

高齢者の余暇活動と参加の可能性について

——高齢者団体の活動と健康体操の調査から——

立教大学 中溝一仁

1 目的

我が国が高齢社会に突入してすでに多くの歳月が過ぎた。国際社会がこれまで経験をしたことがない急速な高齢化と健康寿命の伸長は、高齢者に多くの「余暇活動可能時間」をもたらした。しかし、余暇は何もしなければ単なる「余った暇」でしかなく、生活の満足度向上をもたらすことはない。地域社会のあり方や働き方も含めて今の社会がすぐには変化しないという認識のもとに、人々の生活の満足度が高まる現実的な可能性について検討することが本報告の目的である。高齢者の日常的な余暇活動と、それがもたらす満足感について2016年に実施した質的調査をもとに考察を行う。

2 方法

調査の対象は高齢者が主体のカルチャー講座や健康体操を行うグループである。これらは特別な技術を必要とせず、参加へのハードルの低い余暇活動と言える。静岡市に住む高齢者を中心とする団体の活動についての調査と、その役員や参加者への面接を行った。5つの活動・団体について見学、または参与観察を計11回実施し、うち2つの団体には代表者にヒアリングを行った。活動の参加者には8名から話を聞くことができた。今回の対象者は「大きな資産は持たないが日常生活を送る上で必要最低限を上回る程度、またはそれ以上の経済的余裕を持つ高齢者」である。

3 結果

調査にあたって立てた仮説とその結果についてまとめる。第一の「現役引退後に余暇活動に積極的な人は、就労時代に何らかの準備を行っている」については、必ずしも若い頃から余暇を活発に行っているわけではないことが窺えた。「定期的ではなく、スキルを必要とせず、メンバーにならない」活動が、「余暇に対する準備のない高齢者」の自由時間を充実させる機会を提供しているのである。第二の「日常生活において他者とのコミュニケーションが少ない人は、生活の満足度が高まりにくい」については、ある程度経済的に余裕があり、広い意味での家庭環境が安定していれば、必ずしも他者との関わりが多くなくても生活の満足度を高く保てることが読み取れた。「70歳まで仕事をしていたので（特に親しい）友人はいない」と回答した人が、現在の生活については「満足している」（76歳男性）と答えている。他者とふれ合わないことで他人と自分との比較せず、いわゆる「相対的不満」を抱かないのかもしれない。

4 結論

上述の仮説の検証以外に第一に、高齢者の余暇活動の選択が就労時代の社会階層の影響を受けている可能性のあることが分かった。その影響は余暇団体の選択、活動内容の選択、利己的か利他的か、集团的余暇活動か個人的余暇活動か、単発的か継続的か、など広範囲に及んでいる。第二に、条件さえ合えば準備がなく定年退職を迎えた人でも外の活動に参加する可能性のあることが分かった。今回対象とした特段のスキルを要しない活動については、1.外的なきっかけ、2.個人のパーソナリティー、3.階層と集団のマッチング、という条件のいずれか1つでも合致すれば活動に参加する可能性は高まる。したがって、活動に関する適切な情報提供が行われれば、現在の状況にあってもこれらの活動が高齢者の生活の満足度を高めていくであろう。この他、余暇活動における逆機能の一形態として「余暇の義務化」と呼べる現象が複数確認された。義務としての労働を持たない高齢者に起こりやすいが、これについてはさらなる研究を重ね、別な機会に報告を行いたい。

文献

中溝一仁, 2017, 「高齢社会における日常的余暇活動への参加と生活の満足度について」, 『応用社会学研究No.59』立教大学社会学部.