

## 生活に満足していないと感じる理由別にみる 高齢者の社会貢献活動の促進方法

### Approaches to promoting activities that contribute to society among elderly from the perspective of reasons for life dissatisfaction

福島 忍  
(Shinobu FUKUSHIMA)

#### Abstract :

The desire to participate in activities that contribute to society is more prevalent by elderly with low life satisfaction than those with high life satisfaction; however, elderly with low life satisfaction tend to find it difficult to connect this desire to actual action. The present study aimed to investigate reasons for life dissatisfaction, relate each reason to the status of participation in activities that contribute to society, and consider approaches to activity promotion. Workshops to help elderly begin activities and recruitment by the government and other organizations are necessary for stimulating participation in activities that contribute to society. Furthermore, initiatives aimed at resolving the specific life issues that underlie life dissatisfaction should increase the number of elderly able to participate in activities that contribute to society.

**キーワード** : 社会貢献活動、高齢者、生活に満足していない理由、都営住宅、分譲マンション

**Keywords** : activities that contribute to society, elderly person, reasons underlying life dissatisfaction, condominium apartments, municipal housing

#### 1. 高齢期と社会貢献活動の意義

高齢期は、自らのこれまでの人生を振り返り、人生の集大成の時期となる。エリクソンらは著書『老年期』のなかで、「老年者は、今まで信念に誠実に従って生き、わざわざ意識的に持とうとしないでもその人らしい特徴を持ちこたえて生きてきた人生を振り返るとき、時間的展望のきく地点から経験を再評価するというユニークな立場」に立つ存在であり、「昔抱いた希望や夢と実際に生きてきた人生とを比較するとき、思い通りには行かない人生の背景という個別の状況の中で、その人個人が現実には有する能

力というものと折り合って行こうと必死になる」時期であることも述べている<sup>1)</sup>。高齢期では、それまで送ってきた生活における達成感を励みに、またうまくいかなかった経験に落ち込みながら過ごすこともあると考えられる。また、老化による健康状態の悪化や配偶者や同年代の友人等との死別も数多く経験する時期にあることから、新たな生活課題に立ち向かっていくことが求められる時期でもある。

高齢期は退職や子どもの独立、親しい人の死別等により他者とのかわりが少なくなることが考えられるが、高齢者にとって社会貢献活動

に参加することは社会的地位や権威の向上、社会的ネットワークの拡大等を促し効用を高め<sup>2)</sup>、生活の満足度を高める効果があることが報告されている<sup>3) 4) 5)</sup>。マズローの述べる承認の欲求や自己実現の欲求<sup>6)</sup>には、自分と相対する他者がいることが求められるが、退職した後も地域に出て、何らかの活動を行うなかで他者との交流を図ることは心身の活性化の促進や生活の満足度の向上に結びつく。また高齢者自身の自分の現状に対する主観的評価の要因に「他者や社会に対する貢献度」があるとする報告<sup>7)</sup>や、社会貢献活動は高齢者自身のウェルビーイング<sup>8)</sup>や介護予防、生きがい創出<sup>9)</sup>といった効果があることも指摘されている。人間はそもそも他者のための存在になることを必要としており<sup>10)</sup>、高齢者が何か人に教えるボランティアをすることは生きがいも高めるとの指摘もあり<sup>11)</sup>、人の役に立つ社会貢献活動は自らの存在意義を高め、生き方や生活の満足度を上げる効果があることが期待できる。

筆者は先の研究で、現在の生き方や生活に満足していないと感じている高齢者（生活不満足群）と満足していると感じている高齢者（生活満足群）を比較検討し、その中で生活不満足群の割合は全体の14%であり、生活不満足群の人の方が社会貢献活動を「したいと思う」と回答した人の割合が生活満足群より高かったこと、しかし生活不満足群では生活満足群に比べて自治会活動やボランティア活動などの各活動において活動者の割合が少なかったことから、社会貢献活動をしたという意向があっても実際の行動につながりづらい傾向があったことを明らかにしている<sup>12)</sup>。

現在の生き方や生活に満足していないと感じる理由は様々であると考えられ、その理由別に社会貢献活動への取り組みについて検討することはあまり行われていない。そこで、本研究の目的は、生活不満足群の高齢者が満足していないと感じる理由の住宅形態別の検討、そしてその理由別に社会貢献活動への意向や実際の取り組み、取り組めるきっかけや条件を明らかにし、理由ごとの社会貢献活動への取り組みの特徴やその促進方法について検討することである。

## 2. 研究方法

### (1) 調査の対象と方法

調査の対象者は、東京都A市にあるB分譲マンション（以下、分譲）とC都営住宅およびD都営住宅に居住する高齢者である。対象者の選定については、A市社会福祉協議会（以下、社協）に自治会長（自治会連合会会長を含む）の紹介を依頼し、その結果3つの集合住宅の自治会の紹介を得た。社協の協力を得てそれらの自治会長に調査の目的や方法、対象者への倫理的配慮等を説明し了解を得たうえで、その集合住宅の住民の方々に調査を実施した。

調査票はポスティングで配布し、無記名自記式質問紙調査を行った。配布数は分譲が1538、C都営住宅が470、D都営住宅が1026である。対象者は2017年6月20日時点（D都営住宅は同年9月21日時点）で65歳以上の人とし、65歳以上の人がない世帯の場合は破棄してもらうように調査票の冒頭に明記した。回収は同封した返信用封筒の返送にて行った。調査期間は2017年6月20日から10月15日である。回収数は分譲が222、C都営住宅が31、D都営住宅が88であり、回収数の合計は341、有効回答数は332であった。生活満足度の回答があった330人のうち「生活不満足群」は46人であり、そのうち不満足の原因について回答があった44人が本研究の分析対象者である。社会貢献活動については対象者には調査票の中で「人や社会のためになる活動」と説明した。

