

## 【高齢者の生きがい】

東海社会福祉科学研究所  
大北 秀雄

### 2 高齢者の生き方

#### (1) 中高年の生活

——続き——

生きがいとは、人を生きることに向かわせる動機づけのことと考えられます。

- ・ 高齢者の実際の生きがいは非常に多様です。
- ・ 生活価値で考えると、  
仕事や遊び、学習など生活全般に生きがいを有する「積極志向型」  
何らかのスポーツや運動に大きな生きがいをもつ「スポーツ志向型」  
人と異なった才能や能力をみがき育てることに生きがいをもつ「個性化型」  
自分らしく生きることを重視する「自己充足型」  
気ままにのんびり暮らすことに生きがいを有する「人生享受型」  
出世志向の強い「出世志向型」  
などに分けられます。
- ・ 人間は、自分の存在意義を認め、生きていることを実感させる何ものかを有しています。
- ・ 生きがいは、どの世代においても重要なものですが、特に高齢期で生きがいが問題となる場合が多いようです。
- ・ この背景には、  
高齢期においては定年退職などによる経済的基盤の喪失  
身心の健康状態の悪化  
子どもの独立  
配偶者や友人・知人の死  
あるいは社会的つながりの喪失  
などさまざまな局面における喪失があり、生きがいが失われたり変容する  
場合が多いことなどです。
- ・ 一方では  
家事を含む労働から開放され自由時間は多くなったり  
健康を害してはじめて障害者のつらさ、人の心の暖かさがわかる場合もあります。
- ・ 逆に社会的つながりの喪失では  
他人に拘束されにくい生活、複雑な対人関係からの解放など、新しい生きがいがづくりを考えると有利な側面もあります。
- ・ 生きがい喪失の予防には

喪失体験の人生にとって否定的な側面だけでなく、肯定的な側面にも目を向けることです。また、喪失を補完するために生きがいの源泉を複数もち、それを支援する体制を作り上げることが必要と考えられます。

- 現在の主な生きがい対策として

生きがいを生み出す主な源泉として就労と余暇に重点をおき、政策的にはシルバー人材センターや高齢者無料職業紹介所が設立運用されています。

- 余暇活動の参加状況は、経済状態にも大きく影響され、本人の年収が少ないほど、余暇に特に何もしない者の割合が多くなっています。

- 労働に生きがいをもつ高齢者は、多いのですが、高齢者の就労は困難な状況が続いています。定年制により、強制的に失業者、あるいは低賃金労働者としての生活を余儀なくされている者が多くなっています。

- 高齢者の労働力率は、減少傾向にあります。

老後の就労や余暇活動が生きがいとして成り立つためには、老後の所得や医療、住宅など生活全般にわたる十分な保障と、継続雇用の推進、社会活動参加の機会の確保が重要な課題と考えられます。