

女性定年退職者の退職後の楽しみ・生きがい：
現役時代の経験との関連について
Pleasure and “Ikigai” for Retired Women:
the Influence of Experiences during Working Life

徳田直子

(桜美林大学加齢・発達研究所)

杉澤秀博

(桜美林大学大学院老年学研究科)

要旨

男性の場合、高齢期の生活に対して定年退職前の就業経験が大きく影響し、定年後の生活への適応に努力を要する場合が少なくないことなどが、量的・質的分析で行われた先行研究で明らかになっている。しかし、女性の場合、定年を伴うような職業キャリアを経験した人が絶対的に少ないこともあり、高齢期の生活に現役時代の経験がどのように影響しているかについてはほとんど研究されていない。

本研究では、対象を女性に限り、10名の女性定年退職者にインタビューを行い、定年退職後の生活の楽しみ・生きがいに対して、退職前の職業・家庭・地域生活がどのような影響をもたらしているかを質的に分析した。

分析の結果、既存の研究で明らかにされた男性の知見と異なり、本調査の対象となった女性たちは、職業経験と全く別の世界を志向する傾向も見られ、定年後の生活に概ねスムーズに適応していることが示された。

キーワード：女性定年退職者、生きがい、職業経験、高齢期女性のライフスタイル

1. 緒言

1) 研究の背景

定年退職後の生活に関する研究はかなり行われているが、そのほとんどが男性を対象としたものであり、女性に関しては「今後研究の必要あり」と指摘はされているものの、研究はあまり行われていない。女性の教員や看護師であった人の定年退職後の生活に関する調査や研究がいくつか報告されている程度である^{1) 2)}。これは、男性と比較して女性は定年退職を経験する人の数が少ないことが関係していると思われる。

実際、定年退職者の中に占める女性の割合はどのくらいであろうか。厚生労働省の雇用動向調査

によると、定年退職者全体に占める女性割合は1988年に20.6%、1998年に28.2%、2004年には29.4%と増加傾向にある。しかし、この割合には「正規の職員、従業員」以外のパートタイマーなどの労働者も含まれる。厚生労働省の2006年の就労条件総合調査では、退職給付〔一時金、年金〕支給の実態を通じて、2002年1年間の退職者（勤続20年以上かつ45歳以上）の数と退職事由別退職者割合を把握している。これは退職給付制度のある企業に限定されているが、男女合計では414,700人の退職者のうち定年での退職者が36.4%（150,950人）、男性についてみると退職者（374,400人）のうち定年退職が37.0%（138,528人）、女性については退職者（40,200人）のうち定年退職が31.5%（12,663人）で、定年退職者全体に占める女性退職者の割合は8.4%と1割にも満たない。

しかし、労働市場における女性の地位の変化に伴い、女性定年退職者は今後増加するであろうことが予想されることから、今後は、女性における定年退職後の生活に着目した研究も必要性を増していくであろう。袖井³⁾は、女性の定年退職に関する研究の必要性を指摘し、定年退職の影響が男性と異なる可能性を以下2つの理由から述べている。一つは、女性の場合、家事役割を遂行したり、あるいは定年前に母親役割からの卒業を経験しているから、定年退職の影響が小さいのではないかと。他方、男性中心社会の中で男性以上の働きを示すことで地位を確保してきた女性の場合は特に定年に伴う役割喪失は大きなストレスとなり、適応に困難を感じる可能性がある。つまり、袖井は、退職後の生活においても男性のモデルとは異なる女性特有のモデルを構築することが必要であることを示唆している。

2) 先行研究のレビュー

(1) 日本における研究

定年まで企業で働いた女性の退職後の生活に対する研究は次に掲げる数本に過ぎない。前田⁴⁾は、定年退職過程の男女による比較が極めて少ないことから、既存の「シニアプラン開発機構」によって行なわれた2つのデータを用いて、定年退職過程の男女による差を明らかにしている。その結果、①定年退職後の生活の質（Quality of Life）をみると男女に大きな差は見られず、総じて生活適応や生きがいの指標は高い傾向がみられること、②しかし、定年退職とその後の生活適応プロセスにおいて男女による差がみられ、女性は「コミュニティへの関わり」の効果、男性は「橋渡し就業(bridge job)」の効果が見られること、③女性と男性の定年後の生活への適応の差は、それまでの役割の違い、すなわち、男性では会社中心の一次元的な役割しか持ち得ていないため、会社での就業の機会が得られなければ生活適応が困難になる可能性が高いこと、他方、女性は生活の多次元的役割を持っているため、仕事以外でも生活の連続性を維持でき、定年退職という危機的移行においてもスムーズに生活適応ができること、等が明らかにされている。さらに、課題として、女性の場合、労働市場における地位が大きく変化していることから、コホート間比較が必要であると指摘している。

