地域在住男性高齢者の生きがいと呼べる作業との出会いと継続

森脇　菜緒

key words：男性高齢者，生きがい，作業，出会いと継続

要旨

本研究の目的は，高齢期となってもなお，生きがいと呼べる作業を持って日常生活を送っている男性が，その作業とどのように出会い，継続してきたのか，その過程をインタビュー調査で明らかにすることである．対象者は，生きがいと呼べる作業を持っている，広島県三原市在住の 70 歳以上の男性 4 名である．半構造化面接を用いて，逐語録を作成し，テーマ分析を行った．その結果，地域在住男性高齢者が生きがいと呼べる作業に出会い，それを継続していく過程には，「作業と結びつく偶然の状況」，「湧き上がるやろうとする気持ち」，「作業の効用の実感」，「自分で決められる関わり方」，「周囲を動かす主体的な関わり」という 5 つのテーマが明らかとなった．環境の中で生まれるチャンスを掴めるような関わり，その方の意思を尊重した関わりなどを意識したサポートを行うことによって，地域在住男性高齢者の生きがいと呼べる作業との出会いと継続に繋がると考える．

はじめに

高齢期は退職，子どもの育ち・独立，配偶者や友人との死別，健康度の低下などさまざまな地位，役割，活動が失われる時期であると考えられている [1]．特に男性高齢者の場合は，定年後に日中・夜間とも家が居場所になることが多く [2]，雇用労働をしてきた元気な男性は，社会的孤立によって閉じこもりがちとなり，その結果退職後，閉じこもりや廃用症候群，認知症などに至る事例が多い [3]．しかし高齢期となってもなお，生きがいと呼べる作業を持って日常生活を送り，豊かな高齢期を送っている人もいる．

生きがいとは，生きていてよかった，生きているだけのことがあったと感じる喜びの心を指し，それは自分で認めるものであり [4]，生きがいの存在はその人の生活や人生を豊かにする．現代社会において生きがいの源泉・対象は，「仕事」「趣味」「スポーツ」「学習活動」「内面の充実（宗教，精神修養）」「友人」「社会活動」「家族・家庭」等と多様性を帯びているが [5]，今回は「仕事」「趣味」「スポーツ」などの作業に関係しているものに焦点を当てることにする．よって本研究における生きがいと呼べる作業とは「生きていてよかった，生きているだけのことがあったと感じることができる作業」とする．

本研究の目的は，高齢期となってもなお，生きがいと呼べる作業を持って日常生活を送っている男性が，その作業とどのように出会い，継続してきたのか，その過程を明らかにすることである．

研究方法

1．対象

対象者の条件は，①生きがいと呼べる作業を持っている者，②広島県三原市在住男性，③70 歳以上，④面接が可能な者（表１）とした．

生きがいと呼べる作業の有無は，熱心に行っている作業をきいて，その作業が生きがいと呼べる作業かを尋ね，肯定的な答えが返ってくるかどうかで確認した．また，70 歳以上としたのは，高齢になればなるほどより地位，役割，活動が失われると考えられるためである．

そして，条件に合う対象者を，研究者の知人からの情報を基に選定した．その結果 4 名から研究協力の同意を得た．

2．方法

インタビューガイド（表 2）を基に，半構造化面接を個別に行った．インタビューの内容は，「生きがいと呼べる作業との出会いと継続」とした．面接内容については，対象者の許可を得て IC レコーダーに録音した．面接時間は 58 分から 2 時間 2 分の間であった．

3．統計解析（分析方法）

テーマ分析を用いて，インタビューでの語りを質的に分析した．分析方法は、Braun[6] らと Clarke[7] らが提唱しているテーマ分析を用いた．これは，質的なデー

表1　対象者の情報

	生きがいと呼べる作業	作業年齢	年齢	退職年齢（雇用規約終了）	退職前の仕事	現在の収入のある仕事	その他の作業	インタビュー時間
A	音楽を演奏する・聴く	50年	71	60	生産管理	あり	手品，農業，剪定	58分
B	木工をする・教える	23年	73	60	重工業	なし	旅行，登山，絵	1時間25分
C	成年後見制度の普及・啓発	15年	90	65	銀行	なし	サロン活動，老人クラブ，地域の見守り活動	2時間2分
D	将棋	42年	70	58	営業	あり	絵	1時間23分

