで、それをタイプする練習は 4 - 5 年しています。頭の体操にもなります。毎日やっています。トランプゲームばかりですよ。あと山登りをやります。40 歳過ぎてから始めたのですよ。1 年に 1 回くらい富士山に登れるくらいにいたいという気持ちがあります。25 回くらい行きましたね。富士山では 8 月 15 日までに登ると、記帳ができるようになっています。70 歳をこえて登った時に、しばらくしてから名簿が送られてきました。70 歳以上、80 歳以上でどれくらいの方が登っているのかということです。丹沢、金時山、甲斐駒ヶ岳なども行きます。山登りの原点は小学校の頃だと思います。小学校が遠くて 2.5 キロの山道を通いました。坂道は子どもの頃は大変でしたが、今になってその経験から恩恵を受けていると思っています。当時はだれしも歩かないと用を足せない時代でした。山登りは自分の生活の重要なリズムになっていますね。

いま、生きがいというのは何ですか。

自分の健康とそして何かをやるということだだと思います。何かにチャレンジしていないとだめだと思います。近所のパソコン教室に通っていますが、そこで英会話もやっていたのです。安いお値段でやっていて、1 週間に 1 回行っています。めったな人には言わないようにしていますけど、それが楽しいのです。覚えるのは若い人にはかなわないけど、何か挑戦するのは楽しいです。英語も全然わからなければパソコン

をやっているとしても楽しくないでしょう。あと、区の老人の集会にいらしています。10年ほど前でしょう。そこでワープロを教えてもらったのがきっかけで、雑誌の刊行の発送の手伝いをボランティアでしています。1ヶ月に1回です。こうやって色々なことにチャレンジしていきたいのです。山登りもいつまでも登り続けたいです。

何かに挑戦するということですね。

何かにくいつく、かじっていれば、いつか死ぬ時がくるのではないかなんて思っています。やりながら命途絶えれば良いと思っています。蓄膿症ということで、あきらめなければならぬことはあきらめてきた人生だったと思います。ここ最近はわりと調子が良いです。

病との闘いを話してくださってありがとうございます。それを受け入れながら、さまざまなことにチャレンジしていらっしゃることは素晴らしいことです。今日は本当にありがとうございます。

事例32 

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 79歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

わかりました。自分の機転となったことを自分なりにまとめてきたんですけど。脱線しちゃうし、駄弁なのよ。ですから、あなたが私の話をきいてそれを感じ取ってほしいです。

わかりました。

出身は千葉です。両親は教師で私は2人姉妹だったのですが、長女として生まれて明治2年生まれのお祖母に育てられました。旧民法で相続人としての自覚を植え付けられ、しっかりした根性をもつこと、不測の事態に備え、計画的に生活資金を蓄え、自分の家をもつこと、そして何事にも耐え忍ぶことの大切さなど、有形無形の祖母の教えが私の人生の目的、目標、希望の原点になっています。おばあさんのことを思うとパワーがでてきます。見守ってくれると思うとがんばれます。昨日から、私の人生の機転となったのは何だろうと考えていました。それが生きがいに大きくつながってくると思うのです。3つほどあります。まず1つは、20代後半で主人が精神分裂病を発症したことでした。主人は戦後ペニシリンのタンク培養の責任者として昼夜の区別なく生産に励みました。勤務以外の1ヶ月の時間数が200時間でした。主人は戦後の復興という中で、仕事のために眠らない生活を続けていまして、その結果、幻聴、幻覚などを伴い眠れなくなってしまいました。主人の同級生の仲間たちが私たちに励まし、助言をしてくれました。私は薬剤師の免許をもっていたから、主人を看病し子供育てるには、薬局を開業するしかないという結論に達しました。主人は仲間を大事にする人でしたので後輩の面倒見もよかったから、このような助けを得られたのでした。知り合いの信用金庫の方も、私の話をきいて担保もないのに、必要なだけお金を貸します、もし返すことができなくても慈善事業だと思って僕が寄付しますと言ってくださいました。

すごいですね。相手の心をうったのでしょうか。

友達もカンパでお金を集めてくださいました。こういう素晴らしい人たちに囲まれて立ち直ることができました。それにしても、精神をおかされた人たちの病棟というのはすさまじいものがありました。主人が入っていた病棟は、夜中いろいろな声が響き渡る異様なところでした。私ほど不幸な人間はいないと思うこともできましたけど、私は逆に健全な精神を与えられたことに感謝する気持ちでした。そこに私は幸せを見出したと思います。つまり正常な精神をもっているということだけでも、感謝しなくちゃいけないという気持ちになりました。

ご主人はその後どうなったのでしょうか。

今では禁止されていますが、ロボットミ手術を受けました。成功する確率は非常に少ないのですが、成功して回復をとげました。もう涙を出す暇もありません。私も死刑場に行く覚悟で、主人もそのような顔をしていたのを今でも覚えています。手術を終えた後は、頭を絶対に動かしてはいけないということで、私は主人の病室で、頭を動かさないように一晩中まんじりもせず過ごしました。その時のことといたら、恐怖という言葉では片付けられない経験でした。病棟のあちこちから異様な声が聞こえてきて、また2人部屋でしたから隣の人に襲われないかなどの心配がありました。生きた心地がしませんでした。その後、開放病棟にうつり回復していきました。これらが私の生き方の原点の一つになっていると思います。確かに大きな試練でした。子供時代は近所の人たちから、長女としてかわいがられ、鉛筆以上のものをもったことがなく、勉強ばかりしている子供だと言われていたんです。そういう環境にいて、世の中にでたら、思いやりの心など生まれなかったと思います。苦難の裏づけのない喜びはないと思います。

本当に私では想像もつかないようなご経験です。

同じような経験をしている人はいないでしょう。第2点なのですが、薬局経営を主人とともに二人三脚でやってきました。そういう安堵感からでしょうか、私は子宮筋腫にかかりました。娘2人も薬の勉強をしている時でした。ホルモン剤の影響で身体がおかしくなりました。具体的には関節が全部腫れて、西洋医学ではどうにもなりません。それから東洋医学に関心をもつことになり、大学の東洋医学研究会に毎週10年通い、漢方を始めました。いまだ、この手の後遺症は残っております。これ以上指が曲がらないのです。そのリハビリのためにピアノもはじめました。また太極拳もはじめたのです。こうして東洋医学に目覚めたといえます。これが第2の機転だと思えます。日本女子薬剤師会一員として中国に行ってきました。16日間色々な施設にいきまして、勉強してまいりました。そのときに太極拳に出会いました。1992年太極拳全国交流大会シニアの部で銀メダルもらいました。

第3点目は何でしょうか。

薬局の世代交代です。2人の娘ともに薬剤師になりました。長女が引き継いでいます。夫婦で親のお店を自分のお店のようとにかく夢中にやってくれています。確かに自分の仕事が奪われたようで寂しいですけど、それだけ一生懸命やってくれているのは本当にうれしいです。やはりむなしくなることがありました。それを埋めるために、地域にでていこうと思いました。60歳まで現役で、最初は一生現役と思っていましたけど、やはり後継者を育てるためには一歩ひかないといけませんね。苦しかったですよ。太極拳に打ち込むことによって、またそれを地域に向かって広めることによって、世代交代がスムーズにいきました。太極拳を始めるきっかけは、先ほど話した昭和54年に訪中したことからです。地域のセンターで、太極拳を教えました。お弟子さんとともに3年間積み立てをして、中国へ勉強旅行にも行ったこともあります。今も継続しています。そのつながりがあちこち広がるわけです。またNHK学園でリタイア後の人生をどう生きるかという講座の講師を依頼されました。内容はリーダー養成塾なのですが、テーマをもとにかいたレポートの添削などを行いました。その後講義があって、その人たちにお会いしたのです。とても勉強になりました。また郵便局の健康講座を4回やりました。

やはり薬剤師のご経験があったからこそ、色々広がっていったのでしょうかね。

それは基盤になっていました。理論的な説得力になったと思います。自分が病気になったことで、色々な勉強もしましたし努力もしました。そういうことが聞いてくださるみなさんにとって良かったのではないかと思います。とにかく話を聞かせてということでした。保健所の方でも依頼があり、そこからグループができてきました。世代交代のためには店にしがみついていると良くないので、こうやって地域に目を向けていったのです。どんどん道が開けていくわけです。いま、家の2階は太極拳の道場になっています。ボランティアで教えています。3階が住居になっています。もう80歳になりますから、無理をしないで努

力することを心がけています。ですから新老人の会も入りました。

今の生活パターンを教えてください。

5時に起床です。家の外周りを清掃します。吸殻などごみが落ちているんですよ。公園に行って太極拳の練習です。最初は数人の人に太極拳を教えてくださいと言われてまして、数人だと思ったら、大勢に膨れ上がりました。公園にも愛好者グループができました。一番弟子はだいたい上達しまして教えられるようになっています。昨日は久しぶりに一緒にやりました。火曜日にそういう人たちが道場にいらっやいます。話がそれましたけどそれが終わると家に帰りまして、主人と一緒に食事をします。それからピアノやったり、コーラスの練習をしたりします。また勉強のノートの整理や、放送大学にもいっていますのでその勉強なんかやっています。「人生の哲学老荘思想」、「老年期の心理」などをやりました。外出と家で勉強することで半々くらいです。あと今、デイケアのボランティアなどもやっています。デイケアに参加されるお年よりとお話をする、そういうことでボランティア活動をさせていただいております。同時代を経験していますからとても喜ばれます。自分の体力をうまく分配してがんばっております。こんなにもわが一生をさらけだしたのは初めてですよ。恥ずかしいですね。今お話してきた3つの点が転機となって、私は人生を歩んできました。特に生きがいと言われてれば、今までお話してきた苦難を乗り越え、生きてきたことでしょうか。そして今後は毎日を大切に、そしてチャレンジ精神を忘れず生きていくことでしょうか。太極拳や薬剤師、今までの闘病経験を生かしたコミュニティでの活動や、友人関係はとても大切なものです。

本当に貴重な体験を話してくださいまして、ありがとうございました。私の頭もパンクしそうなくらい、想像もできないようなご経験をされています。今後ともご活躍を期待いたします。

事例33 | 男 | 75歳

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

わかりました。僕は青森出身です。終戦近くに旧制の中学を卒業して、あと2ヶ月で終戦という時期に徴兵にいました。戦地にいけるだけの船もない状態でした。そういう状況を見て、これは負けるなと思いました。このように表現するのは失礼ですが、ばかの集団だと思いました。拳骨の世界です。ただ悟ればいいと思いました。顔色を見てお世辞を言うことはしないで、だまって殴られればいいと悟りました。最初の2-3発だけが痛いだけです。取り入るための神経は使いたくないと思いました。終戦になってホッとしました。この集団から抜けられるということです。終戦後から東京で暮らしています。

どんな仕事をされていたのですか。

昭和36年に会社をおこしました。芝生などのグリーン関係で関西で主にやっていました。東京に帰ってきて、東京近郊の仕事をしていましたが不渡りをつかんでしまって、39年の終わり頃つぶれました。それから先は高速道路関係でメンテナンス工事です。その会社のグリーン関係で下請けに入っていたのです。そのことがありまして、引っ張られて勤めました。24時間拘束される仕事でした。自分は作業にはでないけれども、高速道路は24時間ですから何が起こるかわかりませんので、夜昼厭わないということでした。夜の8-9時になると家に帰るのが嫌になり、会社に泊まるのが癖になりました。八王子、関越、首都高速と行きました。まだリタイアして2年になっていません。今年の10月がきて2年になります。都内の首都高にきてから内勤の方になりました。リタイアして何をしようかということに全然考えていませんでした。こういう方向に行こうかなというぼんやりしたものはありましたが、そうしている間に、家内が体調を壊しました。軽い脳梗塞になりました。僕から見ると、身体は50%くらい動くのですが、頭の方がちょっと呆けている感じがします。忘れたということが多くなっています。立ち振る舞いもゆっくりです。これから先どうしていけばいいのかわかりません。去年の6月に入院しまして、病院内で転ぶことがありました。

それが怖いと思いました。しゃがむ、下向くということが苦痛らしいです。自分のライフワークまで考えるということまでしていないのです。

先ほど、定年後のライフワークのお話がありましたが、ぼんやりではあるけれどもその方向というのはどういうものだったのでしょうか。

自分でどうやって体調を維持しようかということです。毎朝3時30分から5000歩程歩きます。午後は家内を連れて散歩します。一万歩を目標にしています。どこまで足の筋肉が鍛えられるのかという思いです。大腿部の筋肉が鍛えられているという気がしません。駅の階段を上がりますが、途中しんどいなと思うことがあります。こんなに歩いていても効果がないような気がします。何なのだろうか？ということです。やめていいのか、続けるべきなのかと悩みます。最終的にはもう10年生きたいと思っています。孫がちょうど20歳近くなるのです。その成長を見たいと思っています。10年という長いなと思います。一年一年は短いと感じていますが、ただこれから10年間自分の体調維持をどうしていったらいいのかと思います。こういうことをやって維持していけばいいのだよと言われても、それを自分が強力な意志で続けられるのかということです。そうすると僕は疑問があります。それだけの強さがあるのか、やはり自分に甘えてしまいます。僕は自分の意志が強くない、流されてしまうというのが常にあります。昭和53年から自彊術をカルチャーセンターで始めました。太極拳などの部類になります。31の動作があります。なぜそれをやるようになったのかというと、昔ジャイアンツの監督の水原さんが身体と心を鍛えるためには自彊術がいいと言っていたのです。その写真と文章をみて非常に惹かれたのです。もう24年になります。やってみて身体にはいいとわかりました。31動作は20分くらいです。身体がすっきりします。継続するのが至難の業です。1日1回20-25分行うのです。会社に通っている時は朝はできないので、帰ってきてからやっていました。自分との戦いです。3回休むと身体が重くなるのがよくわかりますよ。自分が妥協してしまうという弱い部分、だらしなさを克服するためにはじめたのです。やはり振り返ってみますと、俺の一生というのはこれでいいのかなと思います。必ずしも正しいとは思いません。仕事が生かが良かったと言えるでしょう。ですから、家のことや子供のことを省みなかったのです。家内が具合を悪くして、自分に罰が当たったなと思っています。いまは、食事や掃除、洗濯など自分がやっています。ガスを任せられないです。娘が2人居ますが、一人はスープが冷めない距離です。女孫が2人です。小学校5年生と3年生です。これから楽しみで10年見届けたいと思います。

いま、生きがいといわれたらどうでしょうか。

生きがいというのはないですね。生きる喜びもこの所感じないです。それは女房のことがあると思います。女房には今まで家庭をかえりみなくて悪いなという気持ちがあります。定年後には、旅行でもして楽しませてやりたいと思っていたのですが。

ご自身で家庭の仕事をするという生活が続いているわけですが、いかがでしょうか。

苦痛だといえば苦痛です。ただ人間の食への欲望がありますね、おいしかった、あれが食べたいという結果を得るための準備は苦痛ではないです。準備することに苦痛は感じません。この材料とあの材料を合わせると、どんな味になるのかということを考えるのは楽しいです。娘が小さい時にも、これはこうするとこんな味になる、これとこれをあわせるとどうなるかということは教えてきました。

これからの奥様との生活をどんな風に考えていますか。

明らかなビジョンはありませんね。それは僕の迷が道なのかもしれません。女房はどう考えているのでしょうか。仕事にかこつけて家庭をかえりみなかったですから、本当に女房には苦勞をかけていると思います。僕はこの自分の人生を後悔していないといううそになりますけど満足しています。よその人の人生がどんな風なのか知りたいと思いますね。比較したいということではないけれど、どんな生き方をしているの

か知りたいですね。一人の人間としてどんな風に生きてこられたのか知りたいです。女房は結婚してどんな人生を描いていたかわかりませんが、失敗したなと思っています。罪滅ぼしと言ったら失礼だけど、これから最後まで介護したいと思っています。

今日はどうもありがとうございました。

事例 34      男      77 歳

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいということについて、ご自由にお話ください。

そうですね。生きがいということは特別考えませんね。健康で楽しく暮らせればそれが一番いいです。特別こういう目標があって、それに向かってというような強い思いはありません。ただ健康であるためには、どうあるべきなのかということは考えますね。

健康であるためにはどうあるべきかということを詳しくお話してください。

日常生活をできるだけ、無理なく、規則正しく暮らすことです。無理のないように明るく暮らすことです。若い時はあったけど、特別やるということはないですね。健康でみんなに世話にならないようにしたいと思えます。

今の健康状態はいかがですか。

全く悪いところがありません。4年前にがんを患いましたが内視鏡手術で1週間で退院しました。それ以外は、大病ということはありません。うちの目覚まし時計は、3時45分で、寢床で15分くらいストレッチをします。それから起きて風呂に入ります。60歳の時から風呂は朝に入るようにしています。新聞その他でみて、実業界で活躍している人は朝風呂に入る人が多いということでやっています。4時から半身浴でゆっくり入ります。5時くらいに風呂からでて、ヨーグルト、さつまいものふかしたもの、バナナ1本、りんご1/4、グレープなど食べます。それから真向法という体操をして、その後、家内とともにテレビ体操をします。その後、僕は仏教を勉強しているものですからお経をあげます。在家仏教協会に入っていて、法話を聞きにいったりします。中国、インドのお寺、延暦寺、高野山などたくさんまわりました。話がそれましたがお経を読んだ後、朝食をとります。朝食も、家内と2人で作ります。

いつ頃からお料理もやられるのですか。

定年になってからです。夜も一緒につくります。朝食をとった後は、ガーデニングをやっています、草木の世話をします。それからゴルフ練習場に行きます。火曜日と金曜日はゴルフ場に行きます。それ以外の日はゴルフ練習場で練習をします。

ゴルフのお仲間がたくさんいらっしゃるんですね。

そうですね。宿泊をしてゴルフをすることもあります。お互い家内を連れて行くこともあります。

先ほど、仏教のお話がありましたけど、仏教とかかわるきっかけを教えてください。  
定年近くになってからでしょうか。役員も定年が65歳になったんですが、定年1年くらい前になって、毎日どう暮らしていくのかということを考えました。友人が仏教関係の会を紹介してくれて、胸にぐっとくるものがあつたんです。65歳前後から勉強し始めて、自分が生かされているという感覚が強くなってきて、

仏教の生かされて生きるという考えと融合してきました。やはり傲慢さがなくなりましたね。和やかに暮らすことができる。人に言われるとむっとくることもあるけど、穏やかにいこうという気持ちができてきました。人との付き合いが非常によくなりました。妻との付き合いもよくなりました。愛していますよ！

先ほど園芸のお話がありました。

仕事の時はそういうことは関心なかったけど、やはりやめてからですね。朝から晩まで働きっぱなしでしたから、そういうことを考える余裕はなかったです。囲碁は会社にいるころからやっていました。今も続けています。

毎日の生活の中でどんな時に、一番喜びを感じますか。

特別ないけど、運動した後とか、和やかな雰囲気で食事をした時とか、そういう時ですね。

今一番大切なもの、あるいは人、考え方はどんなものでしょうか。

人でいったらやっぱり家内だろうね。家内に先に死なれたらどうなるかなと思いますよ。あと大切なことは、思いやりのある人と付き合うことかな。もちろん自分もそういう人間になることを心がけているけど、そういう友達と付き合う、付きあえるというのは大切です。会社時代の友人、ゴルフの友、同窓生などたくさん友達もいます。どこか旅行に行くのでも、家内と2人というのはあんまりおもしろくないでしょう。だから、夫婦何組かで出かけることが多いです。そういうことは楽しみですね。

思いやりのある人間になりたいということは常に考えていらっしゃるんですね。

そうです。先ほど朝にお経を読むといいましたが、お釈迦様の無財の七施というのがあるのですが(1.やさしい目をする 2.やわらかい顔をする 3.思いやりのある親切な言葉をつかう 4.まごころのこもった奉仕をする 5.感謝の心をもつ 6.席をゆずりあう 7.気持ちのよいもてなしをする) それを毎日読み、実践したいと思っています。

話は戻りますが、やはり健やかに暮らすことは大切なことと考えていらっしゃるんですね。

本当にそうですね。健やかであること、そのためにはどうしてらいいのかということですね。過去を振り返ってどうかということはいあんまり興味ないんです。やはり今をどう生きるかということが大切でしょう。

今日は、本当にありがとうございました。

#### 事例 35

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 77歳 |
|---|-----|

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

わかりました。少し生い立ちからお話をします。出身は東北ですが、生まれは満州の大連です。父は、軍人や自分の部下の方と結婚することを望んでいました。私はそういうことは嫌だと言ったのです。短い年月はいいかもしれませんが、親の権威でもらってやったのだみたいなことであれば、いつか破綻がくると思っていました。その時親にはじめて反抗をしました。それまでは素直に親の言うことを聞いていましたので、父は大変驚きました。そういう時に、妹たちがお世話になっている学校に校長先生として赴任してこられた先生には、私も2年間お世話になっておりまして、母から一度挨拶に行ったらどうかと言われまして、校長室に挨拶に行きました。そこにたまたま主人が書類が何かをもってきたのです。私は顔など見



していませんでしたが、1週間後に校長先生が母に彼を推薦してきたのです。母親は片足なくしても妻子を迷わすような人間じゃなく、責任感のある人だと言ったのです。その責任感のあるという言葉に惹かれまして、お見合いをしました。主人は九州で、私は東北です。赤い糸で結ばれていたのだと強く思います。父は、今までの縁談の中で一番安月給だと言いまして、大変怒りました。また九州と東北の慣習や生活の違いもあると主張しました。

そういういきさつがあったのですね。

しかし主人と無事に結婚をしました。満州にいましたから引き揚げの時のことは今でも鮮明に覚えています。お金を持たずに逃げてきた人、餓死する人もいました。荷馬車で凍った死体を運ぶ場面もみました。自分の持っているものを苦しんでいる方にあげたいと思っても、今の状態がいつまで続くかわからないので、同情心をおこせば明日はわが身だということで思い留まりました。助けてあげることができないのは、大変な苦しい思いでした。自分自身が情けなかったです。私がつまっていた宝石などを座布団にかくし、父からももらった時計を売り食いつないでいました。戦争が終わりますと、主人の田舎の鹿児島に帰りまして、教員生活に戻りました。義母は女学校を出たばかりの何もできない私に対して、大変歯がゆい気持ちだったと思います。九州という土地柄もありますが、大変封建的な家でした。そういう中で主人の姉は、私のことを最後まで支えてくれました。昭和27年頃、このままの状態が続けば、私が耐え切れなくなって里に帰ってしまうだろうということで、主人は東京の教員試験を受けまして、家族で東京にでてきました。

ご主人は、本当に優しい方だったのですね。

少しずつ食糧事情も良くなってからですが、主人が両親に元気な姿をみせないといけないと言いまして、初めて私の里と一緒に帰りました。その時、父が主人に向かって手をついて、「本当に申し訳ない。あなたが九州の師範をでて、こちらの東京で働くということはどんなに大変なものかと察しています。娘のために東京にでてきてくれてすまない」と明治生まれの父が、しばらく頭を上げませんでした。

お母様がおっしゃったように、本当に責任感の強い方だったのですね。

そうですね。私もそれを信じて嫁にいきました。今の人は赤い糸など信じないかもしれませんが、私は信じております。今は、両親、主人、主人の姉に感謝しながら毎日を暮らしています。娘1人、息子2人いますが、みんな素直に育ってくれました。ほとんどの孫は就職も決まりました。私は何も心配することはありません。

いま、生きがいと言われたらどんな風に答えられますか。

孫も大きくなりまして、もう私が口を出す必要もなくなりました。就職の時は、自分で決めただから責任をもってやりなさいと言いました。結婚に関しては口をだすつもりはありません。ですから孫は生きがいにはしていません。自分は主人が残してくれたものを大切にして、そして自分のことを大切にして生きていきたいと思っています。前に、私が足の悪い時がありまして、主人が重いものをもつために買い物につきあってくれたことがありました。その時に、主人が鯛やまぐろなど高いものを色々買い物かごに入れるんです。それで私は今日はお肉も買ったし、それは今度にしましょうと言いましたら、「30年も40年もお前は生きるつもりか、ダイヤモンド買うとか俺の年金を無駄遣いするようなことだったらいけないけど、自分たちが食べたいものを買うのはいいじゃないか」と言われました。その時のことを思って、いまは自分はそのようにしています。主人が言った通りのことがよくわかりました。学生時代のお友達に海外旅行に誘われたら、自分の体力の続く限り行こうと思っています。今年の10月もオーストラリアに誘われています。基本検診で問題がなくても、1週間前に病院に行きまして、身体をみてもらってドクターストップがわからなければ行くということにしています。途中で添乗員さんや家族に迷惑をかけないようにしてい

ます。

健康に関して何か気をつけていらっしゃることはありますか。

食に関しては気にかけています。バランスのよい食事を心がけています。今読んでいるのは『食べ物に薬だ』という本です。母は私が病弱でしたので、私のために色々考えてくれました。オートミールも食べさせてもらっていました。病弱だったせいか、床の中で本を読んだりすることも習慣になっていました。本当に「親の恩は海よりもふかし」だと思っています。引き揚げる時のことを思い出すと、やはり家族というのが人間にとって基本だと思っています。自立して一日を大切に生きて、家族の幸せを願うということが、まさに生きがいだと思っています。

これから何かしたいということがありますか。

もうあまりありませんけど、身の回りの整理をしています。今まで着物をきていたことが多かったので、それがたくさん残っています。母の物もありますので、お友達と一緒に洋服にリフォームしたりしています。それも楽しみです。私が亡き後でも洋服にリフォームしておけば、捨てることも簡単だと思います。母が好きな着物をみていると「もっとしっかりしなくちゃいけないよ」という母の声が聞こえてくるようです。そういう風に見守ってくれていることと、自分がそのように思うこと、そういう瞬間があることに感謝しています。

今日のお話からは感謝という言葉が常に聞かれ、私にはとても印象深かったです。それに、ご主人にお会いしたかったなあという強い思いがわきあがってきました。今日はありがとうございました。

#### 事例 36

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 78歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

元気でやっていることが取り柄だね。生きがいといっても、やはりもうこの年になるとなくなっていますよ。若い時は誰でもありますが、ここまできると自分の身の程もわかってくるしね。健康で子供らに迷惑かけないということだと思う。ただやたらに死ぬわけにはいかないけどね。若い頃は、神経衰弱というものにかかりました。「暗い日曜日」という映画が今度やるようだけど、まさにそんな感じの時がありました。社会を出るときにつまずいたんだね。世の中にでた時に不応症状態だったんです。就職をしてそれがでてしまって、勤めができなくなってしまいました。その頃が私の人生じゃ一番暗い時だったと思います。軍隊に行った時期はそんなこと考える暇もないという状態でした。戦争中に大学は入学していますから、戦後2年間は食いつないで、何とか大学は卒業しました。初めて就職して、1ヶ月くらいで職場にいかれなくなってしまいました。そうなる、うちにもいられなくなっちゃって親父がみつけてくれた就職先だし、家を飛び出しました。本を神田の古本屋で売って、お金をつくったりしました。上野の地下道にも10日くらいいましたか。新聞をみて氏素性を隠して、住み込みの下男がほしいという職があったので、そこで何ヶ月か働きました。居場所だけは親父に知らせましたら迎えにきました。中学校の仲間が勤め口を紹介してくれてそこに就職しましたが、だんだん落ち着いてきました。結構お酒が飲めたんです。勤めて2-3年後に、酔っ払ってその時のことを覚えていないなんてことがでてきました。ただお酒が飲めて、付き合いもできるということで、職場には慣れていきました。お酒がプラスになったんです。ただ夕べのことがわかんなくなるのはよくないですけどね。

若い頃はそういうことはありますよね。

そうです。若い頃は、自殺願望なんてものもあつたけどね。いま、ジョギングしていますが土手を走っていて、首吊りをした人を見ましたよ。そういう人みると、夕べどんな気持ちだったのかななどと思います。

マラソンをされているのですか。

そうです。マラソンをやっています。いま、身体のほうだけは健康。去年までフルマラソンにでていました。5時間35分くらいでした。年4-5回ハーフマラソンをしています。ここへくる時も、エレベータは使いません。日野原先生がおっしゃる階段の一段抜かしですが、僕もずいぶん前からやっていますよ。50歳過ぎに太り始めた頃から、エアロビクスなんて少しやりましたが、それだけじゃ痩せないね。少しずつ近所を走り始めました。江戸川まで走って10分ですから、そこで走り始めました。そのうちに距離も少しずつ伸ばしていきました。5-10キロは50歳過ぎからです。中学の同窓会の1人が、フルマラソンをやっていました。10キロ走ればフルマラソンも走れるよと言われて、58歳くらいでしょうか。中学と高校では剣道部でしたから、身体はできていました。周りを見渡すと、がんにかかったりする人が多いです。いくら健康といってもどうなるかわからないけど、そうなったらあきらめるより仕方がないね。それまでは走っていたいけど。まあ、しいて言えば生きがいというのは、走ることも言えるね。あとやっぱり孫も生きがいかな。孫だけには固着しているわけじゃないけど、遊びにくると楽しいね。

楽しみや喜びを感じるのはどういう時ですか。

やっぱり孫と息子の家族を眺めているのは喜びだね。走るのも大きな喜びです。暇つぶしになるけど映画も好きです。1ヶ月に4本くらいはみます。キネマ旬報も参考にします。図書館に行って、あらゆる新聞の夕刊の映画評論を読みます。婦人公論、婦人の友、文芸春秋などをメモします。また本を読むことはやっています。漱石とか好きです。戦争中、一年くらいは暗号解読にいました。これは肉体的にはそれほどきつい部署ではなかったですが、そこで知り合った仲間が文学好きが多くて、太宰治、リルケなど知りまして、そういうのはプラスでした。遠藤周作なども読んでいます。あと、囲碁も好きです。

今一番大切なものは何ですか。

やっぱり女房かな。勤めている間、私の両親が死んだ時、全部女房がやってくれました。看取ってくれました。最後は母と一緒に住みました。女房には借りがありますよ。

ありがとうございました。

#### 事例 37

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 77歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいを中心に自由にお話ください。

わかりました。とりとめのないような話になるでしょうか、その中から感じてください。この頃、無謀と勇気との選別が非常に早くなりました。これは勇気ある行動だとか、できることとできないこと、可能か不可能かという見極めがはやくなりました。これは考えてみれば年を取ったことの一つの特色といえるのかなと思います。ごく最近のような気がしています。この新老人の会に入って、そういうことを実感します。なぜだろうかなと思います。それは長いこと生きてきて、たくさん経験もしてきて、ふるいにかげられるようになったと言えると思います。もう1つは、逆に想像力がしぼんできたとも言えると思います。これはやってみたい、たぶん可能かもしれないという想像がしぼんできたような気がします。私はご覧のように、陽性の性格です。陽性だということは慎重性が欠如し、無謀なことをしてしまうことが多いかもしれませんが、そんな風を感じています。

だからこそ、いろんなことにチャレンジするということもできるのではないのでしょうか。

ありがとう。

手話を取得中ということがプロフィールに書いてありましたが、これも今のお話でいけば、チャレンジになりますがいづ頃始められたのですか。

最近です。始めたきっかけは、聴力の衰えとかかわりがあります。もともとは言葉に対する関心と関係しています。今までやってきたこと、積み重ねてきたことの中で何か1つだけあげなさいと言われれば、言葉だったと思います。言葉に対しては、思いがあります。書くこと、話すことに加えて、視覚言語として手話というものが、おもしろいかなと思ったのです。4年前はそういう想像力が働いたのです。友達の中に、途中から耳が聴こえなくなった人がおります。そういうことがあり手話の存在に気づいたんです。

確かに、身近に手話を必要としている人がいっしょらなければ、なかなかその価値とか存在に気づきませんですね。今も続けていっしょるのですか。

ええ。継続は力なりですから。でも、それだけなのです。全然上達しないのです。ボキャブラリーが少なく、言葉のようにはいかなくて、本当に難しいです。

表現するのはどうですか？

表現の方が、まだいいです。読み取ることの方が難しい。個人的に好みの言葉があるでしょう。正確な表現をしているつもりでも読み取り違いがあります。

手話をみていると、口を動かしていますが、あれはどういう意味があるのでしょうか。

本当の聾啞というのは音が入らない体ですから、発音ができません。中途失聴の場合は、自分では自分の声が聞こえないけれども発することはできる。声の調節はできないけれども、とにかく話すことはできる。私の友達は聾啞の人ではないのです。ゆくゆくは聾啞の人にも役に立つことができたらと考えています。

スクールにいかれて勉強されているのでしょうか。

そうです。若い方と一緒に勉強です。

いつ頃耳はお悪くなったのですか。

10年くらい前で、両耳に補聴器を入れています。日常は困ります。今日の新老人の会の世話人会でのあなたのお話もなんとか聞こうと思っても、やはり難しいものがありました。あのくらいの広さのお部屋ですと難しい。

以前お電話した時に、今のこの聴力が衰えてきた自分でも、何かできることを探しているんだというお話がありましたけれども、それについて少し詳しくお話をください。

見極めが早くなったという話にも関係してきますが、やはり聴力が衰えたということで、これはできないだろうとかそういう風に考えてしまうようになりました。例えば、こういう新老人の会の世話人会の時でも、テーブルの数があの程度で、人数も十数人で、声をすべてキャッチできないということは、ああいう会に参加する資格がないと思うんです。厳密に言えばそういうことでしょう。その点が残念なところです。私の「えーい、やってしまえ」という気力では補えきれない部分であります。老いるということは寂しいことだとよくいわれますが、私は今まで人間誰しも寂しい部分はあると思ってきたので、それに共感できなかったのですが、聴力の衰えとともに、その言葉もある意味、真理であると感じるようになりました。

寂しい存在ではありますよ。いくつかある選択肢が、最初から少なくなっているというのは、やはり寂しいと思うでしょう？そのような中でも何かできることを探したい、そういう気持ちなのです。探しています。手話をはじめたのもその一つでしょう。

そうですね。今まででしたらたくさんの選択肢の中から選べた、そういうことを知っているだけに余計寂しいということがあるでしょうね。

私はノー天気と、よく人からそう言われます。あんたはノー天気だからとくくられてしまうの。だから私もあえてそう思うようにしていますが。ノー天気は聴力の衰えとも関係していると思うのです。耳が聴こえないというだけじゃなくて、頭の中の回路も関係していると思うのです。耳の聴こえない人というのは一見してわからないでしょう。一見してわからないからこそ、苦しみが強いと私は感じます。

聴力に関して自分の中でクリアできない部分、もやもやというものがありますでしょうか。

ありますよ。会合にでも大部分聞きにくいというのは困る。たとえば個人的な意見を求められても伝えられないような状況では辛いところです。

聴力にかんしてはすこし...あるのですね。

不安ですね。また楽しみでもあるのでしょうか、ノー天気ですからね。良くなることがないということですからね。1人にいるときは補聴器をつけません。やはりストッパーになっているような感じで、はずしたいと感じるんです。不安なんて言っはいけないことを言ったけど、また楽しみであるなんて言ってみただけど、不安と楽しみが同居していますね。昨日、手話教室の飲み会がありました。彼女たちが自分たちの勉強の成果を見せてくれているのに、それを読み取れない自分に対する不満、不安が共存しています。継続は力なりで、2年くらいやっていけば今よりもう少し読み取れるようになるのかなと思います。

今の生活の中で、手話のスクールに通うということは、大きなものでしょう。

はい。やはり自分を励まさないといけないもの。手話をすることは老化防止にもつなげたいの。

様々な考えがあるのですね。

でもそれは言っはいけないことなの。だって指を動かすのであれば、別に手話じゃなくてもいいのです。ただ聴こえない人に会った時に手助けをしてあげたいと思う。目の見えない方がホームにいる時、何かお手伝いできますか？と聞くでしょう。聴こえない人は私は一見してわかる。そばにいて何かお役に立てればという、ささやかなものですけどそういう思いがあります。あんまりこんなことは口に出すべきではないですけど、そう思っています。

先ほど、言葉への関心が前からあったということですか。プロフィールを拝見しましたが、新聞記者、アナウンサー、教師というご経歴がありますが、これらが関係しているのでしょうか。

そうですね。最初に新聞社を受けて入社しました。あの頃の新聞はタブロイド版一枚でした。ですから記者なんていっても、たかがしれているのよ。2年いきました。それからテレビ局を受けなおしました。戦後はじめての募集がありましたが、気づいた時には、もう一般職がなかったです。それでアナウンサーを受けることになりました。その当時はそのテレビ局には報道部がありませんでした。一般職の欠員ができたならば、まわしほしいと頼んでおいたんです。自分がどうしてもアナウンサーになりたいということはありませんでした。声に自信があるとかそういうこともありませんでした。しかし10年やりました。放送用語調査委員もやりました。それで言葉に対する認識が高くなって、それを元手にして学校の先生を10年やりました。

した。高等学校卒業以上の、短大のような芸能学校、俳優さんになりたいという若者たち、演技に対する感性はすばりしかったんですが、ちょっと言葉に訛りがあるというような人達に矯正をすることをやっていました。