### (2) 変数と尺度

調査項目は、性別、年齢、居住期間、家族構成、健康状態、介護認定の状況、仕事の有無、月収、家族以外の人との接触頻度、近所づきあいの状況、社会貢献活動への意向、生活満足度とその理由、現在行っている社会貢献活動、社会貢献活動に取り組めるきっかけおよび条件である。健康状態については「良い」「まあ良い」「あまり良くない」「良くない」の4択とし、前者2つのいずれかを選んだ人を「健康良好群」、後者2つのいずれかを選んだ人を「健康不良群」とした。家族以外の人との接触頻度については「ほぼ毎日」「週に2、3回程度」「週に1回程度」「月に2、3回程度」「月に1回程度」

「年に数回程度」「まったくない」の7択とし、前者3つのいずれかを選んだ人を「週に1回程度以上」とした。また、近所づきあいの状況については「お互いに訪問しあう人がいる」「立ち話をする程度の人がある」「あいさつのみ」「つきあいはほとんどない」の4択とし、前者2つのいずれかを選んだ人を「立ち話をする程度以上」とした。社会貢献活動への意向については「したいと思う」「したいと思わない」「どちらでもない」の3択で尋ねた。

生活満足度については、「あなたは現在の生き方（生活）に満足をしていますか、満足していませんか」と尋ねた回答で「満足している」あるいは「まあまあ満足している」と回答した人を「生活満足群」、「あまり満足していない」あるいは「満足していない」と回答した人を「生活不満足群」とした。

### (3) 倫理的配慮

倫理的配慮として、まず事前に調査を依頼す

る集合住宅の自治会長に個人情報の取り扱い管理の徹底について説明を行った。そして、自治会長からその集合住宅で調査を実施する許可を得たのち、調査対象者に調査票の配布を行った。調査票の冒頭において調査の趣旨を述べるとともに、質問紙は無記名であるため個人が特定されないこと、調査は強制ではないので協力しなくても不利にはならないこと、得られた結果を調査の目的以外には使用しないことを明記し、調査票の返送をもって調査協力への同意とみなした。

データの分析にあたっては、個人情報保護、倫理上の観点から、対象者に不利益が生じないように匿名化されたデータを適正に管理・使用し、個人が特定できないよう十分に配慮した。

## 3. 結果

### (1) 住宅形態別の対象者の特性（表1）

対象者の性別は、都営住宅（以下、都営）では男性が59.1%と多く、分譲においては女性が

表1 住宅形態別の対象者の特性

(単位人、( )内%)

		都営住宅 (n=22)	分譲マンション (n=22)
性別	男性	13 (59.1)	10 (45.5)
	女性	9 (40.9)	12 (54.5)
年齢	65～75歳未満	16 (72.7)	15 (68.2)
	75～85歳未満	4 (18.2)	5 (22.7)
	85歳以上	2 (9.1)	2 (9.1)
	平均値±標準偏差	71.5 ± 6.3	73.0 ± 6.7
居住期間***	10年未満	13 (59.1)	2 (9.1)
	10～30年未満	8 (36.4)	7 (31.8)
	30年以上	1 (4.5)	13 (59.1)
家族構成	1人暮らし	11 (50.0)	9 (40.9)
健康状態	健康良好群	11 (50.0)	13 (59.1)
介護認定状況	要支援・要介護状態	5 (23.8)	4 (19.0)
仕事	している	7 (31.8)	3 (13.6)
月収	10万円未満	11 (52.4)	7 (31.8)
	10～20万円未満	7 (33.3)	5 (22.7)
	20万円以上	3 (14.3)	10 (45.5)
家族以外の人との接触	週に1回程度以上	16 (72.7)	15 (68.2)
近所づきあいの状況	立ち話をする程度以上	12 (54.5)	14 (63.6)
社会貢献活動への意向	したいと思う	13 (65.0)	13 (59.1)

注1) \*\*\*: P<0.001

注2) 介護認定状況・月収・社会貢献活動への意向の項目は欠損値あり

54.5%と多かった。年齢においては、前期高齢者が都営で72.7%、分譲で68.2%であった。居住期間は、都営では10年未満が59.1%であったが、分譲では30年以上の人が59.1%を占め、有意に分譲の方が都営より期間が長かった。一人暮らしの人の割合は、都営が50%であり、分譲より10ポイント高かった。

健康良好群は分譲で59.1%であり、都営より10ポイントほど高かった。介護認定の状況は、都営で23.8%の人が、分譲で19%の人が要支援・要介護の認定を受けていた。収入を得られる仕事をしている人は都営で31.8%であり、分譲の2倍以上割合が高かった。月収は、都営では「10万円未満」の人が52.4%で半数を超え、分譲では「20万円以上」の人が45.5%が多かった。家族以外の人との接触頻度が「週に1回程度以上」の人は、都営分譲ともに約7割であった。「立ち話をする程度以上」の人は分譲で63.6%であり、都営より約10ポイント高かった。社会貢献活動をしたと思うと回答した人は、都営で65.0%、分譲で59.1%であった。

## (2) 住宅形態別の生活不満足と感ずる理由 (図1)

生活不満足の原因を尋ねたところ、都営で最

も多かったのは「経済状況に不安があり思うように活動できない」であり59.1%、次いで「健康状態に不安があり思うように活動できない」が50.0%、「家族の介護に負担を感じる」が27.3%であった。分譲では最も多かったのは「経済状況に不安があり思うように活動できない」と「健康状態に不安があり思うように活動できない」がそれぞれ36.4%であり、次いで「自分の能力を出せる機会や場がない」が31.8%であった。その他の回答では「もっと社会に貢献したいと思っている。自分の持っている資格を活かしてみたい」(60代後半男性)、「働きたい」(70代前半女性)、「年金だけで生活できないことはおかしい」(60代後半女性)、「趣味の時間がほしい」(60代後半男性)、「忙しすぎてたまにゆっくりしたい」(70代前半女性)、「介護のサービスを受けている」(80代後半男性)などがあり、自分の能力を活かしたいという意見や仕事をしている人などに趣味や余暇の時間を確保したいという思いが見られた。