片桐⁵⁾は、定年退職を経験した女性にとって退職前の生活の意味づけやその定年後の生活への影響について、年齢や在職中の職種などの背景をそろえた12のグループ（1グループ人数は3名から5名）に対するフォーカスグループインタビューを用いて明らかにしている。質問項目は「仕事への

プラスとマイナスの評価」 「就業を継続するについての障害となった過去の出来事」 「逆に支えとなった要因」であった。分析の結果、①働くことの重要さは「一人の人間としての自立」ということで意識されていること、②女性の自立心は仕事の世界だけでなく、子供や配偶者との人間関係の中でお互いの自主性を尊重し、過度に依存しないという人生の価値観全体に強く影響されていること、③一人何役もこなす多忙な人生を過ごしてきた人たちだけに、自分の時間に余裕のある定年後はおおむね「楽しみな時期」として位置付けられていること、④60歳以降のほとんどの人は働いてよかったこととして個人の年金を持ち、自由に使えるお金があること、等が明らかにされている。

グループ・サルビア⁶⁾は、大阪の民間企業を定年退職した女性50名を対象とした調査を行ない、そのデータに基づき定年退職を経験した女性にとっての就業の意味づけを明らかにしている。分析の結果、①就労理由には生活を支えるためとするものが多く、長い間働いてきたことにより老後の経済基盤を築くことができたこと、②仕事の継続が可能であった職場環境や家庭環境に対して感謝していること、③定年後はストレスが減り在職中よりも心身が健康になったと答えている人が多いこと、等が明らかにされている。

杉澤と柴田⁷⁾は、桜美林大学の「中高年齢者の職業からの引退、健康、経済との関係に関する研究」のデータを活用し、定年による引退過程と主観的ウェルビーイングとの関係を検討している。そこでは、「定年後の女性は地域のインフォーマル・フォーマルなネットワークがあつたとしてもそれがウェルビーイングの改善につながるわけではなく、その質が問題になることから、中高年女性の退職後のネットワークの質についてより詳細に検討の必要がある」と指摘している。

佐藤⁸⁾は、男性の定年退職後の生きがいについて女性の退職者を対照群として取り上げ分析を加えている。その中で女性退職者の特徴が次のようであったと指摘している。①常勤で務めていたにもかかわらず男性と対等な扱いを受けてこなかったということを理由に、会社への帰属意識が希薄であったり、会社に対する不信感がある人には、すでに現役時代から生きがいを会社とは別の「場」に得ているようなケースが見られること、②学生時代からの友人関係を継続しており、非常に大事なものとして位置づけていること、③定年退職後も困難なく家庭中心の生活に適応していること、④地域活動への意向はさほど大きなものでなく、ボランティア活動に関しては将来的な意向はあるが、具体的な行動には至っていないこと、等が明らかにされている。

(財)年金シニアプラン総合研究機構は、年金を受給している定年退職後の高齢者を対象に調査を行ない、「仕事の張り合い」を離れた後の高齢期における社会参加と生きがいを明らかにしている。その報告書の中で、西村⁹⁾は退職後の自由時間について、「女性より男性の方が社会的活動の時間配分が多いこと、その理由として、現役の時から男性の方が女性より企業組織のフォーマルな社会的活動に参加する機会が多く、そのスキルを退職後にも活かして行きたいと考える人が多いことが関係している」と述べている。

(2) 海外における研究

米国においても、退職後を経験した高齢者の生活に関して男性と女性あわせて分析した研究はあ

るが、女性（高齢女性）のみを取り上げ、その特徴に言及した研究はあまりなされていない。

Johnson と Price-Bonham¹⁰⁾ は、女性の退職に対する選択と姿勢について、会社や組織で働いたことのある 59 名の既婚女性を対象に調査している。質問項目は、①役割の比重（娘、妻、母、労働者、主婦、市民、友人）、②職業の社会的地位、③収入レベル、④職業の役割意識、⑤余暇活動への参加、⑥目標達成、⑦役割適応であった。分析の結果、①女性は仕事以外の役割（出産、子育て、家庭管理など主婦業）が多いため、男性と定年に対する考え方が異なること、②女性は出産、子育てのため、いったん退職する人も多く、そのため企業における地位も高くなれず、退職後の年金等の保障も男性よりも劣るため、退職後の経済基盤は夫の年金に依存すること、③未婚女性の場合も良い待遇を受けておらず、退職後の生活は既婚者より厳しいこと、等が明らかにされている。さらに、女性の場合、退職後の経済プランを早くから教育していく必要があること、今後は女性の仕事への関わりも従来の形とは変わってくるため、現状を把握できるような研究が必要との指摘がなされている。

Jewson¹¹⁾ は、専門職であった女性の退職後の生活の特徴について、非専門職であった女性の退職者、専門職であった男性退職者を対照として分析している。分析の結果、①専門職であるか否かにかかわらず、女性のほとんどが退職してからのほうが楽しいと答えていること、②男性・女性ともに退職には満足しており、退職後も有益な時間を過ごしていること、③退職後の生活に対する満足には、新しい経験、友人作り、家族との交流、経済基盤の安定、健康、余暇活動、引退生活の準備などの前向きな行動が影響していること、等が明らかにされている。

