

原 著

## 高齢者における Successful Aging に関する現状

松本啓子\*<sup>1</sup> 若崎淳子\*<sup>1</sup>

### 要 約

Successful Aging の研究は主に米国において進んでいるが、用語そのものの意味も研究者によって見解が異なる。我が国では未だ独自の社会的文化的民族的背景からの示唆は得られていない段階である。そこで今回、著者らの先行の報告を基に、65歳以上の高齢者36名へのアンケート調査から、Successful Aging の現状について質的因子探索型研究を行った。

高齢者における Successful Aging の現状としては、【満足】【健康】【自己保存】【参加】【チャレンジ】【自負心】の6カテゴリーが抽出された。‘健康・元気にむけて努力する’から【健康】、‘過去も現在も満足している’から【満足】、‘満足している今の自分を、努力して維持させたい’から【自己保存】、‘社会や人との関わりに意味を見出している’から【参加】、‘好奇心旺盛で前向き’から【チャレンジ】、‘高い自己評価とともにある自信’から【自負心】、の6カテゴリーであった。高齢者における Successful Aging の現状を明らかにすることは、新たな高齢者像の構築、医療・看護教育における高齢者理解の一端に寄与することができる。

### 緒 言

我が国の総人口は、2004年10月現在1億2千万人を超えてはいるが、その増加率は戦後最低である。一方65歳以上の高齢者人口の総人口に占める割合（以下、高齢化率とする）は、過去最高の19.5%を示している<sup>1)</sup>。老いや高齢者という言葉からは、身体的、生理的能力や心的エネルギーの衰え、社会性の低下等の既成概念が強い。しかし、介護保険制度が始まり、65歳以上の人に占める認定者の割合は2004年度末で15.7%であり、要支援から要介護2までの比較的軽度の人々が63.8%を占めている<sup>2)</sup>。この現状をどの様に受け止めるかは受け手しのだが、寝たきり等の重度の介護状況に至っていない高齢者も相当数存在している事も事実である。

高齢者を社会的弱者と位置づけるのではなく、病気や障害を有していても、エンパワーメントや生産性を持つ存在として捉える視点へとパラダイムシフトの必要性は迫られている<sup>3)</sup>。

老化過程を前向きに捉える考え方として、1950年代以降、主に米国において Successful Aging の研究は進んでいる<sup>4)</sup>。1980年代には、欧米のプロテスタント文化圏における基本的価値である「自立

independence」と「生産性 productivity」の維持を目標とする Successful Aging の研究と運動は高齢者の可能性を追求し、自立し、活動的な高齢者のライフスタイルが高齢者の社会的地位や評価を再び上昇させ、多くの不可能を可能にしてきた<sup>5,6)</sup>。

現在、Successful Aging に関しては、老化長期縦断研究によって、その条件の根底に活動理論をおき、健康と長寿を基準に捉えたうえで満足を重要視している Palmore<sup>7)</sup> や Aging の概念を Successful Aging と Usual Aging の2つに分けることを提案した Rowe ら<sup>8,9)</sup> などの米国での研究が主流となっている。従来の Aging の退行的イメージから、否定的側面のみでなく肯定的捉えに注目する流れも出てきている。我が国では、嵯峨座<sup>10)</sup> が、Successful Aging を規定する要件として長寿、健康、満足、活動の4つを挙げている。米国の研究は、Successful Aging を、満足や幸福などの生活満足度指標の測定により把握しようとする傾向があり<sup>5,11)</sup>、これらの指標は客観性や裏づけとしてのデータや真実性に欠ける<sup>12)</sup>。また、我が国の文化・風土に即した社会的文化的背景からの研究はなされていないのが現状である<sup>13-17)</sup>。地域を限定したうえで、後期高齢者に焦点を絞り、後期高齢者にとっての Successful