## (3) 生活不満足の原因別の社会貢献活動への意向の有無 (表2)

生活不満足の原因別に社会貢献への意向を検

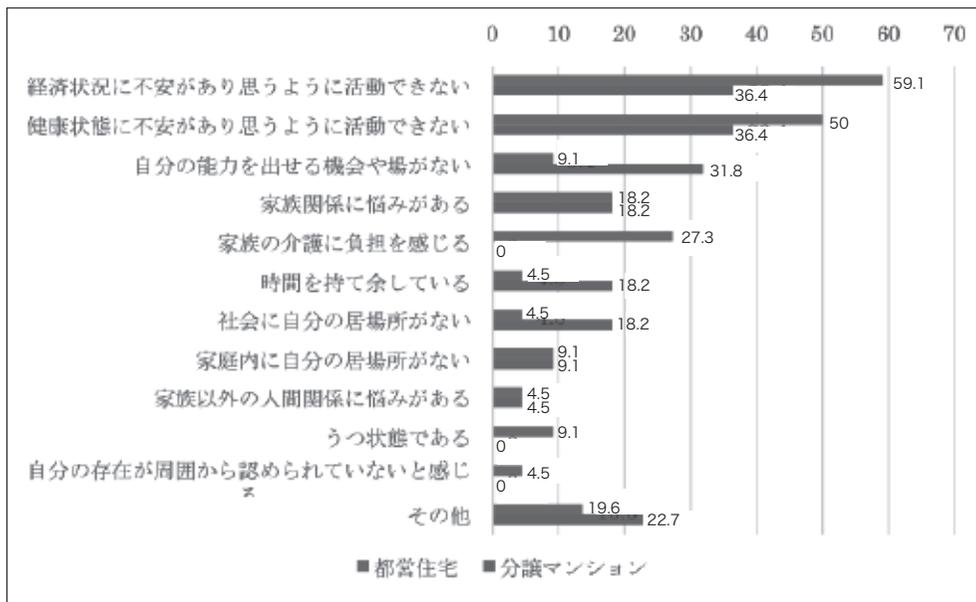


図1 住宅形態別の生活不満足の原因

表2 生活不満足の原因別の社会貢献活動への意向

	(単位 人, ( ) 内%)		
	したいと思う	どちらでもない	したくない
経済状況に不安があり思うように活動できない (n=20)	12 (60.0)	6 (30.0)	2 (10.0)
健康状態に不安があり思うように活動できない (n=17)	9 (52.9)	4 (23.5)	4 (23.5)
自分の能力を出せる機会や場がない (n=9)	6 (66.7)	3 (33.3)	0 (0.0)
家族関係に悩みがある (n=6)	4 (66.7)	1 (16.7)	1 (16.7)
家族の介護に負担を感じる (n=5)	4 (80.0)	1 (20.0)	0 (0.0)
時間を持て余している (n=5)	3 (60.0)	2 (40.0)	0 (0.0)
社会に自分の居場所がない (n=5)	3 (60.0)	2 (40.0)	0 (0.0)
家庭内に自分の居場所がない (n=4)	1 (25.0)	1 (25.0)	2 (50.0)
家族以外の人間関係に悩みがある (n=2)	2 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
うつ状態である (n=1)	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
自分の存在が周囲から認められていないと感じる (n=1)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)
その他 (n=8)	6 (75.0)	2 (25.0)	0 (0.0)

討したところ、社会貢献活動を「したいと思う」と回答した人における割合が多かったのは「家族の介護に負担を感じる」(80.0%)、「自分の能力を出せる機会や場がない」と「家族関係に悩みがある」(それぞれ66.7%)、「経済状況に不安があり思うように活動できない」「時間を持て余している」「社会に自分の居場所がない」(それぞれ60.0%)、「健康状態に不安があり思うように活動できない」(52.9%)であった。また「家族以外の人間関係に悩みがある」と回答した2人中2人が社会貢献活動を「したいと思う」と回答した。

社会貢献活動を「したいと思う」「どちらでもない」「したくない」の3つの回答の割合でみると、「家庭内に自分の居場所がない」と「自分の存在が周囲から認められていないと感じる」以外の理由の項目において「したいと思う」と回答した人の割合が最も多かった。

#### (4) 生活不満足の原因別の行っている社会貢献活動 (表3)

現在行っている社会貢献活動については、「自分の能力を出せる機会や場がない」と回答した人では、「趣味や知識・特技を活かした活動」に55.6%、「自治会活動」と「ボランティア活動」にそれぞれ44.4%の人が取り組んでおり、「特に活動していない」と回答した人の割合

は22.2%で他の理由より低かった。「特に活動していない」と回答した人は、「自分の能力を出せる機会がない」以外のほとんどの理由の項目で半数を超えていた。

#### (5) 生活不満足の原因別の社会貢献活動に取り組めるきっかけ (表4)

社会貢献活動に取り組めるきっかけで多くの項目で最も回答が多かったのは「活動を始めるための研修会」であり、そう回答した人の割合は「家族の介護に負担を感じる」人では66.7%、「自分の能力を出せる機会や場がない」人では55.6%、「家族関係に悩みがある」人では50.0%、「経済状況に不安がある」人では46.7%であった。ほかに多かったのは「行政や社協などによる募集」であり、「家族の介護に負担を感じる」人と「家庭内に居場所がない」人ではそれぞれ66.7%、「自分の能力を出せる機会や場がない」人では55.6%が回答した。