(3) 既存の研究の課題

男性については、定年退職後の生活に対して定年退職前の職業、家庭、地域における経験がどのような影響をもたらしているか、ライフコース的な視点からの研究がいくつか行なわれている。しかし、女性については、既述のように仕事以外の家庭や地域との関連が退職後の生活に重要であることが指摘されているものの、それらが定年退職後の生活に対してどのような影響をもたらしているか、ライフコース的な視点からの研究はほとんど行なわれていない。

3) 研究の目的と実践的意義

女性定年退職者を対象とした調査に基づき、定年退職後の生活の楽しみや生きがい（就業、家庭、地域、ボランティア、趣味など）の獲得プロセスを、特に定年退職前の職業・家庭・地域生活との関連において分析することを目的とする。本研究によって、今後増加するであろう女性の定年退職者が、退職後の生活にどのように適応していくのか、その問題提起と解決への手がかりを提供できる。

2. 研究方法

1) 調査対象

定年退職(早期退職を含む)の経験のある59歳から68歳の老齢厚生年金を受給している女性10名(うち1名は受給予定者)である(表1)。対象者の抽出は、筆者の個人的なネットワークを通じた機縁法によって行った。

表1 対象者の特性

年齢	職歴、仕事内容	学歴	勤続年数(退職後年数)	婚姻経験	子供の有無	同居者
A. 68歳	外資系時計製造販売	短大	35年(8年)	既婚	なし	夫
B. 67歳*	大手金融機関, 秘書・総務	高校	42年(7年)	未婚	なし	妹
C. 65歳*	広告会社, 通訳・翻訳	大学	36年(7年)*	未婚	なし	なし
D. 63歳	通信社, 総務・経理	大学	29年(7年)*	未婚	なし	なし
E. 62歳	保険会社, 営業事務	高校	42年(2年)	未婚	なし	姉
F. 62歳*	外資系製薬会社, 経理	大学	37年(4年)*	未婚	なし	なし
G. 62歳	外資系コンピュータ会社秘書	大学	38年(2年)	既婚	あり	夫・娘
H. 61歳*	PR会社, 総務	大学	30年(2年)	既婚	なし	夫
I. 60歳*	航空会社, 管理職	大学	36年(5年)*	未婚	なし	母
J. 59歳*	広告会社, 経理	高校	34年(7年)	既婚	あり	夫

注1) 年齢の列の*は、退職後に再就職またはパートタイムの経験がある人である。

注2) 勤続年数の列の*は、早期退職した人である。

2) 調査方法

調査方法は質的調査であり、半構造化された質問紙を用いた個別面接法で実施した。質的調査を用いた理由は以下の通りである。定年退職前後では職業だけでなく家庭や地域など広範囲にわたる生活に変化が起り、さらにそれらが複雑に影響しあいながら、定年退職後の生活が形成されている。このような複雑なプロセスを有する現象を解明するには、量的調査よりも質的な調査、中でも修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチ(M-GTA) (木下康仁: グラウンデッド・セオリー・アプローチ. 180-182 弘文堂, 東京(1999)¹²⁾が妥当であると考えたためである。

質問項目は、①現在の生活の楽しみ・生きがい(趣味・学習活動, 家庭, 地域活動・ボランティアなど)、②現在の健康状態・経済状況、③定年前の仕事・職場について、④現在の生活の楽しみ・生きがいに現役時代の職業, 家庭, 地域の生活がどのような影響を与えているか、などであった。

面接時間は1時間程度であった。面接場所は対象者の自宅、公共施設会議室を使用した。面接した内容についてはICレコーダーにも記録した。面接は執筆者が行なった。調査期間は2009年7月～2009年10月であった。

3) 分析方法

ICレコーダーに記録された面接内容を逐語録として起こし、分析には、先に示したようにM-GTA¹²⁾を用いた。分析テーマは「定年退職後の生活の楽しみ・生きがい(就業, 家庭, 地域, ボランティア

ア、趣味など)の形成プロセス」であり、分析焦点者は、定年退職を経験した高齢女性とした。

分析テーマと分析焦点者を設定した後、分析のための分析ワークシートを作成し、概念生成を行った。その後、概念相互の関係を見比べた上で、概念よりも抽象度の高いカテゴリを作成し、さらにカテゴリ間関係を検討した。10 ケースの時点で新しい概念の生成がなくなり、理論的サンプリングからも新たにデータを収集して確認すべき問題がなくなったことから、理論的飽和化に至ったと著者らは判断した¹³⁾¹⁴⁾。

分析の信頼性と妥当性を確保するために、M-GTA に詳しいスーパーバイザーに分析結果の確認・評価をしてもらい、さらに分析対象者から概念図およびストーリーラインについて確認してもらった。