表2　インタビューガイド

・1人で行っていますか
・どのくらいの頻度で，いつ行っていますか
・移動手段には何を使っていますか
・それをするやりがいは何ですか
・それを始めた，再開したきっかけはありますか
・それを始めた最初の頃はどんな感じでしたか
・それを生きがいと感じ始めたきっかけはありますか，いつ頃ですか
・それをすることであなた自身がどのような影響を受けたと思われますか
・年を重ねていくうえでそれに対する気持ちの変化はありましたか
・年を重ねていくうえでそれを続けていくことが難しいと感じたことはありますか
・継続するために工夫していることはありますか
・継続するために工夫し始めたきっかけはありますか

タにおける意味を分析し，共通する意味を特定する方法である．テーマ分析は，特定の理論と関連していないため，多様な分析において柔軟に活用できる方法であるとされている．

分析は6つのステップで行った．まず，インタビュー中の会話の逐語録を作成し，それを繰り返し読み，語られた内容を理解した．2番目に，逐語録を意味単位で区切り，生きがいと呼べる作業との出会いと継続方法について語っている場面を探しコードをつけた．3番目に，意味の類似性に従ってコードをまとめ，研究疑問に関連する共通の意味をテーマとした．類似したテーマがある場合は，それらをまとめ，新たなテーマをつくった．4番目に，テーマの再検討を2段階で行った．まず，各テーマに含まれたすべてのデータを読み，共通した意味があることを確認した．次に，データ全体を読みながら，テーマに含めず見落としたデータがないことと，テーマがデータ全体に適合することを確認した．5番目に，各テーマの焦点を明らかにし，明確な定義とそれが伝わりやすい名前を付けた．最後に，データ全体からテーマをよく表すデータを抜粋し，本研究結果におけるテーマの説明に使用した．

4．研究倫理

本研究を実施するにあたり，研究対象者に書面と口頭にて説明を行い，研究協力を得た．また，研究途中であっても中止することが可能であること，参加を中断または拒否しても不利益は生じないこと，プライバシーが厳重に守られていることを説明し，承諾を得た．

結果

テーマ分析の結果，地域在住男性高齢者が生きがいと呼べる作業に出会い，それを継続していく過程には，「作業と結びつく偶然の状況」，「湧き上がるやろうとする気持ち」，「作業の効用の実感」，「自分で決められる関わり方」，「周囲を動かす主体的な関わり」という5つのテーマが明らかになった．また，各テーマの定義を表3に示した．

1．作業と結びつく偶然の状況

作業と結びつく偶然の状況は，作業を始めるきっかけや，継続する要因となる，自分ではすぐに作り出したり，変えたり，予期したりすることが難しい状況である．そのような状況には，社会背景や事故，周囲の人の行動などが含まれた．A氏は当時流行っていたためギターを始め，会社のバンドに欠員ができたことがきっかけでバンドに入り，熱心に活動するようになっ

表３　生きがいと呼べる作業との出会いと継続のテーマと定義

テーマ	定義
作業と結びつく偶然の状況	作業を始めるきっかけや，継続する要因となる，自分ではすぐに作り出したり，変えたり，予期したりすることが難しい状況
湧き上がるやろうとする気持ち	作業を始めたり継続したりする原動力となる内発的な気持ち
作業の効用の実感	作業をすることによる，自分自身へのメリットを感じたこと
自分で決められる関わり方	自分の人生観・性格に合うように，作業にどのように取り組むかを自分で決め，満足できる関わり方
周囲を動かす主体的な関わり	周りの人から協力を得たり、一緒に取り組む仲間を確保するために自ら積極的に行動したこと

た．また，D 氏は入院先の同室の患者から誘われたのがきっかけで将棋を始めた場面を次のように語った．

「バイクが好きなんで 28 歳の時に両足骨折したんですよ．それで入院したんです．その入院した時に 2 人部屋だったんですが，同じ部屋の人が『将棋でもしませんか』と言われて．退屈でしょうがないから…，『じゃあ教えてください』と言って，やったんですけども，その当時は金と銀の進め方もままならんような感じでね．」