ご結婚された後も、ずっとお仕事を続けられていたのですね。

子供ができた時もやっていました。専業主婦は、母の身体が衰え、父が衰えてからです。女性が現役で働くことは、特別のことではなくて当然のだと思っていました。分娩の19日前まで仕事していました。いまのように1日全部テレビがあるわけじゃないですから。実は小学校に入ってから、弱視で0.03ぐらいしか見えませんでした。入学してからどうしても他の子供より動作が遅れるんです。おもしろいのは、どうしてそんな私がアナウンサーになってしまうのだろうと。原稿を読む時にあまりに目を近づけるものだから、放送局に見学者が来られた時には「あのアナウンサーは原稿の匂いをかいているように見えるけど、読んでいるのです。彼女はど近眼なんです」と説明していたそうよ。笑ってしまいますね。テレビの実況をしているときに、画面（モニタ）を説明してくれないかと言われたんです。そのモニタが見えないのです。カメラがとらえているものを実況することができないんです。その時、この仕事の限界を感じました。放送用語委員もやっていたから、放送局の他の部署にうつろうかなと思いましたけど、思い切って10年だから辞めました。限界を乗り越えたのは白内障の手術をした。今は視力が裸眼で0.6になりました。

職業を通じて、いまご自分の生き方を振り返られて、どんな思いがありますか。

してよかったと思う。自分にできることとできないことの見極めもできるようになったと思います。家庭の中だけにいたら、通り過ぎてしまったこともあったと思います。

仕事を続けるということは、やはりご主人の理解がおりになったのではないのでしょうか。

そう、主人の理解はありました。それと同時に父や母の理解もあったと思います。女子大をでました。両親の時代の人で、女性に教育を受けさせようという考えは一般的ではないでしょう。そういう時代でもそういう方は少数ながらいらしたと思います。数の問題だと思います。

お仕事のお話をお聞きしていると、やはり言葉というものにずっと関わられていたのですね。最初にジャーナリストになった理由はやはり言葉に関係してくるのでしょうか。

ジャーナリストをめざしたのは、さっき能動的だと自分の性格を説明したけど、意思的というよりは場当たり的な部分もあると思います。言葉が私の人生の中でキーワードだと思っています。あと能の謡もやっています。お能は昔の言葉なんですけど、そこにひかれました。

新聞記者もアナウンサーも言葉を表現し、伝えるということでは共通していますね。

そう、言葉でくくれるわね。感じるのは10年間で見極めがつかますね。一応10年が目安ね。継続は力なりというのは、いまの私にとって慰めかな。いまの10年と昔の10年は違うと思う。

お仕事をやめられたのは何かありますか。

両親を介護をしました。大変でした。週に1回くらいは教師の職業という気持ちもあったけれど、実際には難しかったです。自宅で面倒をみました。逃げ場がお能の稽古だったと思います。そうは言いたくないですけどね。だからとって夢中になったと思う。介護の影響で股関節を痛め、主人が亡くなった暮れに人工関節をいれました。

聴力、視力、人工関節と色々ありましたけど。

そう、でもみんなクリアしたわよ。ノー天気たる所以ですよ。

そういう危機に直面したときに、どのように対応していくのかということは個々に異なります。

ノー天気だけではクリアできないけれど、私の一つのキーワードの中にノー天気も入るでしょう。  
ありがとうございました。

事例 38

女 72 歳

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話を聞きたいと思います。

わかりました。私は東京生まれの東京育ちです。母は紙の上の勉強など役に立たないという考えをもっておりましたので、私は大変親不孝者でした。私だけは母に背いて、女子高等師範学校に通いました。

教師になろうという目的があったのでしょうか。

そうではないんです。母に反抗しただけですよ。理科で入りました。先生という素晴らしい先生に出会いました。母は職業婦人が嫌いでした。そのために、洋裁学校も行かされました。母は師範学校に入学する時も入学式にはきませんでした。卒業式にはききました。なぜ来たかという、その先生うちの子供は絶対に就職させませんと言いにきたんです。当時は就職難でしたので、常勤ではお仕事をしませんでしたけど、非常勤でやりました。結婚してからも時々先生からご連絡をいただいて、時間講師などをやっておりました。

このライフプランニングセンターでもボランティア活動をされているんですね。

10 年程になります。主人が亡くなった時に私は 61 歳でした。何をしていたのかわからなくなりました。そうしたら、主人が私の名前でもこの会員になっていたことがわかりました。毎回印刷物が送られてきます。私は全然知らなかったのです。それでその送られてくる『教育医療』をみて、色々な講座があり、まさにいまの私のぽっかりあいた穴をうめてくれるものだと感じたのです。まず、運動ボランティアをやりました。運動プログラムがありましてそれのお手伝いを主にやりました。その後、ホスピスのボランティアを 8 年間やりましたが、年もとりましたので、この 3 月にやめました。いまは近所の病院でボランティアをしています。そこは家からも近いので続けています。ボランティアショップを手伝います。去年から模擬患者のボランティアもやっています。

いま、続けていらっしゃる活動を教えてください。

こちらのライフプランニングセンターのコーラス、新老人のコーラスもやっています。主人よりも長い付き合いの他のコーラスグループにも参加しています。また日本画で一筆画をやっています。それも楽しいですよ。まだはじめたばかりです。なにしろ毎日忙しく、外出しています。読書がしたいなと思いつけど時間がありません。

いま、生きがいといったら何になりますか。

一つずつこなして、それが終わると本当に爽快な気持ちになります。やはり人との交わりだと思います。近所も大変よい方に恵まれています。カーテンが閉まっていると心配してご近所の方が訪ねてくれます。家族を含めて色々な方の支えがあって、ここまでやってこられました。そういう方たちに感謝し、そこで

も恩返しができるようにしたいと思っています。これからできるだけ迷惑をかけぬようにしたいと思いま  
すし、誰かを喜ばすことができるような人間になりたいと思っています。人に対してありがとうと言える  
ような、そういう気持ちを伝えられるようでありたいと思っています。お話しした趣味のコーラス、一筆画  
やボランティア活動もそうでしょう。

健康面はいかがですか。

あんまりよくありません。原因がわからず心配なのです。毎年3年くらい続けて、何かしら身体の状態が悪くなっています。熱がでるとか、突然に血圧があがります。暮れにも具合が悪くなりまして、起き上がれなくなりました。調べても何もできません。とても不安なのです。みんなからは動きすぎだと言われます。今はこの原因のわからない体調の悪さが一番不安です。主人が亡くなった後にできたらいいのですが、胃にポリープもあります。でも幸せだと思っています。家族も近隣の方もみなさん心配して支えてくれます。

いま何かこれがやりたいというのはありますか。

そうですね。身の回りの整理をしています。あらゆることを私がやってきましたので、たとえば不動産のことですか、息子もわかっておりませんので、そういうことをノートにまとめておこうと思ってやっております。死の準備でしょうか。

ありがとうございました。

#### 事例 39

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 78歳 |
|---|-----|

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話しください。

わかりました。数点資料ももってきました。私は歯科医師をやっております。少し生い立ちからお話します。小学校の時から上気道が弱く、小学校1年生の時には、風邪から扁桃腺、腎臓炎になりました。自分では長生きできるのかな、なんて思っていたのです。『私たちの遺書』にも執筆しましたが、戦争では学徒勤労動員で、昭和20年に三鷹の中島飛行機製作所で米軍の艦載機の空爆を受け、救護要員として工場内に残され、辛くも九死に一生を得ました。それ以来自分の命は余命と思って、喫煙もせず、酒も飲み過ぎない程度に節制してきました。

歯科医師になるきっかけは何ですか。

父親がそうだったのです。私は中学を卒業し、盲腸炎を患いまして、術後が悪く1年は棒に振ってしまいました。翌年上級学校試験を受けられなくなりました。本当は旧制の高校を狙い、大学へ行くというコースを目指しましたが、試験に落ちてしまいました。目的の高校に入れなかったのです。そういういきさつがありました。父が3月23日に亡くなりまして、私の卒業が3月25日です。国家試験に合格しないと免許証はもらえないわけです。そういう意味で引き継げなかったのも、私はしばらく勤務医をした後で、昭和29年に現住地に開業しました。近頃は無理をしないようにして、今年から午前中だけの診療にしています。新しい方、若い方は拝見しないようにしています。もういつまでも続けられるわけではありませんので、治療途中になっては無責任ですので、どうしてもという昔馴染みの方だけを予約で診療していますので、気楽です。

歯科という職業につかれていかがでしたか。

実は理科の工科に進みたかったのです。はじめは歯科医としてやっていけるのか心配でしたよ。開業した時には、妻とは結婚していました。雑用の手伝いをしてもらいました。娘が2人ですが、あとをつぐ人はいません。長女は歯科医になって後を継ぐと言っておりましたが、歯科医大を卒業すると結婚してしまい



ました。現在は子育て中で本職はやっておりませんが、それも本人にとっては幸せだと思っています。私は、あとどれくらい続けられるかわかりませんが、自分に課せられた本職を使命と考えそれを全うしたいと思います。専門家として患者さんに対してベストを尽くしたいということが僕の第一のモットーです。そういうつもりですとやってきましたが、今になるとやはりその思いが強くなっていく感じがしているのです。若い時は、自分の子どもを育てるといふことの意味合いも大きなものでした。しかし今は、未だに僕のところにきてくださる患者さんに対して、誠心誠意尽くしたいと考えています。そのためには自分の健康が大切だと思います。私は13年前、心臓の具合が悪くなりました。専門家にみてもらいましたら、「あなたの不整脈と心房細動は色々薬を使ってみたが治らない」と言われました。それで薬を飲んでも仕方がないと思いました。よく考えてみたら運動不足を思い当たりました。勝負事が嫌いで必然的にスポーツもやらなくなっていたのです。それで勝負事に関係ない、ウォーキングを始め、7000歩程歩くようにしています。以前に比べて体調もよくなり、胸の苦しさも少なくなりました。ウォーキングのおかげかと思っています。パロメーターとして46歳から今までの自分の肝機能、ヘモグロビン、心電図、血糖などに関するグラフを記録しています。これによって自分の身体の推移、傾向、状態がわかります。

プロフィールをみますと、物をつくるのが好きだということですが。

何においても物をつくるのが好きです。歯科も入れ歯をつくります。自分で製作します。また機械を製作、改良することが好きなのです。趣味においてもそうです。天体写真をつくるのも好きです。小学校の時、先生が日食を説明してくれました時に大きな関心を持ちました。父親が『子どもの科学』という本を買ってくれまして、それで色々なものをつくりました。モーターやトランス、自作電気機関車もつくったりしました。中学生の時ラジオを、また天皇ご成婚に間に合うように真空管式白黒テレビをつくりました。写真や8ミリビデオも好きです。デジカメも挑戦し始めています。パソコンはまだはじめて半年くらいで、自己流でやっています。ここの新老人の会でも2-3回初心者コースを受講しました。あと趣味がこうしたボランティア活動もしております。何か天体現象があった時に、同時に観測しなければいけない時があります。要請があれば観測してデータを送ることをボランティアとしてやっています。月の中に星が隠れる星食というのがあります。星が月に隠される時刻、位置などを正確に多くの地点で同時に観測すると、月のクレーターが観測できます。それは同時観測をするのです。それに応募して参加しました。『星食ビデオ観測キャンペーンから求めた精密月縁』という協力観測論文になっているのです。ボランティアなのですが、自分の観測結果が論文の一助になって解明される事は楽しいことです。あともう一つは、地下水位の観測のボランティアも1978年から行っています。朝、夕8時の自分の家の井戸水の水位の定時観測記録を研究所へ報告します。普通は井戸の水位は常時下がりますが、雨が降ると上がります。雨が降らなくても水位が上がる時があります。そういう異常な時と地震との関係を探る研究なのです。次の地震があって、その次の大地震の予知には解明できなくても、その次の地震の時の予知に参考にということです。地震の前兆として、温泉が噴出したり、井戸がにごったり、地下水位上昇下降があるのです。地味な観測ですが、データを保存して次の地震予知の参考資料です。

生きがいとは何ですか。

今まで話してきたことと関連すると思います。まず歯科という職業を自分の使命と考え、今まで若いときは未だわからなくても新老人という年齢になって初めて知り得たことをお話し、自分の健康の続く限り、患者さんに尽くしたいと思っています。それと天体観測、地下水位の観測などの趣味を生かしたボランティア活動です。あとは、電子機器に限らず、カメラ、望遠鏡、医療器械などの製作・改良です。あと、楽器の演奏を身につけられたらと思います。私たちの時代は音感教育がなされていなかったと思います。音楽を聴くことは大好きなのです。主にクラシックからロマン派くらいまで最近は少しさかのぼってバロックを聴いています。音楽を聴く機会もいまだ少ない時代でしたが、今流行のロックはとてまじめないので、世の中、アレグロからプレストへ傾く時、今まで歩いてきた様に、競うことなくアタジオで人生を送りたいと思っています。

今日は本当にありがとうございました。

事例 40

女 90歳

ご協力いただきまして本当にありがとうございます。特に生きがいを中心に自由にお話ください。

いまは、長男夫婦と住んでいます。嫁がすべてをやってくれて、本当に毎日自由な生活をさせていただいております。この年になったら、なかなか役に立つことはありませんけど、息子が、盲人と晴眼者の集まりである「ひとみ会」を教えてくださいまして参加しています。それが今の私の生きがいの一つになります。少し資料をお持ちしましたがこれは会誌です。月に2回交流の会があります。あと、これは新聞の切り抜きなんですが、参加しているコーラスの最高齢ということで載ったんです。ご覧下さい。

まず「ひとみ会」についてお話をお聞きしたいんですけど参加して、いかがでしょうか。

7年目になります。初めて入った時に、全盲の人が黒い毛糸で編み物をしていらして本当に驚きましたよ。まるで見えているかのようです。盲導犬を連れていらっしゃる人もいるし弱視の人もいます。「目で編んでいるのではなくて、手で編んでいるんですよ」と言われたんです。本当にハッとしたんです。私たちはプリントをみて、どのように編むか考えるわけですが、彼らはそれらを頭にいれているんですね。それに、彼らは本当に明るいです。私のイメージとして暗いのかなということがありましたけど、それとは全然違いました。私なんておばあさんだから、何にもしないでみなさんにやってもらうのですよ。みんなで話し合いをしたりします。世間の話ですね。「見えないことについての話し合い」というのもありましたよ。盲人と晴眼者のそれぞれの立場で話をします。こういう時はどうしたらいいのかななんて話し合います。なかなか盲人の人と関わるといのは日常ないことですよ。そういう話し合いのなかから新たな発見もあります。見えるということはありがたいことだと感じますが、それと同時に見えることがすべてではないとも感じますね。そういう価値観がもてるようになりました。また元気をいただく感じです。一緒に横浜のランドマークタワーの展望台に行きましたが、彼らは周りの人たちの言葉をきいて、ご自分で想像するんですって。

生きがいは何でしょうか。

俳句、俳画、詩吟、コ-ラスをやっています。嫁が日常生活のことはすべてやってくれますから、自由な時間がありますし、好きなことをやらせてもらっています。何かみるとすぐやってみたいという、お調子者なのです！今回あなたとお話をするだけでも、内心恐縮しながらとってもうれしいのですよ。とにかく色々なことをやってみたいと思って、手を出しています。そんな毎日が楽しいのです。コーラスは俳句の友達から誘われて入りました。とっても楽しくて続いています。この年ですから、引き下がろうと思うと、引き止められて、「アクセサリーでいいのよ」なんていわれまして、まだ続いています。何かというと、この年齢の人が仲間に入っているとされますよ。どこいっても年長者になってしまうのですよ。詩吟は24年になります。昔は舞台にでたりしました。もうやめましたけど、やっていたことがいま役に立ったりします。何かの時に、じゃあひとつ詩吟をということになります。あと俳画をやっておりまして、先生が素晴らしいんです。先生のお祝いの会の時にも、年長者だということで、挨拶をさせていただいたついでに、詩吟をやったりしました。ホントお調子者なのですよ……。この健康であるということが毎日を楽しませてくれているのかもしれないね。

この新聞の切り抜きによると、毎晩晩酌をされるんですね。

はい。前に晩酌はいいとお医者さんが言っていたので、それを忠実に守っています。コーラスの合宿の時にも、私のためにお酒を用意して下さったりして、うれしいことばかりです。年をとることは辛いこともありますが、みなさんが色々支えてくれます。それは本当に幸せですね。そういう日々と大切に生きたい

と思います。

日記もつけていらっしゃるんですね。

昔からつけています。孫から5年の日記帳をもらいまして、その時は5年は無理だと思っていたんですけど、時が過ぎてしまいました。今度は3年のものを買いました。たいしたことは書かないんですが、その日どんなことがあったのかということを書き留めておきます。記憶がにぶってきますから、日記をつけておくと、腰を痛めた日と薬を始めて飲んだ日など、そういうことが結構役に立ちます。

何かお仕事をされていたことはありますか。

教師をしていました。しかしそれはもう忘れていただきたいんですよ。自分では向かないのに、ただ若さでやってしまったのですよ。姉の友達がその学校に働いていまして、何かしたくて自分もやりたいという単純な気持ちでした。立派な先生になりたいという志は全くなかったのです。私はするべきじゃなかったんだと反省しています。戦争前つまり結婚する前ですが11年、子供が生まれてやめて、15年間は家にいて、その後またやりました。トータルすると25年くらいやりました。でもね、本当に学校の教員は向いていなかったと思っています。

ご自分の人生を振り返ってみていかがでしたか。

教員はやらないほうが良かったと思っています。今色んなことをやらせてもらって楽しんでいます。英語ももっと勉強しておけばよかったなあと思いますよ。新老人の会の読み物などにしても、また日野原先生のお話しにしても、英語というのはたくさんでできますでしょう。だからもう少し勉強していたらよかったなあと思います。

お子さんは、何人いらっしゃるのですか。ですか。

長男、次男、娘です。娘とはよく一緒に旅行や遠出をします。しかられながら、よく面倒をみてくれますよ。孫は1人しかいないですが、一緒に住んでいます。娘は何かお祝い事があると、こうやってカードをくれたりします。うれしくて、こうやって財布にいれています。

今日は本当にありがとうございました。

#### 事例 41

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 76歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。今まで翻訳家としてご活躍をされてきたということですが、仕事をするきっかけなどを含めて、現在の生きがいについてお話をください。

わかりました。生まれは東京の下町で、それ以来東京で育ち、早稲田の政治経済を卒業いたしました。早稲田に入学したときは戦争中でしたが、早稲田のESS (English Speaking Society) に入りました。当時は英語を勉強するなんてのもっての他なのですが、やはり英語は好きでしたし、親父も英語くらいできる人間にならないといけないと常々言っておりました。そういうことが影響していると思います。大学には籍をおきながら、アルバイトで進駐軍の通訳をしていました。いつまでもそれをしているわけにはいきませんから、外資系の商社で働きました。上司はアメリカ人ですから、自分の仕事の報告なども含めて英語でレポートを書く必要があります。ですから英語を毎日使っていました。その後はスウェーデン系の貿易会社に17年勤めました。この新老人の会を教えてくれた友人の会社で、毎週1回出社しまして、難しい英語の手紙などを作成するお手伝いをしています。

今はどんな仕事をされていますか。

医療関係の翻訳ですとか、今お話しした仕事を少しずつやっています。パソコンを使っています。僕の仕事は日本語を英語になおすことです。メールの使い方などをまたこの新老人の会で勉強したいと思っているんですよ。去年教えていただいていたんです。落ち着いたらやりたいと思います。

ずっと翻訳というお仕事を続けられてきたんですね。

英語は集中的に大学で勉強しただけです。外資系の会社にいましたから鍛えられたと思います。進駐軍の通訳も良かったでしょう。一緒にジープに乗って、即座に訳することが求められましたから、良かったと思います。ぼくもそうやって翻訳でもしていないと、呆けたら嫌ですから。毎日英語に接するようにしています。

生きがいというのは何でしょうか。

生きがいですか。もうこの年ですから頭の体操をしながら、身体をつくって健康で暮らすことだと思います。

身体をつくるということは何かされているのですか。

週3回スポーツジムに、30年近く通っていますよ。

趣味はありますか。

音楽を家で聴いたり、旅行は割合好きです。定年後は家内と行ったり、大学の仲間と行ったりします。その中でも特に5人は親しいです。よく会います。

生きがいで、先ほど頭の体操とおっしゃいましたが、具体的にはどういうことでしょうか。

翻訳でしょう。常に英語に接するということです。それしかないということもあります。会社にいた頃とは違って、何らかの係わり合いをもてるということは重要です。

そういう技術が最後までいるんな形で生かされますね。今、何かしたいなということがありますか。

もう76歳だからね、でも仕事をもう少ししたいなあという気持ちがあります。最後は一般商社の海外事業部調査役でしたが、73歳まで毎日出勤していました。毎朝電車にのるということがなくなってしまったので寂しいですね。ですから翻訳の仕事はできる限り続けたいです。

今日は本当にありがとうございました。

#### 事例 42

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 78歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございました。生きがいについてお話しください。わかりました。実は私は、一貫して仏教に厳格な両親に育てられたんです。しかし、自分が選んだのはキリスト教の学校でした。小学校を卒業した後、そういう学校を自分で選んだのです。自分は4人兄弟で末っ子です。過保護にかわいがられて病弱でした。過保護ゆえの病弱だったのです。自分の中で、その弱さが

とても嫌でした。人前で自分の意見を言うことができず、そういう自分が嫌で心の中で葛藤がありました。私は下関の生まれですが、上の3人は県立の学校で厳しい教育を受けていました。嫌だったのは、姉の教科書に女子用と書いてあったんです。兄と比べてみたら程度が全然違うんです。女子と男子の教育の違いというのはあったんですね。私も同じ学校を受ける日になってボイコットしたんです。ひどく怒られましたが「私は私立のキリスト教の学校に行きたい」と言いました。父も仕方なく受け入れました。そのミッションスクールの教育が大変気に入りましたし、自分にあっていました。そこでは、たえず自分のためだけに生きるのではなく、他人のために奉仕するという方針でした。その頃はアメリカからの宣教師が5-6人いました。他人のために奉仕するということを教えられました。学生の頃から、老人ホームに訪問したりしました。YWCAに参加していましたが、日本各地の学校が参加して集う集会があったのですが、そういうことが楽しかったです。弱かった私が見る見るうちに活発に元気になりました。その教育が私の土台をつくっています。

そのミッションスクールでの教育があったんですね。そういう中で、生き生きとされていったということでしょうか。いままでの殻を破る事ができたというような。

そうですね。教育にも向き不向きがあるのでしょうかね。だから、今の私の基礎はそこにあったと思っています。宣教師の先生には大変お世話になりました。その先生は106歳で亡くなりましたが、最後はロスにいらして、毎年訪れていました。彼女は一貫して受けた教育はそれを社会に還元してはじめて生かされるのだという考え方でした。そういうことを教えてくださいました。その姿勢はいまだに自分の中にあると思います。その後大学に進学しました。戦争が終わって、彼女が後見人になってアメリカに留学したのです。ワシントンDCに7年いました。私はインテリアのアートを勉強したかったのです。大学への入学する前の予科に入り、一生懸命やるつもりだったんですが、そこで主人と会ってしまったのです。主人と出会わなければまた別の道があったでしょう。私は仕事に生きたいと考え、アメリカに渡ったわけですから。3年付き合っただけで結婚したいと言われまして、結婚を選びました。目的を果たせないままで、今でもそれは残念だと思っています。というのも、主人は医者という専門家であるわけですが、私は何のスペシャリストでもないということなのです。主婦になってしまって子供もできませんでしたし、残念に思いました。しかし、資格はないけれど、私は私なりに自分のできることをするというのをしてきました。うれしいことは主人がとても理解があることです。主人と結婚する時に、3つ約束しました。1つは家庭をもっても自由に生きたいということです。お互いの生き方を認めるということです。2つは、私は海外に行って活躍したいという思いがあったわけですが、色々な所に一緒に連れて行ってほしいということです。海外に行くと、色々なお友達ができて、そういう人が日本にいらした時にお世話をするとか、また逆のこともあります。そういう交流はやりたかったことです。そういう願いはかなえられました。3つは、私はキリスト教ですから、同じ宗教を信仰してほしいということなんです。主人も向こうで洗礼を受けてそれから結婚しました。教会に行くのも2人で、子育ても2人です。アメリカで結婚したのも良かったと思っています。いま感じるのは、女性が独立して仕事をしていると、やはりいつか結婚との両立という問題に直面すると思いますが、同じような経験をして今の日本の男性は共に家庭を築き上げるということをしてほしいと思います。そういう相手ならば、やはり結婚を進めたいと思います。そういう悩みをもっていらっしゃる方に結構相談を受けるのです。

それは教会を通じですか。

そうとは限りません。交友関係の中からの方が多いかもしれません。結婚と仕事の両立、親離れ、子離れの問題などの相談を受けます。いままでの私の生きてきた道を振り返ってみると、私は結構妥協しない性格ですから、そういう中で主人の理解とサポートがあったと思っています。私は医者の家に生まれまして、主人も医者ですし、医者領域に関心はあります。私のできるお世話をしており、教会でも老人や病人の訪問をしています。オムツたたみなどは、私は喘息がありましてできませんので、主にお話をきくということになります。ライフプランニングセンターの講座も結構やりました。私はドクターでもナースでもないですが、共に喜び共に泣くという精神です。そういう気持ちは常に失いたくないと思います。

そういう訪問は定期的に行っているのですか。

病人の訪問は定期的です。 主人が医者でそういう関係からですね。

ご主人のお知り合いなどを通して、病人のお世話などをされているということですか。

そうですね。それは割合長く続いています。日野原先生の影響は大きいです。

今までお話を聞いておりますと、やはりご主人のサポートというのは重要であると感じました。

本当にそうなんです。やはり女性が何かやろうとする、他者のために、社会のために何か行動を起こそうとすれば、やはり伴侶の協力がいるでしょう。私は今の世の中で望むのは、男性がもっと協力的であればいいと思います。こうやってあなたに私はこうであるなんて語るほどのことはないのですが、やはり私は神様によって生かされ、その恵みを他者に分け与えたいと常に思っております。夫が医者ですし、そういう方面でできることをしたいと考えております。たとえば病院に入院するということを1つとっても、患者の側にたてば思うようにいかないことがあると思います。外泊をしたい場合の手続きなどをお手伝いし、継続してかかっている人はいます。透析を続けている人のお世話などです。色々なケースがありますね。この年になりますと骨折をするなど色々なことがおこります。そういう友人のお世話をしたりします。訪問するといっても結構時間がかかります。

教会の中の活動はどのようなものですか。

教会の婦人会の会長のような活動をしています。毎月の活動のお世話とか、教会員の方の旅行のお世話などです。バザーの準備もやります。単独でベーカリーショップをします。私は指図することが多いですが、クリスマスリースをパンの生地で作ります。サンタクロースの顔もパンで作ります。ブーツも作ります。その辺に売っていないようなものを作りたいということでアイデアを出します。作ってくれる方は教会員ではなく私の友人ですが、その利益を難民救済にあてています。着物の生地でカードを作ります。その収益も寄付します。手先が器用な人はたくさんいるでしょう。でもそれが家の中の趣味にとどまっているかたも多くて、そういう人たちを引っ張り出して、私が間に入って、それを何か生かせないかなということです。一人の力ではできません。ミッションスクールに行くということで、最初は親不孝で怒られましたけど、父も最終的には喜んで認めてくれたと思っています。親孝行したということではないですけど。

今日は本当にありがとうございました。

#### 事例 43

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 75歳 |
|---|-----|

ご協力頂きまして、ありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

わかりました。私の人生は波乱万丈でした。いまは息子も娘も独立して家族をもち生活しておりますので、いま、私が心配することは何もありません。思い悩むことはないです。20年余りの間は、その差し上げましたプリントにありますように、色々ありました。それによって自分も成長できたと思っています。ただ主人を救ってあげることができませんでした。それは悔いがあります。主人が他の女性と関係をもち、その後アルツハイマー病にかかり亡くなりました。主人をみていますと、病気の中に逃げ込んでしまったというような気がしています。かわいそうだったと思います。何かちぐはぐになってしまったような感じです。子供達を無事に大人にできたことは本当に良かったと思います。実は私は同年輩の友人はあまりいま

せん。どうしても違和感をおぼえてしまいます。昔、PTA などについても、他のお母様方の生活を見聞きすると、自分の生活と比べて落ち込んでしまうんです。それから立ち直るまでに時間とエネルギーがかかります。なので、あまり接触しないようにしてきたことは事実で、自分のからの中に閉じこもった生活をしてきたような気がしています。みんなと心をわけへだてなくつながることができない部分があります。こういう辛いことがあっても周りの皆に相談はしませんでした。一度相談して、ガタガタになってしまったら、もう立ち直れないような気がしたのです。そうできない正確なのかもしれません。新老人の会ができて、それをちょっとのぞかせてもらおうかなと思ったのは私にとっては進歩なのです。一步踏み出したという思いです。同年輩の方たちがどう考えているのかを知りたいし、何ができるのかを知りたい、力をだせる部分があればやりたいと思っています。そう考えられるようになったのは、自分自身の傷がだいぶいえてきたのかなと思います。

少しご自身の人生を振り返っていただきたいのですが。

出身は関西で弟が2人おります。昔というと、やはり戦争を思い出しますね。戦争の頃は、兵隊さんの靴をつくり、軍国乙女でしたよ。敵国だから英語を勉強しないという学校が多かったのですが、私が行っていた学校は英語を勉強しましたので、それを生かして海外からの電話の取次ぎの仕事をしました。学生の身分なのですが、人手が足りなかったのです。電話交換手をやっていたいぶん前からもう日本は負けるということはうすうす感じていました。主人と結婚したのは昭和24年です。結婚してから東京の方にでてきました。主人は大学の下宿が焼けてしまって、今度下宿したところが私の祖母のところでした。祖母の所もやけて、その後みんなが私の家に来てしまったのでそこで知り合いました。私は戦後ファッションの勉強をはじめました。それまではお化粧などしたこともないような感じでしたが、やはりあこがれがあったと思います。関西で勉強しましてその学校のお手伝いをしながら、アメリカのワールドファッションコンテストに応募したのです。4、5枚出したのですが、その中の1つが大賞に選ばれました。その後帝劇でのファッションショーにも参加しました。そしてデパートでデザイナーの卵としてつとめました。主人はその後大学で建築を勉強しておりましたので、私は洋服でしたが、おなじデザインを求めていきました。その後の転機になったのは、主人が1955年にフルブライト奨学資金で渡米し、シカゴの工科大学で建築の研修をすることになりました。私もその後を追いかけて、1年余りでしたが向こうでファッションの勉強ができました。日本では製図でしたけど、アメリカではボディがありまして、布地を身体にとめていくという方法でした。物資があるからできたことでしたが、とても勉強になりました。色の勉強もしました。日本では、洋服は洋服で独立したデザイン学校でしたけど、アメリカではそうではありませんでした。車のデザインから、インテリアなどすべてが一緒に大きなデザインとして捉えられていました。生活すべてをデザインするという考え方に出会いました。そういう考え方に出会えたことが大きかったです。それに向こうの方たちと接せられたというのも大きかったと思っています。私たちはお金はありませんので、みなさんがお食事に招いて下さり、そういう形で支援してくださいました。夕飯などは家で食べたことはほとんどありませんでした。デザイン修行をしながら、まわりにすすめられて仕立屋さんをしたら、重宝がられました。みなさんのお世話になったんです。熟年で旅行をなさることがありますが、まだとても若い時に行かれたんです。帰りは太平洋をもどらず、大西洋をヨーロッパに渡り、ぐるっとまわって帰国しました。

今でこそライフデザインなどといいますが、やはり最初は狭い意味だったでしょうね。

感覚でそれを感じ取れたことは大きいですし、逆にお洋服だけの世界に戻れなくなってしまったのです。デザインという言葉の意味が、ドレスを飛び越えて、生活や生き方をつくりあげていくという意味に広がっていきました。日本に帰ったあとは、下の子供が生まれましたので子育てをしていました。上の子は実家に預けて外国にいてしまいましたので、子供達には世界のどこでも生きられるという風に育ててもらいたいと思いました。私は女専で教員免状をいただいております。それを活用して、私は日本に帰国して、小学生、中学生、高校生の塾を経営することになりました。

塾をやるうと思ったきっかけはありますか。

学校の先生になるには、子育てができないので、家でできるということが重要でした。それにやっているうちにとても楽しくなりました。塾は昭和48年につくりました。人数も日数もだんだん多くなりました。塾の仕事の半分はカウンセリングだと思いました。お母様たちと面談して、子供達の悩みを聞きました。机が並んでいまして、その子の力をみながら個別に適切な教材を与えていきました。30年近く続けました。10人くらいの学生さんたちがかわってくれました。夜に採点をしてもらって、みんなでおしゃべりをしました。それは楽しかったです。「音読をさせる会」をつくりまして生徒にやってもらいました。それでご両親やおばあちゃん、おじいちゃんを招いてその成果をご覧頂きました。それもとてもよい試みだったと思います。子供達がおこへ来て良かったと思えるようなところにしたいと思いました。この土地は主人とのことがありまして、両親に頼んで買ってもらったものなのです。その時は、大変贅沢なことだと思いましたが、今になれば本当に私にとって宝物です。ここに来てくださる方に喜んでもらえること、それが恩返しだと思っています。塾をやめるようになったのは、家の前に高校がつくられることになりました。それによって、家の前は工事のために車の通りが激しくなることになりまして、万が一、子供達に何かあるといけないと思いました。やめた後は、まだやりたかったという思いが強かったです。そこで自分の生きがいみたいなものがなくなってしまったかのように感じておりました。時間がたつと、良かったのかなという思いもあります。いま、仕事がなくなって、次に全力あげてやるうというものはまだありません。

いまの生きがいというのは何ですか。

自分勝手なのですが、自分の開発されていない部分をやりたいと思います。世の中での人との付き合い方もまだできていないですから、何か自分に足りないものは一杯ありますので、少しずつ変わりたいと思います。いまは1人暮らしなので、福祉の人がきてくれます。とても親切にしてください。お誕生日の時はプレゼントを下さったり、時々足を運んでくださったりします。何か人のためになるようなことをしたいというのはありますが、言葉で言うのは簡単ですが難しいですね。今までの人生で悔いはないです。ぎりぎりのところで自分が思うように判断して進んできました。ですからこれからもそう生きたいと思っています。そして、自分を最後まで使い切るということをしたいと思っています。趣味としてフラメンゴは20年前に始めました。歌や踊りというそういうものの中で、自分をさらけだしていき、表現していきたいと思っています。いまは生活もある程度落ち着いて、今度どんなことしようかと考えている段階です。いまの生活を壊すことはしたくないし、ただ守ることもしたくないと思いますが、1週間に2-3回はジムにいきまして運動しております。健康維持はしています。パソコンも短期で習いましたが、いまやらなくちゃならないことではないなと思いました。寝込んでからでもいいかなと思います。自分勝手な性格で心が痛みます。数直線がありますとできるだけマイナスにならないようにと必死にがんばってきました。プラスにならなくても、0で保てるようにしたいと思っています。

たとえば、数直線でもマイナスとプラスの方向だけではなく、もっと空間も使って、斜め上とか斜め下とか、そういう方向にちょっと進んでみるのもいいかもしれませんね。

そうですね。私は一枚のゆかたのように生きたいのです。それが生きがいでしょう。使い切りたいということなのですが、少しごわついたりまだ身体になじまないゆかた、それから何度も水を通し、膝やお尻の部分がくたびれて上下、左右、前後、裏返しに布をきりかえて、縫い直し……。そのうち弱ったところを切り捨て、よいとこどりにして寝巻きや四つ身、一つ身(子供用)に仕立直したりして、肌になじんでから肌の一部をみたくになったゆかた。とうとう赤ちゃんのおしめになって……ぞうきんになって、使い切って消えてゆく。私の時代は、ゆかたはこのように使われていました。そういう一枚のゆかたの変遷と自分の人生が重なります。この年になると、多くのおみなさんは今までの仕事や取り組んでこられたことの集大成をする方向に進んでおられると思いますが、私の場合は塾もやめましてそういう方向は難しいという立場になっています。フラメンゴも歌も自分の出来なかった部分への挑戦で、誰のためでもありません。楽しいですから、ただ自分を使い切ることにつながるんです。自分が今までやっていなかったことに、情熱をかけることなんですが、世の中のためにはならないことです。そういう人間がいてもいいかなと思いま



す。

今日はありがとうございました。

#### 事例 44

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 80歳 |
|---|-----|

ご協力いただきまして、ありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

わかりました。生きがいって言われてずいぶん考えました。生きがいって何かな？やはり子供や、家族の健康管理が生きがいかなと思いました。

そのようにお答えになる方はたくさんいらっしゃいますよ。

主人も健在ですし、息子も一緒に住んでおりますので、2人のために食事を作るのも楽しいですね。ただ主人はかわいそうかもしれませんね、息子の好きなものをつくってしまうこととなりますからね。