4) 倫理上の配慮

倫理上の配慮については、桜美林大学倫理委員会の承認を得た(受付番号 09007)。具体的には、以下のような配慮を行い、調査対象者の不利益を回避した。

(1) 対象となる個人の人権擁護のための配慮

IC レコーダーおよびそれから起こされた逐語録、そして質問紙に関しては、執筆者の責任において厳重に保管・管理した。質問紙はIDにより、管理し、IDが記載された名簿については鍵のかかる場所に厳重に保管した。質問紙・逐語録上の固有名詞については記号化し、第三者の目に触れても固有名詞が特定できないようにした。本雑誌への投稿に際しても、固有名詞が特定されるような形で行なわなかった。

(2) 対象者の同意を得る方法

調査の主旨と協力依頼を記載した文書を対象者に対面にて配布すると同時に、口頭にて説明した。文書には、調査への協力は任意であり、調査中であってもいつでも拒否できること、そして拒否によって不利益をこうむらない旨を明記し、同意を得た。また、得られたデータは個人が特定されないよう匿名化して処理することも記述した。

3. 結果

1) 全体ストーリーライン

図1には、生成した概念をカテゴリ化し、カテゴリ間関係を図式化した概念図を示した。〈 〉はコアカテゴリ、【 】はカテゴリ、[]は概念を示している。今回の調査対象者は30年以上同じ会社(1名は数社で勤務経験あり)で働いた経験をもっており、「職場」はそれぞれの人生に大きな意味を持っていた。

コアカテゴリは、〈退職後の生活の楽しみ・生きがい〉と〈職業経験の意味づけ〉の2つによって構成されていた。〈退職後の生活の楽しみ・生きがい〉は、【現役時代を継承した生き方】【職場と別の世界での生き方】【仕事に代わる「生きがい」探し】と大きく3つのカテゴリに区分された。

【現役時代を継承した生き方】とは、定年後も〔現役時代の人間関係〕を継続しながら生活する人、〔経験を生かした仕事を継続〕する人が含まれていた。【職場と別の世界での生き方】とは、定年後において〔新たな人間関係作り〕〔趣味に生きる〕〔自由な時間を楽しむ〕といった暮しを送っている人たちであった。【仕事に代わる「生きがい」探し】については、退職後において生きがいを感じることができず、色々試行している人であった。

＜職業経験の意味づけ＞については、〔人間関係〕と〔技能の習得〕で構成される【仕事を通して得た財産】と【仕事の達成感】の2つのカテゴリーで構成されていた。さらに、この人たちの楽しみや生きがいを支えるものとして、厚生年金による安定的な【経済的基盤】が大きな役割を果たしていた。すなわち、現役時代を継承した生き方をするか否かに関係なく、いずれの生活においても【経済的な基盤】がそれらを支えるものであった。

実際に、＜職業経験の意味づけ＞が＜退職後の生活の楽しみ・生きがい＞にどのような意味をもっていたか、その関連をみてみよう。＜退職後の生活の楽しみ・生きがい＞のうち【現役時代を継承した生き方】については、＜職業経験の意味づけ＞の【仕事を通して得た財産】と関連しており、【仕事を通して得た財産】を何らかの形で退職後の生活に生かそうという意識が働いていた。より詳細に概念レベルで関係をみてみると、【仕事を通して得た財産】として〔人間関係〕とした人では、退職後において〔現役時代の人間関係を継続〕という【現役時代を継承した生き方】を選択しており、退職後7年を経ても現役時代の人間関係を中心に生活している事例もみられた。【仕事を通して得た財産】として〔技能の習得〕をあげた人では、【現役時代を継承した生き方】として退職後も退職前の職場で身につけた技能を直接生かして仕事をしているという〔現役時代の仕事を継続〕を選択していた。

他方、＜退職後の生活の楽しみ・生きがい＞のうち【職場と別の世界での生き方】を選択した人では、＜職業経験の意味づけ＞として【仕事の達成感】を感じている人であり、〔新たな人間関係作り〕〔趣味に生きる〕〔自由な時間を楽しむ〕というように、職業についてはやることはやったという思いからそこに執着心がほとんどない人であった。ただし、【現役時代を継承した生き方】として〔現役時代の仕事を継続〕を選択した人の中にも、＜職業経験の意味づけ＞として【仕事の達成感】を感じている人がいた。