#### (6) 生活不満足の原因別の社会貢献活動に取り組める条件 (表5)

社会貢献活動に取り組める条件で回答が多かったものを理由別にみると、まず「経済状況に不安がある」と回答した人では「収入を得られること」が61.1%であった。「健康状態に不安がある」と回答した人では「自らの健康状態が

表3 生活不満足の原因別の行っている社会貢献活動

(単位人, ( )内%)

	自治会・町内会活動	ボランティア活動	趣味や知識・特技を活かした活動	仕事を通じた活動	寄付	シルバー人材センターを通じた活動	特に活動していない
経済状態に不安がある (n=21)	4 (19.0)	3 (14.3)	3 (14.3)	0 (0.0)	1 (4.8)	0 (0.0)	14 (66.7)
健康状態に不安がある (n=19)	3 (15.8)	3 (15.9)	4 (21.1)	0 (0.0)	2 (10.5)	0 (0.0)	11 (57.9)
自分の能力を出せる機会がない (n=9)	4 (44.4)	4 (44.4)	5 (55.6)	1 (11.1)	1 (11.1)	0 (0.0)	2 (22.2)
家族関係に悩みがある (n=8)	1 (12.5)	1 (12.5)	1 (12.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (12.5)	4 (50.0)
家族の介護に負担を感じる (n=6)	2 (33.3)	1 (16.7)	1 (16.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (50.0)
時間を持て余している (n=5)	1 (20.0)	0 (0.0)	1 (20.0)	0 (0.0)	1 (20.0)	0 (0.0)	3 (60.0)
社会に居場所がない (n=5)	1 (20.0)	0 (0.0)	1 (20.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	4 (80.0)
家庭内に居場所がない (n=4)	1 (25.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (75.0)
家族以外の人間関係に悩みがある (n=2)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (100.0)
うつ状態である (n=2)	1 (50.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (50.0)
自分が周囲から認められていない (n=1)	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

表4 生活不満足の原因別の社会貢献活動に取り組めるきっかけ

(単位人, ( )内%)

	行政や社協などによる募集	家族や他者からの勧め・誘い	地域課題を学ぶ学習会	活動を始めるための研修会	退職	その他
経済状態に不安がある (n=15)	4 (26.7)	6 (40.0)	3 (20.0)	7 (46.7)	2 (13.3)	1 (6.7)
健康状態に不安がある (n=15)	5 (33.3)	4 (26.7)	2 (13.3)	5 (33.3)	1 (6.7)	1 (6.7)
自分の能力を出せる機会がない (n=9)	5 (55.6)	1 (11.1)	2 (22.2)	5 (55.6)	0 (0.0)	2 (22.2)
家族関係に悩みがある (n=6)	2 (33.3)	2 (33.3)	2 (33.3)	3 (50.0)	1 (16.7)	1 (16.7)
家族の介護に負担を感じる (n=3)	2 (66.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (66.7)	1 (33.3)	0 (0.0)
時間を持て余している (n=5)	2 (40.0)	1 (20.0)	0 (0.0)	2 (40.0)	0 (0.0)	1 (20.0)
社会に居場所がない (n=5)	2 (40.0)	1 (20.0)	1 (20.0)	2 (40.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
家庭内に居場所がない (n=3)	2 (66.7)	1 (33.3)	1 (33.3)	1 (33.3)	0 (0.0)	0 (0.0)
家族以外の人間関係に悩みがある (n=2)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (50.0)	2 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
うつ状態である (n=1)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
自分が周囲から認められていない (n=1)	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

表5 生活不満足の原因別の社会貢献活動に取り組める条件

(単位 人, ( ) 内%)

	友人・知人と一緒にできること	家族の介護の負担が少なくなる	家事の負担が少なくなる	健康状態がよくなる	通う手段が確保される	収入を得られる	若い世代と交流できる	同世代と交流できる	その他
経済状態に不安がある (n=18)	4 (22.2)	6 (33.3)	1 (5.6)	6 (33.3)	4 (22.2)	11 (61.1)	4 (22.2)	5 (27.8)	1 (5.6)
健康状態に不安がある (n=16)	4 (25.0)	3 (18.8)	1 (6.2)	13 (81.2)	5 (31.2)	5 (31.2)	2 (12.5)	3 (18.8)	0 (0.0)
自分の能力を出せる機会がない (n=9)	2 (22.2)	2 (22.2)	0 (0.0)	5 (55.6)	2 (22.2)	5 (55.6)	2 (22.2)	5 (55.6)	1 (11.1)
家族関係に悩みがある (n=7)	2 (28.6)	2 (28.6)	0 (0.0)	2 (28.6)	3 (42.9)	1 (14.3)	2 (28.6)	2 (28.6)	0 (0.0)
家族の介護に負担を感じる (n=6)	0 (0.0)	5 (83.3)	1 (16.7)	3 (50.0)	0 (0.0)	5 (83.3)	2 (33.3)	1 (16.7)	0 (0.0)
時間を持て余している (n=4)	2 (50.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (50.0)	1 (25.0)	1 (25.0)	1 (25.0)	2 (50.0)	0 (0.0)
社会に居場所がない (n=4)	2 (50.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (50.0)	3 (75.0)	1 (25.0)	1 (25.0)	3 (75.0)	0 (0.0)
家庭内に居場所がない (n=3)	3 (100.0)	0 (0.0)	1 (33.3)	1 (33.3)	2 (66.7)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (33.3)	0 (0.0)
家族以外の人間関係に悩みがある (n=2)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (50.0)	0 (0.0)
うつ状態である (n=2)	0 (0.0)	1 (50.0)	0 (0.0)	2 (100.0)	0 (0.0)	1 (50.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)
自分が周囲から認められていない (n=1)	1 (100.0)	0 (0.0)	1 (100.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)