本当の現役の主婦ですね。

そうです。毎日の家事は昔と変わらないですね。時々、手伝いの人にきてもらいますが、ほとんど自分ですね。この頃、2人ともできる範囲で力仕事をしてくれるようになりました。みんなが仲良く、健康でいてくれたらと願っています。だから、健康を思うと、そうなるように食事を考えたりします。

どんな時に、生きがいを感じますか。

山が好きです。最近はやがたいかなれないのですが、主人が定年退職してから、山に登りはじめました。山の会に入っています。50歳代くらいから入りたいと思っていました。山の会に58歳で入りました。外国の山や日本の山、半月の旅行もいかせてもらいました。本当に苦労して登るのですが、また行きたくなるんです。だから、山への登ることは生きがいになるでしょう。山に登りたいために体操をしたり、水泳をしたりしました。今はもう水泳はやめましたけど、昔からスポーツは好きでした。

いまは、どのくらいのペースで山にいかれているんですか。

もう少なくなっていますよ。山と言いますが、丘に登っているという感じですよ。たいした山じゃないです。この間は高尾に行きました。ホームページにだしますので見てください。

あとボランティア活動もされていますが。

いまは、新老人の会のパソコンを教えるボランティアをしています。長男の仕事の関係で家にはだいぶ前からパソコンがあったんです。いつも動かしてみたいなあと考えていました。そこで、こちらでパソコンを教えてくださいということで始めました。

このライフプランニングセンターを知るきっかけはどういうことなのですか。

主人の都合でローマに2年ほど住んだのですが、帰国後調子が悪くなりました。ここで、体力づくりの教室がありまして、何ヶ月か通ったんです。それがきっかけです。その後、ホームケアアソシエーターの資格に通いました。実はそのころ今とは違ってこうやって人と話をしたりするのは苦手の方でして、人と関係しないことをしたかったんです。それでパソコンということになりました。65歳でパソコンをはじめた

んです。ただ、家に帰ると息子が教えてくれまして、その点ではよかったです。次男も三男もパソコンの関係の仕事ですから、先生が3人いるようなものです。

パソコンはお好きでしょう。いまの生活での楽しみはどんなことですか。

パソコンは四六時中やっても平気なんです。好きなのですね。ホームページが変になってしまって、昨日はずっとやっていました。息子に教えてもらっています。近所の人にも、パソコンを教えています。また友達に食事を誘われたりすると何はさておき行きますよ。あと、俳句もはじめましたよ。体が動けなくなっても、できるようなことをしたいと思って俳句をはじめました。あと新老人の会のコーラスも入って楽しいですよ。

ボランティアというのはどんな意味をもちますか。

これはまったくの自分のためです。家にももっているのは嫌ですし、ここで少しでもお役にたてるのはうれしいことです。週に一度こちらにきて、何かお役にたてればと思います。

生きがいと対極にあるたとえば絶望的に感じるというのはどういう時ですか。

そうですね。戦争でしょうか。主人も戦争に行っていますし、戦争というと私の時代には特別なことです。またあのようなことが起きるのかと思うと本当に不安ですし、それこそ絶望的です。主人が今年になってからあんまり元気ないんです。外にもいかず歩き方も少しゆるる感じです。1人でさっさと外に出る人だったんですけど、元気がないので心配です。長生きしてほしいと思います。いま、それが気になっていることなんです。

今の生活はいかがですか。

本当に自分の人生は幸せだと思いますよ。みんな順番に亡くなっていますし、逆になることもなく。今が幸せだから、このままずっと続けたいですね。希望はそういうことです。平和、平穏が続くといいです。戦争は嫌です。やはり平和というのは望んでいます。それぞれの家族が幸せになることが一番ですね。暇があるとやってきてくれて楽しいですよ。長男のことはやはり一番心配はありますね。私たちが死んでも仲良く暮らして行ってほしいですね。

生きがいというと、もちろんご自分の趣味、山はもちろんのこと、やはり家族の幸せが大切だということですね。今日は、本当にありがとうございました。

生きがいって何かと今まで考えていませんでした。こうやって質問されて考えたんです。でもやはり家族が大切ですね。今、私本当に楽しいのです。

ありがとうございました。

#### 事例 45

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 84歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについて自由にお話ください。

父が外交官だったものですから、色々なところを転々としていますので、履歴書をあらかじめ書いてまいりました。生まれは中国で6歳の時に、ワシントンおよびシカゴに行きました。アメリカで小学校に通いまして、その後、中国にわたって、中国福州の日本人小学校に在学致しまして、そこで日本語を学びまし

た。それまではずっと英語だったわけです。英語が母国語ということです。家庭では日本語を使うようにしていたんです。両親が読み書きなどは日本語の教科書を取り寄せて勉強しましたが、中々身につくまで時間がかかりました。その後両親は中国に残りましたが、私は1人で神戸に行きまして女学校に在学いたしました。日本語の女学校ですが、わりと英語が進んでいまして、外国人の先生もたくさんいらっしゃいました。夏休みに福州に帰りましたら、ちょうど父がシンガポールに行くということで、一緒に行くことにしました。シンガポールの英国の学校に通いました。その後、ホノルルの今でいったら高校のような所に行きました。そして女子大の家政学部に入りました。

こうやって振りかえられると、お父様のお仕事の関係で色々な土地に住み、そしてそこで教育を受ける、そういう素晴らしい環境に恵まれましたね。

恵まれた環境でしたが、仕事とはいえ、いろんな土地を転々とする中で、父も子供たちの教育はどうしたらいいのか悩んでいたでしょう。両親が子どもの教育に熱心でできるだけことはしてくれました。英語の学校に通っている時は、日本の教科書の勉強は家庭教師を利用し、何とか両方とも不自由のないようにしてくれました。ただ一つできなかったことは、すらすらときれいに日本語がかけないことです。それが悩みです。ホノルルにいる時も土曜日には先生にきていただいて、お習字を妹とそろってさせられたものです。しかし一同に効果はありません。小学生の字から大人の字に移る時期にあまり日本語を書く機会がなかったことが影響しているようです。妹も教養がないようで恥ずかしいと言っています。

いつごろご結婚されたのですか。

昭和13年です。私たち家族は文科系でしたけど、彼は技術系で土木関係です。官庁に勤めて港の設計や施工などをやっていました。そういう主人の関係もあって、私も何となくそういう方面の翻訳をやっていました。当時終戦後など、英語の勉強がなされていなかったこともあって、英語ができる人は少なかったのです。その頃私達は地方の町にいましたが、英語ができるのは学校の先生くらいでした。それでマッカーサーの総司令部から誰々が視察にくるといことになる、私がお手伝いをしたりしていたのです。その後東京にでました。その頃にはみなさん英語を勉強したいという状況になってきました。そこで、昭和25年~30年まで英語学校の教師をしました。その仕事をやめた後、官庁関係の文書など主人の関係で、そのようなことをさせていただきました。本当にやりがいがありました。自分が認められた存在で、とても楽しかったです。生きがいでした。父が外交官ということもありまして、そのような外交文書をつくるということは、すんなりできました。主人の仕事では南米の港湾調査をすることがありましたが、相手の政府に英語で調査書を書くということになるのです。主人が説明をして、私がそれを翻訳するという形です。それで私の役割がまわってきます。

これはいわゆる金銭を介したお仕事ということなののでしょうか。

仕事ということではありませんでした。ほとんどボランティアということで、おみやげにシャネルの香水を買ってきていただきました。それから主人の仲間の方たちから、英語を教えてくれと頼まれ、お茶菓子だけ買って来てもらいまして、みんなで一緒に勉強しました。主人も仲間に入ってやっていました。楽しかったですね。

その語学力が生かされて、色々な形でさまざまな人のお手伝いをなさったわけですね。

たまたまその環境に育っただけなんです。今と違って、外国へでることができる時代ではなかったわけですから。戦前は、自分は外国で育て考え方も違うのだから、日本ではそれは通用しないから抑えないといけないという気持ちがありました。妹もそうだったと思います。終戦後になって、世の中が少しずつ変わってきて、私たちの考え方をい出していいかなという感じになってきました。しかしながらこれらは民族的、文化的、歴史的背景がありますから、難しいことはありました。

いま、生きがいというのは何ですか。

自分の人生を振り返ってみますと、英語、語学というのが私の人生で大きな自信、力になったと思っています。日本で語学を学んだということではなく、ネイティブとしてそれを身につけることができたということは大きなことでした。もちろんそれは与えられた環境がありましたので、それに感謝しています。語学を身につけたことによっていろんなことができましたし、いろんな方とお会いすることができました。社会とのつながりが大切だと思います。新老人の会の世話人をはじめ、色々なことに参加させていただくのはまさにそれだと思っています。多少なりとも語学を通して何か社会の役に立てたということは大きな喜びです。この新老人の会に入会させていただいて、また世話人ということもやらせていただいて本当にうれしく思い、それと同時に日野原先生の教えてにしたがって有意義な日々を過ごしたいと思っています。やはり生きがいとなりますと、語学を生かして何か社会とのかかわりをもちたいということです。

普段の生活でどんなことに喜びを感じますか。

改めて言われると難しいですけど、私は料理が好きなのです。本やテレビを見たりして料理を作るのが好きです。

ご主人が亡くなられたあとの生活はいかがですか。

最初の1年はやはり辛いものがありました。いま3年になりますが、だんだん一人身の生活が慣れてきたようです。主人は前触れなく、急に亡くなりましたので実感がなかなか沸かなかったのです。いまは、息子と一緒に住んでいます。親子水入らずなんですけど、良いようで悪いようなものですよ。

これからやりたいことはありますか。

日本の人々の国際性というものがもっと発展することを願います。日本語と英語のコミュニケーションの難しさがあると思います。日本の英語がなかなか国際的に通用するようにならないのが残念です。

いまは、何か活動をされていますか。

少しずつです。これは去年やったものですが、日本の航路標識を海外に紹介するという小冊子の翻訳のお手伝いをしました。主人が亡くなった後も、そういうことでつながりをもって、こういう仕事ができるのはうれしいことです。

いまどの程度英語にふれていらっしゃるのですか。

毎日ジャパントイムスだけは読んでいます。改めて、原書を読むということはありませんが、新聞なら楽に読めますね。パソコンのOfficeのブックシェルフはいい訳ですよ。

パソコンをやっているんですか。

そうです。去年の秋くらいからこの新老人の会のパソコン教室に通っています。楽しませてもらっています。こんなことならもっと早く始めればよかったのだと思います。いまは一通り終わって、住所録などを作ったりしました。みなさんお馴染みになりまして、楽しいですよ。それをはじめたきっかけも、翻訳をする際に、手書きではなくて、パソコンでうちたいということです。今のところ、手書きしたものをパソコンにうつのですが、やはり見栄えもいいですし。インターネットなどもやっています。

今日はありがとうございました。

事例 46 | 男 | 77 歳

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話し下さい。今日の記録はパソコンでうちなおして、お送りいたします。

わかりました。パソコンやっておりますので、メールで送ってください。

いつ頃からパソコンを始められたのですか。

10年以上も前です。

いまはどのような家族構成ですか。

昭和 43 年に結婚しました。子供はいません。実は別居みたい形態をとっています。会社の工場が栃木県にあり、その近くに家を建てました。今はこちらに住んでおります。老人ホーム仕様でバリアフリーになっています。なぜ妻と別居かというと、私は三年魚気で、家内は三日魚気です。そういう相違があります。私はかまわないから自分勝手に食べなさいと言うのですが気がひけるそうです。また、栃木の家が心配だと言います。知り合いもたくさんいますし、こちらの暮らしは息がつまりそうだと言うんです。家内は栃木の家を環境を好んでいるようです。栃木には昭和 50 年から 27 年間住みました。月に 1 回は帰りまして、家の手入れは僕がやっています。家内も時々こちらに来ます。

どのようなお仕事をされていたのですか。

アメリカの映画会社の宣伝をしておりました。「風と共に去りぬ」などの宣伝もしましたよ。そのうちテレビが登場し映画の衰退がおこると、アメリカの映画会社ですから去ってしまったのです。それから貿易会社に 55 歳の定年まで働きました。小さな会社でしたので、色んなことをやりました。映画会社の仕事と比べると張り合いがないですね。映画会社の方は、人のつきあいが広がります。向田邦子さんはよくお会いしました。やはり普通の人とは違うなと思いました。有名になれましたが、飛行機事故で惜しい人を亡くしました。

定年後は何をされたのですか。

東京のビル管理をしました。4 - 5 年やりました。

いま、生きがいと言われたらどのようにお答えになりますか。

そうですね、柄にもなくピアノをやっています。区の主催の「大人のためのピアノ教室」というのを広報で目にしまして、始めるきっかけになりました。3 年前です。10 倍以上の確率だったのですが、抽選でありました。毎月 2 回行っています。

やってみていかがですか。

楽しいです。いまはグループレッスンなのです。続けています。

ピアノをはじめ強いきっかけというのはあるのですか。

軍事教練というのがありました。満州にいた頃ですが、講堂からもれてくるピアノの音を聞いていました。

そのそばにはたくさん銃があったわけですが、とても不釣合いな感じだったのですが、強烈に印象に残っています。その時のピアノの音は本当にやすらぎのある音でした。

その時の印象が残っているのですね。

明治節の歌があるのですが、その歌の練習をしていた時にも、いいものだなと思いました。鉄砲とピアノという強烈な組み合わせです。50年たってから始めようと思ったんです。ずっと心の中に眠っていたのだと思います。定年になった人は毎日が日曜日といいますが、私の場合は月に2回は予定を書くことができますし、練習をしなくちゃいけません。練習の結果を先生に披露して、先生にみていただくわけです。そしてまた新しい課題曲をいただきます。ピアノは8割が練習でしょう。それくらい練習が意味をもつと思います。

どれくらい練習されていますか。

家には簡易的なピアノがあります。それを使って、練習は5 - 30分です。先生は3時間やりなさいなんていいですけどできませんよ。グループでやっていますがあとはみな女性です。他の人は初心者といいながらうまいんですよ。私だけですよ、生まれて初めてピアノをさわったというのは、それがひとつの励みですね。ピアノを練習しなくちゃいけないということがいつも頭にこびりついています。

だいぶ上達されたのでしょうか。

それがさっぱりです。1年に1回発表会があります。去年も苦しかったですよ。今年も11月にあるそうで、四苦八苦するでしょう。冷や汗ですよ。ただ仲間がいるというのは、本当に幸せな気分です。

いま、一番やりたいことはありますか。

もう死語かもしれませんが、「お客さんをする」と思っています。お客さんを招くということです。栃木では来客が多かったです。今住んでいるところは不便な場所ですから、1年で4 - 5人に減りました。人が自分の家にくるといのは独り身にとっては大変なことです。掃除、お茶菓子など用意しなくちゃいけません。お話の準備も必要だと思います。せっかくいらしていただくのですから、何か楽しい思いをもって帰ってもらいたいと思います。それも生きがいになるでしょう。

ピアノをやっているときは楽しいのでしょうか。

そうですね。何かできたときはやはり我ながら...と思いつつ、楽しいですね。

今日はありがとうございました。

#### 事例 47

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 73歳 |
|---|-----|

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話をください。

わかりました。今は、この会のリサーチボランティアを受けて本当に勉強させていただいております。それが生きがいです。

プロフィールを拝見すると民生委員や福祉関係のお仕事など、また和紙の花の講師、色々ご活躍ですがそれらについてもお話をください。

はい。私は関西で生まれました。父は薬学に進むように言いましたが自分は化学が苦手でしたし、ふるさとにある看護学院に一期生で入りました。戦争を経験していますからそこで青春を取り戻したという感じでした。そこを卒業しまして、仕事の関係で父が東京に行くことになり、母が病身でしたので、私もついていきました。看護婦としての仕事は小児科をやりましたが、それほど経験はありません。母が病身だったことが看護婦を目指すことと関係しております。家族のために何かできるのであればという気持ちがありました。精一杯やれたらなという思いでした。

お子様は何人いらっしゃるのですか。

3人です。女、男、女です。主人は63歳で突然亡くなりました。毎週通っていた病院で腹水がたまっているのを見逃されました。自分がこういう勉強をしてきたのに、本当に悔やまれて仕方ありませんでした。主人が亡くなった時は、本当に落ち込みました。

福祉の方に携われたのはいつ頃ですか。

子供が中学に入りました時に、これは何かチャレンジするチャンスだと思いました。それで福祉の方をやってみようと思ったのがきっかけです。民生委員は3期9年やりました。児童の福祉、地域の福祉に関することです。1ヶ月に1度集まりますが、自分の担当する部署がありまして、そこにあがってきたケースを扱うわけですが、自分一人では難しい場合はみなさんと協議します。それでもだめなときは、市役所に持ち込みます。市役所と地域の真ん中にたつということです。例えば、地域の中の障害者が普通学級に通うことなどです。その頃は虐待などのケースはほとんどありませんでした。

やってみていかがでしたか。

いくらか地域のことがわかりました。役所に対しての不満や疑問も生まれました。県の福祉推進委員もやりました。主人が亡くなった後は少しお休みしました。死別の悲しみは本当に経験したものではありませんとわからないものです。身の回りのお友達もそういう年齢になりますから話を一緒にきいて泣きます。子供にはわかってもらえないものなのです。同じ経験をしたもの同士少しでもサポートできればと思います。

「和紙の花絵」教室の講師をやられているんですね。

そうです。市の文化団体協議会手工芸部会の「和紙の花絵」教室です。民生委員をしている時からです。きっかけは、主人と息子が2人で行った喫茶店に、その「和紙の花絵」が飾られていて、それをみて私にやってはどうかと勧めてくれたのです。「お母さんは年をとったらうるさいから、口封じにこれをやらせとけばいい」ということだったのですよ。それにまんまとはまってしまったのです。21年習いました。今度「子供の四季」というテーマで作品をつくりたいと思っています。ここのバザーにも出しました。私はわりに日本画的なものが好きです。いまも細々と知り合いに教えております。娘の友達や知り合いなどです。前には講師もやりました。まさにこれは生きがいです。先ほどお話しした民生委員とこの和紙の花絵は同時に行っていたわけですが、どちらも私にとって大切な生きがいです。やはり民生委員はストレスがたまるが多かったです。和紙の花絵をやっている、皆さんに喜んでもらえるというのは本当にうれしいです。やっていて良かったのなと思います。もう私に教えくださった先生はお亡くなりになりましたが、本当に良い先生にめぐり合えたなと思います。

いま、生きがいというのは何ですか。

大きい生きがいと小さい生きがいがあると思いますが、この年になると大きな生きがいが段々小さくなっていきます。いまの私の生きがいはここ(新老人の会)なのです。ここで勉強させていただくことです。何でも私は食いついてしまう方ですが、勉強は楽しいです。昔に戻ったようですし錆落とすだと思っています。看護学校の第一期生で勉強した時に日野原先生のお書きになった本で勉強しました。自分の健康は

自分で管理しなくてはならないしそういう思いがあります。 リウマチがありまして一時薬疹がひどくなりました。リウマチを流行性感冒として医師に見落とされました。その後リウマチを診断してくださった医師には、たくさん薬を処方されすぎました。医師や投薬に対して本当に敏感になりました。そのあと良い先生にめぐり合ったのですが、お亡くなりになりまして次の先生もたくさん薬を出す先生で、私が言うことにはまったく聞く耳をもたない方でした。今は漢方も利用しています。そういうこともありまして、自分の健康管理には非常に敏感だと思いますし、それに関連してここでの勉強が生きてくると思います。錆落としても生きがいです。色んな生きがいがあるものですね。生きていくための生きがいです。母は痴呆になりまして、父や主人を癌で亡くしました。私も子宮ガンにかかりました。父がまだ生きている時でした。検診で見つかって初期でしたので幸いでした。今、私は今までの経験を何かに埋没させないで、役に立ちたいと思います。最後には自分によくやったと言えるような生き方でありたいと思います。趣味として、お茶や茶懐石も勉強しております。それぞれの友達がいます。広がっていきます。毎日忙しくなるようにしています。外出することは多いです。しかしその中でもライフプランニングセンターの行事は優先しています。あと、鎌倉彫もやっています。また高齢者の人と一緒に昼食を食べましょうという会にも、料理を作る方ですと参加しておりました。しかしもう私も料理をいただく側に入っていますので、お役御免をさせていただいたのです。生きがいの一環として、動けなくなったらこれならできるのではないかということで、世界の砂漠の緑化を目指すということで、料理の際にできた種を送るということをやりはじめました。

地球規模のボランティアですね。何が一番楽しいですか。

優劣がつけられない状態になっています。あと歴史の勉強会にでています。ただ何をおいてもここを考えます。ここでの講座や集まりを重視しています。お友達に助けてもらってここまで来たなと思いますから、お友達にとって自分がよいお友達であるということが最大のテーマでもあります。人にやってもらったことだけは忘れないようにしています。

前向きですね。

前しか見ないようにしています。もう後ろをみてもしょうがないでしょう。あと自分の健康というのも大切です。いかに健康を管理していくのかです。自分のためではありますけど、ただそれだけではつまらないです。何か生かせたらいいですね。

今後ともご活躍を期待いたします。ご協力ありがとうございました。

#### 事例 48 | 女 | 75 歳 |

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話したいと思います。

わかりました。

この新老人の会に入会するきっかけは何でしょうか。

スクエアダンスをやっておりますが、お仲間が娘さんと熱心に踊り続けられている 82 歳の女性がいます。その方から、あなたが 75 歳になるまで待っているから新老人の会と一緒に入りましょうと誘われました。

何かお仕事をされていたか。

女学校の卒業まで長野におりました。それから東京の学校に行きたくて受験をしました。文系にいきたく



たのですが落ちてしまって、浪人したいと申しましたが時代が時代ですから反対されました。それで担任の先生が、他のコースを薦めて下さって、それが教員のコースで理科に進みました。女学校に進んで、英語の楽しさを学びました。勤労動員で大半は勉強できませんでした。

教員生活はいかがでしたか。

通算して36年になります。教員としての教育もちゃんと受けられていませんでした。未成年で神戸の女学校に赴任しました。1年後には地元に戻り、そこでしばらく勤めて結婚もいたしました。それから昭和26年に東京にでてまいりました。そこでは小学校の教師になりました。昭和40年代ですが、府中の学校で7年間、理科の専科をやりました。子どもたちからパワーをもらって楽しかったですよ。息子が一人いますが、家庭、育児、かわいい児童たちとの生活は大変なこともありましたが楽しい日々でした。

何歳まで教師を続けられたのでしょうか。

55歳です。仕事を終えて1年間は何もしませんでした。主人がまだ働いておりましたから、お弁当をつくってあげようと思いました。ちょっとしたきっかけですが地域の広報でダンスが目につきまして、はじめるきっかけとなりました。昔から興味がありまして、父に内緒で妹と2人でダンスにいったりしたこともありましたが、その地域の広報にのっていたダンスは、社交ダンスではなくフォークダンスだったのです。子どもの頃やった、ものとは違ったフォークダンスでした。写真をいくつかもってきましたが、先日フォークダンスサークルの13周年パーティがありました。前身も含めると19年になります。サークルの広報誌もつくっております。運営にタッチし、そのサークルでは会長をつとめております。高齢化しまして、人数が少し少なくなり30人弱になりました。最高齢が82歳で、70代が5人おります。そういう方たちから学ぶことは多いです。

みなさん思い思いの衣装ですばらしいですね。

そうですね。それも楽しみの一つです。多くの方が手作りの衣装です。その他にはフォークダンスの指導もしております。あとは自分の楽しみとしてモダンスクエアサークル、カドリールのサークルに参加しております。これは指導ではなく純粋に楽しんでます。こうやってダンスばかりして楽しんでます。

インストラクターになられたのはいつですか。

資格をとったのは60歳です。56歳でダンスははじめました。日本フォークダンス連盟が資格を下さるのですが3級をとりました。教えることはとても楽しいですね。やはり運営は大変な面も多いです。このダンスはほとんどボランティアなのです。本当に好きでやっています。週2回はインストラクター、2回は自分の楽しみのダンスです。ですから週4日はやっていますね。

今まで色々お話伺いましたが、生きがいといったら何になりますか。

難しいですね。ただその日暮らしをしているという感じです。ダンスに関して外出することが多いですし、それについて計画を練ったりするのが楽しいですし、忙しいですね。それ以外に妹と外出したり、クラス会もありますし。毎日が楽しいです。パソコンもはじめました。甥に教えてもらっています。メールもインターネットもやっています。海外の友達とメールでやりとりしています。フランス語もやっています。NHKのフランス語講座が昭和27年ごろ始まったのですが、またフランス映画も好きでしたし、それ以来細々とではあります継続的に学校に通っています。個人的にフランスの短期留学も数年前から2回ほど経験しました。友達との交流、Eメールなども楽しんでおります。やはりこんな楽しい毎日を送れるということが生きがいでしょうか。

今日はどうもありがとうございました。

## 事例 49

男 83歳

ご協力いただきましてありがとうございます。生きがいについてお話しください。私は今まで何回かパソコンを教えるということで接していますが、このパソコンを始めるきっかけというのはありますか。

パソコンは、自分はもちろんやりたいという気持ちがあるけど、自分の子供や家族が、おじいちゃんがパソコンをはじめたのは80歳を過ぎていたと、私たちもここでくじけられないとそういう思いが心の中で芽生えてくれればいいなと思います。そんな気持ちもあります。パソコンだけではなく、私のことを思い出してくれる人に生きる勇気(プラス思考)を与えるような生き方をしたいと思っています。

その言葉はとても感動的です。もう少し詳しくお話ししていただけますか。

偉くなるかそういうことではないです。この年になると、妻の友達のご主人も、介護が必要になるという話を良く聞きます。寝たきりになる人、亡くなる人がいます。そういった時に、僕が健康であればね「私は幸せだと、おじいちゃんが元気でいてくれるから、そういう看病をしたりしないでいい」と思う時もあるはずなんです。1日だけ孫がきて見てくれるからとうちの家内を誘いに来る友人もいます。それで、介護の話が聞かされたりするわけですよ。うちのおじいちゃんは健康だからと思うはずですよ。そんなに元気な人もいないですからね。そうすると元気であるということが幸せなのですね。

ご自身、ご家族がみんな幸せを感じるでしょうね。

僕は健康で健やかに生き続けるというのは、僕自身のためであり、家族のためでもあると思います。そう思ってほしいなあと。あとで今までの仕事で得た挫折感もお話しますが、それともつながってくるんだけど、つまり今こうあるのはおじいちゃんのおかげだとか、そういう風な状態じゃないから、今の私からすれば健康であるという以外には出来ることはない。健康であることが意義のあること、積極的に捉えています。

いま生きがいということ何でしょうか。

世の中に役に立ちたいということでしょうか。それといまお話しした健康ということですよ。やはりこの年になってくると色々な選択肢が少なくなってきました。いま、私の唯一の社会との接点は企業内の通信教育の採点です。僕にとっては重要な意味をもっていると思う。20年前から始めています。その採点というのは名前、所属、年齢も書いてあるから、その人を目の前にしてやっているつもりなんです。一番嫌なのは全く同じ答案があって、同じ寮にいて、適当にうつして書いてしまっているんだね。添削の立場としてはそれを見ると、やはり実社会にでたらこんな甘くはないですよと言ってやりたい衝動に駆られるね。若い人に多いね。人と会って話はしないけれど、僕にとっては話していると同じで、そういう感覚で仕事をしています。おろそかに出来ない。個人でやっている場合と会社でやっている場合とあるわけです。昇進昇給の足しにするということもあるんです。採点は僕がやっていますから重大ですよ。みんな同じコメント書いていると思われやしないかという気持ちが常にあります。通信教育はコンピュータじゃないと思っています。今やっている通信教育の生きる道はどういう所にあるのかということも常に考えています。血の通った人間同士、人間がコメントして、少しでも表現を違えてね。自分では社会との接触という感じがあります。

添削をしているということは充実しているのでしょうかね。

やっぱり何か役に立っているという実感があります。健康で家族と暮らすということもそうです。やっぱり

り考えるということは大切でしょう。パソコンもそうです。工夫するとか考えるとかそういうことは大切だと思ふよ。そういう風にしていくとやはり充実してくるね。園芸も好きですが、園芸のラジオもよく聴きますよ。花もやりますよ。「農」ということに関心がありました。親父は呉服商人だったけど、食えなくているんなものを売っていました。小さな田舎のマーケットだったね。それも影響しているでしょう。

先ほどお仕事で得られた挫折感という話がありましたが、それについてお話してください。

仕事は経営コンサルタント、中小企業診断士（企業内教育全般）ですがその前に自分で自営をしていました。販売を中心にして家電の仕事をしていました。主に職益販売をしていました。

それが一番初めのお仕事だったのでしょうか。

いや、段々さかのぼるけど上海の学校をでて、大きな家電メーカーに勤めました。そこの貿易部門にいました。昭和14年に入って15年に召集を受けました。それから帰るまで昭和21年までですね。それで帰って復職をした。貿易だけの会社ですからもう戻った時には、戦争に負けて貿易は出来ない。

まるで状況が一変していたわけですね。

そう。貿易は何もすることが出来ない。やろうと思っても商売は出来なかった。専務から他のことをやろうじゃないかという誘いがあって、新しい仕事を始めました。昭和23年くらいですが、なかなかうまくいきませんでした。その後独立をして零細企業です。そこで一緒にやっていた社員を2、3人と一緒にやるが、それも上手く行かない。今、考えてみるとやっぱりお金がありませんでした。日本にお金がない。銀行が貸すお金がない。貸す枠がないと言われた。日本銀行にもお金がない。新しく出来た会社になど出すお金がなかったんだね。僕は今でも、電話ボックスの中の張り紙とか電柱の張り紙、お金貸しますというあのシールを見ると、本当に時代がかわったのだと思うよ。我々の時は、本当にかりたくても貸してくれるところがない。月賦販売などを細々とやりましたが結局ダメだったね。結果として僕の経営手腕がなかったと言えると思うよ。成功より挫折感があるけど、今から考えるとまだまだいろいろなやり方があったんじゃないかと思ふ。

50歳くらいの時に万策尽きたという感じでした。ただそれほど悲観にはならなかった。参った、もう自殺するしかないというような感じにはならなかった。それはやはり戦争のせいだと思う。くぐりぬけて、死ぬときは死ぬんだって、案外たいしたことではないと思っていた。そういうことが我々に戦争が投影したことだと思う。これから社会に出ようという力がある時に、ちょっとこいと引っ張られて、死ぬか生きるかでしょう。それが続いて、まともな人生を考えて、それを実行する余裕がなかった。それで帰ってきたら何にもない。時代のせいにはしないけれど、時代の背景はそうだった。出来ないことをくよくよすることほど、愚かなことはないと考えているけど、よく考えてみると今までの人生の目的といわれても、結局は志を立てて、こういうことがしたいというターゲット、たとえばこれくらいお金を稼ぎたい、名誉がほしい、車がほしい、家を建てたいというようなものがつかめなかったと思ふ。つかもうと思えばできたと思ふ。時代背景はあるけれど、そのせいにはしたくない。やはり一番大事なのは、志を立てるということ。未来思想、つまりこういうことがしたいから、今ふんばって何をしたらいいのかが、そういう未来から今をつかんでいくという姿勢だと思ふ。今ばかりつかんできた。おれは一生懸命にやっているんだと思っているんだけど、世の中の波に流されて翻弄されていたと思ふ。こういうことやろうとしているから、今はこれをしちやいけなとか、ここは歯を食いしばるといふ、流れのつかみ方が僕には足りなかったと思ふ。運は確かにある。ただ運だけではダメだから、その志があつて運がある。自分を反省してみると、志をたてるということだと思ふ。ずっと先から手繰り寄せてみて、自分がやるべきこと、やってはいけないことを考えることをしていなかったと思ふ。学校の友達もたくさんいたし、みんな誘ってくれてはいたけど、僕は個人補償をしているから、銀行から借金取りがくるという状態で、ただ明日食う米がないということはなかったけどね。家のものはそれで満足していたかどうかわからないけど、不満はなかった。ただそれから今日に至るまでにあんまり誉めたこと言ってくれていないから、僕の責任は感じている

けど。

その後経営コンサルタント、企業内教育を始めるまでのいきさつを教えてください。

中国語をいかしてどこか勤めれば勤められたと思います。友達も薦めてくれたけど、それはしなかった。とにかく今までの仕事がプラスになる仕事とと思いました。それから努力次第でのびるということ。自分の苦勞が実りになるという。サラリーマンはそれほど伸びないでしょう。そしてお金が取れる仕事と考えました。経営コンサルタントという言葉もその頃から出てきました。暗中模索している時に、車のディーラーをしている親友がサポートしてくれました。僕から言ったわけではないけれど、彼の方が頼みがあるんだという形で、社員教育、つまり車のセールスマンの教育ということでした。これも本当の親友だったね。その会社のセールスカレッジで2ヶ月ほど勉強しました。その後、自動車ブームが出てきて、どんどん新人を採用して、しかしそれと同時に教育せねばいかんということになって。僕の仕事も忙しくなりました。そこでは、人事課の教育科を持っているから、そこで主任教育はこうしましょう、セールス教育はこうしましょうという風に話し合っ、一年の初めにディーラーの人事担当と計画を立てることをしていました。

企業内教育は充実した仕事となりましたか。

そうだね。まあ自分で会社をやっていた頃は命がけだった、そこが違うかもしれない。自分ひとりの問題ではないから。今度は囁託という感じだったし、気分的には楽でした。ただ僕はこういうコンサルタントになりたかったというようなことはなかったかな。なにか流されたような気がする。何とか適応する能力はあったと思うけど。話し違っけど、外部の仕事とろうと思ってもなかなか取れない、だから僕は資格がとりたかった。そうしたら中小企業診断士、コンサルタントの唯一の国家資格ができました。51歳くらいの時だったね。

コンサルタントのお仕事はいつ頃まで。

それは70歳頃までやりました。僕が考えていたのは、いつかは年取って動けないので準備をしとかなきゃと思って、通信教育をはじめました。これもコンサルタントの仕事になるわけです。通信の企業内教育というのがある。それはいまでも続いている。つまり通信教育をやっている会社があるでしょう。

具体的には。

たとえば新入社員教育とか、中小企業はいちいち教育する時間がない、だからそういう教育機関が内容を作るわけです。採点してコメントを書く。僕がつくった問題がまだ残っているものもあって、あとは他の先生が出した問題もその先生が辞めて、あとを引き継いだりして、まだ10科目くらい僕はあります。60人くらい添削講師がいます。スーパーなんか行ってチラシがたくさんあるでしょう、ああいうチラシの書き方とかそういうことまで教育に入ります。いろんなテーマがあって、いちいち企業はやっていられないから、そういう会社に頼んで教育をしてもらわんです。新人教育はほとんど会社がやるけれど、その後の企業内教育を受け持つようになっています。

それが先ほどのお話とつながりますね。

毎週1回、それが家に送られてきて、それが唯一僕の今の社会との接点と言えるでしょう。これは、どちらかという、自分の勉強にもなります。今、企業活性化のテーマをやっています。これはわりとレベルが高いものなのですが、デパートの役員クラスが生徒になります。あなたの会社の競合の関係を説明して、対策を3つ書きなさいとそういう問題です。そういうのが4問くらいあります。上級にいくと、自由記述が多くなる。とっても面白い。今の僕の現世の接触面のわずかに残されたものです。そういうところで、自分の生きる意味というものを感ずます。

ありがとうございました。

事例 50

|   |      |
|---|------|
| 男 | 80 歳 |
|---|------|

ご協力いただきまして、本当にありがとうございます。生きがいについて、お話しください。

自分の人生を振り返ってみると、やはり現役時代は仕事だったと思います。52 年 4 ヶ月、同じ会社で働きました。働き甲斐がありました。

いま、生きがいといえばどういうことになるでしょうか。

今の調子でこのままでいってくれて、少しでも上向きになるように、毎日を過ごすことでしょうか。もうこの年になって、何かを望むということはありません。それにもう色々と身辺を整理していかなくちゃいけないと思っています。まず財産の整理が最初でしょう。本なんかも整理しないとダメです。緑内障になりまして、本が昔のように読めなくなりました。ワープロもずいぶん前からやっていますが、それは続けたいです。いくつかもってきましたが同期会の会報や資料などをつくったりしています。8 年前くらいから、ワープロ始めました。ちょうどその頃、この同期会の幹事を引き受けたのです。友人から適当なものをいただきまして、はじめました。

あと基礎英語もやっています。頭の体操、口の動き、耳の聞こえなどを保つためにはじめました。近くの公民館でやっています初歩の英語の講座も若い人にまじってやっています。朝早く起きますけど、必ず体操はして、あとは家のもの起こしています。ごみ出しなども僕の役目です。銀行、役所、郵便局などの用足しも僕がやります。それに僕は昭和 24 年に洗礼を受けました。いまの教会は 7 つ目です。毎週日曜日は女房と 2 人でいっています。いま案内係をやっています。あとからいらした人に席を案内し、できるだけ前の方に座っていただくようにします。はじめていらした人にいろいろ説明や案内をします。よろず承りのような感じです。

