

2020年の高齢者像

—「老い」を「成熟」と捉える世代—

高見澤 たか子

Written by Takako Takamizawa

公園の陽だまりに
おばあさんひとりぼつねん
やがて極楽でも今地獄
膝は痛むし目はかすむ
富士山だって崩れてく
もういいかい
まあだだよ

作詞 谷川俊太郎
作曲 武満徹

フォーク・シンガーの小室等こむろのとしさんのこの歌を聴くたびに、かつて日本のいたる所で見かけた「おばあさん」の頼りなげなうしろ姿が目につく。おばあさんをおじいさんに置き換えてもいい。高齢者は「ひとりぼつねん」という言葉がふさわしい社会の中の少数派であった。

だが、いまや日本は世界一の超高齢社会を迎えている。高齢者は、もはや社会の少数派ではない。生き方も実に多様化しているし、しかも、みんなけっこう忙しい日々を送っている。これまでの六十五歳で線引きをする「高齢者」という枠組み、ひと続きの連続した人生を「老後」という言葉で分断する発想は、現実の高齢者像とはなじまなくなってきた。 「後期高齢者」などという呼び方も、統計上の分類に使われることはあっても、実際には死語になってしまっているのでは

ないか。

さらに、「団塊の世代」が六十五歳になる二〇一二年一四年までには、毎年百万人ずつ高齢者が増えることが予想されている。しかも平均寿命は、男女共に八十歳を超える。日本社会に綿々と受け継がれてきた「敬老思想」とは別の、新たな「老い」に対する概念が要求されていると思う。

「若さ」とは何か？ 「老い」とは何か？

二つは相反するものだろうか？ 「老い」を喪失とだけ捉えるならば、高齢社会は、希望のない、暗い闇の世界になる。だが、大多数の高齢者は、生き生きと生活を楽しんでいる。

健康でも、あるいは病気になっても、人生を分断されことなく、自分らしく歩んでいくことを望んでいる。そうした安心の環境は、後に続く世代にも生きる希望を与えるはずだ。

長生き社会の夫婦関係

「定年」という文字を見ると、以前新聞で読んだ投書のことを思い出す。投書の主は定年を迎えたばかりの男性だった。毎日す

ることもなくブラブラと過ごしていたが、

そのうち妻が胃の不調を訴えるようになった。医師は、「ストレス性の胃炎」と診断を下した。子どもたちは、「お母さんの具合が悪くなったのは、お父さんのせいだ」と非難した。しかし、自分はどうしていいかわからない。「せいぜい妻の邪魔にならないように、二階へでも上がってひっそり暮らそうと思う」という文章で閉じられていた。もう十数年も前になると思うが、なんとももの悲しく、そしてこっけいで忘れられない。「夫在宅症候群」とも言われた、こうした妻のストレスは、いまでは定年後留守番ばかりしている夫の「妻外出症候群」にとって代わっているかもしれない。定年後の夫につけられた「ぬれ落ち葉」とか「産業廃棄物」というひどいあだ名も、いつの間にか消えていった。

大ざっぱな言い方だが、昭和二桁生まれの世代に入ると、夫婦の関係はタテ系列から、ヨコ並びのパートナー・シップへと変化する。いまだに日本の社会は男性優位ではあるけれど、しかし、夫婦のつきあいが長くなったことで、これまでの家族観は確実に変化しつつある。私たちの祖父母、あるいは両親の人生の後半期のことを思い出してみると、大多数の妻たちが夫に対して反乱を起こしている。先の投書の主の妻のように、夫の存在を疎ましく思う妻の無言の反抗も、その

典型の一つではないか。

今回の「これからの住まいとライフスタイルに関する生活意識調査」で、現在と二〇二〇年のライフスタイルの予想について、「配偶者と二人で過ごす時間を大事にする」が、現在では三九・六ポイントであるのに対し、二〇二〇年では六〇・五ポイントと二一ポイントも増えていることに注目したい。年齢によって思いはいろいろではあるが、現在よりもさらに充実した夫婦の時間を予想していることがうかがわれる。双方ともが長生きが予想されるいま、たとえば「定年」あるいは子どもたちの巣立ちを機会に、夫婦のあり方の再点検が必要になってきた。この夫婦の時間を充実させていきたいとする回答には、そうした思いも込められているのだと思う。