2．湧き上がるやろうとする気持ち

湧き上がるやろうとする気持ちは，作業を始めたり継続したりする原動力となる内発的な気持ちである．そのような気持ちには，興味や憧れ，向上心，まちへの思いなどが含まれた．C 氏は自分がお世話になったまちへ貢献しようという思いと，高齢者対策に興味があったことにより，成年後見制度を普及させる取り組みを始めたことについて次のように語った．

「お世話になった地域に貢献しようという思いと，世の中に介護保険ができたり成年後見制度ができたりして高齢者対策が出てきた，ということで関心があってずっと積み上げてきたんです．…それ（成年後見制度の普及啓発）が 20 数年ここまで来ております．」

また D 氏は，入院中に覚えた将棋を退院後も続けようと，向上心を持っていたことについて「（入院中に）せっかく覚えた将棋だから，もっと強くなりたいということでね．」と語った．

3．作業の効用の実感

作業の効用の実感は，作業をすることによる，自分自身へのメリットを感じたことである．そのメリットには，肯定的な感情が得られたり，心身機能や収益が高まったり，人間関係が広がったことなどが含まれた．木工作品を作って展示をしたり，作品を他人にプレゼントしている B 氏は，木工を通して人と繋がれることに関して次のように語った．

「（木工が継続できているのは）繋がりだろうね．…やっているとね，どこから情報がいっているのか分からないんだけど，仕事場に知り合いでもない人が来られるわけよね．…会社勤めとは違う繋がりがどんどんできてきて．…1 人が知り合いになったら，今度はこの人がまた 1 人，1 人，今度 3 人．…それから今度は，『孫が生まれたから何か作ってくれませんか．…誰々さんに聞きました』って来られるわけ．そういう繋がりが続いていって．」

また D 氏は，仕事先でも将棋を指したことがきっかけで収益が高まったことについて，次のように語った．

「将棋の強い人がいらっしゃる会社がありますよね．そこへ昼休みの時間に行って，相手してもらうんですよ．その会社とは繋がりはあったんだけど，（自分の会社の）品物はあまり売れてなかったんですよ．…（その会社で）たまたま人が将棋しよるのを見してもらいよるうちに，『あんたするんか』と言われて『ええ好きなんですよ』って言って．…『そういうことならじゃあしてみよう』ということで，したんですが，その時はね，良い手があったのに次善手を指してね．いいとこまで行って負けたんですよ．『おまえなかなかやるじゃんか』って言ってね．たまたまその人が資材の方だったんです．いろんなぶんを見積もってもいいということで，いっぱい紹介いただいてね．それがきっかけで，売上が上がるようになったんですよ．」

また C 氏は，成年後見制度の普及啓発をしていたことにより，公益社団法人から表彰されたことについて次のように語った．

「今の副理事長がね，それまで私がしよることずっと見よったからね，小さな親切運動の実行賞をくれたんよ．褒めてくれたんよ．…テレビが放送してくれたり新聞に載ったり，それでだいぶ励まされた．」

4．自分で決められる関わり方

自分で決められる関わり方は，自分の人生観・性格に合うように，作業にどのように取り組むかを自分で

決め，満足できる関わり方である．そのような関わり方には，完成度，頻度，手段などが含まれた．

A 氏は音楽を演奏する際の，自分に合う完成度や頻度について次のように語った．

「うまくはできないですけどね.適当に.それなりに.プロじゃないですから…アマチュアですから．…（練習は）1年に2か3…こういうイベントがあるときに1週間くらいですかね.」

その一方で， B氏は木工に対して，より高い完成度を求めていた.「(やっていく中で木工に対する気持ちの変化として）妥協というのがなくなってくるね…妥協しだしたら，もうこのぐらいでいいと思ったら，もうダメよねえ.」

またD氏は，時間があるときに将棋の問題を解いていることについて次のように語った．

「(将棋の本を)手の届くところにいつも置いているんです．…それ見て次どう行ったらいいかいうのが分かるようになるからね．だから時間がある時はね，ちょこっと詰将棋とか次の一手とかいう問題を解いたりするわけですよ.」