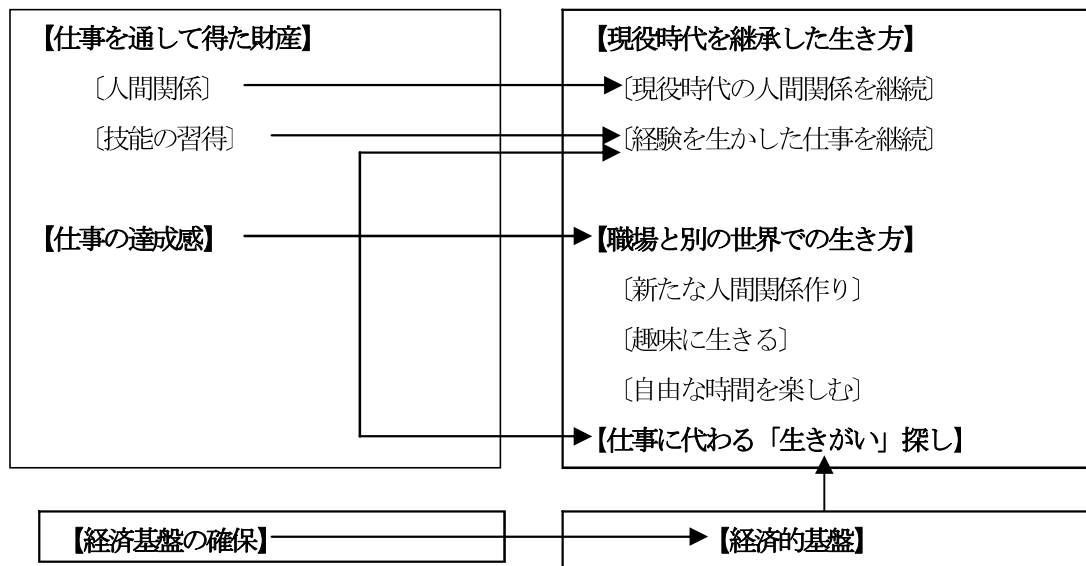
＜退職後の生活の楽しみ・生きがい＞の中でも【仕事に代わる「生きがい」探し】とした人については、退職前においては【仕事に達成感】を感じていたものの、退職後においてはそれが変わるものが見いだせず、生きがいを求めて色々試行していた。

以上に示した【現役時代を継承した生き方】と【職場と別の世界での生き方】とは対立するものではなく、一個人の中でも退職後に複数の活動に従事している人がおり、活動によっては【仕事を通して得た財産】を生かしたものであったり、【仕事の達成感】から【職場と別の世界】ということを使い分けている人もあった。

以下では、それぞれのカテゴリーについて具体例も示しながら、より詳細に説明してみよう。具体例については『 』で示した。()内は発言者の記号であり、その記号は表1に対応する。

<職業経験の意味づけ>

<退職後の生活の楽しみ・生きがい>



< >; コアカテゴリー, 【 】 ; カテゴリー, [] ; 概念

図1 女性定年退職者の退職後の楽しみ・生きがいの形成プロセス

2) カテゴリーの詳細

(1) 【仕事を通して得た財産】

30年以上の職業経験は有形無形の財産となり、退職後の生活の楽しみや生きがいに影響を与えていた。その内容は〔人間関係〕〔技能の習得〕であった。

① 〔人間関係〕

同じ会社で長く働くことができたということは、職場での人間関係が良かったことも一因であった。たとえば「気心の知れた長年の友」として定年退職後も付き合いが継続している例があった。

現在付き合い合っている人たちとの現役時代の関係については、『自分の部署は本社でそれなりのレベルの人の集まりだったのでやりやすかった』(B), 『職場では同じような感覚を持っている人が多く付き合い良かった』(I), 『職場の女性リーダー研修で知りあった全国から集まったよい仲間と仕事上のことも色々相談しあった』(E), 『職場では異世代コミュニケーションも自然に行われていた』(F), 『職場で知り合った人が、能に詳しい人, 歌舞伎に詳しい人, オペラに詳しい人など色々いて, 自分も彼らを通じて能, 歌舞伎, オペラを一生の趣味とするようになった』

(D), というように、職業人としてのみでなく人間的にも触れ合いができた関係であった。他方、在職中に関係が良くなかった人とは、退職後において交流しているという例はなかった。

② 〔技能の習得〕

この概念は以下の4種類の内容で構成されている。具体的な発言と併せて紹介してみよう。

i) 仕事で得た度胸：日常行っていた仕事で『さまざまなトラブルに対処できる「度胸」が身についた』(G)。

ii) 色々な人と接した経験からコミュニケーション上手になった：『職場で色々な人間と付き合い

てきたので、「コミュニケーション能力」が身につけており、定年後の地域、趣味、学習活動などでためらいなく新たな人間関係を作ることができた』(B)。

iii) 仕事で使ったパソコンで情報収集とコミュニケーション：『仕事で使ったパソコンを含む、事務処理の技能が、定年後の生活で「情報検索」, 「友達との会合の計画」, 「お知らせ作り」などに役立っている。』(B) (J)。

iv) 何事も手順が良いのは長年の仕事の経験から：『物事を手際よく進める能力』は自然と訓練されているので「退職後もそれなりに日常生活の算段をしている』(A), 『手際、手順はいいですね、やっぱり、自分も会社の友達も』(E)。