日常の家事をはじめ、子育てや老親の介護の責任が、まだまだ女性に多くの負担をかけていることに女性たちは不満を感じている。それに対して、男性は相変わらず鈍感だ。夫と妻が対等に向き合って暮らす習慣があるかないかで、結婚生活のしあわせ度に大きな差が生じる。既婚女性の過半数が働くようになったいま、夫たちは妻たちの疲労感に、もっと注意を向けるべきではないか。日常的な夫婦の助け合いの習慣は、健康にかげりが出てくる高齢期に、大きな安

心の実を結ぶ。どちらかが体調を崩しても、片方が家事を担えるからだ。男も女も家事能力をできるだけ早く身につけておくことが、高齢社会のサバイバルと言えよう。



コミュニケーション力がカギ

ひとり暮らしの友人が大病をした後、思い立って太極拳を習い始めた。最初に「どこか教えてくれるところはないか」と探していたら、家の近くに教室があることがわかった。古びてひっそりとしていた区の施設が、いつの間にか様変わりして、太極拳のほかにも、絵画、パソコン、書道、麻雀などいろいろな教室の場になっていた。一回三百円という格安の利用料なので、若い人たちもけっこう利用していて、もうかつての「老人クラブ」のイメージは消えている。しかも、その太極拳のグループに、近所の人が三人もいることがわかったという。「太極拳を習い始めたことで、新たな近所つきあいが始まった」と友人は喜んでいる。

よく「地域のつながり」とか、「地域のコミュニティを大切に」と言われるが、都会の生活では、「地域って何？」と逆に質問した

くなる。しかし、友人の話を聞いて、長年住み慣れた地域でも知らないことがいろいろあることに気付かされた。区報や近くの掲示板から情報を掴み、地域の施設や催しをうまく利用している人が増えている。野菜の朝市やリサイクル品のバザー、地域の特産品の紹介など楽しい発見が少なくない。一歩踏み出すことで、地域はぐんと親しみを増す。こうして積極的に地域を知ることから、ボランティア活動のきっかけも掴めるのではないか。

しかし、こうしたコミュニケーションの輪を積極的に広げていこうとするのは、女性が多岐に多い。よく象徴的な例として語られるのは、高齢者施設で女性たちはすぐ友だちを作っておしゃべりをするが、男性は黙りこくって孤立しているという情景だ。ある施設長が、「男は心が動かなくなっている」と表現した。たとえネット上でチャットをしたり、ブログを書いたり、情報の海を自在に泳げたとしても、人は一人では生きられない。近隣とのつきあいがあるかどうか、家族や友人との交流はあるか、他者とのコミュニケーションの有無が生活の密度を左右することになる。

非婚や離婚、失業などのいろいろな社会的要因を考えれば、血縁関係のある家族がいない人、または家族の離散している人は

増えていくだろう。幾つかの都市の統計を見ると、高齢者のみならず、四十歳〜六十歳の働き盛りの男性の孤独死が増えている。

要因はさまざまであっても、中・高年の独居男性の共通した特徴として、「他人の世話にはなりたくない」という自立志向のみが強く、他者とコミュニケーションをとるのが苦手という傾向が指摘されている。民生委員が戸別訪問しようとするか、うのりも限度がある。引きこもりの人々を、どうすれば地域に誘い出すことができるか。強制ではなく自然な形で周囲とコミュニケーションをとれるような環境を整えることだ。

各地でボランティア団体が実践している地域のコミュニケーションの場作り、たとえば、廃校になった学校や店を閉じた商店などのスペースを利用して、コミュニティ・センターを作り、あらゆる世代の人たちが遊びや食事、あるいは浴場が安く利用できるようなしかけがも

っと欲しい。子育て中の母親の息抜きや共働き家庭の子どもの学童保育、ひとり暮らし高齢者の溜まり場所を提供して住民から歓迎されている例が幾つもある。しかし、こうした試みも、地域の行政との協力関係がなければ長続きしない。個人の努力もさることながら、地域にさまざまな選択肢があることが重要ではないだろうか。行政と地