信仰というのはどういう位置づけになりますか。

終戦のどさくさに洗礼を受けてしまいました。教会とのかかわりはやはり重要でしょうね。ただできるだけ自然ということをお心掛けています。自然体でかかわってきたのが良かったと思います。

日課とか趣味とかありますか。

近所の公民館でシルバーセミナーというのがありました。それにいつもでていました。それをビデオにとっていました。いまは人数が増えて抽選にもれることができてきました。公民館もビデオをとる人がいないということで困っているようです。1 時間 40 分のものをコンパクトに編集しましたが、それはボランティアでやっておりました。結構忙しくております。あとは会社関係ですが人事異動がある前には、事前にわかるわけですが、その人たちに対してお祝い状を出したりとかそういうことをやっています。そのためには、その人の過去の経歴なども調べたりします。慰め状を出したりします。社友室という、今まで勤めていた人の会があります。僕は遠いので、たとえばお花見とか忘年会とかそういうものにだけでいます。また 60 歳のときに、パパさんコーラスというのをやっていました。ただ場所が遠かったのでやめてしまいました。新老人の会のコーラスも、やはりここまで来るのが遠いのでね。またの機会にやらしてもらいたいと思います。山登りは 12 歳から始めましたが、地元の会に属して市民ハイクなども参加していました。

こうやって会社の人たちとの交流というのは、楽しいものなのでしょうね。

ええ、そうですね。やはり 69.5 歳まで働けたということは、僕にとって本当に大きな力だったと思います。

先ほど、今の状態ができる限り続くようにすることが生きがいという話がありましたが、そうなるためには何かやられていますか。

昔は山登りをしていましたが、いまは少し遠のいています。ただ公民館で軽スポーツを楽しむ会などがあると、いくようにしています。ラジオ体操やテレビ体操はやっています。とりたててこれというのはありません。部屋が2階なので、それも結構運動になってくると思います。

毎日の生活の中で一番の喜びは何ですか。

そうですね、お酒を飲みながら、孫と話をしているのが一番ですね。ほっとします。今日も一日無事に終わったという気持ちもありますし。全寮制にしている孫は、毎日電話がかかってくるのですが、テレビが自由にみられないものだから、「巨人×阪神はどっちが勝っている？」なんてかけてきます。

今一番大切なものというのは何ですか。

やっぱり家内かなと思います。妻よりも早く死にたいと思います。ありがたいって死にたいですね。まわりをみまわしても、奥さんを先に亡くすることが多くなりますが、やっぱり大変ですよ。死の話になりましたが、献体の登録をしております。あと臓器移植カードもっております。

いろいろな資料をもってきてくださいまして、今日はどうもありがとうございました。

#### 事例 51

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 75歳 |
|---|-----|

ご協力いただきまして本当にありがとうございます。生きがいについて自由にお話ください。著述をされているということで、その辺についてもお話ください。

わかりました。私の出身は福岡県の豊前市というところです。仕事についてはあとで話をしますが、定年後には、故郷の豊前市の市立図書館の建設の手伝いと館長を5年間つとめました。図書館をつくってくれということで呼ばれたのです。国会図書館につとめていたのです。

それはご苦労があったでしょう。

そうですね。本格的な図書館は後ほど建てるけれど、その前に小さくてもいいから、子供たちのために、またお母さん方のためにつくってほしいということだったのです。最初は一万冊を目標につくりました。児童書をたくさん入れたいという希望があったのです。それが2ヶ月でやってほしいということだったのです。ですから大変でした。最初は、女性の職員が2人しかいまして、立ち上げるだけ立ち上げました。

図書館をつくる前のお仕事についてお聞かせください。

衆議院の憲政記念館企画調査主幹をやっていました。衆議院の一つの部局になるのです。憲政に関する資料を集めたところなのです。憲政記念館ができたのは昭和47年です。私がそこに配属されましたのは、昭和52年です。50歳くらいの時です。特別展などを開催します。い

そういうことに携わるきっかけというのは何ですか。

異動があります時に私が希望を言ったのです。上司の方でそういうことをやりたいといっている人につと

めてもらうのが一番いいと判断したのでしょう。希望して配属になりました。自分としては憲政資料を集めて調査し展示する、また各地に資料を集めに行くことはとても楽しかったです。一番良い仕事を得たということです。就職をした当初は、いわゆる秘書課の仕事をしていました。議長の直属の課ですから、議員の身分関係の仕事だとか、議長宛の文書を扱ったり、パーティがあればその用意をしたり、などです。

その憲政記念館でのお仕事はとても有意義だったでしょうね。

そうです。本当にやりがいがありました。貴重な資料に触れることができました。そういうことがあって、それがもとになって、定年後に10冊の本を出版することができたのです。市立図書館長になってから、著述をはじめましたね。定年は62歳でしたが、その後も非常勤で2年間、憲政記念館で働いておりました。その後豊前市の図書館に行ったのです。平成3年のはじめから福岡県に行き、平成11年にまた東京に戻り、こちらの娘夫婦のところに行ってきました。図書館長も本当にやりがいがありました。

そうですね。故郷のために何かできるというのは素晴らしいです。それはまたやってほしいというかねてからの依頼があったわけですし。

もしそれがなければ、ずっと東京にいたでしょう。苦労もあったけど、楽しかったです。新たな発見があります。子供やお母さん方に喜んでもらいました。

いま娘さんたちとお暮らしだということですが。

いまは、娘夫婦と孫と暮らしています。その他にまだ娘がもう1人います。1人で暮らすのとは全然違います。孫も大きくなってあんまり顔をあわせることもなくなっていますが、一緒に暮らせるということは幸せです。女房は福岡にいたときに亡くなりました。亡くなった後、周りの人々はこの豊前市で暮らしなさいと言われてきましたが、やはり田舎ですし家も大きいし、1人で生活し管理するのは大変だと思います。それで娘と暮らすことになりました。

著書をお持ちいただけましたか。

はい。一番最近のものですが、これは去年の12月に書いたものです。あんまり一般的なものではないですが。

このようなものが出来上がるまではどれくらいかかりますか。

これは資料がそろっていましたが半年くらいでした。しかし大半は文献や資料を調べに1年かかり、執筆に半年です。自由民主党の月刊雑誌があるんですが「忘れがたき政治家」というシリーズの一つで依頼がきています。

こういう執筆というのは、突然できるものではありませんが。

そうですね。若い時も同人雑誌などやっていました。  
書いている時は楽しいですか。

充実しています。ただ長続きしないのが困ります。手が言うこときかず、身体が思うようにいきません。まだまだ書きたいことは一杯あります。少しずつしか書けないのでそれがちょっと悔しいですね。  
生きがいというと。

やっぱり執筆です。それしかありません。おかげであと3年分くらいは仕事があります。今は資料を集め

るのに苦労します。憲政記念館にいれば、何もしなくても資料が集まります。いま、雑誌の連載を頼まれているのですが、資料集めが大変です。国会図書館に何度も足を運ばないといけません。1日80ページしかコピーしてくれません。コピーしてはならないものもありますし、本当に時間がかかります。私の調べるようなものは普通の図書館においてありません。来年も雑誌にのせる政治家の評伝を頼まれました。1年間の連載です。そういう仕事があるのはうれしいです。その資料集めに苦労しています。僕の場合は憲政記念館で生の資料に接してきたということが大きなことだと思いますし、その点は学者に負けないぞという気持ちもあります。ただ、平成11年の1月に妻を亡くしました。1年間は物を書くこともできなくなりました。宗教書が読みたくなりました。いまは良寛を読んでいます。晩年の生き方を読んでいます。自分と同じような人が傍にいるという気持ちになります。自分が落ち込んでいる時に力になります。一時は仏教書だけしか読んでいなかったような時もあります。福岡からこちらに来る時に、書庫にあったものは全部古本屋に売ってきました。一切そういうことと縁が切れたと思ったのです。東京に来て、少しずつ声をかけられるようになって、またやる気がでてきました。家内が亡くなった翌年、江藤淳の遺書の手記は衝撃を受けました。あんな風に生きられたらいいなと思いました。うらやましかったです。そういう時期がありました。書けなくなって、注文も受けなくなった時がおしまいかと思います。生きがいといえば、故郷の図書館の創設に携わり、今ではみなさんに喜んで利用してもらえているということもそうです。

本を書くというのは、本当に時間がいらすね。

そうです。ただ昔と違って集中ということがなかなかできなくなっているようです。先ほども言ったように身体が思うようにいかないこともあります。そういう時は息抜きしてテレビみたり、自転車で散歩したりします。国会図書館には行かなきゃならないけど、結構疲れますから。時々ここにいるんな会がありませんでしょう。

体の具合は具体的にはいかがでしょうか。

血圧が少し高いので、そのために医者に通っています。あとは膝が悪いです。脊椎管狭窄と言われました。長歩きできません。それが悔しいですね。だから九州に行った時に、それが心配です。10月に行こうと思っていたのですが、9月にあちらの歴史研究会に呼ばれて、話をすることになりました。福岡出身の政治家について話そうと思います。

まだまだ後世に残してほしいと思っています。今日は本当にありがとうございました。



## 通所リハビリテーション・デイケア（事例52-73）

事例52 

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 84歳 |
|---|-----|

今、生きがいて何ですか？

そうだね、生きがいですか。もう流れのままに生きているから、はっきりとした大きな目標とかそういうものはないですね。ただやはり生きがいといえば、家族ですね。

いまはどなたと生活していられるのですか。

子供は一男三女ですが、いま、末娘と孫と女房と暮らしています。次女も近くに住んでいますから、車で買い物をしてきてくれますね。本当に助かります。やっぱり男の子よりも女の子の方がいいな。自分の娘と住むのは一番いいですね。だから生きがいというと家族ですね。

事例53 

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 75歳 |
|---|-----|

いま、生きがいとは何ですか？

あんまり普段考えないですね。つれあいのいる人といない人では違うのではないだろうか。つれあいがいれば、支えあって生きることができるといえるでしょう。2人が1つの目的をもてるというようなことがあると思います。言うならば、家族と一緒に元気で暮らすことが生きがいでしょうか。

家族以外に何か生きがいはありますか？

ここに週2日きて、外の空気に触れて、あなたのような若い人とお話ができたり、みなさんと話をしたり、みなさんの話し声を聞いたり、そういうことも生きがいの1つの柱だと思います。ここへくると、気持ちが良くなるし、心も軽くなります。生きがいて、生きがいを支えているいくつかの柱の総和ではないでしょうか。僕で言えば、孫の成長、息子や嫁と元気で一緒に暮らせることですか。

やはり毎日の生活の充実感やご家族と一緒にいられるということですね。

考えてみると、その生きがいを支える柱が僕の場合は少なくなってきたと思います。もちろん年をとれば少なくなるのかもしれませんが。若い人のように何か1つにしがみつくものはないですね。あなたもご存知の通り、僕は盲人となりました。失明して15年になります。失明した後、女房を亡くしました。それはとても辛いことでした。支えがなくなってしまったというような気持ちです。目も見えれば、また違った世界もあると思いますが、闇の世界ではどうにもならないことがあります。やはり家にいることが多くなりますからね。あなたが前に陶芸をはじめたとおっしゃったけど、そういうものでもやりたいという気持ちはあります。いま、思うのは目が見えなくなった時に、盲人としての基礎的な訓練を受ければよかったということです。点字も勉強しそこないました。そういうことをやっていたら、それこそ先ほどお話しした、生きがいの大きな柱になっていたかもしれないと思います。そういう基礎的な訓練を逃して15年きてしまいました。

事例54 

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 84歳 |
|---|-----|

今、生きがいとは何ですか。

生きがいね、もうないね。

生きがいは全然ないですか？

もう、やりたいこともやってきたしね。そうね、やっぱり一番大切なのは友達かな。友達に限らず、親切にしてくれる人、そういう人を大切に生きていきたい。それと自立した生活が大切。いまは、近くに娘がいて色々支援してくれるけど、自立して生活しています。自分のできることは自分でやるのが大切。それが今の私にとって一番重要なこと。

事例 55 | 男 | 68 歳

今、生きがいは何ですか？

生きがいは2つあるよ。1つは孫。3人の孫がいるんだけど、64歳の時に初孫で、この女孫がお嫁に行く姿を絶対見届けたいと思ったね。欲を言うときりがないし、結婚年齢は遅くなっているので、いまは成人式の姿をみたいと思っている。そうすると84歳まで生きないといけないんだよ！他の2人の孫もできて、まだ長生きしなくちゃいけないよ！振り返って自分の子供のことを考えてみるとね、仕事ばかりをしていて、すべて女房に任せっきりでほとんど何にもしなかったなあと思う。そういう意味もこめて、人間が成長する姿をこの目でみたい、それは自分の孫でもあるし、そういう思いが強いね。

もう一つの生きがいは何ですか？

庭に菜園をつくったんだけど、それを育てること。多発性脳梗塞になって、ひどい人に比べれば俺はそれほどたいしたことじゃないけど、やっぱり不自由なことも多いんだよ。昔、海が見えて、緑がある環境に囲まれた家に住むことが夢だった。それを叶えることはできなかったけど、今の家をたてて、庭に色々な木を植えていたんだけど、病気になって手入れができないと思ってすべて刈ってしまったんだ。でも今では10坪の庭の2-3坪を菜園にして、じゃがいも、いんげん、ナスなどを育てています。それ以外には季節ごとの花を植えて、垣根には朝顔が咲いています。芽がでるのを楽しみにしています。毎朝どうなっているか見に行く楽しみがあるね。僕の場合、そうやって泥をいじったり、動いたり、リハビリになるということもあるしね。

病気をしたことで何か自分の中で変わったことはありますか？

あるね。この菜園を生きがいだと言った理由は、ただ夢をみているだけじゃなくて、今自分ができることをしなくちゃいけないと思ったことにつながっています。自分が動ける範囲でもいいから何かやってみる、そういうことが大切だと思いました。それは病気になったことと関係しているよ。自分で菜園をつくったり、花壇をつくったり、やってよかったと思います。人に言われてはじめてたわけじゃないから、自分で見つけるからこそ大事だと思うよ。

植物を育てるのは生命の成長に関わっているということですね。

植物を育てていると、根っこの種類も色々あって、今で知らなかったことがわかるようになるから楽しいね。それに、庭に菜園をつくったのも、孫のためというのもあります。じゃがいもなんか、それを孫が掘ってほしいという気持ちがある。それが孫とのかかわりになると同時に、今の子供たちは土を触ることも少

ないし、自然と触れ合うということがないから、そのためにもいいかもしれないと思っている。でも実はこの前、実際に孫がその菜園でじゃがいもを掘り起こしたんだけど、そのときは本当にうれしくてしょうがなかった。でもそれが終わって孫が帰ってしまうと、自分の心にぽっかり穴があいてしまったようになったんだ。今まで自分が菜園を大切に面倒みてきたけど、何だかすべて終わってしまったみたいなきもちになって。何をやっていただろうって。

お孫さんがじゃがいもを掘ることを、生きがいにして楽しみにしていたのに、それが終わってしまったら、何だかむなししいということですか。

そうなんだよ。いまは、どうしていいかわからない。脱力状態だね。

この前、車の運転をはじめられたとお聞きしましたが。

そうなんだ。病気になって運転できなかつたんだけど、新たに試験を受けて合格したんだよ。それは楽しみになっているよ。近所で運転の練習をして、遠出もしてきました。高速道路も追い越し車線じゃなくて、走行車線を走るようにゆっくり運転しています。ただ、女房は危ないからやめろというんだけど。息子夫婦と一緒に暮らしているんだけど、義娘は絶対にのせないでくれなんて言うんだよ。心配してくれるのはいいけど。女房の実家にも2人で車にのって行きたいと思っています。車に乗ることができるようになって、何か今まで違うことができる感じがするし、視野が広がるね。病気だと思ってあれもできない、これもやっちゃいけないと思うと苦しくなるけど、何か一つずつ見出していければと思っています。

いつも本を読まれていますね。

昔から本を読むのは好きだった。時代物とかチャンバラが好きです。会社に通っていた頃、通勤の時間を利用して読んでいました。良い本は、孫たちにすすめたいと思っています。

いつも几帳面にメモされていますね。

病気をしてから、闘病日誌のようなものをつけはじめたんです。入院している頃に、一時退院や外泊が許されて、その時に何を食べたかなどの記録をつけるように言われたのがきっかけです。それを今は毎日かかさずやっています。たとえば何時にタバコを吸ったのか、どんな家庭の仕事をしたのか、トイレにいったのかなど細かくつけています。これをするによって健康管理にもなるし、時間の使い方もより良くなるし、頭のリハビリにもなります。孫が成長した姿をみるためにも、きちんと健康管理はしなくちゃいけないと思っています。

#### 事例 56

|   |      |
|---|------|
| 男 | 82 歳 |
|---|------|

いま、生きがいは何ですか？

生きがいはもうないよ。もうやることやってしまったから。あとはいつ死んでもいいというそんな気持ちなんだよ。

いつ死んでもいいって、どんな死に方でもいいわけじゃないでしょう？

そうなんだよ。それが困っちゃうんだよ。あんまり年取ってよたよたしないうちに死にたい。遺言も、最近書いたんだよ。

生きがいてないんですか？

生きがいというのはないよ。もういつ死んでもいいと思っている。実は、そう思い始めたのはここ（通所リハビリテーション・デイケア）に通うようになってから。みんなから見れば、自分の体は障害が残っていない方でしょう。しかし自分の体が思うようにいかないというのは大変情けない思いなんだ。自分では体が動いているとは思えない。自分が情けなくてしょうがない。

今までと同じように体が動かないというのは、程度の差ではなく辛いことですね。

そうだね。いつ死んでもいいというのは、やっぱり戦争の影響もあると思うよ。僕にとって戦争というのは大きなものだと思う。戦争は、4年間中国に行っていた。湛山、天真、北京、香港。香港までは一年半かけて歩いていった。たくさんの友人が戦死したよ。本当に戦争は嫌だね。昔戦争で負傷した時、ああこのまま死ぬのかなと思ったよ。足や手にたくさんの弾丸を受けてね。今でもその痕が残っているよ。靴を履いて何日も歩き続けたから、右足の爪が氷虫になってしまっていてまだに治らないよ。体をみると、戦争のことを思い出すね。負傷した時、死ぬんだったらこんな見知らぬ土地（中国）じゃなくて、畳で死にたい、自分の国で死にたいと思ったよ。その時、母親の顔が浮かんだね。昔のことを思い返してみると、戦争というのは大きいね。いつ死んでもいいと思うのも、戦争で究極の状態を経験しているかもしれないね。

自分にとって、戦争によって受けた一番の痛手というのは何ですか？

戦争は僕も含めて、色んな人の希望や夢を壊したんだよ。僕は中学生で先生から卓球の素質があると言われて、卓球をやっていました。やりだしたら楽しくて、夢は全日本の選手になることでした。それも夢ではなかった。しかし戦争がはじまって兵隊にとられて、夢が夢となってしまった。4年間のブランクがありますから、やはり選手としては衰えてしまっています。その後は後輩の育成に力を注ぎました。連盟の会長までやりました。卓球もオリンピックの種目までなってほしかったね。戦争がなかったら、卓球の選手になっていたと思うよ。

いま、何か楽しみはありますか？

ないよね。昔はクラシックダンスもしていたよ。今はね、これっていえる楽しみはないよ。ちょっと前までは庭仕事が好きだった。300坪の庭があるので、その手入れをするのは楽しかった。でも体が悪くなって、全部庭師に頼むようになった。酒とタバコかな。僕は体のためとって、酒もタバコもやめないよ。やめたら楽しみがなくなってしまうでしょう。好きなだけどちらも飲んでいきます。それでいいと思っています。

いつ死んでもいいと思うけど、何度もあなたと話すうちに少し考えが変わってきた。もういつでも死んでもいいなんて言わないよ。なぜかそういう気持ちになってきたんだよ。今、82歳だから85歳までのあと3年間生きたいと思っている。この前、近所の子供たちと石蹴りをやったら、転んじやって、たいしたことなかったけど情けないと思ったね。もっと筋力つけなきゃと思いました。がんばろうと思うよ。些細なことなんだけど、何だかがんばろうという気持ちになりました。あの隣のテーブルに座っている人も、僕の家近所に住んでいますが、あんなに真剣にやっているんだもの。僕も負けてはいられないよ。

## 事例 57

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 83歳 |
|---|-----|

いま生きがいて、何ですか？

家族仲良くいることかな。それと嫁を含めてみなさんに、毎日世話をしてもらっていることです。一昨年転びまして、このように車椅子の生活になりました。辛い時もありますよ。やはり自分のことが自分でできないですから。誰かのお世話にならないといけないんです。でもこうやってここにすれば、みなさんが

世話をして下さる、そういうことも幸せと考えるようになりました。娘夫婦も近くにいますので、安心して。やはり私にとって大切なものは、子供たちと家族で、彼らが幸せで健康であることを願います。

車椅子の生活になる前は、お1人で暮らしていたのですか？

体が不自由になる前の7年間は1人で暮らしていました。今は、息子夫婦と孫と一緒に住んでいます。お嫁さんは本当によくやってくれますよ。苦労していると思います。そういう意味で、嫁さんが笑顔でいられること、その笑顔を見て暮らすことは私にとって大きな喜びです。このような身体になってしまって、何にもできないんです。家にいる時は、食事以外はベッドに寝ています。自分の部屋のベッドに座る、そこだけが私の場所なのです。だからこうやってここに来ることはうれしいことです。

この施設で、どんな時に楽しい、うれしいと感じられますか？

違う景色で、色んな人に会えて、色んな人の声をきいて、素晴らしい自然も見られます。1人でベッドの上  
に座っていると、よく考えることは、やっぱり今まで自分がどんな風に生きてきたのかということです。  
そういうことをよく考えています。そういうことを考えることは毎日の生きる支えになりますね。自分のやってきたことを振り返るとやっぱり子育てかなと思います。5人育てました。振り返ってみると、楽しかったことが思い出されます。そのほかは、戦争のことを思い出しますね。先ほどみなさんで歌を歌いましたが、歌詞カードの中の「戦友」という歌は大変好きな歌です。昔から、今に至るまでずっと自分で歌い続けている歌です。この歌詞カードには3番までしかないけど、これは14番まであります。全部歌えます。今でも歌っては泣き、泣いては歌っているんですよ。

どこのご出身なのですか？

私は富山県の出身で、20歳になる前に結婚しました。主人と結婚して、お風呂屋をやっておりましたので、60歳近くまで働きました。場所は都心の駅近くでしたが、景気も悪くなり、多くの人が家に風呂をもつようになったのでやめまして、今はそこにはビルがたっています。

お風呂屋さんのお仕事はご主人と二人三脚だったんですね。

お風呂屋の仕事は楽ではなかったけど、嫌いじゃなかったです。当時は銭湯代25円でしたよ。今じゃ高くなりましたね。そうすると足が遠のきますよ。私の仕事は番台さんです。6時間くらい続けてやるので、途中で眠くなったりして、おつりを渡す前に眠りそうになったりとかそういうことがありましたよ。体が動けば昔の商売、やりたいなと思います。残念なのは、忙しかったものですから、自分のための芸事などをやる余裕がありませんでした。洋裁やお茶などもやりたかったです。お風呂屋の仕事と子育てにあげられた人生でした。子供たちがきちんと成長して、それぞれ家族をもって、そういうことは私の誇りです。

## 事例 58

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 77歳 |
|---|-----|

いま、生きがいて何ですか？

みんなは何て答えている？生きがいは、楽しく生きることだよ。平凡かなあ？そしてここにきていることは毎日の中でもとても楽しいんだよ。

どのようなところが楽しいのですか？

同じ時間を家過ごすなら、テレビをみて過ごしてしまうでしょう。でもここにすれば、みんなと会えて、

話をする。とても楽しいよ。

ひざが悪いのですか？

10年前くらいから足が悪くなりました。ひざと股関節です。嫁にいつから、ずっと畑仕事をしていました。腰までぬかにつかって、がんばってきたんだよ。そういうこともあって、足が悪くなったと思いますが、でも畑仕事はやり遂げられたと思っています。そういう辛い思いしてきて、ここまでできました。戦争の時のことを思えば、いまは本当に心配がありません。息子も嫁もよくしてくれます。いまは、自分の着た物を洗濯するくらいはしています。あとは全部嫁さんがやってくれます。今一番、不安なのは歩けなくなることです。こうやってここにきて、少しでもよくなるようにと思っています。

事例 

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 72歳 |
|---|-----|

 59

いま生きがいて何ですか？

今の自分の生きがいというのは、幸せに暮らしているというこの現状だね。自分を含めて家族のものが健康で暮らすことができるということ。あとここへ来るのはとても楽しみになっている。いつも気のあう仲間と会えて、冗談言ったり、馬鹿な話をしたりできるからね。健康でいれば、こうしてここにもこられるし、みんなに会えるということだね。自分の健康を今の状態に維持するのは自分にとってとても大切なことだよ。

いつからここへ通うようになったのですか？

もう3年通っているけど、最初のうちは車椅子だったんだ。それが杖をもって歩けるようになって、ここまで回復して、本当にここへ来て良かったと思っている。

いつもみなさんと仲良くお話されていて楽しそうですね。

今、生きているのが幸せだと感じるよ。というのは、3年前脳梗塞で倒れて、自分では全然覚えていないのだけど、医者は家族のものにもう助からないようなこと言ったらしいんだ。それがこうして助かっちゃって、生きているのが不思議な気持ちです。当時から比べれば、いまは飲み物や食べ物は半分くらいしか食べられなくなったよ。特にご飯の量は減ったよ。風呂に入る時も世話が必要。

奥様がやって下さるのですか？

そう。全部やってくれます。考えてみれば、女房はよくやってくれます。本当に感謝しなくちゃいけないと思っています。女房を大切にしないとね。僕のことを一番わかってくれるし、身の回りのことすべてよくやってくれています。あとはもう2人で残りの人生を楽しく暮らすことですね。ただもう少し体が動くようになって、また呂律もよくなればと思います。ここでがんばってリハビリします。

事例 60 

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 91歳 |
|---|-----|

いま、生きがいて何ですか？

生まれてきた以上、迷惑をかけない生き方をすることだと思う。清く正しく生きていくこと。今までもそう生きてきたつもりだよ。これからもそれは変わらない。あとは自分のことは自分でやる。でもこうやっ

てここにお世話になっているんだからね。自分のことが自分でできなくなってはきている。何でも人の手をかりないとできなくなってしまった。それは本当に悲しいことだし、辛いこと。90歳までは何とか自分なりに計画をたてながら生きてきたつもりだったけど、最近はそうはいかなくなってしまったよ。

やっぱり自立して誠実に生きるということですか？

そうだよ。生きがい、自分らしく生きるためにはできるだけ人に迷惑をかけないということかな。いまは、息子がよくしてくれます。それがいま一番の喜びです。孫たちも、私が何か間違ったことしたら、注意してくれるし、本当に幸せだよ。生きがいなんて、聞いてくれる人は今までいなかったよ、ありがとう。こうやってあなたに話すことで、自分が人のためになるのはうれしいよ。こうやって私の話を真剣に聞いてくれる、それだけで本当に何よりうれしい気持ち。ああ、孫の嫁がみたいね。それをみたらいつ死んでもいいよ。

#### 事例 61

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 68歳 |
|---|-----|

いま、生きがいって何ですか？

生きがい、言われてみてはじめて考える言葉だね。そうだな、生きがいということと言えるほど、今はそんな余裕がない状態かもしれない。身体をもっと良くしたいという気持ちが強いし、今はとにかく身体を何とかしたいという気持ちです。

やはり体をよくしたというお気持ちですね。

そうだね。やっぱり生きがいは家族かな。家族があって今の僕があると思う。あたり前のように気づかないかもしれないけど、家族の支えがあってこそ、今もリハビリをがんばれるし、今の自分が存在すると思えます。具合が悪くなって余計にそう思います。今は、家内、長男夫婦、孫（小学4年生 中学生）と暮らしています。こういう家族に囲まれて暮らせることは、本当に幸せだと感じています。特に、孫たちと一緒に暮らしているからこそ、得られるような楽しみがあるなあと思う。

今まではどんなお仕事をされていたんですか？

職業は大工をしていましたが、50歳を過ぎて足が悪くなり、人工関節をいれています。その頃、まだ大工を続けていたいという気持ちが大きかったから、とても悔しい思いをしました。仕事半ばでやめなければならなくなったわけです。大工は、中学をでて奉公しているから40年くらいはやっていましたが、もう少しやりたかったと思っています。

何か自分の楽しみはありますか？

大工を辞めてから、近所の園芸クラブに入りました。とにかく何かやりたかったのです。そこで園芸と陶芸をやるための鉢を作る陶芸を始めました。それがとっても楽しくて、たくさんつくり、売ったりしました。仲間とやるのも楽しかったですね。陶芸というのは、土を使うので重心にかえるし、物を最初からつくるというのは本当に楽しいです。そう考えると、大工という職業と陶芸はつながるかもしれないね。ものをつくるというのは変わらないから。これは雑誌の『盆栽世界』に「小品盆栽と鉢づくりを楽しむ」ということで、うちのクラブのことが掲載された記事です。僕がつくったものも掲載されています。鉢を載せている台も僕がつくっています。大工をやっていたからこれくらいは簡単です。友達の台も頼まれてつくったりしましたね。

私も陶芸を最近はじめたのですが、本当にものを最初からつくるのは素晴らしいですね。

そうだね。僕は、倒れて身体が思うように動かなくなってしまったので、この盆栽や鉢作りができなくなっ  
てしまったけど、またどうしてもやりたいという気持ちは大きいです。ただ今は、何とか身体をよくした  
い。そういう気持ちでここに通ってきています。初めてここにきた時は、右手が全然動かなかった。今は  
こうやって動かすことができるし、がんばりたいと思う。陶芸はリハビリにもなるし、片手だけでもでき  
るだろうから、何とかやりはじめたいと思っています。具合が悪くなって、タバコも酒もやめました。最  
近、酒はのみたいと思うよ。でもこんな体の状態だし、危ないでしょう。もうずっと飲んでいないからき  
と相当酔っ払うよ。でも飲みたいな。もう少しよくなったら飲もうと思う。酒も飲めないし、毎日身体を  
よくしようと努力するだけで、何のために生きているのかって考えるよ。酒ものめないなんてね。やっぱ  
り何か楽しみがほしいよ。

事例 62

男

77歳

いま、生きがいて何ですか？

生きがいは孫ですね。生まれた時からずっと一緒に住んでいますが、いまは地方の大学に通ってしま  
いで離れて暮らしています。やはりいないと寂しいですね。僕はエンジニアをやっていましたが、孫は工学部  
のバイオテクノロジーを勉強しています。彼が大学を卒業して、嫁さんをもらい、結婚式まで見届けたい  
と思います。

エンジニアというとなんのお仕事だったのでしょうか？

大学を卒業して、すぐに機械の2級の免許をとりました。仕事はアメリカの会社と技術提携しながら、ブ  
ルドーザーを整備する機械をつくっていました。64歳まで勤めました。仕事をしているときは仕事が生き  
がいでしたね。

いつもご旅行の話をしてくださいますが、

私は旅行が好きです。今までに45回も海外旅行をしましたが、それも生きがいですね。ただ、体の具合が  
少し悪くなってきたので、最近はありません。めまいに悩まされています。だけど、家内にぶらさが  
って旅行にいかなくちゃとは思っています。まだまだ行きたい所はたくさんあるし、もう一度みておきたい  
所もたくさんあります。

めまいで悩まれているんですか。

いま悩んでいるめまいは、西洋医学ではどうにもならないので、東洋医学にすがっているという状況です。  
ここで先生に鍼をやってもらったりしています。あと、神様にすがっていますと断言できるまではいかな  
いけど、すがりたいという心境なのです。先ほど言ったように僕は理系人間なんだけど、飛騨高山にお  
おもとがあるのですが、真光という神様があります。最初はまゆつばと思っていましたが、理系の優秀な  
人たちもかかわっているの、有効なところもあるのかあと思いはじめました。信じきっているわけでは  
ありません。ただそういうものにすがりたいという気持ちが強いのだと思います。



## 事例 63

女 88 歳

いま、生きがいて何ですか？

生きがいはないよ。でもしいて言えば、ここでみんなに会えることだね。朝起きるとね、今日はここへ来る日だとわかるととても気持ちがいいよ。やっぱり気のあう仲間がいるからこそ楽しいのかもしれないね。それにこうやって飴とかお菓子とか、それぞれが少しずつ持ってきて、みんなで分けて食べるのも楽しみの一つだよ。

今までどんな人生でしたか？

主人はね、旅行に行ったまま帰ってこなかった。その土地で 72 歳で亡くなったんだ。そういうこともあったね。長生きしたなあと思います。昔を思えば、防空頭巾かぶって戦争はすごかったよ。そういう中をかくぐってここまで生きてきた。すごい時代だったね。そういうことがあったからこそ、ここまでこれたのかな。いまは心配することないよ。

## 事例 64

女 80 歳

今、生きがいて何ですか？

家族と一緒に住んでいることが生きがだよ。そういう人たちがいるということは幸せなことだね。孫もいますから。いまは孫と遊び歩きたいという気持ちがありますね。

お孫さんと暮らせるのはいいですね。

大それたことを考えない。子どもが元気でやっているのが一番だよ。私はここで生まれて、実家から嫁ぎ先が見えたんだ。もうこの年で何もすることはないけど、ここへこうやって連れてきてもらえるのはうれしいこと。身体の調子も良くなっているよ。来てよかったと思っている。

今まではどんなことが生きがいでしたか？

今までの生きがいと云ったら、畑に行くことだったよ。それが生きがだった。ナス、じゃがいも、ねぎなどほとんどの野菜はつくったよ。しかしこの頃は思うようにいかなくてできなくなりました。あとは果物も栽培していました。最近までもものジュースをつくっていました。みんなに飲ませられたのが楽しかったね。

## 事例 65

女 85 歳

いま、生きがいて何ですか？

生きがいて、自分でつくるものだと思うの。人からこれをやったら生きがいになるでしょうと言われてやるようでは、それは本当の生きがいにならないと思う。今は、もうこの歳になっているし、生きがいという、やはりできるだけ主体的に生きるということかな。まずは、自分の生活に目標をもって、規則正しく過ごすことですね。孫にどんなお嫁さんがくるのかは生きがいな。

ケアハウスで暮らされているんですね。毎日の生活のリズムはどんな感じですか？

そうです。もう3年ほどたちます。だいたい午前中はお習字、絵手紙をやっています。午後は折り紙とか、そういう手先のことが好きです。最初に入所する時に、嫁さんが何にもしないでいると呆けちゃうからといって、ちぎり絵を習いにいったらどうかと連れて行ってくれました。それもまだ続いています。やっぱり出来上がる楽しみがありますね。生きがいと趣味は同じなのだろうか。ケアハウスの人にも聞いて見ましたよ。だけど私は生きがいと趣味は違うような気がするね。趣味そのものではなく、それをはじめようとする心とか、それを自分の何に生かしていくのかなどと関係すると思う。私ならちぎり絵や絵手紙、折り紙などでつくったものを親切にいただいた人に差し上げたり、今度はこれをつくらうとアイデアを出したりするのが大きな楽しみだね。

どこのご出身ですか？

私の出身は関西です。27歳くらいまでいました。その後60歳まで香川県で暮らしていました。両親の里が香川だったのです。主人は戦死しました。息子が3歳の時でした。その頃は、戦争未亡人はたくさんいましたから、子育てが大変だったとは思いませんでした。60-79歳まで、群馬県の有料の老人ホームに入所しました。息子の在京保証人になって下さった、私の尊敬する方が関係してまして、希望して入所しました。建物も素晴らしく、雑誌に載ったりしましたよ。掃除などはすべて入居者が行っていました。そして今のケアハウスに入りました。

そういうところで生活するというのはいかがですか。

入居して思うことは、毎日が勉強だね。入居している人は様々です。いろんな生き方がある。そういうことがよくわかります。呆けてしまった人、いつもどこか痛いといって医者通いばかりしている人もいます。こういう施設に入所したとしても、自分なりの生き方というとおおげさかもしれないけど、自分らしい暮らしをすることが大切だと思います。

#### 事例66

|   |     |
|---|-----|
| 男 | 73歳 |
|---|-----|

いま、生きがいって何ですか？

生きがいというとなかなか難しいね。書道かな。定年後、実は書道をはじめたんです。僕は字が下手でしたので、定年後に書道をはじめてみようと思ったのです。それがきっかけです。書道を習う前は、本当にひどい字でしたが、習い始めて決してうまいとはいえませんが、だいぶましになりました。

じゃあ、今日のレクリエーションの書道は楽しかったでしょう。

今日、あなたに言われて書道を久しぶりにやりました。懐かしい思いがしました。ただ左足、左手が悪くなって、手がふるえますから書道はなかなか思うようにはいきません。ただまたやりたい、もう一度はじめてたいという思いは大きくあるんです。そのためには、何とか今より身体をよくしたいと思っています。ここにきてリハビリをすることはいいですが、やはりここだけじゃ足りないでしょう。もっと自分で努力しなくちゃいけないと思います。書道をもう一度やりたいというそういう気持ちは、リハビリへの気持ちを支えていますね。その気になりたいね。