\*1 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 保健看護学科  
(連絡先) 松本啓子 〒701-0193 岡山県倉敷市松島288 川崎医療福祉大学  
E-Mail: keimatsu@mw.kawasaki-m.ac.jp

Agingの意味を検討した報告<sup>18)</sup>を我が国におけるSuccessful Agingに関する研究の嚆矢と考えたうえで、対象による比較検討を行う以前に、その対象や地域の幅を拡充し、Triangulationの見地からも更なるカテゴリーの精選の余地の検討も念頭に、分析を進める必要性を認識している。カテゴリーの抽出結果におけるデータの飽和の検討を加えていくことで、分析の真実性をより質の高いものにすることが可能となる。そこで本研究においては、高齢者におけるSuccessful Agingに関する現状把握を目的に、調査項目を設定し、質的因子探索的に分析を実施した。

### 用語の定義

#### 1. 「Successful Aging」の定義

「Successful Aging」とは、年齢による喪失の衝撃を最小限に食い止めながら、肯定的な分野拡大の方法を見出し、人生に納得し満足して過ごしているプロセスとして、加齢変化に上手く適応するためにいかに自己を調整しているかということに焦点をあてる<sup>11,19)</sup>。

### 研究目的

高齢者におけるSuccessful Agingの現状把握を目的とした。

### 研究方法

#### 1. デザイン

本研究は質的因子探索型研究として、Duverger<sup>20)</sup>の内容分析の技術に基づき、Klaus Krippendorff<sup>21)</sup>の内容分析を参考にしている。

#### 2. 研究参加者

- 2-1 A県高齢者会合において同意の得られた者
- 2-2 総合病院2施設において同意の得られた医療関係者
- 2-3 ボランティアにて参加協力の意思を示した地域住民

上記の1項目以上を満たした65歳以上の高齢者とした。認知症状を有しているか、または日常会話が成立しない場合に加えて、語句の用紙記入上での支障のある者は該当から除外した。

#### 3. データ収集方法

##### 3-1 倫理的配慮

書面による依頼を前提とし、依頼時に、本研究に関する参加協力は自由であり、データの処理には細心の注意を払うこと、回答内容の外部への漏洩のないこと、個人が特定されないことなどを明確に示した。

##### 3-2 調査方法

研究参加者(以下参加者とする)に倫理的配慮を記した書面による依頼に同意の得られた65歳以上の高齢者36名(男性13名・女性23名で平均年齢71.56歳)を対象とした。自由記載を主とする半構成的質問紙は、松本ら<sup>18)</sup>の報告を参考に、エイジレス・セルフの考え方やSuccessful Agingに関する論文を整理・検討したうえで作成し使用した。質問は、老化過程における加齢変化に適応するための自己調整に関するものであった(表1)。

表1 質問内容

- 
1. 年齢、性別、職業
  2. 日々の生活で気を付けていること
  3. 生きがいについて
  4. 毎日の生活について
  5. 日頃考えることについて
  6. 死について
  7. 歳をとって良かったと思うことについて
  8. 支えているものについて
  9. 今後の希望・夢について等
- 

##### 3-3 調査期間

平成16年9月～平成17年12月。

##### 3-4 データの分析方法

アンケート内容から内容分析の手法を参考にしながら類型化を進め、カテゴリー化を行った。

- 3-4-1 調査用紙から、内容要素によってデータを抜き出し、二つ以上の意味を含まないようにデータを区切り、これを基本データとした。
- 3-4-2 基本データから意味や表現が、同じコードを1つのまとまりとして、コード化を行った。
- 3-4-3 すべての参加者の1次コードを類型化し、2次コードとした。
- 3-4-4 2次コードを、内容ごとに類型化し、サブカテゴリーとした。
- 3-4-5 サブカテゴリーの中心となる意味を反映させた抽象度の高いカテゴリーとなるようネーミングし、カテゴリーとした。