(2) 【仕事の達成感】

60歳の定年まで働いた人、早期退職の道を選んだ人、それぞれ、以下のように達成感が語られている。定年退職の経験者では『定年を全うしたことによる満足感。途中で辞めたら、今まで頑張ってきたこと何にもならない。やっぱりここまで来たら、辞めたらだめだな、と思った。達成感が違う、とかいろいろ思っ。解放感がすごかった、辞めた時ね。』(G), 早期退職をした人たちは『いろんなことをやらせてもらって、だからもう、これ以上そんなにしたいこともないから』(I), 『もういいやって感じでね。そこそこ勤めて』(J), 『もうちょっとやりたいなっていう感じでもなかった。30年の区切りで、辞めたいって思ってた』(D), と発言していた。

(3) 【経済的基盤】

公的年金、企業年金、個人年金などの収入が生活の基盤になっており、これがあるからこそ安心して生活を送ることができていると全員が述べていた。『国の年金とね、退職年金と、企業年金と三つ来るわけね。だからね、持ち家がありさえすれば暮らせるから。』(B), 『経済的には、おかげさまで心配はないです。』(F), 『特別なことがない限り順調に行くはずなのね。だんだん、私も洋服も買わなくなるだろうし、それで旅行も、だんだんスローダウンするだろうし、行きたいときに行くっていうのでやってきたからね。』(A), と発言していた。

さらに、収支管理は家計簿をつけたり、エクセルで打ち込んだりと、しっかり行っていた。『自分がいったいいくらもらって、いくら毎月使うのかっていうのがまだ把握できないので、いまそのバランスシートを、ある程度作成中』(F), 『パソコンにExcelを入れてるじゃない。そうすると、1年で集計すると、今年はちょっと旅行費使いすぎたとか、わかる』(A), 『私は手で書いてるんだけど、何か記録が、目的みたいな感じなんだけど、でも1カ月にいくら使うとか、旅行に行くかどうかとかわかるし』(I), などそれぞれの方法で収支を確認し、将来に備えていた。

(4) 【現役時代を継承した生き方】

① [現役時代の人間関係を継続]

職場でできた知人・友人は長年の付き合いで気心が知れ、退職後も良き友達として継続していた。

交友関係の軸足が現役時代の人間関係に置かれている。しかし、会社の仕事に執着しているわけではなく友達としての人間関係に限ったことであった。18歳の時から42年間同じ職場に勤務した人も2名おり、その人たちにとって職場はある意味で家族であり、社会でもあった。具体的な発言には、『「第9」のコーラスに現役時代からの友達と団体参加、ハモニカバンドを組んで施設訪問、そして会社の系列のスポーツクラブに週3回通い、現役時代の友達と会う』(B)、『職場の女性リーダー研修で知り合った全国から集まった仲間と旅行、職場の友達は、独身者も多く、お酒も同じくらい飲め、自分が空いていれば「いいですよ」っていう感じで付き合いやすい』(E)、『職場では同じような感覚を持っている人が多かったので、付き合いやすい』(I)、などがあつた。

② [経験を生かした「仕事」を継続]

専門性の高い職業経験を生かして現在も形を変え、楽しみながら仕事を継続している例があつた。『自宅で職業経験を生かして広告関係の翻訳—広告賞の翻訳なんかをすると、やっぱり「これはこうじゃない?」とか言えて楽しいし、もうよくわかっているところだから』(C)、『職場で経験した飛行機の予約システムを専門学校で指導している—それもね、「脳の活性化だと思えばいいんじゃないの」なんて言われてあんまり何か、自分でいま持っているものを出しているだけで、ちょっと向上する部分っていうのはあまりないかもしれないと思う』(I)。このような人は、退職前に仕事に対しても満足感や達成感を感じていた。

(5) 【職場と別の世界での生き方】

もう一方に、職場で得たものは得たものとして新たな自分の居場所を見出していこうとする生き方があつた。

① [新たな人間関係作り]

この概念は、以下のような2種類の内容で構成されていた。実際の発言と併せて紹介しよう。

i) 地域での付き合いを積極的に求める：定年後それぞれが積極的に行動を起こし、ネットワークを広げていた。『地域のテニス同好会に入り、毎週テニス、昼食などを楽しみ、年に数回合宿を企画』(A)、『子供のPTAで知り合った、母親仲間の「飲み会やカラオケ」に参加』(J)、などの行動で親交を深めている人、『様子をみがてら地域の「道路建設反対運動」の集会に参加し、裁判傍聴にも出かけている』(I)、『地域の市役所主催の「食育改善指導者セミナー」に1年通い、地域の施設で活動を始めた』(H)。

ii) 異世代とのコミュニケーションを図る努力をする：子供を持たない人は、退職後異世代とのコミュニケーションを取り難いが、異世代と交流する努力をしている人もいた。『ボランティア活動を通じて異世代との交流ができるのではないかと考えて参加してみた』(C)、『大学の聴講でいつも隣の席に座る学生と話をするようになり、これも楽しい』(D)などの発言に見られている。

② [趣味に生きる]