域の大学との連携で、住民のための公開講座を設けている例も増えてきた。それが予想以上の人気で、ことに高齢者の姿が目立っている。

幾つかの自治体が行っているように、音楽会や演劇の公演などを市民が安く鑑賞できるようなしくみもぜひ欲しい。質の高い芸術は、人の心を打つ。それが人を励まし、生きる力になるのは、若者も高齢者も同じだ。文化や芸術にふれる機会は、とかく個人の努力にまかされがちだが、もっと行政のサポートが注がれれば、地域に住む幸福を住民は実感できる。

ひとりの時間の大切さ

団塊世代の定年をめがけて、「生きがい探し」の本が溢れている。講座も盛んなようだが、「生きがい」はそう簡単に見つかるものだろうか？ ワインが樽の中で熟成していくように、ある程度自分の中で発酵する時間が必要なのではないだろうか。人生の後半期には、自分自身とゆったりと向き合う時間こそ確保したいと思う。

ライフスタイルの調査結果の中で、現時

点と将来の予想との比較で、いま「自分ひとりの時間をたいせつにする」と答えた人が四五・七ポイントで、さらに将来に向けては、五四・一ポイントと大きく増えていることに、私は大きな共感を抱いた。

一歩一歩、老いに向かって歩んでいく道は、決して平坦ではない。病氣、家族との葛藤、配偶者や親しい友人たちとの死別、経済的な不安もやつてくるかもしれない。そんなとき、「ひとりの時間」を大切にできる人は強いと思う。ベランダに出て土いじり、パソコンでゲームをする、読書や散歩の習慣、あるいは季節の保存食作り。人それぞれ、気ままな過ごし方があるだろう。

悲しみや孤独に耐える力も、案外こうした平凡な生活習慣から養われていくのではないだろうか。こうした「一人遊び」ができる人は、まったく知らない人と突然仲間になることもできる。私が印象深く覚えているのは、漬物のじょうずな高齢の女性が、配達してくれる近所の商店の若者やアパートの隣近所に得意の漬物を配って、人づきあいの輪を広げたエピソードだ。子どもたちが彼女を訪ねるのは、何ヶ月に一度という程度だが、漬物の味に惹きつけられた人たちとは、毎日のように言葉を交わし、冗談を言い合っている。何がしあわせのカギになるかわからない。

社会の活力をそぐ年齢差別

「新聞を読んでいて、ある会社の新任社長のトシを見たら七十歳。なんだこんなジジイかと思って、ふっと気がついたら自分も七十なんだよね」

中小企業の社長をしている友人から聞いた、笑えないような笑い話である。人は自分では年をとらない。社会が年寄りだと決めたとき、自分の年齢を意識する、ある社会学者の言葉だったと思う。いまや年齢は実年齢の七掛けで計算すべきだと言いがら、日本の社会はしつこく年齢にこだわる。根底にあるのは、若さへの一極集中である。高齢者の経験の深さや蓄積した知識の豊かさには、目を向けようとしない。数年前だったか、国立大学の医学部で、五十六歳の主婦が年齢を理由に不合格になったことを不服として、裁判に訴えた事件があった。だが、その訴えは退けられた。「十年かけて医師として育成しても、社会に貢献できない」と入試担当者から言われたとも、その主婦は語っていた。「高齢者すなわち弱者、役立たず」という偏見に満ちている。

こうした年齢差別の風潮は、次世代への



技術や経験の受け渡しを阻むことになりはしないか。さらに年齢の壁が、仕事を求める高齢者にとって厳しい現実になっている。熟練した技能を持つ場合は別として、定年

後は閑職にまわされるのが常識だ。またハローワークの求人では、低賃金と労働環境の悪さを覚悟しなければならない。ことに女性の場合、定年までの職歴が評価してもらえず、パートで働く場合でも「四十五歳まで」という年齢制限がある。再就職のための職業訓練の場もない。高齢者介護、高齢者や障害者のための搬送サービスや配食サービス、働く母親のための私設保育所など、地域のために役立つNPO（市民活動団体）への参加は、ボランティアとして週に何回か活動する人たちは増えているものの、収入につながる仕事としては、「労働の厳しさのわりに収入が低い」というのが定評になってしまった。