よくなること」が81.2%であった。「自分の能力を出せる機会や場がない」と回答した人では「自らの健康状態がよくなること」「収入を得られること」「同世代と交流できること」がそれぞれ55.6%であった。「家族の介護に負担を感じる」人では「家族の介護の負担が少なくなること」と「収入を得られること」がそれぞれ83.3%であり、「自らの健康状態がよくなること」が50.0%であった。「時間を持て余している」と回答した人は「友人・知人と一緒にできること」「自らの健康状態がよくなること」「同世代と交流できること」がそれぞれ50.0%であった。「社会に自分の居場所がない」と回答した人では「通う手段が確保されること」と「同世代と交流できること」がそれぞれ75.0%、「友人・知人と一緒にできること」「自らの健康状態がよくなること」がそれぞれ50.0%であった。「家庭内に居場所がない」と回答した人では、「友人・知人と一緒にできること」を3人すべての人が回答しており、ほかに「通う手段が確保される」を

2人が回答した。「家族以外の人間関係に悩み」と回答した人と「うつ状態」と回答した人ではともに2人中2人が「健康状態が良くなること」を条件としてあげた。

#### 4. 考察

##### (1) 経済的な理由からの考察

生活不満足の原因で最も多かったのは「経済状況に不安があり思うように活動できない」と回答した人は21人であり、都営では約6割、分譲で約4割の人が回答した。都営で多かった背景として、月収が「10万円未満の人」は都営で5割、分譲で3割であり、都営の方が分譲より低所得の人が多かったことが影響していると考えられる。また、就業している人は都営で3割、分譲で1割であり、生活費を得る必要があることから就労している人が都営で多いことがうかがえた。就労していると回答した人の中には、趣味の時間にあまり時間をとれないことへの不満や、年金だけでは生活費が足りないので

仕事をせざるを得ないといった回答が見られた。余暇活動の充実感が高齢者の生活の満足度に反映されることが指摘されていることから<sup>13)</sup>、余暇の時間をあまり確保できない人は満足度が低い傾向にあることが考えられる。

令和元年に行われた高齢者への内閣府の調査<sup>14)</sup>で、経済的な暮らし向きについて「家計にゆとりがあり、まったく心配なく暮らしている」あるいは「家計にあまりゆとりはないが、それほど心配なく暮らしている」と感じている人の割合は全体で74.1%であった。この割合は近年増加傾向にあり、高齢者において経済的困窮にある人が減少傾向であることが明らかになっているが、平成23年<sup>15)</sup>と令和元年の調査結果を比べると「家計にゆとりがなく、多少心配である」と「家計が苦しく、非常に心配である」の合計は「80歳以上」では18.8%（平成23年）から22.2%（令和元年）に増加している。経済的基盤が保たれていることが満足した生活を送るための必須条件であり<sup>16)</sup>、高齢期の貧困の特徴として労働市場からの退場や介護問題等が指摘されていることから<sup>17)</sup>、高齢期においては年齢が高くなることによって経済的に困窮する人が増えることがうかがわれ、安心して生活するための経済的保障が求められる。

社会貢献したいと考える人は6割いたが、社会貢献活動していない人は7割おり、活動していない割合は他の不満足の原因と比べて高い傾向にあった。社会貢献活動に取り組める条件として「収入を得られること」を6割が回答しており、経済的な不安により、収入が得られない活動にはあまり参加できないと考える高齢者が多いことがうかがえた。無償に限らず就労による社会貢献活動もある。就労は高齢者の幸福感を高める<sup>18)</sup>とも言われており、本調査でも就労していない女性から「働きたい」という回答があったことから、ワークライフバランスが重視されつつある生産年齢層を支える多様な高齢者の就労のあり方を検討し、高齢者が就業しやすい労働や有償ボランティア等の活動を拡充していくことが必要である。

## (2) 健康状態の理由からの考察

生活不満足の原因として「健康状態に不安が

あり思うように活動できない」と回答した人は19人であり、都営は5割、分譲で約4割の人が回答した。健康不良群は都営で5割、分譲で約4割であり、都営では要支援・要介護状態にある人が4人に1人の割合であり分譲より多かったため、都営においてこの回答者が多かったと考えられる。社会貢献をしたいと考える人の割合は他の理由より若干低い5割であった。社会貢献に取り組める条件としては、「健康状態が良くなること」と8割が回答しており、健康状態が社会貢献活動への取り組みに大きく影響していることがわかった。健康を害した高齢者は幸福度が低い傾向にあること<sup>19)</sup>、健康状態が良くないと感じている高齢者は生活の満足度が低くなる傾向があること<sup>20)</sup>、健康であることが満足した生活を送るうえでの必須条件であること<sup>21)</sup>が指摘されているが、本調査で健康状態に不安があっても社会貢献活動をしたいと考える人が5割いることが確認できたことから、要介護状態になっても社会に役立ちたいと考える高齢者の生きがいづくりのため、自宅で行えることなど、その状況にあった無理のない社会貢献活動ができるように個別支援と地域支援をコーディネートしていく機能の促進が求められる。

また、生活不満足の原因として「うつ状態である」と回答した人は2人であり、都営に居住する男性の約1割であった。1名は60代後半であり単身で都営に引っ越してまだ1年未満であり、月収は「5～10万円未満」で、健康状態は「あまり良くない」状態にある。生活不満足の原因として他に「健康状態に不安」「経済状態に不安」「家族以外の人間関係に悩みがある」と回答している。もう1人は70代前半で配偶者と暮らしており、月収は「5～10万円未満」で10年以上都営に暮らしており、健康状態は「あまり良くない」状態である。生活不満足の原因は他に「健康状態に不安」「経済状態に不安」「家族関係に悩みがある」「家族の介護に負担を感じる」と回答しており、同居している妻の介護をしているものと思われる。2人とも近所に立ち話する程度の人はいない。2人のうち、社会貢献活動への意向がある人は1人、自治会活動に参加している人が1人、社会貢献に取り