## 事例67

女 | 78歳

いま、生きがいて何ですか？

やはりここにくることかしら。ここにくれば、色んな人と会えておしゃべりもできる。冗談言って笑ったりして。楽しいですね。私はあんまり1人で外にでないの、家にいるよりここに来た方が楽しみが多いです。それに自然が大好き。ここは、自然に囲まれているでしょう。いまは暑いけど、気候がよくなればまわりを歩くこともできます。ここにこうやって座っていても緑が見えるのは本当に心が安らぎますね。

今までは、自然に囲まれた生活をされていたのですか？

今一番の希望は田舎に帰りたい。私は東北で生まれ育ちました。その生まれ育った田舎に帰りたいです。自然の中を歩きたい。あのにおいや音を感じたいね。私は本当にお花が好きで、近所を歩いていると、みんなからここに花が咲いているよと、よく言われたものです。それくらいお花が好きだとみんなから思われていました。

ご結婚されてから、こちらにいらしたのですか？

下町の材木屋に嫁にきて、そこで主人が亡くなるまで共に働きました。今はあまり良い商売ではないかもしれないけど、あの頃は忙しいものでした。6人くらい同じ出身地の人たちを住み込みで雇っていました。みなさんはもうすでに自分の店をもっています。主人と私は同じ出身でしたので、雇う人も同郷の人だったのです。3年前から、こちらの娘の家にお世話になっています。その材木屋は息子が継いでいます。あの頃のことは懐かしいですね。よく働きました。娘には、下町のお祭りのときなどは連れて行ってもらいます。でもやはり思い焦がれる場所は、生まれ育った田舎だね。

娘さんと暮らせるのはいいですね。

生きがいていうかわからないけど、自分にとって一番大切なことは、自分が健やかであること、それはまわりの家族にもいいことでしょう。あとやっぱり娘が大事。何でも娘にお世話になっているから、親子だから何でもわかってくれる、娘がいなければ今の生活はないと思うから、大切にしたい。自分でも身の回りのことはできますが、家事は娘がやってくれています。昔は縫い物も料理もやりました。結構得意だったのよ。縫い物なんてまたやりたいなと思います。

## 事例68

女 | 67歳

いま、生きがいて何ですか？

こうやって体の具合が悪くなりましたから、生きがいといっても、もう特別なものはありません。ただ、子どもたちの幸せを願っています。

いつ頃、体は悪くなられたのですか？

60代になってから倒れました。それまでは、紳士服の寸法直しを家でやっていました。結婚してからはじめたのです。洋服屋さんから仕事がまわってくるのですが、結構仕事がありました。やりがいがありましたよ。今でもやりたいなあという気持ちはありますね。子どもたちがズボンの寸法を直してなんて言ってきますが、まだ右手が効くので何とかできるかもしれませんね。やってみたい気はしています。もっとチャレンジしなくちゃいけないのかもしれない。

ここへ通うことはどのように考えていらっしゃいますか？

ここへくることは今、一番の楽しみになっているかなと思います。家にいたら、娘も働きにでていますので、ただテレビをみてしまう生活です。ここへくればリハビリもできますし、みなさんとお会いできるし、生活のリズムになっています。みなさんの言葉を聞いているだけでも気持ちがいいですね。

事例 69 

|   |      |
|---|------|
| 女 | 84 歳 |
|---|------|

いま、生きがいは何ですか？

難しいこと聞くね？ そうだね、人と話をしている時が楽しみだね。こうやってここにきているのも楽しいよ。息子と嫁はよくやってくれるよ。ここで昼食を食べた方が楽しい。みんなで同じものを食べるっていいよね。みんなと会えるのは楽しいね。

この前も一緒に歌いましたけど、歌がお上手。それにどんな歌でも知っているのはすごいですね。

歌う事が好き。歌っていると気が楽になるよ。みんなにやっかいをかけているけど、ここにきてよかった。欲を深くしない。自分のありのままを見せている方がよい。バカはバカなりによいところもあるでしょう。

事例 70 

|   |      |
|---|------|
| 女 | 73 歳 |
|---|------|

いま、生きがいは何ですか？

いまはこうやってここにきてリハビリすることが私の生活の中で重要なことです。平成 6 年に、自転車から落ちて、歩道と車道の間にはざを強く打ってしまいました。平成 9 年には犬の散歩をしていて、転んでひざの同じところをうってしまったのです。それでその頃から杖をつくようになりました。ひざが変形してきて、リウマチだとずっと言われていました。同じ年に腰の骨も悪くしまして、平成 12 年には脳梗塞で倒れました。それで車椅子になりました。やはり、かなわないかもしれないけど、もう一度歩いて見たいという気持ちが強くあります。少しでもよくなりたいと思うし、そうなるためにここにきています。やっぱりまだ死にたくないよ。

やはりご自身の体の状態を何とか良い方向にもっていくことが一番重要なことなんですね。

そうだね。ここにきて、個々に障害の程度は違うけど、大勢の中でリハビリするのは励みになるし、仲間とあって話をするのは楽しいよ。今は、ただ歩きたいという気持ちです。時より、元気で歩いている自分の夢を見る時があります。自分で、どうして歩けないのというそんな気持ちになります。そうになると、ちょっと辛くなります。ただ、ここにきて、いろんな方々がいて、みんなそれぞれ辛い気持ちを抱えながらがんばっている姿をみて、自分もがんばろうという風に奮い立ちます。考えてみれば、リハビリしているのも生きがいなのかもしれませんね。

いま、どなたと暮らされていますか？

主人と息子です。孫の成長も楽しみなことです。女の子 2 人ですが大学生と高校生です。これからどんな風になっていくのかとても楽しみにしています。毎日泣いたり、笑ったりの生活ですが、やはり主人の存在は大きいと思います。夫婦ですから、けんかもありますけど、支えてくれています。主人がいなかったら、今のように楽しい生活はできないでしょう。

今までの人生はいかがでしたか。

今から 20 年前くらいですが、ちょうど 30 代後半から 50 歳になる前まで、家で「村山大島」の機織りをしていました。家に機械をいれてやっていました。ちょっとした内職という感じではじめました。だんだん景気も悪くなってきたので、やめてしまいましたけど、着物や羽織をおったのですが、とても楽しかったですよ。懐かしいです、またあれを触ってみたい。今までの人生は本当に苦労ばかりです。いいことなかったと思います。姑さんとも一緒に暮らしてきましたし、大変でした。子どもは息子が 3 人で、自分は 6 人兄弟ですが、みんな元気でやっています。自分だけがこんな体になってしまって、つらいと思うこともよくあります。ただそればかり考えていてもしょうがないので、前向きに生きています。幸い主人も元気ですし、色々身の回りのことはやってくれています。今は、食事などは業者に運んでもらって、それを食べています。ここでお風呂を入れてもらい、よくしてもらっています。私はラジオが好きで、毎日テレビはほとんど見ずにラジオを、夜中きいています。

事例 71 | 女 | 85 歳 |

いま、生きがいて何ですか？

生きがいというとやっぱり今までの自分の生い立ちや生き方が関係していると思う。

では、今までの人生を少しお話いただけますか？

私は東北の生まれで、幼い頃父を亡くし、その後母は再婚したのですが、8 歳の時に母も亡くしました。兄弟はみな離れ離れで、親戚の家へもらわれていきました。お世話になった叔母のすすめで、15 歳の時から、知り合いの病院で働いていました。その後看護師の資格をとり 20 歳で上京しました。東京に出て、助産婦の資格をとり、家でお産をする人たちのお手伝いをしました。だんだん、家でお産をしなくなったので、病院に勤めるようになりました。60 歳の定年まで勤め、その後も 70 歳まで、開業医のお手伝いをしていました。

同じ病院に勤めていた薬剤師の女性のご主人の同僚と結婚しました。主人は警官をしていました。いい人でしたが、酒を飲むと人が変わってしまうのです。酒癖が悪くて、給料はみな飲んでしまう。だから、私が働かなくてはなりません。それで子供が小学 3 年生の時から、また助産婦を続けたんです。私が稼いだお金もみなお酒に使ってしまう。不幸な結婚だったと思います。主人は私には暴力をふるいました。しかし子供だけはとてもかわいがってくれたので、我慢ができました。3 人の子供を抱え、自分の生い立ちもあるので、離婚はしたくなかったんです。結婚してから働き尽くめましたね。

ご苦労があったんですね。

主人は 52 歳のとき、脳溢血で亡くなりました。私はそのとき 48 歳でした。助産婦という仕事は生きがいだった。助産婦をやっている間、一度も障害のある子供や、死産ということにはならなかったんです。とても幸せだったですよ。生命の誕生という素晴らしい出来事に、たくさん立ち会えたことは、大きな誇りです。

助産婦の仕事をやめた後、60 歳からはお茶の先生をしていました。84 歳までです。家にお弟子さんをよんで、教えていました。84 歳の時に恥骨をいためて、左足が不自由になりました。でもね、希望はある。治るかもしれないという思いは常にあります。お茶の先生はもう少しやっていたかったです。まだまだ教えあげたいことはたくさんありました。

84 歳までお茶の先生とは素晴らしいですね。

今、生きがいという、家に帰って、記憶をたどるんです。例えば、お茶のこと。お茶の流儀でも色々な段階があるでしょう。自分がならったことをすべてメモ帳に書き出してみる。それで、自分がその内容についてどこまで覚えているのか。やっぱり忘れていくものが多くなると、情けないね。自分の覚えた仕事や教えを振り返ってみると、今まで自分がそういう風に生きてきたんだと、それは私の生き方だと喜びを感じます。絶望的なのは、考えることがなくなることだと思うよ。何で自分は生きているのか、という風に考えなくなったらだめだと思う。特に私は信仰をもっているから、そういう信仰の中で、自分でそれを観念づけていく、それがとても喜びです。やっぱり感謝が大切。感謝できない生き方はしたくない。感謝すること、感謝して生きることが私の大きな目的です。これで生きがいのこたえになっているかな。

身体を悪くして、何か自分の中で変わったことはありますか？

やはりこういう体の具合が悪くなると、たとえば病気が悪化すると、「こんな状態は嫌だ。どうしてこんな痛みを受けるのか」と考えてしまう。そういう考えを起こさせないのは、神だと思っています。自分が力づけられます。リハビリをはじめ、ここにきたときは、痛くて本当に苦しかった。その時は、神様どころじゃない。医者にはこれは老化であって、もう治りませんとはっきり言われました。それで、やっと、思い切れました。そういう中でもがんばりたいという気持ちはもっています。出来る限りのことをしたいと思うんです。痛みがあると、とつても落ち込んでしまう。感謝できないということは落ち込んでいる証拠。人と比較というのはいけないことだと思っているけど、あの人もがんばっていると思うこと、ここにきてそういう姿をみると、自分を奮い立たせることができるし、お互いに思いやりがわいてくると思います。

信仰はいつ頃もつようになったのですか？

信仰をもつようになったことについてはあんまり言いたくないよ。もう昭和23年からです。それは主人への恨みだったんだよ。主人を許さなくちゃいけないと思いながら、なかなか許さなくてね。この人と結婚したから自分が不幸になってしまったという思いをずっと抱いていきたくて。それで信仰をもつようになりました。いまは、みんなにおまかせし、しがみついている状態だけど、だからどうなってもいい。お迎えはいつきてもいい。そんな気が楽な気持ちになっています。

事例 72      

|   |      |
|---|------|
| 男 | 74 歳 |
|---|------|

いま生きがいて何ですか？

生きがいと言われてすぐ答えるようなものはもうないよ。もうこの年齢になって、すべてやり終えたよ。ただ、一つ孫を見届けたいと思う。もう自分の子供たちは何とかなって、これから惰性に流されたとしても、何とか生きていくことはできるでしょう。でも孫はまだこれから。ただ成長をみるだけじゃなくて、どんな方向に進んでいくのか、またちょっと踏み外してしまったら軌道修正してやる、そんな役割をしてやれたらいいと思っている。

お孫さん以外に何かありますか？

もうあなたなどは知らないかもしれないけど、昔ね『48歳の抵抗』という書籍があったのですが、僕もそれにならって48歳で抵抗しましたよ。最後の遊びをしようと思いました。歌舞伎町にある飲み屋に通いつめました。その時知り合った女の子がいます。いまは、もう2年近くいっていないけど、また行きたいなと思います。それと生きがいはどう関係するかってことですが、美人を探すことなんです。美人を探すまでは死ねないよ！

事例 73

女 88歳

今、生きがいて何ですか？

私は、4年前にケアハウスに入所しました。ここにきてリハビリを受けたり、お話ししたりするのがとても楽しいひと時です。ケアハウスではたくさんの方が入所していますが、やはり食事のテーブルが一緒の6人くらいが仲良しですね。ここにくると気分が和やかになります。自分をみてる次男夫婦が仲良く暮らしていることが一番です。

息子さんたちはよくして下さいですね。

ケアハウスには飲み物以外のものはあんまり売っていないので、次男の嫁が色々買い物をしてきてくれるのが楽しみ。次男夫婦が1ヶ月に2回、色々買出しをしてくれます。そういう世話をしてもらえるのは大きな喜びです。とにかく子供たちに迷惑かけないように生きていきたいですね。

何か今自分の楽しみはありますか？

内臓で悪いところがないので、好きなことができることは、生きがいにつながるでしょう。私ができることと云ったら、編み物かしら。毛布をつかったりしましたよ。レースはあたたかみがないけど、毛糸でつくればまた違った感じでしょう。編み物を始めたのは、婦人クラブや雑誌をみて独学です。25-6歳の時にはじめました。カーディガンも作ったことがあります。今日持ってきたこの毛布は自分で編みました。いまはもう疲れるからやりませんが、こういうものを作っている時は本当に楽しいし、出来上がった時の喜びがあります。あなたにも教えてあげたいと思いますよ。

今までの人生はいかがですか？

私は主人を長男が中学生、長女が高校生の時に亡くしました。そりゃ大変でした。その後、女手一つで子供を育ててきた。再婚はしませんでした。やっぱり人生を振り返ってみると子育てしかやってこなかったような気がします。でもそれは私の誇りでしょう。もうこの年ですから、何がやりたいということはありません。家族の平和と幸せを祈ります。

## 特定有料老人ホーム（事例 74-80）

### 事例 74

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 81歳 |
|---|-----|

今日のご協力いただきましてありがとうございます。今どんなことに生きがいを感じておられるのか、お話し下さい。またこの有料老人ホームに入られるきっかけやいまのご生活を含めてお話しください。

ここに入所したきっかけは、知り合いが入っていて、お見舞いに来ました時に良い雰囲気だなと思いついて、それで申し込みました。ここに入って7年目ですが、その前に3年待っていますから、10年になるでしょう。ここがスタートする直後に入ったのです。私は子供がいまいませんから、60歳になってから、有名な老人ホームなどを含めていくつか見に行きました。ある老人ホームには正式に申し込みましたが、本式の契約書には、身元引受人の甥に印鑑をもらわなくちゃいけないのですが、甥が病気がしたら本人の承諾なしに病院にいれられちゃうということが起こりそうだとということで、反対がありまして、キャンセルしました。私の知らないところで、色々喧々諤々あったようです。兄は本人が決めたことだろうからという考えもあったようですが、甥の方は、どうも納得がいけないということでした。その点、ここには特別養護老人ホーム、病院と完備していますので安心です。

それで、ここに入所されることになったのですね。

やはり、その知り合いが入っていて満足していましたから、それは確かだろうと。何の不安もなく過ごしてきました。

いま一番したいことはありますか。

死を迎えるための心の準備です。痛い思いはしたくないですね。死は特に恐くないです。もうその段階にきていると思います。それがあ意味、生きがいかしら。

毎日の生活の中で、どんなことが楽しみですか。

結構、時間がたつのは早いのです。今までより動作がのろくなっているということもあるでしょうけど、毎日忙しいです。ここではいくつかの会があるのですが、あなたも参加していらっしゃる園芸の会とあとは俳句の会に入っています。俳句は本を読んで基礎的な知識を身につけました。あとは表現ですよ。本当に難しいです。毎日俳句のことは考えます。園芸の会のお茶会は楽しいですよ。週2日午前中9時から10時まで、みなさんがもちよったお菓子とお茶を用意して、他愛もない話をしながら過ごすのですが。

普段はどのような生活をされているのでしょうか。

よく出かけます。虚弱体質で、東京駅にある漢方の診療所に10年通っています。3-4週間に1回行きます。あとは針とお灸に行きます。やはり健康管理は自分の責任だと思っています。女子大の友達と会うために新宿に行ったりもしますね。もちろん駅周辺に買い物に行ったりして、行かれる間は行くようにします。自分なりに自己管理はやっています。自分の責任ですからね。80歳の坂を越えると「ああ、こういうことか」と思いました。70歳の坂を越えるときは、越えることの辛さがひどかったの。70歳代になって安定するとまた動けます。80歳代になると1ランク下がって、そのままいきます。ただ確実に下り坂です。どういう風な終末になるかはわからないですけどね。集団生活をしていますと色々な方がいます。色々な意味で覚悟決めて入った方は、やはりエンジョイしていますよ。エンジョイしているけど、決して欲を出しません。程がよいのでしょう。もっと良いことあるんじゃないかなという欲はだしません。そういう人は身についています。私はここでの生活を大事にしています。年寄りば過去の歴史を背負ってきている



から、色々あります。集団生活を送ると、あれこれおっしゃらなくてもその方の過去が見えてきますね、そういう意味では恐いですよ。90代半ばで本当にきちんとされている方もいますしね。主人が亡くなってしまおうと自然と覚悟はできました。恐くなくなっちゃうのよ。

逆に恐くなくなってしまうのではないかと思ってしまうんですが。

逆なのよ。すべて自分1人の責任でしょう。自分が責任を負えばいいのよ。間違えようとうとうと恐くない。私は経済的な管理が苦手ですので、兄は私のことをやっていけるのかどうか心配しています。私としたら、年金でやっていけるわという感じです。主人は何でも自立させる人でしたので、こういう所での生活もやっていけるのかもかもしれません。夫婦生活においては、時には心細くてどうしたらいいと悩んだこともありましたが、それで鍛えられました。私が私の判断でしたことは、私の責任ということです。そういう関係でしたね。理屈っぽく言えばね。

ご主人はどういうご職業だったのでしょうか。

大学で英文学の教授でした。イギリスの小説研究が専門でした。一番書きたかったことを書いて、それが再版される発行の日に亡くなりました。自分の集大成は書けなかったのが残念だったかしらね。

こういう生き方をしたくないということもありますか。

自分の心の赴くことに反することは嫌ですね。それはみんなそうだと思いますけど。自分の程度を心得て生きていく。自然体でね。一番単純なことだけど、意外と難しい。とにかく欲をださずに、しかし自分らしく生きたいですね。

先ほど死の準備が生きがいかもということでしたが、それ以外に何かありますか。

このまま生きたいということです。一日一日が勝負です。今日も目が覚めました。確かに予定は入っても、予定は予定なのよ。どうなるかわかりません。自分がどうなるかということへの恐れはもうないわ。なるようになっていっていると思います。私たちの時代は、女性はどうしても他力本願だったと思います。はっきり目的をもっているような人は、ありとあらゆる抵抗を排除しながら、辛抱強く生きていかなきゃいけない。しかし多くはくたびれちゃって妥協する。ですから、それぞれの身の諸条件によりますね。自分なりに健康を維持できるように努力しています。

少し昔のことを振り返っていただいて、何かお仕事をされていましたか。

教師をしていました。戦争中に女子大をでましたが、就職ということあまり考えませんでした。何かすることがあるだろうというのきなものでした。母の食料品の買出しなど手伝ったりしました。戦争がひどくなると河口湖に家族で疎開をしました。

終戦後はすぐ東京に戻られたのですか。

私は富士吉田に少しいました。昭和22年に新制中学が発足しました。中等教員の免状を持っている人がいなかったのです。それで、私はもっていましたから英語の教師として昭和22-24年まで教えました。

教師業というのはいかがでしたか。

河口湖の人たちは、半農半商という生活をしていたんです。子供たちもそれを手伝って暮らしていたわけです。教えていたのは、多くはその土地の子供でしたけど、アルファベットも見たことがないのですよ。

英語なんて白紙もいいところですよ。東京の子供と全然違う。こちらはそういうことに直面して、その驚きはすごかったです。どういう風にしたらいいのかと考えましたよ。決して能力が低いということではないのですが、どうしても知識を得る環境になかったということがありましたね。もちろん中には傑出して才能のある子供もいましたよ。朝から晩まで親の手伝いでしょ。冬になれば手作業でざるを編んだりしていたのですから。英語のABCと日本語の50音を比較してみても、たとえば日本語の「あ」は「あ」しか使わないけれども、「A」は色々広がりがある、そういうところからして子供たちには検討もつかないものなのよ。英語の教科書「Jack and Betty」をとにかく読ませました。アルファベットを全部書けるようになるまで大変でした。ですが、私にとっては良い経験でした。教えるということの原点はここにあると思う。私が逆に教えられたと思います。自慢ではないですけど、素晴らしい子供が2、3人いましたよ。1人はよくできたのですが、当時の状況もあって大学にはいかれませんでした。土地のものと結婚して、50歳になってから大学の社会人コースに入りました。家庭と両立していましたから、1年延長して5年で卒業したそうです。社会事業に関心があって、これからという時でしたが、白血病で亡くなりました。私がここに入所した時、夫婦でとんで来てくれましたが、その時に会ったのが最後でした。惜しい人を亡くしました。

その2年間の教師の後は、どうされたのでしょうか。

昭和24年の春先に東京に戻りました。女子大の恩師が色々心配してくれまして、まず東京の学校に時間講師として勤めました。週に3日行っていました。大学の付属中学でも1年程英語を教えました。専任ではやりませんでした。その間に私も結婚をしました。私が仕事をしていると家をあけてしまうので留守番に困りました。それで一時、母が来てくれていました。しかし気の毒なので講師をやめました。おもしろいものなのだけど、疎開していた時にうわさを聞きましたといって隣村から山越えで男の子が英語を教えてくれてと来ていました。そういうこともあったんですよ。家庭教師を何十年とやりましたね。教えるというのは好きでした。その時はそれが自分にできることでしかも、生きがいでしたね。昭和40年代のはじめまでやりましたね。そして主人が亡くなったのは昭和43年でした。その後、母校の大学で事務の職員が足りないから、手伝ってほしいと言われたんです。50歳に近くなっていて、図書館でレファレンスをやりました。最初は非常勤でしたが、3ヶ月くらいたって、専任にならないかと言われました。図書館の仕事は楽しかったですよ。5年近くやりました。その後病気になるまでやめようと思い、1年間は家で療養していました。良くなったと思ったら、知り合いが事務長になって、その人から今度は庶務課長を引き受けてくれと言われてしまって、2年間やりました。今度は図書館が新しくなって、図書館の事務長になりました。定年延長になりまして、結局12年くらい勤めました。

ずっと現役でお仕事はやってこられたんですね。

そうなるわね。図書館の仕事はやりやすかったです。気楽に楽しくやっていました。私の人生は他力本願だったのよ。でも仕事は楽しかったわね。自分が青春時代過ごした所で仕事ができたと、学生さん達をみているのもやはり楽しみだったわ。

そんなことないですよ。

そうなのよ。だって、あんなっちゃった、こうなっちゃった、ですもの。

この老人ホームの図書室の整理をされているとお聞きしましたが。

そうです。ここへ来た時、内村鑑三が並んでいる反面、こちらには低俗なものがならんでいて、めちゃくちゃで驚いていました。やっぱり入所している人の質が問われるので整理をしました。年寄りが読むであろう、また自分が読んでよかったという本を寄付し、みなさんにもお願いしました。しかし本を読むと言うことが、あんまりなじめないようです。読めばよいと思う本はあまり読まれませんか。ただ、何人か

は熱心に読まれています。救われる思いです。

ありがとうございました。

事例 75

女 83 歳

ご協力頂きましてありがとうございます。生きがいについてお話し下さい。

わかりました。

子供時代はどのような生活だったのでしょうか。

父も外国の大学をでていますし、母も英語を話すことができましたし、外国のお客様をお招きすることもありましたので、そういう環境で育ちました。4歳半で引っ越した時、すべて洋間でした。お手伝いさんの部屋だけは和室でした。それに水洗便所でした。

ご兄弟はいらっしゃいますか。

姉3人、私、弟、妹 弟です。一番上の姉は私が生まれる1ヶ月前に亡くなりました。妹は他県の老人ホームにいます。

お子さんは何人いらっしゃるのですか。

3人の息子がいます。娘がもう1人いたのですが、3歳半の時に交通事故で亡くしました。1人はカナダ、もう1人はアメリカにいます。そしてもう1人は世田谷の自宅に住んでいます。

ここへはいつ入所されたのですか。

75歳でここに入所したので、もう8年になりますね。その前に3年も待っていますけど。

いつ結婚されたのですか。

23歳で結婚して姑と同居しました。娘時代は何の苦労もなかったのよ。でも結婚してから、10年間姑に苦労したの。主人は三男でしたけど、一緒に暮らすことになってしまったのです。娘時代は、本当に苦労がなかったわよ。父は厳しかったけど、色々なところに連れて行ってくれましたし、うちのクリスマスには、精養軒からランのついたお菓子がきて、ご近所のお子さんたちはみなさん楽しみにしていましたよ。ピアノを弾いて、賛美歌を歌ったりしましたよ。

クリスチャンでしょうか。

昭和17年からです。結婚するかもしれないという少し前だと思いますが、お世話になった先生の影響があって受洗しました。それからですから、もう長いですよ。だけど、私は自分ではクリスチャンとは言わないわよ。他の方がつまずくと困るから。私がクリスチャンだから……なんていわれたら困るでしょう。

いまは、教会にいかれたりするのでしょうか。

この教会に行っています。籍もうつしました。しかし礼拝はなかなかいけません。あそこまで歩くのは

結構大変です。ここでもクラブとして聖書研究会をやっていたんですが、私がボランティアをしていたのとぶつかっていたので、出ていないんです。

ボランティアをやっていたらしたのですか？

10年やりました。最初は、近所の方と5人くらい集まって、1人住まいのご老人をよんで食事を出しました。区のホールみたいなところでやりました。

コミュニティとしての活動にもなるわけですね。

そうです。それは私がこっちに入所してしまったのですが、7年くらい続けました。またこちらに入所してから、隣の特別養護老人ホームの、痴呆の方がいらっしゃるフロアに行っていました。わずかなものですけど、お菓子をもって、お茶を出しました。しかし80歳でやめました。

ボランティア活動を通してどのような思いがありますか。

ボランティアをやめてみて、人のためじゃなくて、私のためだと気づきました。

やはり、それはクリスチャンというものから出てくる部分も多いのでしょうか。

私は家庭の雰囲気がそうだったから、そういうこともあると思う。昔、土農工商なんてありましたけど、「商」の人たちが自分たちより下のものをつくりたくて、「新平民」というのをつくったという話があります。牛などを屠殺する人、革製品を作る人などだったらしいです。そういう人たちを、父は家に泊めたりしていました。父は差別するのがとても嫌いでした。1ヶ月に1回、良い映画を上映する会をコミュニティにつくり、婦人会の副会長は母がやりました。母もそういう人でした。

身体の具合はいかがですか。

ここへきて何度も病院に入っています。転んでこの足に金属が入っています。軽く転んだのですが、1人で起き上がれない。50日くらい外科に入院しました。歳相応になってきていると思いますよ。でも私はむちゃくちゃで、去年骨折したのですが、その年に車椅子でカナダの息子の所まで行ってきました。

ここに入所されるきっかけを教えてください。

私は主人の両親、お姑さんで苦労していますから、息子たちにはその思いをさせたくなかったのが一番です。息子と同居はしないと決めていました。50歳からあちこち探していました。ある老人ホームには体験入所しました。樋口恵子さんの老人ホームセミナーなど聞きにいきましたよ。

50歳ですと、まだご主人がいらしたわけで、ご主人はどのようにお考えだったのでしょうか。

主人には言っていませんでした。1人で入るつもりでした。主人は嫌がると思っていました。主人が亡くなって2年後に正式に申し込みました。

お子さんのお世話になろうとは思わなかったのですか。

自分が苦労しているから、反面教師として役立ったわね。一番先に次男が結婚したんですけど、同居してくれといわれたけど、こちらから断ったの。別に暮らして良い関係を保った方がいいですよ。

実際ここに入られてみてどうですか。

とにかく自由がありますね。それと教会、病院、特別養護老人ホームと全部そろっているのがいいです。たまには嫌なこともあるけど、いいところです。

ここでのみなさんの顔をみていると、とても穏やかで楽しそうな印象を受けます。

そうですね。俳句会とコーラスと園芸クラブに入っていますけど、そういうのもいいですね。やはりグループがあるでしょう。特に園芸クラブのお茶会は、楽しいひと時ですね。私はもう足も悪いですし、何もお手伝いはできないけど、みなさんが用意して下さいます。それも大きな喜びですね。私が入ってから、幼友達が入ったり、主人の姪が入ったりしています。主人の甥夫婦がここへ見に来て、気に入りました、入ろうとしたのですが、甥は亡くなりまして、その後姪が入りました。

毎日の生活の中で、楽しみというのはどういうものがありますか。

園芸クラブのお茶会なんて楽しいですよ。俳句会は私がつくったのですが、楽しみです。とても俳句の上手な方がいらしたので、その方をかついで俳句会をつくったんです。たちまち10人集まりましたよ。いまは7人ぐらいです。句歴は17、8年になりますね。きっかけは私の友達が未亡人になって、俳句を続けていた方なんです、その方を助けようという思いから、自宅を貸していたんです。

いましたいことはありますか。

社会の役に立ちたいと思います。ボランティアなんかもそうでしょう。足が悪くなり、体力的も疲れるのでやめましたけど続けたいという気持ちはありました。おととも日帰り旅行に行きましたけど、疲れましたよ。昨日から全然身体が動きません。はじめは自力でできるということが入所の条件ですが、徐々に衰えてきますでしょう、それでもここは介護して下さいます。本当に素晴らしいです。このことが耳に入ってきたのも、何だか導かれたかなとも思いますよ。幸せです。私はここは離れた土地に住んでいましたから、全然土地鑑がないでしょう。ここは自然がすばらしかったのよ。最近は富士山もあんまり見えなくなりましたが、来た当時は富士山を堪能していましたよ。あと自由に自立してみたいと思います。やっぱり制限されているでしょう。アメリカにいる息子が今週末にやってきます。泊まりなさいといっても、嫌だと言ってホテルに泊まります。カナダの息子はここに泊まります。それに行っていない土地に行きたいですね。裏日本です。天橋立から津和野まで行ってみたいのです。俳句のグループや、同級生とよく旅行しました。体力的にもう無理です。

息子さんたちがいらっしゃるのは楽しみですね。

でもだんだん重荷になりそうですよ。敷布から何から洗濯する必要もあります。いまはヘルパーさんに頼むようにしています。今一番困るのは長患いです。今の状態を維持するよう努力しています。

退屈することはありませんか。

やるが遅くなっていますから、時間がたちますね。3倍かかっていると思います。足が悪いでしょう、だから余計ですよ。

買い物とか、散歩は行かれますか？

ええ。病院のバスにのって、帰りはタクシーで帰ります。ただ、もう1人で出られなくなりました。ヘルパーさんと一緒にいってもらい、また姪にもお願いします。

いま生きがいというのは何ですか。

健康でいることだと思います。また自分の後始末というのも考えます。息子ばかりでしょう。私の生年月日も知らないくらいで、葬式のやり方やお金、好きな賛美歌などノートに書いて渡しておきました。先日、良くしてくださったヘルパーさんが事故で亡くなりました。親友も、幼友達も亡くしたし、そういう人たちの幸せをもらってしまっているんじゃないかしらって思いますよ。そう思うと、辛くなりますが、でも与えられた命ですから、そういう人の分まで大切に生きていたいと思っています。80歳でボランティアをやめたことには後悔しています。おばあさんがボランティアでもないだろうと思ってやめました。やめてみて気がつきました。人のためでなく、自分のためだったのですね。骨折してしまいましたからね、もうお手伝いは無理ですね。何もしないているのは、やっぱり寂しいですね。老人にお食事をつくりましたけど、楽しみがありました。献立を考えるのも楽しかったです。振り返ると、あの時は楽しかったですよ。いまの生活を大切にすることは生きがいだと思います。いま言ったようにやりたいことや悔いはありますが、今の生活にはとても満足しています。大切に生きていたいと思います。

毎日の生活で一番大切に思っていることはどういうことでしょうか。

私は真心だと思う。真心をもってやればきっと通じると思う。そういう風に暮らしたいです。あとは加減をしるということですね。親切だってやりすぎもおせっかいですから。

こういう生き方をしたくないというのはありますか？

やはり自分本位の生き方かしら。お金だけの人生ね。お金に第一の価値をおく、それは嫌です。

今日は、長い間ありがとうございました。

事例 76      

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 71歳 |
|---|-----|

ご協力頂きましてありがとうございます。生きがいを中心にお話下さい。

わかりました。

ここへ入所されたのはいつ頃ですか。

65歳の時です。主人が亡くなったのは、50歳の時だったのです。主人が亡くなって、1人でマンションに住んでいましたが、60歳を過ぎて、これからどうしたらいいのかわからなくなりました。姉は、30代で亡くなり、いまは弟が頼りになる存在になっています。しかしだからといって、迷惑をかけるようなことはしたくはありません。そのことを思うと、夜も眠れませんでした。人に迷惑掛けないようにするためには、どうしたらいいかなと考え続けました。確か、美容院に行った時ですが、老人ホームの話をきいて、そういう所もあるのかと思いました。それで市役所に話を聞きに行ったのです。私が今まで、そんな風に行動するというのは、生まれてはじめてなのです。近所の方で、ある娘さんが3日間亡くなったのがわからなくなったケースがあったんです。隣にお母様が住んでいらしたのですが、わからなかったそうです。そういうことも聞いて、自分もそうなってしまったらと思うと、本当に恐くなりました。福祉の方に、電話でたずねたら、マンションがあるなら、ヘルパーさんを利用した方が気楽ではないかと言われました。この老人ホームの前にある教会関係の病院にホームがあると聞いていたので、たずねましたら、有料はないということでしたが、逆にここを教えていただきました。ここでお話を聞き、条件を照らし合わせてみると、良いと思ひまして、即申し込みをしました。

ここへ入るまでどのようなお仕事をしていたのですか。

修道院がやっているのですが、都で委託された乳児院で働いていました。両親がいない子や、様々な境遇の子供がいます。生まれてから2、3歳まで育て、その後は養護施設にもらわれていきます。主人の母が修道者でその会長をしていましたので、はじめました。30歳から65歳まで働きましたが、資格も何もないですから、何でもしました。最初は遊びのつもりで行ったのですが、職員になって35年です。

そこでの思い出はたくさんあると思いますが、具体的にどんなお仕事をされたのでしょうか。

車の運転、子供の世話などをしました。最初の頃は、シスターは車を運転できなかったのです。それで私は運転免許をとりまして、14-5年送迎をしていました。そのうちシスターたちも免許をとるようになりまして、私も年をとりまして、運転はしなくなりました。最終的には、お子さんの世話もしましたし、最後は洗濯の仕事をしていました。腰が痛くなりましたが、大変私にあって仕事だと思いました。仕事が洗濯だからとは思わなくて、与えられた仕事だと考えていました。60歳で定年でしたが、引き続き65歳までやりました。65歳になったら、いつ病気になるかもしれませんし、やめました。2年前にここを申し込んでいまして、ちょうど部屋空いたので、すぐ入居しました。

縁の下の力持ちというか、そういうお仕事ですよ。ご自身もクリスチャンなのでしょうか。

本当に脇役の仕事でした。クリスチャンになったのは東京にでてきてからです。それまでは四国に住み別にそうではなかったです。この乳児院に働くようになって、そういうきっかけです。

様々なお子さんを育てるといふことはいかがでしたか。

実は私は継母に育てられました。そういう私の境遇が子供達を少しでも理解する手立てになったかもしれませんが、主人も孤独な人でした。私は母の愛というものを知らないで育ちました。本当の母もまったく愛情というものを感ぜませんでした。お母さんという感じの人ではなかったのです。自分の子供ができないというわけではなかったのですが、自分が母の愛を知りませんから、そういう私が育てることによって、子供に辛い思いをさせてしまうのではないかと思います、産まないことを決心したのです。

そういう決断があったのですか。

私は自分が卑怯ではないかと思っています。親になることを拒否したのですから。

そういう決断をさせるにはそれまでに本当に苦しい辛いことがあったからだと思います。

子供を自分のような性分にしたくないと思いました。主人も何となくわかってくれたと思います。主人も父から色々辛い目にあっていと聞いています。主人と結婚したのも恋愛感情があったとかそういうことではありませんでした。家を飛び出したかったのです。主人には悪いですが、逃げ道だったかもしれません。ただ長年暮らせば愛情はわいてきます。幸せでしたよ。