5．周囲を動かす主体的な関わり

周囲を動かす主体的な関わりは，周りの人から協力を得たり，一緒に取り組む仲間を確保するために自ら積極的に行動したことである．A 氏は一緒に音楽活動を行う仲間を説得して引き留めた場面を次のように語った．

「私はよく先輩から『定年になったら友達がおらんようになって，寂しい人生になるよ』と若いころから聞いていたから．私が皆さんを説得してね.」

またC氏は，自分が主体となってNPO法人をつくったことについて次のように語った．

「どれだけ私が『あなたが頼りたい人を見つけて，後見人契約を結んでください』と話をしても，私に後見人になるように頼まれるんよ．でも,『私のほうが年が上なんよ．私が先に死んだら，書類ができていても役に立たんけんね.』と話をしても,『それでもいい』って言われることがある．だから，これ以上は個人で引き受けることできない，やっぱりこれは法人として引き受けなきゃいけないということをずっと思っていた．それでNPO法人ができたんよ.」

そしてC氏は，協力者となってもらえるように声掛けをしていたために，成年後見制度の普及活動を継続し続けることができたことについて，次のように語った．

「今まで関わってきた人に『こういうことをやるから、協賛してくれ』って連絡をしたんよ．だけど，家内が亡くなってしまって．普通だったらしょげる．でも共感者から『やりましょう』って（返信が）くるからね．もうね，後にひけない．進むしかない.」

考察

1．本研究と先行研究の共通点

本研究では，高齢期となってもなお，生きがいと呼べる作業を持って日常生活を送っている男性が，その作業と出会い，継続する過程を明らかにすることを目的とした分析を行った．その結果,「作業と結びつく偶然の状況」,「湧き上がるやろうとする気持ち」,「作業の効用の実感」,「自分で決められる関わり方」,「周囲を動かす主体的な関わり」という5つのテーマを明らかにすることができた．

作業と結びつく偶然の出会いは，人-環境-作業モデルで説明できた．Lawら[8]は，作業遂行は人と環境と作業がダイナミックに絡み合い相互交流するため，切り離して捉えることができないと述べている．本研究においても，社会背景や事故，周囲の人の行動など，環境の影響により，生きがいと呼べる作業と出会い，継続してきたのだということが明らかになった．したがって，環境の中で生まれるチャンスを掴んでみることが，生きがいと呼べる作業と出会い，継続する第一歩になると考える．

湧き上がるやろうとする気持ちは，人間作業モデルにおける，意思に相当すると考えられる．Kielhofnerらは，人の行動を決定するものとして，人間の意思，習慣化,遂行能力,環境が影響していると述べている．[9] 本研究においても，興味や憧れ，向上心，まちへの思いなど，その人の意思によって生きがいと呼べる作業と出会い,継続してきたことが分かった.したがって，その本人の湧き上がるやろうとする気持ち，意思を尊重した取り組みが，地域在住男性高齢者が生きがいと呼べる作業との出会いと継続のための適切なサポートの1つであると考えられる．

作業の効用の実感については,先行研究においても，その重要性が述べられている．小野寺ら[10]は，高齢男性の自主的な地域活動への継続参加の要因として，運動による成果やメンバーとのつながりを実感することを挙げている．また，滝澤ら[11]は，退職男性の地域グループ活動推進の要因として，自分たちにできることを見出して挑戦し，その成果を実感することを挙げている．したがって，高齢男性が作業に参加し，継続するためには，自分の作業の効用を自分自身で感じることが大切なのだと考える．本研究においても，肯定的な感情が得られたり，心身機能や収益が高まったり，人間関係が広がったことなどを実感したことによって，

生きがいと呼べる作業の参加や継続に繋がったのだと考える．

自分で決められる関わり方は，作業観にあたると考えられる．作業観とは，存在価値を実現するもので，自分らしい作業の背景に共通して存在するこだわりのようなものである[12]．つまり，自分らしい人生に繋がるよう，その時の状況に合わせて，作業の行い方を自らが選択し，行うことが，アイデンティティの一部になるということである．本研究の対象者は，完成度，頻度，手段など，自分の人生観・性格に合うように，作業にどのように取り組むかを自分で決め，満足できる関わり方をしていた．すなわち，自分の人生観・性格に合うように自分で決めて取り組むことが，自分の作業観と一致し，生きがいと呼べる作業の継続へと繋がったのだと考える．