組めるきっかけでは「活動を始めるための研修会」が1人、条件では「健康状態が良くなること」が2人、「家族の介護の負担が少なくなる」と「収入を得られること」がそれぞれ1人であった。2名とも健康状態があまり良くないことや家計にあまり余裕がないことがうかがわれ、1名は配偶者を介護する状態であったことから、そのような大変さから身体的精神的に負担が大きく「介護うつ」の状態になっている可能性も考えられた。2人とも自らの健康状態が良くなるのが社会貢献活動への取り組みにつながるとしており、福祉サービスの利用促進やフォーマル・インフォーマル両面からのサポートによる介護負担の軽減、困窮状態にある高齢者世帯への経済的な保障、高齢期になって引越しをした場合に新しい地で安心して居住できるよう相談支援・情報提供のサポートの充実が求められる。

### (3) 知識や能力の活用および時間を持て余しているという理由からの考察

生活不満足の原因として「自分の能力を出せる機会や場がない」と回答した人は9人であり、都営で約1割、分譲で約3割の人が回答した。9人のうち、4人は「経済状態に不安」、3人は「健康状態に不安」、2人は「時間を持て余している」とも回答した。社会貢献活動をしたと考えている人は約7割おり、実際に行っている活動として約6割が「趣味や知識・特技を活かした社会貢献活動」、約4割が「自治会・町内会活動」「ボランティア活動」にそれぞれ携わっており、活動していない人は2割と他の理由に比べ少なかった。自分の能力を出せていない、出せる場が欲しいと考えている人は、他の理由に比べて何らかの社会貢献活動に取り組んでいる傾向があることがうかがえた。分譲では3割がこの回答をしたが、特に分譲では高収入の仕事をしてきた人が多くいると考えられ、退職した後の現在の生活で、なんらかの自分の経験をまた違う場で活かしたい、しかしそういった場があまりないと考えている人が一定数いることがわかった。ボランティア活動をしている高齢者が回答したボランティア活動への参加動機の上位の1つとして、「自分の知識や

経験を生かす機会がほしかったため」と約4割の人が回答しており<sup>22)</sup>、自分の知識を活かすことは生きがいにもなり生活の質の向上に結びつくと考えられる。調査したB分譲では、コミュニティの協議会が防災活動等において活発な活動を展開しており、そこでは高齢期にある人々がリーダーの役割を担っている。そのような場で活躍している人もいるが、まだ自分の期待するような活動の機会を得られていないと感じている高齢者も多くいることが見受けられた。

社会貢献活動に取り組めるきっかけとしては、「行政や社協などによる募集」と「活動を始めるための研修会」を約6割の人が回答し、取り組める条件としては「健康状態が良くなる」こと、「収入を得られる」こと、「同世代と交流できること」をそれぞれ約6割の人が回答した。

そして、生活不満足の原因として「時間を持て余している」と回答した人は5人であり、都営では1割未満だったが分譲で2割いた。5人のうち、男性は3人、女性は2人であり、男性はすべて分譲に居住し家族と住んでいた。一方女性は分譲と都営にそれぞれ住んでおり、2人とも一人暮らしだった。分譲は都営より就労者の割合が半分以下で少なく、また健康良好群の割合が10ポイントほど都営より高かったことから、都営より就労、通院や身体状況等の理由により活動しにくい人が少なかったことが考えられ、社会貢献活動に費やす時間に余裕のある人が都営より多くいる傾向があることがうかがえた。社会貢献をしたいと考える人の割合は6割であり、社会貢献活動をしている人は4割であった。社会貢献に取り組めるきっかけでは「行政や社協などによる募集」と「活動を始めるための研修会」がそれぞれ4割、条件では「友人・知人と一緒にできること」「健康状態が良くなること」「同世代と交流できること」がそれぞれ5割であった。

また、生活不満足の原因として「社会に自分の居場所がない」と回答した人は5人であり、都営で1割未満、分譲で約2割であった。5人のうち3人が「時間を持て余している」とも回答している。社会貢献活動をしたいと考える人の割合は6割であったが、社会貢献活動をし

ている人は2割であり、社会貢献活動への意向があっても、あまり活動に結びついていない傾向にあった。社会貢献活動に取り組めるきっかけでは「行政や社協などによる募集」と「活動を始めるための研修会」がそれぞれ4割、「友人・知人と一緒にできること」「健康状態が良くなること」がそれぞれ5割であった。

友人とともに活動できることが求められていることから、友人との交流ができるという楽しみが活動につながる動機になっており、そこに自分の居場所も求めていると考えられる。家庭や社会での自己の存在意義や生きがい十分見出されていることが高齢期男性の精神健康度に強く影響が出ることも指摘されており<sup>23)</sup>、社会や地域において活動する場があることが生活への満足度を上げると考えられることから、様々な活動の場の開発を行っていく必要がある。2016年に政府が発表した「1億総活躍プラン」では、現役世代が毎年50万人以上減少する時代となり、女性や高齢者に、より経済活動に加わってもらうことで経済成長を目指すことが方向として打ち出され、65歳以上の雇用延長の促進や高齢者になっても引退しない時代が迫っているともいわれている<sup>24)</sup>。また社会的役割を喪失し余暇を持って余す高齢者においては社会活動することで家庭内役割の喪失や退職に代表される社会的役割の喪失感を埋めることにもつながっていくともいわれており<sup>25)</sup>、活動したいという意向をもつ人をうまく地域のニーズにつなげていけるよう、高齢者自身が活動したいことを表明できる場、地域におけるニーズを高齢者を含む地域住民が知る手法の開発、そして実際に活動できる場づくりの支援を進めていくことが必要である。本人のニーズを満たすため、そして地域や社会における様々な生活課題の解決のため、活動したいという希望はあっても活動の機会がないという高齢者をいかに活動に結びつけていけるかという点が重要なポイントであると考えられる。活動をするにあたり研修会を求めの人が多かったことから様々な機関によるきっかけづくりとしての研修会の開催や、各地域に配置されている生活支援コーディネーターおよび地域福祉コーディネーターによる個別支援と地域支援をつなげていくコミュニティソーシャ