ご主人を早く亡くされていますね。

そうです。最後の3ヶ月は仕事を休んで付き添いました。亡くなった後はショックでした。ただ私が元気なうちに最後まで看取れたという思いはあります。

実際ここに入ってみて、どういう感じでしたか。

入ってから、うまくやっていけるかどうか色々考えました。でも一日一日たつと、まあやっていけるかな

という気持ちになってきました。ここに入ってから、寝つきが本当によくなりました。先ほどお話ししたように、今後どのように生活していけばいいのかが大変悩んでおり、今までは心配で眠れない日々が続きましたが、ここに入居できて安心できました。本当に、今はとても幸せです。

今も、教会の方にはいらっしゃっているのでしょうか。

ええ、毎週日曜日に行っております。同じカトリック系の教会が近くにもあるのですが、そこには35年間通っていますから、そちらの方にいっております。外にでて、気分転換にもなりますし。

信仰というのはどういう意味をもっているのでしょうか。

義務的なところも、最初はありました。しかし今では、私の生活になくはならないものです。

お生まれはどこですか。その時代のことをお話いただけますか。

私は満州からの引き揚げなのです。生まれた所は韓国の釜山です。小学校2年になって満州に行き、終戦が14歳でした。戦争中で、学業もできず、身体も弱くて、女学校を受けましたけど落ちました。勉強も嫌いでしたね。中学の高等科1年になったら、軍に送る品物をつくる作業ばかりしていました。卒業証書ももらいましたが、戦後の混乱で持ち帰れませんでした。兄弟は姉と私と弟です。

日本のどちらに帰られたのでしょうか。

四国の愛媛県です。父の本籍でした。両親は満州に行く時に離婚をしました。それで先ほどお話ししたように継母にその後は育てられました。

それは、色々ご苦労があったと思います。

そういう面で、なんだかいまだに、ひがみというのが残っていると思います。満州にいる時分には身体が弱くて、肋膜炎を2度やりました。満州の気候があわなかったんです。こちらにきて病気の多いものは全然していませんよ。

満州の時の思い出はありますか。

思い返してみるとね、どうも劣等感というのをずっと引きずっている感じがしています。お友達をつくりきれませんでした。今は年を重ねて、少し変わってきていますけど。今、考えてみると結局は、いじけていたということかもしれません。会えばいろいろ話はしますが、長続きはしない感じです。みなさんは色々な事を知っていらっしゃる、できるという思いがどうしても強くて、自分がいかにできないかという風に考えていると思います。たいした教育も受けなかったこともありますし、特殊な家庭のこともあります。そういう意味で捻じ曲がっているということがあってと思います。

いましたいことはありますか。

今の生活がずっと流れていってくれたらいいと思います。

それは今の生活が幸せだということでしょうか。

そうです。幸せです。身体も特に困ったところもないし、自由に暮らせます。その自由を守るためにも、やはり健康は大切になってくるでしょう。ここでは女性で一番若いのですが、みなさんから若くていいね



なんて言われますけど、それもうれしいことです。よく買い物にもでかけますし、身体が動くうちは出かけたいですね。早く決断して、こういう所に入ったのは良かったという気持ちがあります。

園芸クラブでもお茶を給仕する役目をやっていらっしゃいますね。やはり頼りにされているのでは

そうかもしれませんね。私ができることはやろうと思います。今までの仕事のように脇役的なことが好きです。表立ってしなくてもいいと思います。そういう役割をいただくことも幸せですね。

色々今までの人生について率直にお話いただきましたが、振り返られていかがでしたか。

色々あったけど良かったと思います。幸せでした。すべて不幸だったなんて考えませんし、そういう風に考えるのは嫌ですね。一生、不運、愚痴で終わっちゃうようなことは好きじゃないです。いまは昔のことも良いことしか思い出しません。仕事は楽しかったです。私なりに仕事に対して熱意と責任をもってやってきました。そういう自信はあります。

何か後悔していることはありますか。

やはり子供がほしかったなあと思います。もう遅いですけど、自分の考えで決めてしまったことはいけなかったと思います。産んでいたらまた違った人生があったでしょうね。

ここでの生活がとても幸せだとおっしゃることがとても印象的です。

色んな方がいますが、本当に尊敬すべき方もいます。私は今までお話しした通り、表にでていくのは苦手ですし、人とワイワイやるのもうまくありませんが、園芸クラブも誘っていただいて、今では本当に参加してよかったと思っています。水をかえることくらいはできますし、やはり植物を育てるのは楽しいですね。毎週2日集まって、みなさんととりとめのない話をする、そういうのって楽しいでしょう。たとえば、一人で暮らしていた時は、食事など5分で終わります。でもここにきて、みなさんとお話ししながら食べれば楽しいひと時です。そういうことのすべてがいま私にとって幸せを感じさせるものなのです。

いま、生きがいというのは何ですか。

とっても難しい質問ですけど、やはり今の生活を大切に生きていくことだと思っています。また周囲の人に、その人が苦しみようなことは言わない、迷惑をかけない、そういう風に暮らしていきたいです。うそをつかないこと、それは大事だと思っています。

#### 事例 77

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 79歳 |
|---|-----|

ご協力頂きましてありがとうございます。生きがいについてお話下さい。

人間関係がうまくいけば楽しいと思います。そういう生活が楽しいと思います。理解し合える人との会話が一番うれしいです。前は手芸とか染物とかやっていたんですが、いまは書をはじめました。自分の字をみて嫌になっていますよ。いま、習いに行っているんです。大切なのは、Im OK, You're OK.だと思っています。自分も相手も認めていくことです。あとは具体的ですが、主人の残したものを整理したいと思っています。もっと1日が長くあって、書も心を落ち着けてやりたいと思います。あとは娘とのんびり旅行でもいきたいですね。孫もかわいくてね。会うのが本当に楽しみです。隣の特別養護老人ホームへの奉仕もライフワークです。それもキリスト教の影響があるでしょう。教会での奉仕活動も毎日の生活を支えてくれます。あとは健康であることも大切ですし、娘達が幸せであることを願っています。ここに入所して3年

ですが、毎日が忙しいですよ。何かしら外に出ていますね。

ありがとうございました。

事例 78 (A)      

|   |      |
|---|------|
| 男 | 71 歳 |
|---|------|

事例 79 (B)      

|   |      |
|---|------|
| 女 | 75 歳 |
|---|------|

ご協力頂きましてありがとうございます。生きがいについてお話を聞きたいと思います。ご夫婦でいつ頃入所されたのでしょうか。そのきっかけを教えてください。

B: 平成 10 年です。子供がいまないのでそれで入所を決めました。

では 2 人の老後の生き方として、こういう場所を選択されたということですね。

A: お互いにどちらが先に逝くかはわかりませんが、1 人が残った場合、こういうところの方が食事にしても、様々な面で良いだろうということになりました。実は私が骨折をして入院したことがありました。その時に家内は毎日病院へ通ってこなくちゃならないですね。これは何かあった時に、大変だなと思ったんです。これから入院することもあるでしょうし、そういうこともあって、ここを申し込んで入所することになったのです。少し早すぎるかなと思ったんですよ。こういうところに移るということは、大変なエネルギーがいるんですよ。引越するのは大変なことですよ。

引越しといってもただの引越しではないですからね。

A: 終の棲家として思っているわけですから、やはり移るのはいろいろな面で苦労でした。本があったり、家具もあったり、そういうものを処分しなくちゃいけないでしょう。狭いですから全部もってこられないですね。そういう意味で、捨てちゃえというように、また本であれば売り、そういうことができるような今のほうが、いいかもしれないと思ってふんぎりをつけたんです。

いろいろな施設をまわられて、最終的にここにされたのですか？

B: いやそういうわけではないんです。友達もここにいましたし。

A: その友達に会いにここへ何度か来ています。そういう意味で状況や雰囲気は少しわかっていました。

ここでのご生活はいかがですか？

A: 私はどっちかという責任を仏様に預けているんです。

仏教を拠り所とされているんですね。

A: うちそのものがそうなのです。浄土真宗でした。何でも受け入れるという気持ちがあります。そうか、そうかという感じです。

ここへくるとキリスト教ベースですね。

A: そうなのです。どうかな? と思いましたが、関係ないですね。今までキリスト教の友達もいました

から、そういう意味では問題がないです。

普段、仏教の書物を読まれたりされるのですか。

A：前はよく読んでいました。道元とかね。

毎日手を合わせるということをなされているのですか。

A：いや、全然していません。そういう、形式などにはこだわらず、日々の生活の中での実践や信念ということです。

心の中で大切なものとしてもっていらっしゃる。

A：ええ、そうです。妙好人と言うでしょう。親鸞聖人の心をそのままに生きている人で、いろんな人がいますよ。

その仏教との出会いを少し詳しくお話してほしいのですが。

A：小学校のとき、親父の父親、つまり祖父は田舎の村長でした。祖父は、自分の家業は長男につがせる、次男には商売をやらせる、三男には学問をやらせると決めていました。うちの親父は三男だったのです。それで親父は、学校にいかせてもらって、ボストンのテクノロジー大学にいて、その時に基督教の洗礼を受けたんです。しかしやはり色々考えて、浄土真宗を信仰するようになったんです。そういう中でお袋も浄土真宗をということで、築地の本願寺に早朝5、6時くらいに開かれている会にでて、その当時は早朝ですと、都電の割引切符がありまして、子供をおいていくわけにはいかないということで、僕と弟も一緒に連れて行ってくれました。僕たちは外で遊んでいたりもしたんですが、中に入って話を聞いたりもしました。夜になると、今日、本願寺で話を聞いてきたことに対して、お袋はここは違うんじゃないかとかいろいろ親父にたずねるんです。そういうこともありました。

それは特別な環境ですね。そういう議論をきいて育ったという。

A：そうですね。それに親父の部下を家に呼んで、築地本願寺からはお坊さんをおよびしてお経を読んで、話をきいて、その後酒盛りして、そういうことやっていたんです。

本当に小さいときからなんですね。

A：自分たちだけきくのはもったいないし、そういうわけで仕事の関係の人を呼んだり、それだけじゃと思って、食事をしたりお酒を飲んだりね。

今まで生きてきた環境の中で身についていらっしゃるのですね。

A：まあ、だから何かあってももうお任せしてという感じです。

そういう考え方はもう当たり前というか、自然な考え方なのでしょうね。

A：だから何で生きているんだといわれれば、生かされているんだという気持ちです。内臓を誰かにあげる、角膜を誰かにあげるというようなことはね、自分の身体だと思っているからあげるとそういう感覚がでてくると思うんです。あずかっている命と考えれば、そうはならないでしょう。

日々の生活の中で、これは大切にしているとかそういうことがあったら教えてください。

A：そうですね…。自然に与えられた命を生きるということでしょうか。感謝して生きることです。

今までのお話で、仏様への信仰ということもその一つであるのでしょうか、その他に楽しみにしていることとかそういうことがありましたら、教えてください。

A：子供の頃は身体が弱かったです。小学校でも運動は得意じゃなかったんです。運動会も駆け足が遅かったりして。そのかわり本を読んだりして、そういうことをしていることが多かったです。体育会系の、がんばらなくちゃだめだとか根性とかそういうことが大嫌いで、なんでそんなにと思ってしまいます。勝つては泣き、負けては泣くというセンチメンタリズムが嫌いでした。そういう生き方をしたくない。だから逆に言うと、がんばらないというような、ずぼらなところもあるんですが、やーめた！とすぐそういう風になってしまいますが、もうちょっとがんばれということは嫌なんです。

お二人でよく外出をされるのですか。

B：良く出かけます。美術館行ったり、歌舞伎座行ったり、この前は南フランス行きました。

ご旅行はお二人の共通の趣味なんですね。

B：そうなのですよ。

A：はじめはね、僕が旅行好きで、ツアーに申し込んだのがきっかけでそれが結構良くて、いろいろなところを効率よくまわることができました。時間的に楽にいったものですからね。いまはツアーです。

ここに入所されてからも今までの姿勢は崩さず、行ける時は行こうということでしょうか。

A：年取るとだんだんいかれなくなるから。行かれる時にいきます。

身体的な面ですが、いかがですか。

B：この人はあんまり大病はしませんね。私も健康。内科には全然かかっていないんです。このホームでかかっていない人は、2人なんですって、その1人ですから。

A：まあ、僕は少し血圧が高いということがありますが、それくらいです。

B：私は歩きすぎると少し足が痛くなる程度です。

今までどのようなお仕事をされていたのでしょうか。

A：交通局に勤めていました。70歳になるまで働いていました。ここへ来てからも2年間仕事に通っていました。40年くらいです。

奥様はお仕事されていたのですか。

B：ずっと主婦でした。

奥様は何か楽しみをもっているのでしょうか。

B：私なんて中途半端。書道もやりました。編物、料理もやりました。道具がないからあんまりできないん

ですね。食事に関して、ここへくる時はもうお料理をしないと決めました。今度、国立劇場で義経千本桜を見に行きます。そういうことは楽しみですね。

A：昨日、かぶを買ってきて、唐辛子をいれて今朝それを食べてきました。朝は、こっちの食事を断って、少し寝坊したい時もあります。夜は片づけるのが面倒くさいから、ここの食堂で食べますけど。

毎日の生活の中で大切に思っていることはなんですか。

A：意識してはいないからね。

だいそれたことではなく、まあ、こういうことは大事に思っているとか楽しみに思っているということがあれば教えてください。

B：長い付き合いの友達がいるのですが、会ってお話するのが楽しみね。そういう時は1人で出かけます。前に住んでいたところは20年くらいいましたから、長い付き合いでね。旅行でも観劇でも2人で見に行きます。そういうことが今一番楽しみですね。それにここにいらっしゃるみなさんとおしゃべりやクラブ活動も楽しみです。この前園芸クラブで食事に行きましたよ。それにここでの生活を大切にしています、自分たちが選んだものですから。

A：それは僕もそうです。

今日はありがとうございました。

事例 80 

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 85歳 |
|---|-----|

ご協力頂きましてありがとうございます。生きがいについてお話ししたいと思います。

わかりました。私は新潟県で生まれ、終戦を29歳の時に迎えました。兄弟は5人で、姉、兄、兄、姉、私です。去年、下の兄が亡くなりましたので、いまは1人になりました。

新潟県にはいつ頃までいらっしゃったのですか。

数えの17歳くらいに東京にでてきました。結婚する前は、神田、四谷、そして荻窪には48年いました。

結婚はいつ頃ですか。

23歳ですね。

ご主人はどんな方だったのですか。

銀行員でした。終戦間近に銀行はやめて、義理の兄の仕事を手伝いました。油脂の会社で、そこで事務をしていました。わりあい、昔の男にしては小心の人でしたよ。私は子供がいないのですが、家族を困らせるような人ではなかったです。お金が少したまると、2人で温泉に行ったりしました。

ご主人はいつ頃お亡くなりになったのでしょうか。

戦後まもなく、結核をわずらって、昭和25年には生きるか死ぬかという状態になりまして、会社を辞めた

んです。その後も心臓肥大などもやりまして、最後はがんになってしまいました。亡くなったのは65歳でした。60歳になるかならないかで、舌がんを患いました。4年くらいは無事に暮らせましたけど、再発してからなかなか治療法がなくて、2年くらいは寝ていました。

長い間、看病されていたわけですね。

昭和40年頃から具合が悪くなりました。昭和47年に亡くなりました。子供の苦勞はしないけど、主人の病気の苦勞をしました。外出するといっても、実家に行くだけで、自分の遊びのためにということはありませんでした。旅行などもいけませんし。まだ私は56歳くらいでした。主人の亡くなるちょっと前から、やはり経済的にも色々困りますから、大きな家ではありませんでしたが、部屋を学生さんに貸すことをはじめました。下宿屋です。食事を作って、一緒に食べるという昔ながらの形式でした。昭和45年から平成4年くらいまでやっていました。学生さんが途絶えるということがありませんでした。ですから、主人を亡くして1人にはなりましたが、1人住まいということではありませんでした。主人も若い人が好きでしたから、話しをよくしていましたよ。

そういう学生さんたちとの交流を通して、何か思い出はございますか。

主人を亡くして、寂しいなんて言っていられませんでした。学生さん達に最初はお弁当もたせてあげていました。土日もお昼を出していたのですが、他の下宿の人にきいても、日曜日は休みだとかききましたので、少しずつかえていきました。男性の学生さんばかりでしたね。そのかわり、マージャンやって、近所からうるさいなんて言われたりしましたよ！主人が入院している時は、家に帰ってきて1人になると、何だか胸に穴があいたような感じがしていました。ただ、そういう学生さんたちがいましたから、たとえ主人が亡くなくても、下宿のまかないの仕事はやめられませんかから、そういうことで心がまぎれたこともあるかもしれません。気落ちしたなんて言っていられませんが、心強いということもあったと思います。彼らに助けられていたと思います。その頃の学生さんたちは、とても律儀でしたよ。今でも年賀状のやりとりをしている人はたくさんいます。100人以上はかかわったと思います。全部で、最後の頃は6つ貸してました。

何か継続してやっておられることはありますか。

主人が俳句をやっている間に、その主人の書籍を読んで、俳句会に参加するようになりました。昭和49年頃からはじめました。だんだん楽しくなりました。5年やってもたいしてわからないんです。毎月句会に1回は行き、今でも継続しています。非常に短い中に心を表現しないといけませんから、心が入らないと絵葉書俳句と言われます。私の場合は、下宿の方では食事さえきちんと出せば、後は自由な時間がとれますから、そういう意味で続けられたと思います。夕飯をつくらなくちゃいけないですから、最初のうちは泊りがけの吟行会には行けませんでした。行きたいと思いついて、食費を返すという形で外食してもらうようにしました。それであちこち色んなところに行けるようになりました。それは楽しかったです。植物を研究する同好会にも参加して、山登りもして楽しかったですよ。年2、3回は行ってました。ここの俳句サークルもはいています。ここの俳句サークルは、先生がいませんけど、経験のある方ですから、お題にあわせて作って、それぞれの中から好きな句を選ぶわけです。選に入ったら、誰の句であるか名乗りをあげるわけです。今までの継続の句会とあわせて月3回くらいは参加しています。

ここへ入るきっかけは、どういうものなのでしょうか。

最初、自宅近くの軽費老人ホームを考えていました。よく話をきいていると、家のある人はだめなのだそうなんです。ここは、私の友達、俳句をやっていた人が入所していたんです。遊びにきたりして知っていました。そこで申し込んだんです。申し込んでから2年待ちましたけど、平成6年に入りました、来てから、7年になりますね。77歳で入りました。今まで住んでいた家は売りました。下宿の仕事もやめました。でき

ないこともないですけど、やはり老人ホームへ申し込んでいる状況もありますしやめることにしました。

実際ここへ入居されて、どんな印象ですか。

よかったと思います。空気がいいですし。そこの森がなくなりましたけど、やはり自然が残っていますよ。

環境が良いところで暮らせるというのは素晴らしいですね。

来た当初は、かっこうやうぐいすも鳴きました。毎日の生活も楽しいです。少なくなったとはいえ、こういう自然の中で暮らせることに喜びを感じますし、和やかになり、生きていて良かったと思いますね。私は食べ物の好き嫌いはないですけど、人の好き嫌いもあまりありませんよ。

本当に、誰とでも仲良く、おだやかでいらっしゃいますよね。

そうですね。サークルも誘われて全部入りましたよ。最初はちぎり絵などもありましたが、なかなか指が動かせないのが、断りましたけど。コーラスもソプラノにはいってしまって、そういう声じゃないのですけどね。先生もいらしてくださって、楽しいですよ。14人くらいのメンバーがいますね。

そういうサークルが大きな楽しみですね。

そうです。それでいいと思いますよ。園芸のクラブは、途中でお茶の時間があったりして、それも楽しいです。みなさんとお話できますから。

いま、したいことはありますか。

私は字が下手です。お習字をやりたい気持ちがあります。俳句をやっていますから、俳画をかけるといいなと思います。水墨画まではいきませんが、習いたいです。

人生を振り返られて、どうだったと思いますか。

後悔するようなことはありません。俳句も何もやっていなかったら、つまらない人生だったと思います。やっていて良かったと思います。子供もいませんけど、あんまり寂しいとは思いませんでしたし。それに人間関係でも悩むところがなくなりました。下宿している人たちとトラブルがなくて、恵まれて、そういう生活でした。責任をもって仕事ができたと思います。人にも恵まれました。すべての人じゃないですけど、今でも、敬老の日とかでプレゼントを下さいます。本当にうれしいことです。

これからはどんな風に生きていきたいと思いますか。

自分が亡くなる時は、長患いはしたくないです。そういう思いがあって、ぼっくり寺も、俳句の仲間と行きましたよ。そういう思いがあります。

絶望的に感じることはありますか

年金が少ないから、今あるお金より、自分の命が長くなっては困ると思います。医者でもあんまりお金がかかっていませんから、これから慢性的な病気にかかる困ると思います。親戚もいますけど、お金をだしてもらうのは心苦しいですよ。

生きがいは何ですか。

非常に難しい質問ですよ。硬い言葉になってしまうけど、自分を大切にしない人は、他人を大切にできないから、親戚であれ、誰であれ、その人たちの幸せを考えながら生きていきたいと思います。そして毎日を大切に生きていきたいですね。主人亡き後、出会った俳句も私の生きる支えでした。ですから今後も続けていきたいし、お習字や俳画もチャレンジしたいですよ。そんな毎日で楽しいですよ。

何か信仰をおもちですか。

生長の家に入っています。人間は自然の命をいただいて、自分の中にも神様が宿っていて、宇宙の神様と一体となれるように、感謝の生活を基盤にしています。それは他の宗教ともかわりはないと思いますけど、自然思想、自然の流れを大切にしています。自然の実相といいますけど。主人が亡くなるちょっと前くらいです。昭和 47 年です。婦人部というところから、小さな冊子をいただいて読みました。それからです。良いことが書いてあるなと思っていました。主人が入院しなくちゃいけないということになって、お経を唱えるということもそこではしているらしいので、電話をしてみました。家の近くで婦人会の集まりがあるそうで、伺いました。そこからがはじまりです。月に 1 回、お話を聞きにいき、今も行っています。そこに入らなければ、キリスト教に入っているのではないかなと思います。結局感謝しなさいということなのです。そういう教えに共感しています。大切な拠り所です。

毎日の生活で退屈を感じることはありますか。

それがないですね。なにやらかにやらで、やるがありますね。俳句の締め切りもすぐきてしまいますし。やるが遅くなっていますし、探し物もしますし暇がないですね。それは幸せですね。

いま健康状態はいかがですか。

腰や首が痛くなりますけど、しょうがないでしょう。私は腰が曲がっているから、歩いても不自然な格好です。今年は首全体が動かなくなってしまって困りました。年のせいもありますね。定期的に病院の整形外科に行っています。去年は不整脈があり、24 時間ヘルスメーターをつけていましたけど、いまは大丈夫のようです。病気という程ではないと言われました。大病はしていません。胃潰瘍はやりましたけど、食事療法で治りました。結核もやった覚えはないんですけど、自然治癒していると言われました。いま、自分としてはそれほど困ることはありません。何とか今の状態を維持したいですよ。

長い間ご協力ありがとうございました。



## 特別養護老人ホーム（事例 81-101）

### 事例 81 | | | |---|------| | 女 | 84 歳 | |---|------|

いま、生きがいて何ですか？

生きがいて、生きていることだと思う。

今までいろんな方に生きがいについてきいてきたけど、生きがいは生きていることそのものだとおっしゃった人ははじめてです。

だって、死んじゃったら生きがいがないでしょう。死んだらおしまい。私は今生きていることそのものが生きがいだと思うよ。生きていることは楽しい。生きるということが生きがいそのものだよ。生きていて幸せだと思うし、いつも年中幸せを感じているよ。あと三度のお食事が今一番楽しいかな。友達とおしゃべりしながら食事をする。それは楽しい。それはだってまさに生きている証拠でしょう。こうやって、エレベータの所まで行くにも、もたもた歩くので、ものすごい時間がかかって迷惑かけちゃうけどしょうがないよね。自分のペースでやるしかないもの。やっぱり、いま一番大切なのは、物があることはありがたいけど、生きている自分の命が最も大切なものだね。

今までの人生はいかがでしたか？

私は若い頃に、離婚を経験しているんだよ。男の子が 1 人いたけど、7 歳の時に別れてそれ以来一度も会っていない。向こうもさびしかったでしょうが、こっちもさびしい思いをしました。そういう運命だったのね。それから親と一緒に住みました。仕事は洋裁をして生計をたてていました。ここには弟が連れてきてくれたのですが、私が入所してすぐ後、弟は亡くなりました。とても悲しかったけど、弟がここに連れてきてくれたおかげで、いまこのような毎日を暮らせるのでありがたいと思っています。弟には感謝したい。だから精一杯生きないといけないの。

### 事例 82 | | | |---|------| | 女 | 83 歳 | |---|------|

今、生きがいて何ですか？

生きがいが見つけれないんです。去年ここに入所するまで、都心で 50 年間、薬局を開業していました。娘と孫に手伝ってもらってやっておりました。色んな事情があって、私は 1 人でずっと過ごしてきました。72 歳の時に、薬局の地下の倉庫に処方箋を持ったまま落ちてしまって、色々なところを骨折しまして、車椅子の生活になっています。脊椎損傷です。半身麻痺になることも覚悟しました。ただそれから 10 年は歩行器も使って仕事もがんばってきましたが、2-3 年前からこういうところに入所することを考え、申し込みをしておりました。それで、すべてを捨ててここに入所したわけです。生きがいが見つけれない、自分の生きる意味というのを失って困っています。

生きがいが見つけれないというのはとても苦しいことでしょう。

入所した頃に比べれば今は少し落ちついてきました。実は植物を育てることを許可していただいたのです。私は昔から花を育てるのが大好きでした。植物を育てるようになり、植物の成長を見ることによって、生きているということを自分に感じるわけです。それと編み物が好きですから、片端から編んでいます。それでお友達にあげたりします。それを楽しみにまた心の張りにしてがんばっています。

ここでの生活はいかがですか？

ここは今までの生活から比べれば、極端に言ってしまえば、食べて寝るということだけです。人の悪口を言う人もいます。人を罵倒したりする人もいます。そういう中で、どうやって静かな気持ちでその人たちと一緒に暮らしていくのかということを考えています。最初は嫌な夢ばかり見て眠れませんでした。同室した方と折り合いが悪く、夜がまったく眠れなくなりました。それで精神科の医師にみてもらいました。眠れるお薬をいただいて、同室の人も変わりましたので安定してきました。食べて寝て、ただそれだけで何のためにここに居るのか、どうして生きているのかと感じます。ここから飛び降りたくもなりません、そういう心境でした。

植物を育てるということが、何か自分に新たなものを与えてくれたんですね。

植物を育てるようになってから変化してきました。その鉢植えは月下美人です。そのうちきれいな花が咲くと思いますよ。楽しみにしててください。見に来てくださいね。家は花だらけでした。家にあったものをもってきました。本当に楽しみです。こういう施設には色んな人がいます。あなたもみていて、おっとりと暮らされている人、がたがたしながら生きていく人、色んな人がいるってことわかるでしょう？ですから、私は今、いかに順応していくのかということなのです。模索しているうちにいろんなところから破綻がくるかもしれませんが、私なりに生きていきたいと思います。

### 事例 83

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 88歳 |
|---|-----|

今、生きがいは何ですか？

生きがいなんて、あんまり考えたことないね。ただ、子供たちがみんな健康で仲良く暮らしてくれればいいよ。私も家族も健康が大切だよ。家族の健康、私の健康、お金があっても健やかであることには変えられないよ。そういうことを願っているよ。

お子さんは何人いらっしゃるのですか？

子どもは5人で、2男3女。昔は、子育てにあけくれたね。みんな一人前になって、ホッとしているよ。1人は学校の校長先生になったんだ。

いま、ここでの生活で楽しみは何ですか？

ここにいる、手仕事するのも楽しいことだよ。手芸クラブも書道クラブも毎日を楽しんでくれる。みんなと会って、集まって話すのがいいね。私はこうみえても昔はスポーツが良くできたんだよ。テニスを昔やっていたんだよ。やってみたいと思うね。もうこのところ体を思いっきり動かすなんてしていないね。平々凡々とした毎日でしょう、生きがいがあったとしても若い時と同じように自分の思うようにはいかないでしょう。自分がこうやりたいと思っても、思うようにはいかないというのが現状でしょう。

## 事例84

女 94歳

今、生きがいて何ですか？

こういうところに入所して、生きがいなんてないよ。本当のこと言えば、ここには入りたくなかったなあ。家で暮らしていたかったよ。でも体が不自由になってしまったからしょうがないね。生きがいて、しいて言えば、俳句でも上手になったらいいなと思っている。ここでもクラブに参加しようと思っているんだよ。まだ参加していないんだけど、楽しみにしているんだ。下手でもやりたいなあと思っているよ。

クラブ活動は楽しいですか？

そうだね。その他には書道クラブも参加している。書道も好きだね。やっていて楽しいよ。だからいま一番楽しみは、お稽古をしていることだね。書道も思うようにはかけないけれど、書くというのは充実するね。孫もこの前遊びにきて、書道がうまくて表彰されたという新聞記事をもってきてくれました。私も孫に負けちゃいけないね。

ご家族との関係はいかがですか？

やはり自分の健康も大切だけど、私には嫁さんと息子が大切。嫁さんがいるからこうしていただけるよ。息子と嫁が元気でいてくれればいいと思っている。

昔は何かお仕事をされていましたか？

私は昔、看護婦をやっていました。40年やっていたんだよ。都心で産婆さんも開業しました。家事で焼けてしまったので、やめてしまいました。看護婦として働いていた頃は、往診にはいつもついていきました。そういうこともあって、自分の体のことは色々気になるね。大切にしたいと思っています。

## 事例85

女 92歳

今、生きがいて何ですか？

生きがいね、いまのところないよ。何だって、こんなに長生きしてしまったのかと考えてしまうのよ。

この前のクラブ活動には参加されなくて心配していましたが。

身体の調子が悪くて、朝食が食べられないのよ。どうしちゃったのかしらと悩んでいるの。もう寿命かな。こんなに長生きしてしまって、驚いてしまうよ。

食べられないのは辛いですね。

私はそんなに口には出さないけど、過去には本当に悲しいことばかりだったんだ。不思議なのよ、人生の苦勞をなめつくしたと思う。それも過去のことになってしまったけど、今ここにいられるのはありがたいことだと本当に思っています。実は、子供が3人いたけど、2人はすでに亡くしてしまったのよ。子供が先に逝ってしまうなんて考えてもみなかったよ。子供より自分があとに残ってしまうくらい悲しいことはないと思うの。そういう意味で、本当につらいことがいっぱいあった。残っている次男の嫁との折り合いが悪くて、どうしようもありません。私にとっては最後に残された息子と会いたいと思う。息子ももう何年もここへはきていません。とにかくいろんな悲しい経験をして、もう私に残されたのはここでの生活

だけ。でもそれだけでも残されているのは感謝しなくちゃいけないと思っている。

事例 86

女 80 歳

今、生きがいて何ですか？

生きがいはないよ。そんなものないよ。

生きがないですか。

息子やら孫がくるときだけが一番楽しいしうれしね。孫に手芸クラブでつくったバックをあげたんだよ。いまはたくさん作って、プレゼントするのが楽しみ。孫はたくさんいるので、次から次へとつくりたいといけないよ。どんな色にしようか、何をつくるかと考えるのが楽しね。出来上がったものとしておいてあるよ。そういう風に出来上がったものを孫に贈るのがいま楽しいかな。手芸なんて、少しでも早く仕上げたいから時間より早く行くんだよ。

ここではどんなことは楽しいですか？

ここでの生活で、そんな喜びや楽しみを感じないよ。手芸や書道などのクラブは、単純に喜びや楽しみじゃないよ。だって、やることないんだから、しょうがない、それしかないという気持ちもあるよ。家族が健康でいることも重要なことだよ。幸い息子は健康で心配ないよ。

事例 87

女 83 歳

今、生きがいて何ですか？

そうね、もう今じゃ、何の用もないし、何かやっているわけじゃないから、生きがいといってもないよね。大切なのは、やっぱり一緒に生活している友達と仲良くするだけよ。

仲良く暮らすことがここでは大切ですか？

毎日不平不満を言ったらきりないし、特に我慢しているわけじゃないの。たとえば相手が何か言っていたら、それをちゃんと聞く。さえぎって自分だけ言いたいことを言ったらだめでしょう。みんなそれぞれ思いがあるわけだから、できるだけよくお話ができるようにしています。私は寮母みたいなことをやっていました。若い方の寮でまかないをしていました。だから、その頃からわりあい集団相手というか、そういう生活は慣れていました。なので、ここでの生活も別に苦になりません。

入所した当時からそうでしたか？

最初は自分の居場所がなくて、どうしたらいいのか全然わからなかったのですが、前に同室になった方がとても素晴らしい人でした。彼女のように生きたいと思っています。えらそんなことも言わず、みんなと仲良くやっていく、そういう姿勢をみて私もできるだけそうなるようにしています。

ここでの楽しみは何ですか？

楽しみというほどのことはないね。まあ、退屈することもあんまりないよ。みなさんの洗濯のたたみ物を

したり、タオルをたたんだりとやるのが結構ありますね。身体を動かしている方がいいね。あと自分なりに続けているのは、毎日日誌を書いている。特別何かを書くわけじゃないけど、「毎日が無事でありますように」って書いています。そういう毎日です。最近、だんだん、うまく字がかけなくなってしまったんだけど。でも毎日書いているよ。「今日も一日ありがとう」という気持ちをこめて、ここに書いています。もう、やるだけのことをやってきたからあんまり悔いはありません。

体の状態はいかがですか？

体の調子がだんだん悪くなっているんだよ。この前もトイレの前で倒れてしまったり、転んだりしています。手に力が入らないんだよ。もう手芸も、書道も、何もできなくなってしまったと思ったよ。でも徐々に動くようになってきて、またはじめました。これ以上、足が痛くなったり、手が動かなくなってしまうたら、不安だね。でも付き合っていくしかないといけないんだね。

クラブ活動はたくさん参加されていますね。

クラブ活動はすべて参加しています。どれも楽しい。大勢で集まって何かやるというのはやはり楽しいし、喜びも分かち合えるでしょう。特に手芸クラブは好きだから、その日は待ち遠しいね。

事例 88 | 女 | 84 歳 |

今、生きがいて何ですか？

神様と仏様に手を合わせるときが、一番自分の生きがいを感じますよ。「毎日の生活や行動に知恵と力を与えてください」と祈っています。「子供4人、また孫たちとその家族が毎日怪我のないよう暮らせますように」とも祈っています。小さい時から、尊敬する祖母がお祈りしている姿をみていました。それをみて私も実践しようと思って、このような祈りは若い頃から行っています。今日も私たち家族を守ってくださいということです。ご先祖さまを大切にすることも重要ですね。30分でも1時間でも祈りきったという時は、本当にすかっとなります。気持ちがいいですし、本当に喜びを感じますよ。

熱心ですね。

熱心な仏教徒のように聞こえるかもしれませんが、特別何かをしているというわけではありません。日々毎日手を合わせてお祈りするということをやっているだけです。祈り方も自分流です。ただ祈ることで心が安らぎます。

事例 89 | 女 | 94 歳 |

今、生きがいて何ですか？

生きがいですか。今はね、一日一日を明るく楽しく過ごすことですよ。もう心配することはありませんし、一日を大切に生きるのが大事だと思っています。気持ちはいつもそう思っていますよ。

ベッドにかわいい赤ちゃんの写真がありますが。

ひ孫なんです。会いたかったひ孫もきてくれたんですよ。この手に抱く事ができました。またひ孫に会いたいですね、成長した姿を見せてほしいです。今度会う時、どんな表情しているのか楽しみです。そうい

うひ孫に会いたいという気持ちも生きがいかしらね。もうね、今はしたいことはありませんよ。一日一日を明るく楽しく過ごせれば、それが今の私の望みなのです。今は、もう何も心配することはないですから、子供も一人前になっていますしね。孫はそれぞれ独立して家庭をもっていますから。孫は3人で、横浜、中野、大阪にいます。みんな独立しています。

ご家族との関係はいかがですか？

娘夫婦はのんびりと暮らしています。また近いうちにくると言っていました。電話もよくします。何かと言えば、買ってきてくれます。着る物でもなんでも選んでくれます。娘の方が親の好みも大きさも良く知っていますので、送ってもらいます。一日一日を大切に、命なんていつ何時どうなるかわかりませんでしょう。明るく楽しく過ごせればいいです。お迎えはいつか来ることであって、考えてもしょうがないです。そうするよりは、毎日を大切に過ごすことの方が、私は大切だと思っています。待っているわけでもないし、恐がるわけでもないし。もう94歳になりましたよ。最近、物事を奥深く考えることはないのね。人と話をしても、良いことだけとって、悪いことは捨ててしまっています。そうすれば、あの人は嫌な人だなんていうようなことは考えなくて済みます。若い頃はそんな器用なことなかなかできませんでしたよ。生きがいといえるかわからないけど、書道クラブはとても楽しみです。楽しみだけじゃなくて、勉強になります。字を書くことは頭の回転にもなるでしょう。手先を動かすことはいいでしょう。ここでポツとしている、寝ているよりもいいと思います。私は大学の国文科をでていますしね。ここに教えにきておられる書道の先生もご存知の有名な先生に習いました。私の年代で珍しいのですが、一時、自分が卒業した女学校の国語の教師をしていましたよ。ちょうど産休の先生の代わりだったのですが。それも私にとって大変楽しい貴重な体験でした。長い期間やっていたわけではないですが、そういうこともできたというのはうれしいことです。そういうわけで、書道は懐かしくもあり、楽しみにしています。