##### 3-5 真実性の確保

データ収集後の約3ヶ月間、ほぼ隔週の割合で、看護学、質的研究の専門家による審議を実施した。



カテゴリー[自立と自負心]で構成されていた。『人に指図されることなく、自分で考え、自分で思うように・・・が楽しみ』のように、自立心が強く、自己の思うがままに日常生活を送ることを楽しみと表現していた。このことから‘高い自己評価とともにある自信’として、このカテゴリーを【自負心】と命名した。

### 考 察

Successful Aging を規定する条件として長寿、健康、満足、活動<sup>7,9)</sup>と捉えられているが、高齢者の平均的な姿としては、結構満足した生活を送っている<sup>22)</sup>といわれているように、【満足】は、これを支持する内容でもあったと考える。人生における失調要素の甘受後の老年的超越性<sup>23)</sup>と重ねた時、老いてもなお発達が重要な意味を持ち、その発達課題の達成が老後の生きがいであり、例え課題を十分に達成しなかったとしても、受容できることが、満足であり、それを保持したいと【自己保存】を表現していたと考えられる。

今回抽出された【健康】において、その意味は、人によって異なるが、自身のテーマを満たすことで、健康を実感していると解釈したとも考えられる。Successful Agingにおける健康を検討する場合、医学の観点からも健康を論じなければならない。無病息災を目指す健康観ではなく、病気と上手く付き合えるほうが一病息災で天寿を全うするという考え方であり、現状の高齢者像に焦点をシフトして、できるだけ上手く老いていきたいとする考え方である<sup>24)</sup>。Maddox<sup>25)</sup>は、高齢女性の健康の意味として、自分たちよりもより大きな存在との相互作用、自己受容、ユーモア、柔軟性、利他主義という5つのテーマを導き出した。そのテーマの中には、病気や障害そのものと直接関わるキーワードがないことも今回の研究結果同様に、健康と一言で括れない高齢者個々の主観の相違を顕著に表しているとも考えられる。

抽出された【参加】には、帰属の他に、Roweら<sup>9)</sup>の提示する対人関係保持と非常に近い意味があると考えられる。加えて、社会の中で役割を持ち、人と関わり、相手のことをも考慮している。高齢者が役割を持つということの意味には、地域社会や他者と関わる事で村社会における帰属の意識に安堵感を覚えつつ、そこで信頼されているまたは、頼られていると感じることで生きがいを感じ、より活き活きと人生を送ることも内包されている。高齢者というだけで社会のお荷物、受身などとみなしてはならず、この時期にこそ、人間としての潜在能力や社会改革の原動力を活用できるように、個人や社会の発想を

転換させねばならない<sup>26)</sup>。高齢者を受け入れるべく社会の側のシステムづくりやバックアップ体勢の充実を促すということで社会への参加に重点を置いている。それらは、Successful Aging の概念を支持すると考えられる。

抽出されたカテゴリー【チャレンジ】では、活動理論に基づいた Successful Aging の意味に、挑戦やチャレンジ精神などが包含されると考えることは自然である。日本人の心には、生きる目的や意味や価値が問題にされてきた文化的、民族的背景があり<sup>27)</sup>、ただ漫然と生の流れに流されて来たのではなく、喜びや哀しみなど感情の起伏や体験の変化を含んでこそ、生の内容を豊かにする。時の流れにチャレンジという適度の抵抗感を加えることで、より高い充実感を得ているものと言える。

自尊心は自己評価と深く関係しており、自己を価値ある存在であると考えたことで自らの重要性を実感できるならば、意欲的、積極的かつ心理的な充実感を持つことができるといわれている<sup>28)</sup>。抽出された【自負心】にも高い自己評価や自己の特別視が感じられ、自尊心を包含した自負と解釈できる。他者に指図されることなく、自己の意思や判断を信じ、行動を楽しむことの余裕さえ感じ取れる内容であると言える。