ルワークの取り組みの促進が求められる。

#### (4) 家族関係の理由からの考察

生活不満足の原因として「家族関係に悩みがある」と回答した人は8人であり、都営分譲ともに約2割であった。そのうち、社会貢献したいと考える人の割合は約7割であった。半数の人は特に社会貢献活動は行っておらず、社会貢献活動に取り組めるきっかけでは半数の人が「活動を始めるための研修会」と回答し、条件では4割の人が「通う手段が確保されること」と回答した。

また、生活不満足の原因として「家族の介護に負担を感じる」と回答した人は6人であり、都営で約3割いた。回答した人はすべて「経済状況に不安」にも回答しており、介護をしていて就労できない、また医療費がかかる等の理由から、経済的に余裕のない世帯が多いことがうかがえた。配偶者との二人暮らしと回答した人は3人であり、すべて男性だった。認知症高齢者の介護者への調査で、要介護者と二人暮らしの場合には、介護者が一人で介護を行う必要があるため介護者が自身のことに費やす時間の確保が困難であることが指摘されており<sup>26)</sup>、社会貢献をしたいと考える人の割合は他の理由より若干高い8割であったことから、介護の負担から解放され息抜きをしたいという気持ちがある人が多いことがうかがえた。回答者のうち、2人が「家族関係に悩みがある」とも回答していることから、介護の負担により精神的負荷が重なり家庭内で虐待等の事件が起きないように、介護者と心理的・物理的に離れる機会の確保も必要である。介護者はその機会を求めていることもうかがえるが、実際に活動している人は自治会活動において3割程度見られたのみであった。より社会貢献活動等の活動に参加できるよう、フォーマル・インフォーマル両側面の支援の充実が求められる。社会貢献に取り組めるきっかけは「行政や社協などによる募集」と「活動を始めるための研修会」と回答した人がそれぞれ約7割、条件では「家族の介護の負担が少なくなる」と「収入を得られる」がそれぞれ8割、「健康状態が良くなること」が5割であった。健康状態がよくない介護者が多いこともうかが

えることから、介護者の健康管理にも支援者は留意していく必要がある。

そして、生活不満足の原因として「家庭内に自分の居場所がない」と回答した人は4人であり、都営分譲ともにそれぞれ約1割で、すべて女性であった。社会貢献をしたいと考える人は4人中1人であり、1人は自治会活動に携わっていたが、3人は特に活動していなかった。健康状態は4人中3人が健康不良群で、うち2人は要介護状態であった。家族構成は子どもと暮らしている人が2人、配偶者と子どもと住んでいる人が1人、配偶者との二人暮らしが1人であり、子どもと暮らしている1人は「自分の存在が認められていない」とも回答した。また、4人のうち3人が「家族関係に悩みがある」とも回答している。高齢者が家族と互いに理解し合っていると認知し、家族内での自分の存在意義を見出していることは精神的充足感を高める要因であること<sup>27)</sup>が指摘されているが、自分の身体が要介護状態となり、家族から衣食住の手助けや介護を受ける身に立場が変化していく過程で、それまでの家族間のサポートの流れに変化が生まれ、家族内で葛藤が生じていることも考えられる。社会貢献に取り組めるきっかけでは「行政や社協などによる募集」に2人が、条件では「友人・知人と一緒にできること」に3人が、「通う手段が確保されること」に2人が回答している。家庭内に居場所がないと感じる人は友人との交流など家庭以外での居場所を求めていることも考えられ、社会貢献活動に参加するための移動手段の確保も課題であることが考えられた。

## 5. 結論と研究の課題

本研究では、まず生き方や生活に満足していないと感じている人がなぜそのように感じているのかを明らかにした。その結果、都営において経済状況に不安がある人が6割、家族の介護に負担を感じている人が3割おり、老々介護をしている世帯が多くあることがうかがえた。家族の介護を行っている人においては、まずは介護の負担が軽減されるための福祉サービスや周囲からのサポートが求められると同時に、介護者自身の健康管理、介護費用の捻出などによる

家計への圧迫を回避するための金銭的保障が、社会貢献活動につながるための手段となることが考えられた。分譲においては自分の能力を出せる機会がないと回答した人が3割、時間を持って余しているという人が2割、社会に自分の居場所がないと感じている人も2割おり、それまでの知識や経験を現在の生活において活かしていないことに不満を感じている人が一定数いることが確認できた。自分の能力を出せる機会がないと考えている人においては8割の人が何らかの社会貢献活動をしていたことから、いかに老後の時間を有効に使うかを考え、同世代との交流を楽しみに、自助努力として自治会活動、ボランティア活動、知識を活かした活動に取り組んでいる傾向にあることがうかがえた。

生き方や生活に満足していないと感じる理由の多くにおいて、半数以上の人々が社会貢献活動をしたいと考えていたが、実際には活動をしていない人も半数以上いるという現状が明らかになった。多くの生活不満足の原因において共通してみられた社会貢献活動を始めるために有効なきっかけとして、活動を始めるための研修会や行政等による募集が示された。また、社会貢献活動を始めるためにはその生活不満足の原因にある生活課題が解決あるいは軽減されることが有効であることが考えられた。高齢期になり、健康状態の低下が社会貢献活動への足かせになっていることは多くの生活不満足の原因で確認できたが、そのほかに経済状況に不安がある人においては収入が得られる活動が取り組みやすいこと、家族関係に悩みや介護の負担を抱えている人においては活動において友人や同世代と交流できることや活動に参加するための通う手段の確保が求められていた。