94歳でいらっしゃるんですね。

私の生きてきた時代は大変な時代でしたよ。今思えば、明治、大正、昭和、平成と4時代を生きているわけですね。えらく長生きをしてしまいました。関東の大震災にもあいました。ちょうど女学校2年生でした。日曜日で学校に行きませんでしたので、行っていたらもうこの世にいませんよ。あとは、戦争でしょう。戦争中は、一人娘がまだ小さくてね。お産したのは遅くて30歳過ぎてでした。子供を産むのに2日かかりました。本当に難産でした。震災にしても、戦争にしても大変なことがたくさんあって、その中で、子育てや家庭を守ることを一生懸命してきました。もう本当に苦勞の時代でした。その頃はみんなそうだったでしょうけどね。

ご主人との関係はいかがでしたか？

主人との関係は本当に円満で、そういうことの苦勞はありませんでした。家庭を守ることは私の役目でしたね。主人は新聞記者でした。忙しい毎日でしたよ。主人の実家は医者だったのですが、医師を継がないで、ジャーナリストになってしまったんです。文字を書くのがとっても好きな人でした。フランスに主人が行ったときに、週刊誌があったんですって。それをみて、日本でもそういう週刊誌は絶対にはやるし、必要だろうということで、日本に帰ってきて『週刊』を始めたんですよ。ですから、私は、こうやって毎週『週刊』をとってもらって、読んでいますよ。だから、私は家庭を守り、子どもを大切に育てるということを必死にやりました。

体の方はいかがですか。

私がいま一番苦痛なのはこの足です。60歳くらいでしょうか、後ろから車に追突されたんです。追突された後、もう何も記憶がなくて、目が覚めたら足を手術していたんですよ。人工骨を入れてね。いまは、それを使って歩くようにしています。大手術でしたよ。その歩行具を使用しないとだめです。まっすぐにし

ておいた方がよいと言われますので、こうやってベッドの上にいるときもまっすぐにしているんですよ。今度転んだらもうだめだと先生に言われていますからね。無理はできません。ここへは主人が亡くなってから入所しました。私がこのように足を怪我してしまって、朝 散歩のために杖をつけて、主人はお菓子屋によったんです。散歩の途中によったんですが、具合が悪いから車をよんでほしいといわれて、病院へ運ばれたんです。店の人が主人の杖をもってうちにきてくれました。駆けつけた時は、もう意識はなかったんです。脳梗塞でした。その日に亡くなりました。私にすれば、私がこんな足になってしまっただけ。かわいそうだと思って、買い物をしてくれたりしたんです。病院で最後に意識があれば本当に良かったのと思います。ある日突然ですね。私に苦労かけたくないと思って、先に逝ってしまったのではないかと。よく主人のことは思い出しますよ。でも本当に優しい人でした。

ここに移り住んで長いのですか？

主人と暮らし始めて、この近くに住んで長くなります。私はこの町が好きです。自然も残されていますね。ここから富士山が見えますよ。昔、富士山に登ったことがあります。女学校時代の思い出ですね。校長先生ご夫妻、家庭科の先生、私、友人の5人でしたよ。夏休みに入ってすぐでした。寒かったことを覚えています。今は車で何合目かまでいけるけど、その当時は違うでしょう。山梨の方から登って、静岡の方にでましたよ。お水も水筒一本しかなくて、それで顔を洗ったり、歯磨きをしたりね。上の方に登ると大変なのです。やりくりしましたよ。でも楽しかったです。今は靴がありますけど、その時は驚くでしょう、わらじでしたよ。静岡について、帰りは人力車でした。あなたなんて想像がつかないでしょう。富士山をみる度に、その頃のことはよく思い出します。ここで毎日富士山が見られるのは大変な幸せです。

#### 事例 90

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 89歳 |
|---|-----|

今、生きがいて何ですか？

生きがいて、よく使う言葉だけど、結構難しいよね。でも私は大好きな言葉だよ。やっぱりお習字だった生きがいのひとつ。みなさんと一緒に学ぶということも生きがいでしょ。そういうことが学べるのはうれしいよ。好きなことをすることが生きがいでしょ。

やはり好きなこととして、みんなで何かをするのは楽しいですよ。

こういう風にあなたとも話ができるのも楽しみだよ。クラブの先生にしても、友達にしても、いろいろ話して、その人となりをつかむのが楽しいし、その人を知った時うれしくなるよね。また遊びにきてよ。あなたという人とのすばらしさをつかむから。仲良くしていきたい。一緒になんでも学んで生きたい。思いやりのある人が好き。私はそういう人になりたいのよ。

今までの人生はいかがでしたか？

振り返ってみれば、子供を育てたのも生きがいよ。自分で言うのもあれだけど、最高の息子だよ。私は海の近くで生まれたの。そこは天草がとれた町で、寒天の素になるのだけど、わりあい裕福な町だったのよ。中国などに売って、収入がよかった町だった。16年いました。17歳で東京に出てきました。東京で和裁の学校に通いました。27歳で結婚しました。主人とは田舎者同士の結婚だったよ。同郷だったんだ。結婚して主人の田舎に住みましたよ。主人は、洋服の仕立屋をやっていました。私も婦人服をつくったりして一緒に仕事していました。主人は頭はよくないけど、手が器用でいい仕事しましたよ。私は全然かなわなかったよ。男の背広がはやりだした時だから、結構仕事があっただけ。あの人と一緒に仕事していた頃は楽しかったよ。生きがいであったね。仕事は。忙しかったけど、それは全然苦にならなかったよ。

事例91 女 73歳

今、生きがいて何ですか？

生きがいは、クラブ活動かな。色んなことをやっていますが、手芸、書道、お花、俳句もやっています。クラブに参加しているときは楽しいです。ここにいて楽しい、喜びだなというのは、何かできた時です。もちろんクラブで作品を作上げた時もそうですが、クラブに限らず、何かできたと感じた時、一番喜びを感じます。

事例92 女 84歳

今、生きがいて何ですか？

生きがいね、もうないよ。みんなと一緒に集まっているのが好きなの。他の人とお話ししたりすることが一番楽しいね。今は、身体が思うように動かなくなってしまったから、おしゃべりするのが少なくなっているけど、上の階にいたときは、よくみんなと集まっておしゃべりしたわね。だから、書道とかクラブの時間なども、みんなと会えて楽しいね。お友達としゃべる時は楽しいよ。

事例93 女 89歳

今、生きがいて何ですか？

生きがいて、子供だね。子供に会うことが一番の楽しみだよ。子供が来てくれると、外に連れ出してくれるからそれも楽しみだね。もうその他に楽しみなんてないからね。子どもは4人だよ、男女2人ずつ。子供のことを大切に思っている。この足でしょう、どこにもいけないから、子供が会いにきてくれるのが楽しみだよ。足が悪くなって車椅子になってから、自分の自由がきかなくなってしまった。それは苦しいことだね。これ以上悪くならないようにしたいね。もう長いことなろうと思うけど、何だかここまで生きてしまったよ。本当に長生きしてしまったね。自分でもびっくりするよ。

やはり子供さんが一番大切なんですね。

子育てしかやっていない人生だもの。主人が戦争の召集を受けた時は本当に絶望的だったよ。その時ほどもうだめだと感じたことはなかった。だから今、絶望的なことなんて一つもないよ。その時のことに比べれば、別にたいしたことじゃない。主人は無事に戻ってきたんだけど、55歳で亡くなって、それ以後1人で子供を育ててきて大変だったね。本当に苦労だけは覚えているね。一番の苦労は、やっぱり戦争の時に子供を育てたこと。その頃は、おじいちゃんとおばあちゃんも一緒に暮らしていたけど、おばあちゃんは子供嫌いで困ったね。大変だとは思わなかったけど、もう苦労もなんだか徐々に忘れていくようだよ。でも幸せだったよ。病気をしたからすぐ忘れちゃうんだよ。その方が幸せかもね。

どこのご出身なんですか？

私は九州の出身なんだけど、東京にいる子供のお産の手伝いのために東京にでてきたんだよ。そうしたら、脳梗塞になってこうなってしまったの。頭も呆けてきているよ。すぐ忘れちゃう。言葉もこうやって聞きづらいでしょう。呂律がまわらないのよ。右手もうまくいかないから手芸も大変だよ。でも手芸クラブも楽しいよ。人と一緒にやるから楽しいんだね。時間がすぐたってしまうよ。だんだん呆けてきているから、ここでの生活もおもしろいよ。別につらいことなどない。おもしろい。人と仲たがいするのが一番嫌いだ



から、みんなと楽しく暮らしていきたい。朝、夕方 2 回ずつ、この廊下を往復して散歩したりします。お迎えもいつでもいいよ。死など考えられないよ、この頭じゃあね。

事例 94 

|   |      |
|---|------|
| 女 | 89 歳 |
|---|------|

今、生きがいて何ですか？

草花が好きなのよ。緑をみているのが好き。

事例 95 

|   |      |
|---|------|
| 女 | 88 歳 |
|---|------|

今、生きがいて何ですか？

生きがいなんてもうないよ。

生きがいはないですか？

若い時はあったけど。結婚して子供を育てて、女性としての人並みの幸せを手に入れたよ。女の生きがいでしょう。和装コンサルタントという仕事も生きがいだったよ。

和装コンサルタントって始めて聞きました。

和装コンサルタントというのは自分で考えた名前だけど、いいでしょう？地域の若い人たちを中心に、その娘に一番似合う着物を選んで、着物の着方や作法を教えることをやっていたんだよ。あなたにだって、浴衣くらい縫ってあげたいと思うよ。寸法さえわかれば時間はかからないよ。楽しい仕事だったね。この歳になって、生きがいはもう卒業したのかな。息子や娘たちを育てて、母としての仕事は終わりました。でも考えてみりゃ、一人の人間としては終わっちゃいけないよ。まだまだだよ、これからどんな風に生きていくのか、どんな最期を迎えるのか、きちんとしていかないとね。夫も亡くなっているから、もう自身のことを考えればいい年になったんだね。そういう意味では気が楽だね。もうすでにお墓もあるし、そういう面で心配はないよ。この歳になるとお墓のことなんて考えるんだよ。あんたじゃ考えないだろう？どこのお墓に入らかって、やっぱり考えるからね。30-40代は親としての役割はもちろんだけど、コミュニティにおいて色々活躍をしてきました。婦人会の会長もやったし、コミュニティに根ざした活動をしてきたね。

ここでの生活はいかがですか？

ここに入所して、やはり毎日が暇でしょう。とりたててこれをやらなければならないというものは何も無いの。だけど時間は過ぎていくからね。いままでチャキチャキ動いてきたから、動けないのがっくりきちゃうね。いまは仕事がないから、頭が悪くならないように本を読んだりしているよ。武士の心得なんて読んでいるよ。昔からそういう本を読んでいたよ。赤ちゃんにお乳やりながら本を読んでいたんだから。考えてみれば、もう私の先には死というものしかないのよ。もうその終着駅にまでたどり着いている状態。いつお迎えに電車がくるか待っているんだよ。私が慣れ親しんだところの近くにはいくつも有名なお寺がありました。だから仏教やお坊さんには親しんでいました。心落ち着けるために般若心経を書いています。時間がある限り、これを書いています。もうそういうことしかないんだよ。もう死の準備をしなくちゃいけないんだね、それが生きがいの一つかな。平凡かもしれないけど、子供たちが健康で、そして孫もひ孫も同じように健康で、毎日を暮らせたらい

など思っている。それがいま一番大切だね。お正月になるとみんなが一斉に集まってくれて、それは本当に楽しみにしているよ。自分の身体を大事に暮らしていきたいと思っているよ。

事例96 | 男 | 77歳 |

今、生きがいて何ですか？

もう、生きがいなんてないよ。難しいね。毎日楽しく生きることができればいいといつも思っているよ。

毎日楽しく過ごすためにはどうしていますか？

俺はここに長い間いるんだから、ここでの生活も自分のものだよ。楽しく生きるためには、どうするかだけ、自分の気持ち次第だよ。長年ここにいてそう感じている。この前、他の施設との合同のオセロの大会があったんだ。優勝したよ。この人たちがみんながんばって、楽しい大会になったね。オセロとか囲碁とか、書道もそうだけど、そういうことができるのは幸せだね。それらはみんな一人ではできないでしょう、みんなでやるから楽しいんだよ。集まっているのはいいよね。自分から楽しみを見つけるように努力しているよ。

事例97 | 女 | 92歳 |

いま、生きがいて何ですか？

生きがいて、答えるのは難しいね。ちょっとでてこないね。でも生きている喜びは、そりゃ感じていますよ。ここにいるから、なおさら感じるかもね。自分が何かわからなくなった時に、寮母さんをはじめみなさんが優しく教えてくれます。それは本当にうれしいです。もう、本当に呆けちゃったのよ。呆けた人の喜びは、教えてくださる方がいることだと思うよ。若い方が話をしてくれるのは本当に楽しいし、なるほどと思います。また話をしにきてね。いつも聖書クラブにでて、居眠りしちゃうんですよ。牧師先生には申し訳ないといつも思っていますが、しょうがないのね。でも少しでも良いお話がきけたりするので、参加したいんです。みなさんにも会えるしね。とにかくみなさんとお話したい。

事例98 | 女 | 90歳 |

今、生きがいて何ですか？

生きがないよ。だっていつ死んでもいいと思っているよ。もうお迎えを待っているんだから。

もう、いつ死んでもいいのですか？

だって、あんたも驚くよ、もう90歳だからね、9月がくると91歳だよ。明治44年生まれただよ。こんなに長生きするなんて、考えてもみなかったよ。自分でも不思議な気持ちだよ。そんなに長生きしてもいいことないんだから。

生きがいはないですか？

生きがいとか幸せなんて、考えなくなったかもしれない。昔はやっぱり考えたよ。幸せになりたいとかそ

ういうことをね。いまはしいて言えば、子供かな。子供は3人で、息子1人に娘2人だよ。この子たちがいまの私の支えだね。子供が元気なこと、それが一番だね。だいたい1週間に1回くらいは、誰かがきてくれるよ。1人は地方で遠いから、なかなかこれられないんだけどね。そうやってきてくれるんだから、私は幸せだよ。誰も面会に来ない人もいるんだから。

子供さんの存在が生きる支えなんですね。

私は早く主人に死なれたんだよ。途方にくれちゃったよ。子供がいたから、どうやって育ていこうかと苦しかったよ。今もそうだけど、昔からずっと子供が支えて今まで生きてきたんだよ。こんなに長生きするなんて思わなかったよ。8人兄弟で7番目だけど、こんな長生きしているのは私だけだよ。長生きしたといっても兄さんが74歳だったよ。弟は戦争にいて、60代で一番早く亡くなった。ほとんど60代、70代で亡くなった。こんな90歳以上生きているのは私だけで、自分でも驚いているよ。独りになっちゃったよ。やっぱり寂しいね。

ここでの生活はいかがですか？

ここは退屈だよ、だって何にもしないんだから。入所してから退屈だとよく感じるようになったね。ベッドの上に寝ている時間が長いとそう感じるね。テレビをみるくらいしかないんだから。だから手芸は楽しみだよ。この前から腰が痛いんだよ。ここに入った当初はそうでもなかったのだけど、腰が痛むようになって、それが一番今辛いことだね。歩く時はそれほど痛まないけど、長い間腰掛けていたりすると痛いね。これで歩けなくなっちゃったらどうなるんだろうと思うと不安だね。いまは、手芸が楽しみだね。あんたもよく手伝ってくれていつもありがとうね。昔は、これでもお針子さんをしていたんだよ。だけど、このように右手が関節リウマチで悪くなって、縫い物も思うようにいかないよ。いま作っているティッシュケースもいつ出来上がるやら。生きているうちにできるだろうか。色んなこと忘れるけど、手芸クラブの日は忘れないよ。楽しみだね。だって昔を思い出すし、何かできるという楽しみがあるよね。早く完成させたいね。

#### 事例99

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 90歳 |
|---|-----|

今、生きがいて何ですか？

生きがいは信仰です。一生、キリスト教、学ばせていただいていると思っています。それが私の支えになっていますよ。それが楽しみでもあります。ここにいても迎えに来てくださって、今までと同じようにとなりの教会へ連れて行ってくださいます。本当に助かります。いま身体の具合が悪いですが、教会のみなさんも祈って下さってうれしいですよ。

心の支えなんですね。最近、クラブに参加されていませんが。

書道も好きなのですよ。書くのが大好きですから参加したいと思っていますよ。6月になったらまた行きたいです。身体があちこちいたくて、書道をお休みしていましたよ。ここでもお洗濯なども自分でしていたんだけど、今は手をあまり使わないようにしています。テレビもあんまり長くみていると疲れてしまうし。右目がもうほとんど見えませんからね、大切にしないと。大黒柱の背骨が昔からあんまり丈夫じゃないからね。

体の具合が悪いのは辛いですね。

生きがいといえるかわかりませんが、いつも誰かが訪問してくれるんです。遠い所からきてくれるんです。

よ。古い知り合いなんですけど、20年近くヘルパーのような仕事をしてくださった人がいます。ここまでお見舞いに来てくださって、買い物や洗濯物などをもって言ってくださるのです。私は主人を亡くしていますし、子供もいませんから、そういう人がいて下さるのは助かります。同郷なんです。あとは主人の甥が1時間半くらいのところにおいて、そのお嫁さんもきてくれますよ。来てくださる方は本当に大切です。あなたもいつもありがとう。みなさんが優しい言葉をかけてくださる時が、一番の喜びですね。そういう風に気にかけて下さることに感謝しています。ここでも世話してくださる方や、入所されているみなさんと話をするのが楽しみです。今までの人生も、色々な人と出会いましたが、素晴らしい人に出会えたと思っています。幸せでした。これからは、できるだけ迷惑かけないようにしたいし、もう死も迫ってきていますから、徐々に死ぬ準備をしたいと思っています。くだらないことですが、いつ何時死ぬかわからないし、動けなくなるかわからないので、いつもみなさんがいやな思いをしないように、清潔な下着をきるようにしています。一日一日を大切に暮らすことが、私に残されたものだと思いますし、今までと同じように信仰の勉強も進めていきたいです。ただ、最近は、何でもしようという気持ちがなくなってきてしまったの。昔は、何でもやりたい、何やっても楽しいということがあったけどね。意欲がなくなってしまったのかもね。もう歳ですね。

感謝して生きるということですね。

そうですね。あと、一番素晴らしいのはこの自然ですよ。私は北海道出身ですから、自然に囲まれて子供時代を過ごしました。自然が大好きです。この部屋から富士山がきれいに見えますよ。それに日の出も素晴らしいんです。毎日それを見ることができるとですよ。もう、本当に言葉では言い表せないほどの、真っ赤な色です。毎日見ていると発見があるんですよ。同じようできて、同じ時は一瞬としてないんです。そんな美しい景色をみられるのは幸せに感じています。

事例100 | 女 | 91歳

今、生きがいて何ですか？

生きがいて何だろうな。やっぱりあんなことやっていることかな。手芸だよ。もうこの歳になって、これがやりたいという明確なものはないけれど、手芸のような細かいことがやりたい。でも最近目が悪くなって、前より好きでなくなってしまったのよ。今やっていることを少しずつやっていきたい。うまくないけど好きなのね。こういう細かいものはあんまりやらないけど、お裁縫はよくやったよ。着物とかね。お布団とかね。だけど、やっぱり年だと感じるわよ。針目がうまくいかない。思ったようにいかない。あとはお花も楽しいよ。クラブ活動の時間はいろんなことを忘れるね。こういうものを作ってみようという気持ちになるし、うまくいなくても何とかやって、仕上がる楽しみがある。こういうことをやるのはいいなと思うよ。頭の体操にもなるでしょう。

こういうところにいるけどね、やっぱり家族が一番大切かしら。何かあれば、家族が支えてくれるしね。みなさんもそうじゃないかな。ここへ来る前は、息子夫婦と暮らしていましたよ。孫も一緒にね。娘はこの近くにいるんだけど、1週間に1回くらいはきてくれるの。心強いです。自分の身体を大切にして、皆さんにお世話にならないように心がけて、自分のことはなるべく自分でできるようでいたいね。

体の具合はいかがですか？

今年は、入院を3回したよ。7月の始めに入院して、7月の半ばに帰ってきて、2回目は8月の始めに入院。そして退院したらまた熱があって、すぐに入院したの。3回だもの。10日間ずつ入院したよ。何だか大変だったわね。身体が弱ってきたと自分でも感じるわ。今はよく眠れるようになりましたけど、病気している時は眠れなくて本当に困ったのよ。夜になると目がさえてしまって眠れないの。お医者さんにいっても、身体によくないからと眠り薬はくれないの。それが一番辛かった。いまは、慣れてきて眠れるようになった

てきた。

私は、ここではまだ入りたてだから、色々慣れるまで大変でした。ここでの生活は、何か言ってもしょうがないよ。まあまあだよ。人間関係もあんまり気にしないようにしないと、こういう所では、いくらでも気にかけることはたくさんあるよ。親しい人、気持ちがわかった人ならいいけど、そうじゃない人とはあんまりしゃべらないね。変なこと言われると嫌だよ。おはようとかこんにちとはとか、今日は寒いねとか、ご飯がおいしかったとか、そういうことは話すよ。雑談はいいけども、あんまり詳しいことは話さない。あの人がああ言っていたとかそういうことになるからね。当り障りのないこと、そういう程度だね。ここにいと、みなさんもそうだと思うけど、退屈だと感じるでしょう。部屋に1人でこもっているときなどに感じるね。クラブに行き、みなさんと顔合わせるとやっぱり退屈ではないわね。だからできるだけ、そういうものに参加したいと思うけれども、身体も大切だから。無理しないようにしている。

今までの人生はいかがですか？

自分の人生を振り返ってみると、楽しかったこともあるし、辛かったこともある。子供は4人いるよ。孫もたくさんだよ。子供育てることは悲しかったのよ。戦争中で買ってやりたいものも、食べさせてあげたいものもたくさんあったけど、それを十分してやることができなかつたんだよ。配給だけでまかなわなくちゃならないし。子供にひもじい思いをさせたのは辛かった。お菓子も今と違って全然ないしね。お菓子もわからないで育て、そういうかわいそうな思いをさせた。男女2人ずつ育てたよ。本当に子宝に恵まれていたよ。ここに入る前は子供たちと一緒に住んでいたの、孫の面倒をみたり、そりゃ楽しい日々だったね。その頃は、生きがいがあったよ。もう、これからはみんなで仲良くむつまじく、心穏やかに暮らしていきたいと思っています。考えてみれば、みんなでお誕生日会をやったり、何か催しがあったりする時の雰囲気もいいね。自分も含めてみんなが楽しそうにしている時って、やっぱり一番喜びを感じるよ。

ご家族のことを大切に思われているんですね。

そうだよ。またきてね。時々話にきて下さい。何だか病気をしてから、どんどんやせてきちゃったのよ。足が痛くて歩けなくて、手術してもらったり色々だったね。もうこの歳だから、助からないと思ったんだけど、寿命だったのかこうやってまたここに帰って来られました。90歳過ぎて、12月がくると91歳になります。寿命と思って大切に生きたいね。死はいまは恐くない。やっぱり苦しまないで、このままこういうところで逝ってくれたらいいけどね。あんまりそういうことは考えないよ。

#### 事例 101

|   |     |
|---|-----|
| 女 | 88歳 |
|---|-----|

今、生きがいって何ですか？

生きがい、それは仕事だよ。いまは、そんな社会からみて仕事と言えるようなものではないけれど、ここでみんなが使ったタオルをたたんだりするのはやりがいがあるよ。最近手芸クラブに入ったのだけど、袋をつくったりそういうことが、生きがいだと思う。みんなで何かやるのがいいな、一番。もうこの年で、身体も悪くなって私なんてこの世でそんなたいしたものじゃないしね。

今ここでの生活でどんなことが楽しみですか？

私は最近ここに入ったのだけど、ここじゃね、楽しみは食べることにくらいしかないんだよ。いま、ご飯食べるときが一番楽しいかな。そんな毎日なんだよ。あんまり生きていて幸せだなんて感じなくなったよ。

何か心配事はありますか？

ここにお世話になって、やっぱりお金のことは心配だよ。 お金だって、一生懸命貯めても、こうやって施設に入って、いろいろ使うからなくなってしまふよ。自分がどんどん長生きしてしまふから、困ってしまふよ。

## 注

- 1 本論文では、Spiritual Well-beingを日本語に訳さずにそのまま使用する。
- 2 *The American Journal of Bioethics* の 2001年 1号 1巻においては、Chamber (2001)による論文“The Fiction of Bioethics: A Précis” (40-62ページ)を軸に、様々な論者がバイオエシックスにおけるナラティブ・アプローチの意義について検討している。
- 3 記事の検索は、朝日新聞の見出し語データベース(1945年~1999年)を利用した。
- 4 見田宗介「現代生きがい論」、朝日新聞1970年8月17日夕刊の7面を参照。
- 5 以下の調査の概要は、高橋徹・見田宗介(1964)における146-160ページの概説ならびに要約である。
- 6 以下の調査の概要は、鈴木広(1983)における309-333ページの概説ならびに要約である。
- 7 以下の調査の概要は、木下謙治(1989)における337-353ページの概説ならびに要約である。
- 8 以下の調査の概要は、財団法人シニアプラン開発機構(1992, 1993, 1997)の概説ならびに要約である。
- 9 次のURLを参照。[http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/a\\_15.htm](http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/a_15.htm)「高齢者の健康に関する意識調査」
- 10 以下の調査の概要は、財団法人シニアプラン開発機構(1998)の概説ならびに要約である。
- 11 以下の調査の概要は、内閣府(2001b, 2002b)および総務庁長官官房高齢社会対策室(1997)の概説ならびに要約である。
- 12 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1997)の21-50ページ、高齢者能力開発研究会(1998)の37-54ページの概説ならびに要約である。
- 13 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1999)の1-14ページの概説ならびに要約である。
- 14 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1997)の171-186ページ、高齢者能力開発研究会(1998)の55-81ページの概説ならびに要約である。
- 15 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1998)の83-98ページ、高齢者能力開発研究会(1999)の15-54ページの概説ならびに要約である。
- 16 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1997)53-115ページの概説ならびに要約である。
- 17 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1999)の75-86ページの概説ならびに要約である。
- 18 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1999)55-74ページの概説ならびに要約である。
- 19 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1998)の99-119ページの概説ならびに要約である。
- 20 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1997)の117-134ページ、高齢者能力開発研究会(1998)の121-136ページの概説ならびに要約である。
- 21 この調査報告は、高齢者能力開発研究会(1997)の147-170ページの概説ならびに要約である。
- 22 以下は、マシューズ(2001)の概説ならびに要約である。
- 23 厚生省研究企画部会資料(1999年4月12日)の『WHO憲章における「健康」の定義の改正案について』を参照。
- 24 次のURLを参照。[http://www.mhw.go.jp/shingi/s9904/txt/s0412-1\\_6.txt](http://www.mhw.go.jp/shingi/s9904/txt/s0412-1_6.txt)「厚生科学審議会審議録」

- 25 本論文では Spiritual を日本語に訳さずそのまま使用する。
- 26 第 23 回日本死の臨床研究会の年次大会( 1999 年 9 月 17 日 )において、はじめて「 Spiritual Pain 」というシンポジウムが行われた。日本死の臨床研究会編, 1999, 「 Spiritual Pain 」『死の臨床』 34, 153-157 ページを参照。
- 27 第 6 回日本緩和医療学会総会プログラム・講演抄録集, 2001 年を参照。
- 28 第 3 章の 3-2-1 および 3-2-2 は、鶴若 ( 2002b ) の 89-98 ページをもとに加筆、修正したものである。
- 29 チャプレン ( Chaplain ) は、病院や軍などの施設つきの牧師をさす。ここでは、教会や病院などのチャプレン部を意味している。
- 30 新老人の会は、2000 年 9 月に聖路加国際病院理事長の日野原重明氏を会長として 75 歳以上を会員、74 歳未満を準会員に発足した。健やかな第三の人生を感謝して生きる人々が、新しい自己実現を求めて交流することを支援するものである。また自らの健康情報をリサーチボランティアとして提供し、戦争体験を次世代に語り継ぐことなどを目的としている。会員数は 2070 人 ( 2002 年 8 月現在 ) である。
- 31 第 5 章の 5-1 は、鶴若 ( 2002a ) の 191-208 ページをもとに加筆、修正したものである。
- 32 この対話記録は鶴若 ( 1999 )、鶴若 ( 2000 ) の 197-213 ページ、鶴若 ( 2002c ) の 2-15 ページ、鶴若 ( 2002d ) の 1-5 ページを中心に加筆、修正したものである。



## 参考文献

### 邦文文献

- 会田雄次, 1965, 「現代に生甲斐はあるか」『婦人公論』3月特大号, 68-74 ページ.
- 浅野仁・谷口和江, 1981, 「老人ホーム入所者のモラルとその要因分析」『社会老年学』14, 36-48 ページ.
- 阿部謹也, 2001, 『日本人はいかに生きるべきか』朝日新聞社.
- 石井研士, 1997, 『現代日本人の宗教』新曜社.
- 石川邦嗣, 2000, 「Spiritual QOL」『緩和医療学』2(2), 44-52 ページ.
- 稲葉振一郎, 1992, 「高齢者の生きがい就労をめぐる原理的考察」『月刊福祉』75 (1), 106-111 ページ.
- 井上勝也, 1988, 「老年期と生きがい」『老年社会科学』10(2), 243-254 ページ.
- 岩田正美・山口春子, 1989, 「シルバー人材センターにみる生きがい就労の理想と現実」『季刊社会保障研究』24(4), 424-439 ページ.
- 内海洋一, 1992, 『高齢者社会対策：老後のしあわせを保障するために』ミネルヴァ書房.
- 永和良之助編著, 2002, 『高齢者福祉論』高菅出版.
- 江上渉, 2000, 「家族・地域社会と高齢者の生きがい」『社会学年誌』41, 31-45 ページ.
- 江上渉, 2001, 「生きがいをめぐる諸外国事情：デンマーク」高橋勇悦・和田修一編『生きがいの社会学』弘文堂, 169-177 ページ.
- 江口重幸, 1999, 「病いの経験を聴く：医療人類学の系譜とナラティブ・アプローチ」小森康永・野口裕二・野村直樹編著『ナラティブ・セラピーの世界』日本評論社.
- エリクソン, E. H., エリクソン, J. M., キヴニック, H. Q., 1997, 『老年期：いきいきとしたかわりあい』(朝長正徳・朝長梨枝子訳) みすず書房.
- 大井玄, 2000, 「健康についての一考察：疾病とQOL」『お茶の水女子大学ジェンダー研究センター：「ジェンダーと健康」研究プロジェクト報告書』, 25-36 ページ.
- 小笠原祐次・橋本素子・浅野仁, 1997, 『高齢者福祉』有斐閣.
- 岡堂哲雄監修, PIL研究会編, 1993, 『生きがい』システムパブリカ.
- 岡村昭彦, 1999, 『定本 ホスピスへの遠い道』春秋社.
- 岡安大仁, 1996, 「Spiritual Painをめぐる」『心身医療』8(9), 16-17 ページ.
- 岡安大仁, 2001, 『ターミナルケアの原点』人間と歴史社.
- 沖田佳代子, 1996, 「生活史パースペクティブの適用による施設ケアの再構築：老人の口述の生活史および回想を通じて」『平成6年度ジェロントロジー研究報告』2, 29-43 ページ.
- 小原信, 1994, 『ビューティフル・デス：有終の倫理学』中央公論社.
- 小原信, 1999, 『ホスピス：いのちと癒しの倫理学』筑摩書房.
- 香川正弘・佐藤隆三・伊原正躬他編, 1999, 『生きがいある長寿社会学びあう生涯学習』ミネルヴァ書房.

- 柏木哲夫, 1977, 『死にゆく人々へのケア：末期患者へのチームアプローチ』医学書院.
- 加藤尚武・加茂直樹, 1998, 『生命倫理学を学ぶ人のために』世界思想社.
- 金子勇, 1993, 『都市高齢社会と地域福祉』ミネルヴァ書房.
- 金子勇・松本洸, 1986, 『クオリティ・オブ・ライフ：現代社会を知る』福村出版.
- 鎌ヶ江晴彦, 1985, 「高齢者の生きがい活動対策の変化」福武直・小山路雄編  
『高齢社会の社会的対応』東京大学出版会, 270-273ページ.
- 神谷美恵子, 1980, 『生きがいについて』みすず書房.
- 河合千恵子, 1981, 「老人における人生の意味意識：PILテストを用いて」『老年社会科学』3,  
96-110ページ.
- 川喜田多三郎・小林茂・野田一夫, 1968, 『生きがいの組織論：組織の中の集団と個人』  
日本経営出版会.
- 河野博臣, 1989, 『新版 死の臨床』医学書院.
- 川元克秀, 1997, 「生きがいづくり支援サービスの効果評価とサービス開発の観点：  
高齢者の生きがいの創造を予測する視点に関する予備的検討」『社会福祉学』38(2), 97-118  
ページ.
- 岸本英夫, 1973, 『死を見つめる心：ガンとたたかった十年間』講談社文庫.
- キッペス, ウアルデマール, 1999, 『スピリチュアルケア：  
病む人とその家族・友人および医療スタッフのための心のケア』サンパウロ.
- 木下栄二・高木恒一・浅川達人他, 1996, 「大都市高齢者の主観的幸福感再考：男性初期高齢者への  
ヒアリング・データより」『都市問題』87(3), 95-111ページ.
- 木下謙治, 1989, 「在宅高齢者の実態：生きがいと幸福感」有地亭編  
『現代家族の機能障害とその対策』ミネルヴァ書房, 337-353ページ.
- 木下康仁, 1999, 『グラウンデッド・セオリー・アプローチ：質的実証研究の再生』弘文堂.
- 木村利人, 1987, 『いのちを考える：バイオエシックスのすすめ』日本評論社.
- 木村利人, 1995, 「1995年高齢者に関するホワイト・ハウス会議」  
『国際 BIOETHICS NETWORK』19, 3-4ページ.
- 木村利人, 2000, 『自分のいのちは自分で決める』集英社.
- キューブラーロス, エリザベス, 1971, 『死ぬ瞬間』(川口正吉訳) 読売新聞社.
- 空閑厚樹・前川健一, 2001, 「バイオエシックスにおけるナラティブの課題と可能性」  
『生命倫理』11(1), 71-77ページ.
- 窪寺俊之, 2000, 『スピリチュアルケア入門』三輪書店.
- グリーンハル・トリシャ, ハーウィッツ・ブライアン, 2001, 『ナラティブ・ベイスト・  
メディスン』(齊藤清二・山本和利・岸本寛史監訳) 金剛出版.
- グレイザー, B. G., ストラウス, A. L., 1988, 『死のアウェアネス理論と看護：  
死の認識と終末期ケア』(木下康仁訳) 医学書院.
- 黒岩亮子, 2001, 「生きがい推進の行政施策」高橋勇悦・和田修一編『生きがいの社会学』  
弘文堂, 215-241ページ.
- 黒田由紀子編, 1998, 『老いの臨床心理：高齢者のこころのケアのために』日本評論社.