老年期に繋がるための準備として壮年期を捉えた場合、若崎ら<sup>29)</sup>の報告している充実、準備、再考における活動の充実や老いへの準備を通して自己の確信へと移り変わり、それらが老年期における自己保存や自負心へと移行することも考えられる。

### ま と め

高齢者の Successful Aging の現状としては、現実の自己を受け容れることで、身体的健康という固定観念に縛られることのない表現から‘健康・元気にむけて努力する’としての【健康】、過去と現在を含めおいた表現から‘過去も現在も満足している’としての【満足】、時間的に遡った過去と現在における肯定的状況を未来へ繋げる表現から‘満足している今の自分を努力して維持させたい’としての【自己保存】、他者との関わりの中での自己として表現されていたことから‘社会や人との関わりに意味を見出している’としての【参加】、日常の小さな事から夢へ向かっての表現も含めて‘好奇心旺盛で前向き’としての【チャレンジ】、‘高い自己評価とともにある自信’としての【自負心】の6カテゴリーが抽出された。

Successful Aging に関して、我が国の文化・風土に即した社会的文化的背景からの研究はなされていないのが現状である。著者らによる報告<sup>18)</sup>を我が

国における Successful Aging に関する研究の嚆矢と考えたうえで、高齢者という視点から Successful Aging の現状を質的に分析した。今回は、対象そのものやその数また、データ収集方法の幅を拡充することで、質的な分析には欠くことのできないカテゴリーそのものの精度を上げる Triangulation の手法を組み入れ、現象を明らかにすることができたと考

える。今後、更に対象者の地域拡充や数の拡大を念頭に Successful Aging に関するデータの飽和へ向けて分析を進めていくことが課題である。

本研究は、平成17年度川崎医療福祉大学総合研究の助成を受けて行ったものの一部である。

## 文 献

- 1) 内閣府 編：高齢社会白書。財務省印刷局，東京，66-68，2001。
- 2) 朝日新聞，4月11日，2006。
- 3) 藤田千嘉子，舟木理恵，松本啓子：在宅における後期高齢者の役割の意味，第35回日本看護学会論文集 —地域看護—，122-124，2004。
- 4) 中島康之，小田利勝：サクセスフル・エイジングのもう一つの観点 —ジェロトランセンデンス理論の考察—。神戸大学発達科学部研究紀要，8(2)，595-609，2001。
- 5) 秋山弘子：日本の老年社会科学から欧米へ向けての発信。老年社会科学，22(3)，338-342，2000。
- 6) 嵯峨座晴夫：21世紀の高齢社会と老年社会科学のフロンティア—大衆長寿と高齢者のライフスタイル，老年社会科学，22(3)，324-330，2000。
- 7) Palmore E：Predictors of Successful Aging。The Gerontologist，19(5)，427-431，1979。
- 8) Rowe JW and Kahn RL：Successful Aging。The Gerontologist。37(4)，433-440，1997。
- 9) Rowe JW and Kahn RL：Human Aging：Usual and Successful。Science，10(237)，143-149，1987。
- 10) 嵯峨座晴夫：エイジングの人間科学。学文社，東京，1993。
- 11) 谷井康子：サクセスフル・エイジング概念分析。日本看護科学会誌，21(2)，56-63，2001。
- 12) Neville ES：Improving Care for The Frail Elderly：The Challenge for Nursing。Journal of Gerontological Nursing，20(7)，36-44，2000。
- 13) 谷垣静子，佐藤卓利，小松光代，岡山寧子，大西早百合，安部登茂子，福間和美：中高年のサクセスフルエイジングに向けた準備行動 —介護意識と老後に向けての対処行動—。京都府立医科大学医療技術短期大学部紀要，10，107-113，2000。
- 14) 安部登茂子，大西早百合，福間和美，岡山寧子，小松光代，谷垣静子，佐藤卓利：サクセスフルエイジングに向けての準備行動に関する研究 —栄養・食生活からの検討—。京都府立医科大学医療技術短期大学部紀要，10，217-224，2001。
- 15) 大西早百合，福間和美，岡山寧子，小松光代，佐藤卓利，安部登茂子，谷垣静子：中高年におけるサクセスフルエイジングに向けての準備行動に関する研究—地域社会・社会参加と準備行動の関連。京都府立医科大学医療技術短期大学部紀要，10，167-177，2001。
- 16) 斎藤高雅，浅香昭雄：100歳の一卵生双生児にみられる性格特徴とサクセスフルエイジング。臨床精神医学，23(11)，1311-1315，1994。
- 17) 安次富郁哉，富村京，端慶覧涼子，稲富徹也，小倉正巳，秋坂真史，鈴木信：高齢者の Successful Aging に関する研究。日本農村医学会雑誌，47(4)，667，1998。
- 18) 松本啓子，渡辺文子：後期高齢者の Successful Aging の意味 —郡部に居住する高齢者の聞き取り調査から—，日本看護研究学会雑誌，27(5)，25-30，2004。
- 19) 小田利勝：サクセスフル・エイジングに関する概念的考察。徳島大学社会科学研究，6，127-139，1993。
- 20) Duverger M。著深瀬忠一，樋口陽一訳：社会科学の諸方法，第2版，145-169，勁草書房，東京，1968。
- 21) Krippendorff K。三上俊治，椎野信雄，他訳：メッセージ分析の技法「内容分析」への招待，第1版，勁草書房，東京，2001。
- 22) 杉澤秀博：増えつつある後期高齢者の特徴，Estrela，66，70-74，1999。
- 23) Erikson EH and Erikson JH。村瀬孝雄，近藤邦夫訳：ライフサイクル その完結 増補版，162-165，みすず書房，東京，2001。
- 24) 浜口晴彦：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，東京，38-41，1997。