そのため、生活に満足していない理由となっている高齢者各自の個別の生活課題の解決や軽減に向けた取り組みを行うことが社会貢献活動に取り組むことができる高齢者を増やすことにつながると考えられる。活動の場を生み出したたり活動の場へのアクセスを工夫するなど彼らの活動意向を実現するような支援を行うことが求められるが<sup>28)</sup>、特に活動意向がある高齢者に対してはどのような活動をしたいのか生活支援コーディネーターやケアマネージャー等が関わ

りの中で希望を聞き、それを関係機関の中で共有して、丁寧に活動の場に結びつけていくことが必要である。

研究の課題として、本調査はA市の一部の都営住宅と分譲マンションの高齢者に調査を行ったものであり、本調査結果を一般化するには限界がある。また分譲において自分の能力を出せる機会がないと回答する人が都営より多かったが、学歴や就業形態などからの分析が行えていない。今後は行政や社協等、高齢者が社会貢献活動により取り組めるための環境を整えていく側に対して現状や課題についての検討を行い、高齢者の社会貢献活動が地域で広がるための推進方法について多面的に分析していく必要がある。

#### 謝 辞

アンケート調査にご協力いただきましたB分譲マンション、C都営住宅およびD都営住宅の自治会長様及び調査にご協力いただきました皆様、調査の実施に関しましてご協力をいただきましたA市社会福祉協議会の事務局長様および職員の皆様に関しまして心より感謝申し上げます。

#### 【引用文献】

- 1) E.H.エリクソン・J.M.エリクソン・H.Q.キヴニック著. 朝倉正徳・朝倉梨枝子訳 (1997). 『老年期』 みすず書房.
- 2) 独立行政法人労働政策研究・研修機構 (2012). 『労働政策研究報告書 高齢者の社会貢献活動に関する研究：定量的分析と定性的分析から』 142.
- 3) 内閣府 (2019). 『「満足度・生活の質に関する調査」に関する第1次報告書』 <https://www5.cao.go.jp/keizai2/manzoku/pdf/report01.pdf> (2019.9.18).
- 4) 出村慎一・野田政弘・南雅樹ほか (2001). 「在宅高齢者における生活満足度に関する要因」『日本公衆衛生雑誌』 48 (5), 356-366.
- 5) 塚田典子 (2015). 「高齢者の総合生活満足度に関連する要因研究：日・米の国際比較調査データを用いて」内閣府.
- 6) フランク・ゴープル著. 小口忠彦監訳 (2003). 『マズローの心理学』 産能大学出版部.
- 7) 岡本祐子 (1995). 「高齢期における精神的充足感に関する研究 (第1報)：高齢者の精神的充足感獲得と生活の満足度および主体的欲求との関連性」『日本家政学会誌』 46 (10), 923-932.
- 8) 柴田博・杉原陽子・杉澤秀博 (2012). 「中高年日本人における社会貢献活動の規定要因と心身のウェルビーイングに与える影響：2つの代表性のあるパネルの縦断的分析」『応用老年学』 6 (1), 21-38.
- 9) 内閣府 (2017). 『平成29年版 高齢社会白書』.
- 10) 早坂泰次郎編著 (1994). 『〈関係性〉の人間学：良心的エゴイズムの心理』 川島書店.
- 11) 直井道子 (2001). 『幸福に老いるために：家族と福祉のサポート』 勁草書房.
- 12) 福島忍 (2020). 「生活に満足していないと感じている高齢者の社会貢献活動の取り組みの現状と促進方法」『目白大学総合科学研究』 16, 111-123.
- 13) 公益財団法人長寿科学振興財団ホームページ「健康長寿ネット 高齢者の余暇活動と生きがい感」<https://www.tyoju.or.jp/net/kenkou-tyoju/tyoju-shakai/koreisha-yokakatsudo-ikigaikan.html> (2020.3.6).
- 14) 内閣府 (2020). 『令和2年版 高齢社会白書』.
- 15) 内閣府 (2012). 『平成24年版 高齢社会白書』.
- 16) 日外和代・河野公一・渡辺美鈴ほか (1994). 「大都市近郊 (高槻市) におけるひとり暮らし高齢者の生活実態と生活の満足度にかかわる要因について：老人保健福祉に関する調査より」『厚生学の指標』 41 (3), 37-43.
- 17) 山田知子 (2010). 『大都市高齢者層の貧困・生活問題の創出過程：社会的周縁化の位相—』 学術出版会.
- 18) 前掲11.
- 19) 前掲11.
- 20) 前掲12.
- 21) 前掲16.
- 22) 内閣府 (2006). 『平成18年版 国民生活白書』.
- 23) 熊谷幸恵・森岡郁晴・吉益光一ほか (2008). 「主観的な精神健康度と身体健康度、社会生活満足度および生きがい度との関連性：性およびライフステージによる検討」『日本衛生学雑誌』 63 (3), 636-641.
- 24) 毎日新聞「〈将来推計人口〉高齢者「引退」なき時代へ」2017年4月10日付.
- 25) 公益財団法人長寿科学振興財団ホームページ

- 「健康長寿ネット 高齢者の社会的活動」<https://www.tyojyu.or.jp/net/kenkou-tyoju/tyojyu-shakai/ikigai-katsudo.html> (2020. 3.6).
- 26) 大津美香 (2017). 「介護負担感との関連からみた認知症高齢者の主介護者の生きがい感について」『生きがい研究』23, 72-83.
- 27) 原田圭子・岡本祐子 (1995). 「高齢期における精神的充足感形成に関する研究 (第2報): 家族役割の検討」『日本家政学会誌』46 (10), 933-940.
- 28) 岡本秀明・岡田進一・白澤政和 (2005). 「農村部における高齢者の社会活動と生活満足度との関連: 社会活動に対する参加意向に着目して」『社会福祉学』46 (1), 63-73.