いい仕事が見つからないのなら、自分たちで新しい仕事を始めようとする人たちも少なくない。簡単な住宅修理やリフォーム、家事全般の人材派遣やペットの世話、自宅を改造してのカフェや手打ち蕎麦屋、リサイクル・ショップなど地域の活性化にもつながる。だが、資金の確保や事務所や店舗を借りるのに年齢制限の壁にぶつかる。行政が本気で高齢者の就労を促すつもりなら、こうした新たな仕事作りにも力と知恵を貸して欲しい。区役所に相談コーナーを設けたりして、失敗がないように見守ることも必要だ。

安心の医療と介護は？

「正直言って、親の介護は長くはしたくないです」

最近、四十代の男性から聞いた言葉だ。正直な思いだと思う。よくも悪くも「自分中心主義」のこうした世代に、私たちは支えられることになる。だが、「長くては困る」と言われても、平均寿命の伸びは、すなわち介護の期間も延びるということだ。親世代の介護を担うばかりか、祖父母の介護を孫が担わなければならない時代になっている。介護保険がスタートした二〇〇〇年には、「介護の社会化」が多くの女性たちの心を掴んだ。しかし、それも束の間の夢、介護は世代を超えて家族の肩に重くのしかかっている。

だが、介護保険制度がなかった頃と比べれば、密室に閉じ込められがちな「介護」という行為を複数の人たちの目にふれさせ、手を借りることができるようになった効果は大きい。認知症患者を中心に高齢者の虐待も増えているが、高齢者の存在に対する社会の無関心が恐ろしい。いまの介護保険のサービスでは、ひとり暮らしの要介護者の生活を全面的に支えることは、とてもで

きない。おむつの交換でさえ、一日一回で我慢してもらおうケースも少なくない。こうした人手不足を補うために、介助機器はますます便利なものができるだろう。容態の変化や孤独死を防ぐために各戸に端末機を置いて見守るという手段も既に利用されている。介護ロボットの登場も間近いかもしれない。だが介護の基本は、人の温かい手と会話に尽きる。若者たちが「やりがいのある仕事」として介護職を選び、生きがいを感じていたのは、つい昨日のことだったのではない。定年後、介護職に就いた人も少なくなかった。介護の仕事から夢を奪った現状をなんとか回復させなければ、介護の現場はより厳しいものになるだろう。

加えて、「医療崩壊」の現象が各地で起きている。医者不足がその引き金になっているが、問題の根はもっと深い。医療の質が落ちていることにみんなが気づき始めている。これまで政府は、日本の医療費の増大を問題にしてきたが、世界的に見れば先進国中

でも低いところに位置している。医師数、看護師数も先進五カ国中最下位だ。人々が極度に病気になるのを恐れるのは、その根底に医療不信があるからではないだろうか。

ヨーロッパの福祉先進国では、病気や障害を持っても、そのことが社会的なハンデイキャップにならないように、安心と安全のしくみをはりめぐらす努力が積み重ねられてきた。日本が「国民皆保険制度」を維持してきたことは、少なくとも安心のセイフティ・ネットを一つ持っているということになる。足がかりがないわけではない。生活経験を積んだ高齢者が発言を強めていくことで、社会は少しずつ変わっていくのではないだろうか。

「二〇二〇年の生活が現在よりもどう変化しているべきだと思いますか」と言う設問に対して、過半数が「弱者に対する政府の配慮は、厚くなっているべきである」と回答していることに、人々の強い願いが込められている。その反面で、「個人のモラルが大幅

に高まっているなければならない」と強調していることを合わせて考えると、均衡のとれた成熟社会のあり方が浮かぶ。現在の不備な状態を手直ししつつ、平穏な日々が続くことをだれもが期待している。日々の暮らしが住み慣れた地域で継続できること、それこそが人々の願いであることを、この調査が語っている。

CEL

◎ 高見澤 たか子（たかみざわ たかこ）

評論家・ノンフィクション作家、東京生まれ。早稲田大学文学部心理学科卒業。長い寿命が約束されたいま、節目、節目で生きる意味を考え、人生の再構築の必要を問う。一九九〇年より、毎年ヨーロッパの高齢者福祉の取材を続ける。特にドイツ、オランダの公的介護保険システムやベルギーでの先進的な老人医療について詳しく調査、研究。主な著書は、『終の住みか』のつくり方（晶文社）、『ときめき世代』の生きがい探し（集英社）、『子どもがわからなくなる日』（主婦の友社）など。