- 25) Maddox M : Older Women and the Meaning of Health , *Journal of Gerontological Nursing* , 25( 122 ) , 26-33 , 1999 .
- 26) Butler RN and Gleason H . 岡本祐三訳 : プロダクティブ エイジング 高齢者は未来を切り開く , 152-160 , 日本評論社 , 東京 , 1998 .
- 27) 神谷美恵子 : 生きがいについて , みすず書房 , 東京 , 14-27 , 1980 .
- 28) 梶田観一 : 自己意識の心理学 , 東京大学出版会 , 東京 , 94-97 , 186-193 , 1988 .
- 29) 若崎淳子 , 松本啓子 : 壮年期女性の Successful Aging に関する現状 第一報 , 第36回日本看護学会論文集 —看護総合— , 122-124 , 2006 .

(平成18年5月31日受理)

## The Current State of Successful Aging in the Elderly

Keiko MATSUMOTO and Atsuko WAKASAKI

(Accepted May 31, 2006)

Key words : successful aging, elderly

### Abstract

Research into Successful Aging is the most advanced in the United States, and the meaning of the term is different and depending on the opinion of the researcher. Successful Aging, from an original social, cultural and racial background, is still a concept our country has yet to obtain. The qualitative factor search type of the current state of Successful Aging was researched using a questionnaire survey of 36 senior citizens of 65 years or more based on the report of authors' preceding this time.

Six categories for the current state of Successful Aging in the elderly were identified: Satisfaction, Health, Self-conservation, Participation, Challenge, and Self-confidence. Clarifying the current state of Successful Aging in senior citizens can better contribute to senior citizens understanding the overall construction, medical treatment and nursing education of senior citizens and lead them to create a new image of themselves for the future.

Correspondence to : Keiko MATSUMOTO Department of Nursing, Faculty of Health and Welfare  
Kawasaki University of Medical Welfare  
Kurashiki, 701-0193, Japan  
E-Mail: keimatsu@mw.kawasaki-m.ac.jp  
(Kawasaki Medical Welfare Journal Vol.16, No.1, 2006 67-72)