これらの 4 つのテーマが，山地らによる「人生を代表する作業」の出会いとプロセスについての先行研究[13]におけるカテゴリーと類似していた．この先行研究では，「人生を代表する作業」は，環境の影響により始まり，継続され，時間と共に結び付きを強め，継続の意思を示すものであり，その出会いとプロセスには，作業が生み出す魅力や自分と環境に合わせた調整，自分の能力や経験の活用が影響していたということが明らかになっている．本結果における「作業と結びつく偶然の状況」は環境の影響に，「湧き上がるやろうとする気持ち」は，能力や経験の活用や環境の影響に，「作業の効用の実感」は作業が生み出す魅力に，「自分で決められる関わり方」は自分と環境に合わせた調整に当てはまると考えられる．

2．本研究と先行研究の相違点

山地らによる先行研究と比較し，本研究において特異的だったのは「周囲を動かす主体的な関わり」である．Wilcock[14]は作業をする（doing）ことによって，その人が所属する場所が規定される（belonging）と述べている．本研究の対象者は，周囲の人を動かすことで，自らが所属する場所をつくり出し，生きがいと呼べる作業の参加，継続を可能としていた．既存の集団に受動的に所属するのではなく，主体的に周囲を動かすことが，生きがいと呼べる作業が発展するための 1 つの特徴かもしれない．

今後の課題と展開

本研究では，対象者が 4 名であり，調査対象場所が広島県三原市に限定されていた．また，生きがいと呼べる作業は，その人によって様々である．そのため，本結果が，高齢期となってもなお，生きがいと呼べる作業を持って日常生活を送っている男性の作業との出会いと継続の過程を正確に反映しているとは言えない．今後は，地域や対象人数を広げて研究を行う必要がある．

文献

1）東京都老人総合研究所：サクセスフル・エイジング老化を理解するために．ワールドプランニング，東京，1998，215-223.

2）佐々木隆夫：定年後高齢者の居場所確保を目的とした社会福祉士による援助の必要性 定年後高齢者の社会的孤立防止の観点から．医療福祉研究（7）：1-14，2013.

3）谷口幸一，佐藤眞一：エイジング心理学 老いについての理解と支援．北大路書房，193-215，2007.

4）神谷美恵子：神谷美恵子著作集・存在の重み（第 5 刷）．みすず書房，東京，1986，pp.35-41.

5）野村千文：「高齢者の生きがい」の概念分析．日本看護科学会誌 25（3）：pp.61-66，2005.

6）Braun V，Clarke V：Using thematic analysis in psychology. Qual Res Psychol 3（2）：77-101，2006.

7）Clarke V，Braun V：Teaching thematic analysis：Overcoming challenges and developing strategies for effective learning. Psychologist 26（2）:120-123

8）Strong S，Rigby P，Stewart D，Law M，Letts L，et al：Application of the Person-Environment-Occupation Model：A practical tool. Can J Occup Ther 66（3）：122-133，1999.

9）Kielhofner G（山田 孝・監訳）：人間作業モデル－理論と応用－第 4 版．協同医書出版社，2012.

10）小野寺紘平，齋藤美華：高齢男性の介護予防事業への参加のきっかけと自主的な地域活動への継続参加の要因に関する研究．東北大学医学部保健学科紀要 17（2）：107-116，2008.

11）滝澤寛子，若林佳子：退職男性の地域活動グループの育成とグループ活動の変化からみた活動推進要因．日健教誌 21（3）：236-244，2013.

12）岡千晴，港美雪：自分らしい人生を作業で描くプロセス．作業科学研究 3：29-35，2009.

13）山地早紀，吉川ひろみ：高齢者の人生を代表する作業との出会いとプロセス．作業科学研究 14（1）：1-9，2020.

14）Wilcock，A：An occupational perspective of health. 2nd ed. Thorofare，NJ，SLACK，2006.