- ケイ, ピーター, 1994, 『緩和ケア百科』(武田文和・中神百合子・大野善三訳) 春秋社  
 厚生省編, 各年版, 『厚生白書』ぎょうせい.
- 厚生省公衆衛生局, 1994, 『老人六法 平成6年度版』中央法規出版.
- 厚生省五十年史編集委員会, 1988, 『厚生省五十年史記述編』厚生問題研究会.
- 厚生省大臣官房政策課監修, 1991, 『21世紀への架け橋: 高齢者保健福祉推進十か年戦略  
 (ゴールドプラン)』ぎょうせい.
- 厚生省老人保健福祉局老人福祉計画局・老人福祉振興課, 1996, 『老人福祉関係法令通知集』  
 財団法人長寿社会開発センター.
- 厚生労働省, 2001, 『厚生労働白書』ぎょうせい.
- 厚生労働省, 2002, 『厚生労働白書』ぎょうせい.
- 高齢者能力開発研究会, 1997, 『高齢者の生きがいに関する国際比較研究』  
 高齢者能力開発研究会.
- 高齢者能力開発研究会, 1998, 『高齢者の生きがいに関する国際比較研究』  
 高齢者能力開発研究会.
- 高齢者能力開発研究会, 1999, 『高齢者の生きがいに関する国際比較研究』  
 高齢者能力開発研究会.
- 小林多寿子, 2000, 「人生の語りとナラティブ・アプローチ」大村英昭編  
 『臨床社会学を学ぶ人のために』世界思想社.
- 小林司, 1989, 『「生きがい」とは何か: 自己実現への道』NHK ブックス.
- 古谷野巨, 1981a, 「生きがいの測定: 改訂PGCモラル・スケールの分析」『老年社会科学』3,  
 83-95ページ.
- 古谷野巨, 1981b, 「モラルに対する社会的活動の影響: 活動理論と離脱理論の検証」  
 『社会老年学』17, 36-49ページ.
- 古谷野巨, 1982, 「モラル・スケール: 生活満足度尺度および幸福満足度尺度の共通次元と  
 尺度間の関連性」『老年社会科学』4, 142-154ページ.
- 古谷野巨, 1983, 「モラル・スケール: 生活満足度尺度および幸福満足度尺度の共通次元と  
 尺度間の関連性(その2)」『老年社会科学』5, 129-142ページ.
- 古谷野巨, 1992a, 「団地老人におけるモラルと社会関係: 性と配偶者の有無の調節効果」  
 『老年社会学』35, 3-9ページ.
- 古谷野巨, 1992b, 「高齢者の生きがい対策」『月刊福祉』75(12), 62-67ページ.
- 古谷野巨, 1993, 「老後の幸福感とサクセスフル・エイジング」柴田博・芳賀博・長田久雄他編『老  
 年学入門』川島書店, 211-218ページ.
- 古谷野巨, 2002, 「幸福な老いの研究: 研究の歴史と残された課題」『生きがい研究』8,  
 48-70ページ.
- 古谷野巨・柴田博・芳賀博他, 1989a, 「生活満足度尺度の構造: 主観的幸福感の多次元性と  
 その測定」『老年社会科学』11, 99-115ページ.
- 古谷野巨・柴田博・芳賀博他, 1989b, 「PGCモラル・スケールの構造:  
 最近の改訂作業がもたらしたもの」『社会老年学』29, 64-74ページ.

- 古谷野巨・柴田博・芳賀博他, 1990, 「生活満足度尺度の構造：因子構造の不変性」  
『老年社会科学』12, 102-116ページ.
- 財団法人シニアプラン開発機構, 1992, 『サラリーマンの生活と生きがいに関する調査：  
サラリーマンシニアを中心として』財団法人シニアプラン開発機構.
- 財団法人シニアプラン開発機構, 1993, 『生きがいに関する研究会最終報告書』  
財団法人シニアプラン開発機構.
- 財団法人シニアプラン開発機構, 1995, 『地域・企業・大学が支えるシニアの学習・生きがい』財団  
法人シニアプラン開発機構.
- 財団法人シニアプラン開発機構, 1997, 『第2回サラリーマンの生活と生きがいに関する調査：サラ  
リーマンシニアを中心として』財団法人シニアプラン開発機構.
- 財団法人シニアプラン開発機構, 1998, 『高齢後期のクオリティ・オブ・ライフに関する調査：高齢  
後期における生きがいの確保に関する研究報告書』財団法人シニアプラン開発機構.
- 嵯峨座晴夫, 1993, 『エイジングの人間科学』学文社.
- 嵯峨座晴夫, 1999, 『高齢者のライフスタイル』早稲田大学出版部.
- サケット・デビット, 1999, 『根拠に基づく医療：EBMの実践と教育の方法』（久繁哲徳監訳）オー  
シーシージャパン.
- 佐藤文字, 1976, 「人生の意味、目的意識と人格構造のかかわりについての事例研究」  
『秋田大学教育学部研究紀要』26, 83-100ページ.
- 柴田博, 2000, 「日本におけるジェロントロジーの確立を目指して」国際長寿センター編  
『日本におけるジェロントロジーの確立に関する研究』, 1-8ページ.
- 渋谷菜穂子・水溪雅子, 2001, 「在宅高齢者と施設高齢者の主観的幸福感に関する一考察」  
『日本看護医療学会雑誌』3(1), 39-47ページ.
- 島崎敏樹, 1974, 『生きるとは何か』岩波新書.
- 清水哲郎, 1997, 『医療現場に臨む哲学』勁草書房.
- 清水哲郎, 2000a, 「QOLの基礎理論・再考」『緩和医療学』2(2), 3-8ページ.
- 清水哲郎, 2000b, 『医療現場に臨む哲学』勁草書房.
- 白神克義・犬飼義秀, 1991, 「高齢者の生きがいに関する社会心理学的研究」  
『岡山県立短期大学紀要』36, 82-90ページ.
- 新老人の会編, 2001, 『私たちの遺書 語り残したい戦争体験』  
財団法人ライフプランニングセンター新老人の会事業部.
- 新老人の会編, 2002, 『語り残す戦争体験 私たちの遺書』講談社.
- 杉山善朗・竹川忠男・中村浩他, 1981a, 「老人の生きがい意識の測定尺度としての  
日本版 PGMの作成 (1)」『老年社会学』3, 57-69ページ.
- 杉山善朗・竹川忠男・中村浩他, 1981b, 「老人の生きがい意識の測定尺度としての  
日本版 PGMの作成 (2)」『老年社会学』3, 70-82ページ.
- 杉山善朗・中村浩・斎藤和雄他, 1986, 「高齢者のスポーツ活動と生きがい意識に関する身体・心理・  
社会的要因の研究：ストレス・コーピング様式との関連」『老年社会科学』12, 117-126ペー  
ジ.

- 杉山善朗・中村浩・竹川忠男, 1990, 「施設在園高齢者の生きがい意識に関連する身体・心理・社会的要因の研究: ストレス・コーピング様式との関連」『老年社会科学』12, 117-126ページ.
- 鈴木荘一, 1985, 『死を抱きしめる』人間と歴史社.
- 鈴木大拙, 1972, 『日本的靈性』岩波文庫.
- 鈴木広, 1983, 「生きがいの社会学的構造」九州大学公開講座委員会  
『九州大学公開講座 7 生きがいの探求』九州大学出版会, 309-333ページ.
- 雀部猛利, 1986, 「高齢者の生きがい」『法律のひろば』39(12), 38-44ページ.
- 世界保健機構, 1993, 『がんの痛みからの解放とパリアティブ・ケア』(武田文和訳) 金原出版.
- 総務庁長官官房高齢社会対策室, 1987, 『老人の生活と意識』中央法規出版.
- 園田順一・栗山和弘・田中陽子, 2001, 「高齢者の自己効力感に関する研究( ): 生きがい、知能そして環境要因とのかかわり」『九州保健福祉大学紀要』2, 131-136ページ.
- ソンドース, シシリー, 1997, 「ホスピスケアの原点と実践」『ターミナルケア』7(5), 349-367ページ.
- ソンドース, シシリー・ベイン, メアリー, 1990, 『死に向かって生きる: 末期患者のケアプログラム』(武田文和訳) 医学書院.
- 鷹居樹八子・豊澤英子・三重野英子他, 2002, 「老人保健施設入所者への生活史聴取とナラティブ・ベースト・ナーシング」『長崎大学医学部保健学科紀要』15(1), 23-30ページ.
- 高萩盾男, 1999, 「生きる意味: 生きることと生かされること」高齢者能力開発研究会  
『高齢者の生きがいに関する国際比較研究』, 114-117ページ.
- 高橋徹・見田宗介, 1964, 「日本人の理想的人間像」『中央公論』8月号, 146-160ページ.
- 高橋規子・吉川悟, 2001, 『ナラティブ・セラピー入門』金剛出版.
- 高橋勇悦, 2001, 「生きがいをめぐる諸外国の事情: 中国・韓国」高橋勇悦・和田修一編  
『生きがいの社会学』弘文堂, 206-214ページ.
- 高橋勇悦・黒岩亮子, 1999, 「中国における都市高齢者の生きがい」『総合都市研究』69, 109-118ページ.
- 高橋勇悦・和田修一編, 2001, 『生きがいの社会学』弘文堂.
- 多田敏子, 1989, 「病弱老人の生きがいに関する研究」『日本看護科学会誌』9(2), 21-28ページ.
- 田中弘子, 1990, 「PIL 検査による心理査定の試み: 高齢者における記述式応答の数量化の事例研究報告」『NIIGATA Educational Psychologist』7, 19-25ページ.
- 谷口和江・前田大作・浅野仁他, 1984, 「高齢者のモラルにみられる性差とその要因分析: 都市の在宅老人を対象にして」『社会老年学』20, 46-58ページ.
- 津田重城, 2000, 「WHO 憲章における健康の定義改正の試み: スピリチュアルの側面について」『ターミナルケア』10(2), 90-93ページ.
- 土田友章, 1999, 「WHO 憲章における健康の定義の改正案をめぐって」  
『国際 BIOETHICS NETWORK』29, 11ページ.

- 鶴若麻理, 1999, 『末期がん患者のスピリチュアルニーズに関する研究 : バイオエシックスの視座から』早稲田大学大学院人間科学研究科修士論文.
- 鶴若麻理, 2000, 「対話記録にみる末期がん患者のスピリチュアル・ニーズ : バイオエシックスの視座から」『ヒューマンサイエンス リサーチ』9, 197-213ページ.
- 鶴若麻理, 2002a, 「死の臨床 : 誰のための医療化?」木戸功・圓岡偉男編著『社会学的まなざし』新泉社, 191-208ページ.
- 鶴若麻理, 2002b, 「Spiritual Well-beingに関する研究の分析と動向 : アメリカにおける高齢者の視座から」『ヒューマンサイエンス リサーチ』11, 89-98ページ.
- 鶴若麻理, 2002c, 「ホスピスにおける死と癒し : 末期がん患者とのかかわりから」早稲田大学人間総合研究センター流動化社会と生活の質プロジェクト『「生活の質」研究の新潮流 癒し・夫婦・セクシュアリティ』43, 2-15ページ.
- 鶴若麻理, 2002d, 「ホスピスにおける生と死 : 末期がん患者とのかかわりから」『第53回イナホ・ダイヤモンドセミナー講演録』, 1-5ページ.
- 鶴若麻理, 2002e, 「スピリチュアルケアをめぐる」『Bioethics Study Network』1(2), 6-5ページ.
- 鶴若麻理, 2002f, 「ボランティアという名のもとに」『国際BIOETHICS NETWORK』34, 21ページ.
- 鶴若麻理・岡安大仁, 2000, 「末期がん患者のスピリチュアルニーズについて」『生命倫理』11, 58-63ページ.
- 鶴若麻理・岡安大仁, 2001, 「スピリチュアルケアに関する欧米文献の動向」『生命倫理』12, 91-96ページ.
- 鶴若麻理・岡安大仁, 2002, 「高齢者の生きがいに関する研究  
Spiritual Well-beingの視点から」『臨床死生学』7(1), 47-52ページ.
- デーケン, アルフォンス・飯塚眞之, 1991, 『日本のホスピスと終末期医療』春秋社.
- トラベルビー, ジョイス, 1974, 『人間対人間の看護』(長谷川浩, 藤枝知子訳)医学書院.
- トルストイ, 1993, 『イワン・イリッチの死』(米沢正夫訳)岩波文庫.
- 内閣総理大臣官房老人対策室, 1987, 『老人の生活と意識』大蔵省印刷局.
- 内閣府編, 2001a, 『高齢社会白書 : 忘年の交わりを求めて』財務省印刷局.
- 内閣府編, 2001b, 『高齢者の生活と意識』内閣府.
- 内閣府編, 2002a, 『高齢社会白書』財務省印刷局.
- 内閣府編, 2002b, 『高齢者の生活と意識 : 第5回国際比較調査結果報告集』ぎょうせい.
- 中川米造, 1996, 『医療の原点』岩波書店.
- 中本朱美・小西美智子, 2000, 「高齢在宅療養者の生きがいと療養生活の受け止め方に関する研究」『日本地域看護学会誌』2(1), 87-92ページ.
- 中根允文・伊藤恵子・田崎美弥子他, 1996, 「QOLの枠組み : 日本におけるQOL評価の現状とWHO/QOL」『がん看護』1(1), 11-15ページ.

- 中根允文・田崎美弥子・宮岡悦良, 1999, 「一般人口における QOL スコアの分布 : WHOQOL を利用して」『医療と社会』9(1), 123-131 ページ.
- 永見勇, 1995, 『生きがい喪失とケアの哲学 : 死の意味づけを巡って』ハーベスト社.
- 波平恵美子, 1984, 『病気と治療の文化人類学』海鳴社.
- 波平恵美子, 2001, 「現代社会と生きがい : その特徴と問題点」『生きがい研究』7, 4-14 ページ.
- 西平直, 1998, 『魂のアイデンティティ : 心をめぐるある遍歴』金子書房.
- 二宮厚美, 1994, 『生きがいの構造と人間発達』労働旬報社.
- 野口裕二, 1990, 「被保護高齢者の主観的幸福感と健康感」『社会老年学』32, 3-11 ページ.
- 野口裕二, 1999, 「社会構成主義という視点」小森康永・野口裕二・野村直樹編著『ナラティブ・セラピーの世界』日本評論社.
- 野村豊子, 1998, 『回想法とライフレビュー : その理論と技法』中央法規.
- 野呂芳明, 2000, 「現代福祉国家と生きがい」『社会学年誌』41, 47-64 ページ.
- 長谷川保, 1984, 『老いと死をみとる : 聖隷ホスピスのあゆみ』柏樹社.
- バトラー, ロバート, 1991, 『老後はなぜ悲劇なのか : アメリカの老人たちの生活』(内藪耕二監訳, グレグ中村文子訳)メヂカルフレンド社.
- バトラー, ロバート・グリーンソン, ハーバート, 1998, 『プロダクティブ・エイジング』(岡本祐三訳)日本評論社.
- 浜口晴彦, 1994, 『生きがいさがし : 大衆長寿時代のジレンマ』ミネルヴァ書房.
- 浜口晴彦編, 1996, 『現代エイジング辞典』早稲田大学出版部.
- 浜口晴彦編, 1997, 『エイジングとは何か : 高齢社会の生き方』早稲田大学出版部.
- 浜口晴彦・嵯峨座晴夫・店田廣文他編, 1991, 『首都圏のエイジング調査』早稲田大学人間総合研究センター.
- 浜口晴彦・嵯峨座晴夫編著, 1992, 『大衆長寿時代の老い方』ミネルヴァ書房.
- 浜口晴彦・嵯峨座晴夫編著, 2001, 『定年のライフスタイル』コロナ社.
- ビーチャム, トム・チルドレス, ジェイムズ, 1997, 『生命医学倫理』(永安幸正・立木教夫監訳)成文堂.
- 東清和, 1999, 「エイジングと生きがい」東清和編『エイジングの心理学』早稲田大学出版部, 131-168 ページ.
- 日野原重明, 1983, 『死をどう生きたか』中公新書.
- 平川虎臣, 1984, 「生き甲斐の問題」平川虎臣作品集刊行会編『平川虎臣作品集』武蔵野書房, 58-96 ページ.
- 平野順子, 2002, 「わが国における高齢者の QOL 研究の文献的考察と展望」『生きがい研究』8, 71-89 ページ.
- 広井良典, 2000, 『ケア学』医学書院.
- 福祉文化学会編著, 1995, 『高齢者生活年表』日本エディタースクール出版部.
- 福田恒存, 1988, 「生き甲斐といふ事 : 利己心のすすめ」『福田恒存全集第 6 巻』文芸春秋社.
- 藤井理恵, 2000, 「医療現場におけるスピリチュアル・ケア : たましいの叫びを前にして」『桃山学院大学キリスト教論集』36, 95-110 ページ.

- 藤田利治・大塚俊男・谷口幸一, 1989, 「老人の主観的幸福感とその関連要因」『老年社会科学』29, 75-85 ページ.
- 古田紹欽, 1967, 『対話 人間いかに生くべきか 鈴木大拙』社会思想社.
- フランクフル, ヴィクトール, 1982, 『生きがい喪失の悩み』(中村友太郎訳) エンデルレ書店.
- フランクフル, ヴィクトール, 1999, 『「生きる意味」を求めて』(諸富祥彦監訳, 上嶋洋一・松岡世利子訳) 春秋社.
- ペンス, グレゴリー, 2000, 『医療倫理 1: よりよい決定のための事例分析』みすず書房.
- ペンス, グレゴリー, 2001, 『医療倫理 2: よりよい決定のための事例分析』みすず書房.
- 辺田健, 1981, 『生きがいの探求』大日本図書株式会社.
- 保坂恵美子, 1984, 「過疎高齢者の生活実態と意識: 鹿児島県郡部の実態調査から: 高齢者の生きがい意識と価値体系」『鹿児島女子大学研究紀要』5 (1), 101-118ページ.
- 前田大作, 1988, 「高齢者の生活の質: 社会・行動科学的側面について縦断的研究」『社会老年学』28, 3-18 ページ.
- 前田大作・浅野仁・谷口和江, 1979, 「老人の主観的幸福感の研究: モラール・スケールによる測定を試み」『社会老年学』11, 15-31 ページ.
- 前田大作・坂田周一・浅野仁他, 1988, 「高齢者のモラールの縦断的研究: 都市の在宅老人の場合」『社会老年学』27, 3-13 ページ.
- 前田大作・野口裕二・玉野和志他, 1989, 「高齢者の主観的幸福感の構造と要因」『社会老年学』30, 3-16 ページ.
- マクナミー, シェリア・ガーゲン, ケネス, 1997, 『ナラティブ・セラピー: 社会構成主義の実践』(野口裕二・野村直樹訳) 金剛出版.
- マシア, ホシア, 1992, 「QOLへの疑問とQOL判断の基準」『OTジャーナル』26, 4-8 ページ.
- マシューズ, ゴードン, 2001, 『人生に生きる価値を与えているものは何か: 日本人とアメリカ人の生きがいについて』三和書籍.
- 三浦文夫, 1990, 『図説高齢者白書』全国社会福祉協議会.
- 皆川鞆一, 1988, 「老人パワー: 日米の違いとその可能性を探る」『老年社会科学』10(2), 255-270ページ.
- 宮城音弥, 1971, 『日本人の生きがい』朝日新聞社.
- 村田久行, 1998, 「対人援助における聴くことの意味: 傾聴ボランティアの実践から」『社会福祉実践理論研究』7, 1-12 ページ.
- 門司和彦・嶋田雅暁・鷹居樹八子, 2002, 「やまいの理解、ナラティブ・ベースト・メディシン/ナーシングと国際保健」『生存科学A』13 (A), 35-42 ページ.
- 森俊太, 2000, 「高齢者の生きがい: 通文化的な分析モデルを求めて」『社会学年誌』41, 15-29 ページ.
- 森俊太, 2001, 「日常世界と生きがいの関係」高橋勇悦・和田修一編『生きがいの社会学』弘文堂, 91-110 ページ.
- 森幹郎, 1981, 『政策老年学』垣内出版.



- 森田達也・鄭陽・井上聡他, 2001, 「終末期がん患者の霊的・実存的苦痛に対するケア : 系統的レビューにもとづく統合化」『緩和医療学』3(4), 80-92ページ.
- 柳澤桂子, 1998, 『認められぬ病: 現代医療への根源的問い』中公文庫.
- 柳原和子, 2000, 『がん患者学: 長期生存をとげた患者に学ぶ』晶文社.
- 山下照美・近藤亨子・田中隆他, 2001, 「施設高齢者の生きがい感とQOLとの関連について」『厚生指標』48(4), 12-19ページ.
- 鷲田清一, 1999, 『「聴く」ことの力』TBSブリタニカ.
- 和田修一, 1981, 「人生満足度尺度の分析」『社会老年学』14, 22-35ページ.
- 和田修一, 2000, 「近代社会における自我と生きがい」『社会学年誌』41, 3-13ページ
- 和田修一, 2001, 「近代社会における自己と生きがい」高橋勇悦・和田修一編  
『生きがいの社会学』弘文堂, 25-52ページ.

## 欧文文献

- Baider, L., Russak, S., Perry, S., et al., 1999, "The Role of Religious and Spiritual Beliefs in Coping with Malignant Melanoma: An Israeli Sample," *Psycho-Oncology*, 8, pp. 27-35.
- Beah, P., 1987, "Quality of Life in Psychosomatic Research: A Psychometric Model," *Psychopathology*, 20, (3-4), pp. 169-179.
- Birren, E., Cochran, K., 2001, *Telling the Stories of Life through Guided Autobiography Groups*, Baltimore, The John Hopkins University Press.
- Brandshaw A, 1996, "The Spiritual Dimension of Hospice: The Secularization of an Ideal," *Social Science Medicine*, 43(3), pp. 409-419.
- Brooke, V., 1987, "The Spiritual Well-being of the Elderly," *Geriatric Nursing* (July/August), pp. 194-195.
- Bufford, R. K., Paloutzian, R. F., Ellison, C. W., 1991, "Norms for the Spiritual Well-being Scale," *Journal of Psychology and Theology*, 19, pp. 56-70.
- Buryska, J. F., 2001, "Assessing the Ethical Weight of Cultural, Religious and Spiritual Claims in the Clinical Context," *Journal of Medical Ethics*, 27, pp. 118-122.
- Carson, A. M., 2001, "That's Another Story: Narrative Methods and Ethical Practice," *Journal of Medical Ethics*, 27, pp. 198-202.
- Chambers, T., 2000, "Centering Bioethics," *Hastings Center Report*, 30(1), pp. 22-29.
- Chambers, T., 2001, "The Fiction of Bioethics: A Précis," *The American Journal of Bioethics*, 1(1), pp. 40-43.
- Charon, R., Brody, H., Clark, M. W., et al, 1996, "Literature and Ethical Medicine: Five Cases from Common Practice," *The Journal of Medicine and Philosophy*, 21, pp. 243-265.
- Clouser, K. D., Hawkins, A. H., 1996, "Literature and Medical Ethics," *The Journal of Medicine and Philosophy*, 21, pp. 237-241.
- Cook, T. C (ed.), 1983, "Religion and Aging," *Generations*, 8(1), pp. 2-58.
- Cook, T. C., McGinty, D. L., 1981, *Spiritual and Ethical Values and National Policy on Aging*, Athens, National Interfaith Coalition on Aging, pp. 1-22.
- Corr, C. A., Morgan, J. D., et al (ed.), 1994, *Statements on Death, Dying, and Bereavement*, London, International Work Group on Death, Dying, and Bereavement.
- Delloff, L., 1983, "The WHCoA and WAA: Spiritual Well-being Gets Lost," *Generations*, 8(1), pp. 8-10.
- Dickinson, C., 1975, "The Search for Spiritual Meaning," *American Journal of Nursing* 75(10), 1786-1793.
- Dunne, T., 2001, "Spiritual Care at the End of Life," *Hastings center report*, (March/April), pp. 22-27.
- Elizabeth Hood Morris, L., 1996, "A Spiritual Well-being Model: Use with Older Women Who

- Experience Depression," *Issues in mental health nursing* 17, pp. 439-455.
- Ellison, C. W., 1983, "Spiritual Well-being: Conceptualization and Measurement," *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), pp. 330-340.
- Ellos, W., 1998, "Some Narrative Methodologies for Clinical Ethics," *Cambridge Quarterly of Healthcare Ethics*, 7, pp. 315-322.
- Elwyn, G., Gwyn, R., 1999, "Narrative Based Medicine: Stories We Hear and Stories We Tell: Analysing Talk in Clinical Practice," *British Medical Journal*, 318(16/January), pp. 186-188.
- Erkenbrack, N. L., Evans, J., 1995, *The National Council on Aging's National Pre-White House Conference on Aging* Washington, DC, National Council on Aging, pp. 1-8.
- Fehring, R. J., Brennan, P. F., Keller, M. L., 1987, "Psychological and Spiritual Well-being in College Students," *Research in Nursing and Health*, 10, pp. 391-398.
- Foley, L., Wagner, J., Waskel, S. A., 1998, "Spirituality in the Lives of Older Women," *Journal of Women & Aging*, 10(2), pp. 85-91.
- Freedom, J., Combs, G., 1996, *Narrative Therapy: The Social Construction of Preferred Realities*, New York, Norton.
- Greenhalgh, T., 1999, "Narrative Based Medicine: Narrative Based Medicine in an Evidence Based World," *British Medical Journal*, 318, pp. 323-325.
- Greenhalgh, T., Hurwitz, B., 1999, "Narrative Based Medicine: Why Study Narrative?," *British Medical Journal*, 318, pp. 48-50.
- Hardwig, J., 2000, "Spiritual Issues at the End of Life: A Call for Discussion," *Hastings Center Report*, 30(2), pp. 28-30.
- Hateley, B. J., 1984, "Spiritual Well-being through Life Histories," *Journal of Religion & Aging*, 1(2), pp. 63-71.
- Hay, M. W., 1989, "Principles in Building Spiritual Assessment Tools," *The American Journal of Hospice Care*, 6, pp. 25-31.
- Hays, J. C., Meador, K. G., Branch, P. S., et al, 2001, "The Spiritual History Scale in Four Dimensions (SHS-4): Validity and Reliability," *The Gerontologist*, 41(2), pp. 239-249.
- Hester, D. M., 2002, "Narrative as Bioethics: The Fact of Social Selves and the Function of Consensus," *Cambridge Quarterly of Healthcare Ethics*, 11, pp. 17-26.
- Highfield, M., Carson, C., 1992, "Spiritual Needs of Patients: Are They Recognized?," *Cancer Nursing*, 15(1), pp. 187-192.
- Holland, J., Passik, S., Kash, K., et al., 1999, "The Role of Religious and Spiritual Beliefs in Coping with Malignant Melanoma," *Psycho-Oncology*, 8, pp. 14-26.
- Holstein, M., 2000, "A Spiritual Role for the Elderly," *Health Progress*, 81(2), pp. 12-16.
- Hungelmann, J., Kenkel-Rossi, E., Klassen, L., et al., 1985, "Spiritual Well-being in Older Adults: Harmonious Interconnectedness," *Journal of Religion and Health*, 24(2), pp. 147-153.

- Hungelmann, J., Kenkel-Rossi, E., Klassen, L., et al., 1996, "Focus on Spiritual Well-being: Harmonious Interconnectedness of Mind-Body-Spirit: Use of JAREL Spiritual Well-being Scale," *Geriatric Nursing* 17(6), pp. 262-266.
- Hunter, K. M., 1995, "Narrative," Reich, W. T (ed.), *Encyclopedia of Bioethics*, New York, Simon & Schuster Macmillan, pp. 1789-1794.
- Hunter, K. M., 1996, "Narrative, Literature, and the Clinical Exercise of Practical Reason," *The Journal of Medicine and Philosophy*, 21, pp. 303-320.
- Jones, A. H., 1997, "Literature and Medicine: Narrative Ethics," *The Lancet*, 349, pp. 1243-1246.
- Kearl, M., 1980, "Time, Identity, and the Spiritual Needs of the Elderly," *Sociological Analysis*, 41(2), pp. 172-180.
- Kenyon, G., Clark, P., Brian, De Vries, 2001, *Narrative Gerontology*, New York, Springer Publishing Company.
- Koch, T., 2000, *Age Speaks for Itself: Silence Voices of the Elderly*, Westport, Praeger.
- Koenig, H. G., Kvale, J. N., Ferrel, C., 1988, "Religion and Well-being in Later Life," *The Gerontologist*, 28(1), pp. 18-28.
- Kutner, B., Franshel, D., Togo, A. M., et al., 1956, *Five Hundred over Sixty: A Community Survey on Aging* New York, Russel Sage Foundation.
- Larson, R., "Thirty Years of Research on the Subjective Well-being of Older Americans," *Journal of Gerontology*, 33(1), pp. 109-125.
- Lawton, M. P., 1975, "The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: a Revision," *Journal of Gerontology*, 30(1), pp. 85-89.
- Ledbetter, M. F., Smith, L. A., et al., 1991, "An Evaluation of the Research and Clinical Usefulness of the Spiritual Well-being Scale," *Journal of Psychology and Theology*, 19(1), pp. 49-55.
- Leetun, M. C., 1996, "Wellness Spirituality in the Older Adult: Assessment and Intervention Protocol," *Nurse Practitioner*, 21(8), pp. 66-70.
- MacKinlay, E., 2001, *The Spiritual Dimension of Ageing*, London, Jessica Kingskey Publishers.
- Mickley J. R., Soeken, K., Belcher, A., 1992, "Spiritual Well-being, Religiousness and Hope among Women with Breast Cancer," *IMAGE: Journal of Nursing Scholarship*, 24(4), pp. 267-272.
- Moberg, D. O., 1967, "The Encounter of Scientific and Religious Values Pertinent to Man's Spiritual Nature," *Sociological Analysis*, 28(1), pp. 22-33.
- Moberg, D. O., 1971, *Spiritual Well-being: Background and Issues*, Washington, DC, White House Conference on Aging.
- Moberg, D. O., 1978a, "Spiritual Well-being and the Quality of Life Movement: A New Arena for Church-State Debate?," *Journal of Church and State*, 20, pp. 427-449.

- Moberg, D. O., 1978b, "Spiritual Well-being: A Neglected Subject in Quality of Life Research," *Social Indicators Research*, 5, pp. 303-323.
- Moberg, D. O., 1978c, "Presidential Address: Virtues for the Sociology of Religion," *Sociological Analysis*, 39(1), pp. 1-18.
- Moberg, D. O., 1979a, "The Development of Social Indicators for Quality of Life Research," *Sociological Analysis*, 40, pp. 11-26.
- Moberg, D. O (ed.), 1979b, *Spiritual Well-being: Sociological Perspectives*, Washington, DC, University Press of America.
- Moberg, D. O., 1984, "Subjective Measures of Spiritual Well-being," *Review of Religious Research*, 25(4), pp. 351-364.
- Moberg, D. O., 1990, "Spiritual Maturity and Wholeness in the Later Years," *Journal of Religious Gerontology*, 7(1/2), pp. 5-24.
- Moberg, D. O (ed.), 2001, *Aging and Spirituality*, New York, The Haworth Pastoral Press.
- National Interfaith Coalition on Aging, 1975, "Spiritual Well-being: A Model Ecumenical Work Product," *NICA Inform*, 1, p.4.
- Narayamasamy A., "A Critical Incident Study of Nurses' Responses to the Spiritual Needs of Their Patients," *Journal of Advanced Nursing*, 33(4), pp. 446-455.
- Nelson, H. L (ed.), 1997, *Stories and Their Limits: Narrative Approach to Bioethics*, New York, Routledge.
- Neugarten, B. L., Havighust, J., Tobin, S. S., 1961, "The Measurement of Life Satisfaction," *Journal of Gerontology*, 16, pp. 134-143.
- Nicholas, B., Gillett, G., 1997, "Doctor's Stories, Patients' Stories: A Narrative Approach to Teaching Medical Ethics," *Journal of Medical Ethics*, 23, pp. 295-299.
- O'Connor, A. P., 1988, "The Role of Spiritual Care in Hospice: Are We Meeting Patients' Needs?," *The American Journal of Hospice Care*, 5(4), pp. 31-37.
- Orchard, H (ed.), *Spirituality in Health Care Contexts*, London, Jessica Kingsley Publishers.
- Orchard, H., Clark, D., 2001, "Tending the Soul as well as the Body: Spiritual Care in Nursing and Residential Homes," *International Journal of Palliative Nursing*, 7(11), pp 541-546.
- Randall, W., Gary, K., 2001, *Ordinary Wisdom: Biographical Aging and the Journey of Life*, Westport, Praeger.
- Ruffing-Rahal, M. A., 1984, "The Spiritual Dimension of Well-being: Implications for the Elderly," *Home Healthcare Nurse*, April/March, pp. 12-16.
- Saunders, C (ed.), 1978, *The Management of Terminal Malignant Disease*, London, Arnold.
- Saunders, C., 1988, "Spiritual Pain," *Journal of Palliative Care*, 4(3), pp. 29-32.
- Schoebeck, S., 1994, "Called to Care: Addressing the Spiritual Needs of Patients," *The Journal of Practical Nursing*, 44(3), pp. 19-23.
- Shelly, J. A., Fish, S., 1988, *Spiritual Care: The Nurse's Role*, third ed., Downers Grove, Inter Varsity Press.

- Simsen, B., "The Spiritual Dimension," 1986, *Nursing Today*, pp. 41-42.
- Sloman, R., Ahern, M., Wright, A., et al., "Nurses' Knowledge of Pain in the Elderly," *Journal of Pain and Symptom Management*, 21(4), pp. 317-322.
- Stein, S. S., 2001, "Toward Better Care: Connecting Spirituality to the Long-term Needs of Elderly," Moberg, D. O (ed.), *Aging and Spirituality*, New York, The Haworth Pastoral Press, pp. 193-209.
- Stoll, R., 1979, "Guidelines for Spiritual Assessment," *American Journal of Nursing*, p. 1574.
- Tanner, D. E., 1999, "The Narrative Imperative: Stories in Medicine, Illness and Bioethics," *HEC Forum*, 11(2), pp. 155-169.
- Tedrick, T., 1985, *Aging: Issues and Policies for the 1980s*, New York, Praeger Publishers.
- The WHOQOL Group, 1995, "The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position Paper from The World Health Organization," *Social Science medicine*, 41(10), 1403-1409.
- Thorson, J. A., 2000, *Perspectives on Spiritual Well-being and Aging*, Springfield, Charles C Thomas Publisher.
- Tovey, P., 1998, "Narrative and Knowledge Development in Medical Ethics," *Journal of Medical Ethics*, 24, pp. 176-181.
- Twycross, R., 1999, *Introducing Palliative Care*, Third ed., Oxford, Radcliffe Medical Press.
- U.S. Department of Health, Education, and Welfare Special Staff on Aging, 1961, *Religion and Aging: Reports and Guidelines from the White House Conference on Aging* Washington, DC, U.S. Government Printing Office, pp. 1-17.
- Waite, P. J., Hawks, S. R., Gast, J. A., 1999, "The Correlation between Spiritual Well-being and Health Behaviors," *The Science of Health Promotion*, 13(3), pp. 159-162.
- Wald, F. S., 1989, "The Widening Scope of Spiritual Care," *The American Journal of Hospice Care*, 6(4), pp. 40-43.
- Watson, J., 1985, *Nursing: Human Science and Human Care*, Norwalk, Appleton-Century-Crofts.
- White House Conference on Aging, 1960, *Background Paper on Religion and Aging*, Washington, DC, U.S. Government Printing Office, pp. 1-24.
- White House Conference on Aging, 1973, *Final Report of The Post-Conference Board of the 1971 White House Conference on Aging*, Washington, DC, U.S. Government Printing Office, pp. 341-361.
- White House Conference on Aging, 1995, *The Road to an Aging Policy for the 21st Century: Executive Summary*, Washington, DC, U.S. Government Printing Office.
- Widdershoven, G., Berghmans, R., "Advance Directives in Psychiatric Care: A Narrative Approach," *Journal of Medical Ethics*, 27, 2001, pp. 92-97.
- Wright, M., "Chaplaincy in Hospice and Hospital: Findings from a Survey in England and Wales," *Palliative Medicine*, 15, 2001, pp. 229-242.

## 謝辞

本論文を執筆するにあたり、多くの方々にご支援とご指導を賜りました。この場をお借りして御礼を申し上げたいと思います。

まず、新老人の会、通所リハビリテーション・デイケア、特定有料老人ホーム、特別養護老人ホーム、ホスピスにおいて、インタビュー調査および聞き取り調査にご協力をいただきました皆さまに心より感謝申し上げます。皆さまのご協力のおかげで、本論文を完成することができました。また、お亡くなりになられたの方々のご冥福をお祈り致します。

私にこのような調査の場を与えてくださった、新老人の会 日野原重明会長（聖路加国際病院理事長）市民の森クリニック 澤田貴史副院長、特定有料老人ホーム信愛苑 山口隆敏苑長、特別養護老人ホーム信愛の園 岡崎喜美男施設長、信愛病院 桑名斉院長に深謝致します。また財団法人ライフプランニングセンターおよび各施設の皆さまに心より御礼を申し上げます。

本論文の第3章、第4章、第6章は、平成13年度財団法人庭野平和財団研究助成、および財団法人聖ルカ・ライフサイエンス研究所の「平成14年度臨床疫学などの研究に関する研究助成」の補助を受けて行われました。研究助成を賜りました両財団に、この場をお借りして御礼を申し上げます。

各施設へのご紹介、ならびに修士課程から長きにわたり数々のご支援とご指導をくださいました、元日本大学医学部教授 岡安大仁先生に心より感謝致します。

本論文の副査、およびバイオエシックスと出会う機会をつくって下さいました、早稲田大学人間科学部 木村利人教授に深謝致します。また本論文の副査をお引き受け下さいました早稲田大学人間科学部 濱口晴彦教授、ならびに町田和彦教授に心より感謝申し上げます。

最後に、本論文をご指導下さいました早稲田大学人間科学部 嵯峨座晴夫教授に深謝致します。博士課程入学から本論文の執筆に至るまで、あたたかいご支援と的確なご指導をありがとうございました。

鶴若 麻理