この概念は、以下のような3種類の内容を含んでいた。実際の発言と併せて紹介しよう。

i) 趣味の教室、学習活動で生活のリズムを作る：『毎週月曜日は銀座に行つて麻雀の勉強、火曜日は雨が降っていなければ、午前中テニス、木曜日は、月2回 朗読教室。月曜日にゴルフが入っ

た時は麻雀は休む』(A), 『ずっと続けているテニスとゴルフを、週に3日くらい、両方合わせると』(F)。

ii) 新しい知識、新しい人との出会いで刺激を受けたい: 『大学の聴講は、趣味と旅行だけでは、張り詰めた気持ちになれないので学習を入れることによって、1週間に1回でもびしっとした時間をつくりたい』(D)。

iii) 健康のため: 『健康のため気功太極拳というものを、36式っていうんです 週1回 もうずっと』(H)。

③ [自由な時間を楽しむ]

この概念は7種類の多様な内容で構成されていた。実際の発言と併せて紹介すると、次のようになる。

i) 退職後できた「自由な時間」が何より貴重: 『やっぱり何がうれしいってね、わりと時間がゆっくりできるっていうことが一番いい』(I), 『ただやっぱり朝起きて、何ていうのかしらゆっくりコーヒーが飲めるっていうのは、あの時間がもう、最高にうれしいのよ』(D), 『もう解放されたっていうことで、まず昼間歩く、町を歩くっていうことがすごい新鮮で、今までデパートなんか、昼間空いてるときに行ったことないし、えー、こんなに空いてるんだとか。(笑)何か、明るい町を歩くのが何かきらきらしてて、何か、すごいうれしかったですね』(E), 『今すごい幸せなのね。そう。それで思ったのよ。ゴルフなんかやっていると、「ああ幸せだな」って思って。健康だしね。』(C), 『在職中から借りておいた避暑地の別荘でゆったりくつろげる』(I)。

ii) 元気なうちは世界中行きたい時に行きたい所へ旅: 『姉妹で毎年5回の海外旅行』(A), 『現役時代からの会社の旅友達と一味変わった旅一夏に北極へオーロラを見に、秋に屋久島』(E), 『日本語教師養成所の友達の海外での任地先を見学がてら訪問』(G), 『もう動き回るよりリゾート地でゆっくり過ごしたいという滞在型』(C), 『夫婦で入っている異業種勉強会の研修をかねての旅』(H)。

iii) 再就職は好奇心から: 『語学力を生かして、現役時代の得意先の政府観光局の職員となり海外駐在を経験』(C), 『製菓会社の経理から食品会社研究所役員の友人に頼まれて、友人の秘書に』(F), 『会社の友人に頼まれて、会社の経理から評論家の個人事務所の事務員に』(J), 『会社の先輩に頼まれて、銀行の総務からIT企業の事務』(B)。

iv) 社会に役立つ活動: 『現役時代の仲間とハモニカバンドを作り、施設を訪問』(B), 『ボランティア団体の事務局の手伝いを半年ほどやったが、組織、自分の立場に、疑問を感じて辞めた。今も何か社会に自分の力が役立てる場があるのではないかと探している』(C), 『日本語教師の資格を取ったので、地域のボランティアで教えるよう準備中』(G), 『地域のボランティア説明会を調べ、次回参加予定』(F), 『両親に食事を作って届けるついでに、実家の近所のお年寄りに食事を届けている、また車の運転ができるので近所のお年寄りの買い物、大きい物の運搬などを手伝っている』(E), 『自宅前の特養老人ホームに朝行き、老人と話をしながらタオルをたたんでいるが義務的な縛りはなく、行ける時に行っている』(J), 『病氣療養中の友達に朗読教室で吹き込んだテープを送る』(A)。

v) 親の世話：『主に姉妹が母親の面倒をみているが、できる範囲で姉妹に協力』（F），『九州に一人住まいの母親の話し相手と不動産の管理のため月の3分の1を実家で過ごす』（D），『時間があるとき東北の母親を訪ね、話し相手をする』（H）。

vi) 「自分なりの仕事」を楽しむ：退職後在職中の仕事とは直接関係しない新たな仕事を始め、自分の居場所を見つけている人もいる。『父親の残した不動産の管理をしており、会社の総務、経理、パソコンの経験が役に立っている』（D），『退職後 日本語教師資格を取り、非常勤で日本語を教えている。いろいろな人と接してきたからね、人と楽しむという術をね。だからきっと日本語教師とか勉強したんだろうなって自分でも思う』（G），『1年がかりで地域の「食育」教育の講習を受け、色々な施設で指導の手伝いを始めた』（H）。

vii) 退職後はとくに「友人との付き合い」が大切：『楽しみだか生きがいだかわからないけど、親しい仲間と。友達との接点を多く持つということ、男女問わず』（B），『楽しみはやっぱりお友達。ゴルフとか、お友達と。交流ね。だからそれ、ゴルフはお友達との交流なの。その一環ね』（C），『友達は高校もいますし、中学の友達もいますし、小学校のお友達もいますし。私は多すぎちゃって何か付き合いが大変』（E），『長年の趣味、学習活動で人間関係が私は広がった』（D），『特に生きがいなんてないの。ただ、毎日、楽しく生きてます。楽しみは、いま言ったような趣味とかね。それからやっぱり、お友達と会ったりとかね。付き合いは楽しいわね』（A）。

(6) 【仕事に代わる「生きがい」探し】

職場そのものではなく、「規則正しい生活、仕事への責任感」などに代わる「生きがい」「存在感」がほしいと探している人もいた。発言例としては、『結構規則正しい生活が、自分は向いていたらいい。今日絶対にこれをしなくちゃいけないっていうのが。自分がだれかのために生きてるっていう感じがなくて、どこか根底に仕事も、とりあえず自分がいないと何となくだめだっていうのが。』（F），『いま探しているところ。何かこう、目標みたいな。このまんまぐだぐだと過ぎていっちゃうのかしらと思って、それも何か申し訳ないじゃない。何らかのかたちで社会還元というか、今までは仕事だけして、何もしてなかったわけだから、それをお返しする』（C），があった。前者は「規則正しい生活」と「自分の存在感」に生きがいを求め、後者は社会へ自分の力を還元することにより「生きがい」を得ようとしていた。

4. 考察

本研究では、冒頭、対象者の特性が限定的であるため、結果の一般化には慎重でなければならない点を指摘しておかなければならない。すなわち、定年退職した女性10名を対象としたが、このうち婚姻経験がない人が6人。子どもがいない人が8人であった。女性の場合、子育ての過程でPTAなど地域活動へのかかわりが強くなる。本研究では、退職前のこれらの経験が高齢期の楽しみや生きがいに関係しているという知見を得ることができなかつたのも、このような対象者の特性が影響したとみることができる。以上の制約があることを踏まえ、結果を考察する必要がある。

本研究では、女性の場合、定年退職後の生活の楽しみや生きがいの獲得プロセスにおいて、男性定年退職者と違いが見られる可能性が示唆された。本研究においては、女性の定年退職者は自分の力で手に入れた心身の自由を思い存分楽しんでおり、職業経験で得た「人間関係」「技能」などは楽しむためのツールの存在となっていることが明らかになった。男性は多くの先行研究で明らかにされているように、仕事一辺倒の生活から定年後の生活に移行するにはかなりの努力を要しているが、女性はすんなり適応し、自然体で楽しんで暮らしている。この結果は、前田⁴⁾、片桐⁵⁾、佐藤⁸⁾の既存の研究の知見を支持するものであった。

他方、袖井³⁾は、男性中心社会の中で男性以上の働きを示すことで地位を確保してきた女性の場合には特に、定年に伴う役割喪失は大きなストレスとなり、適応に困難を感じる可能性があるとして述べている。本研究では、一部ではあるが、退職前に仕事に達成感を感じていた人で、仕事以外での生きがい探しをしている人がみられ、袖井の指摘を支持するような知見も得られている。しかし、この人たちも退職後の適応に大きな困難を感じているということはなかった。本研究の対象者には上級管理職が入っておらず、現役時代に仕事一辺倒の人はいなかった。このような対象者の特性が適応に困難を感じる人がいなかった原因と思われる。今後、雇用均等法の制定以降、総合職で働いてきた女性が退職を迎えた時には、定年退職後の生活適応に困難を抱える女性が増加する可能性がある。

加えて、生活適応を考える際に重要な点は経済的基盤であることも明らかとなった。本研究では、ほぼ全員が長年の勤務により、退職後の経済基盤が保障されたと述べている。片桐⁵⁾やグループ・サルビア⁶⁾における分析結果においても、老後を楽しむには、その前提として経済的基盤が重要であることが明らかにされている。ただし、経済的基盤の重要性については男性定年退職者とも共通している。

アッチェリー¹⁵⁾は「お金」と「いきがい」が退職にとって決定的に重要なものだと述べている。本研究の結果を先行研究と対比すると、生きがいや楽しみの源泉は女性と男性では異なることも示唆されている。すなわち、本研究における女性の定年退職経験者は、退職後の生活の楽しみや生きがいに対する質問に対して、「生きがいというほどの大げさなものはない、毎日元気に楽しく、友達との付き合いを楽しんでいければ満足」と答えた人がほとんどであった。佐藤⁸⁾も女性は学生時代からの友人関係を継続しており、非常に大事なものとして位置づけていると指摘している。つまり、インフォーマルな活動に楽しみを見出している。

他方、男性については、フォーマルな活動に楽しみや生きがいを見出しているとの指摘が多い。(財)年金シニアプラン総合研究機構は『仕事の張り合い』を離れた後の高齢期における社会参加と生きがいに注目した調査報告「シニアの社会参加と生きがいに関する事業」をまとめている。この報告書の中で西村⁹⁾は現役の時から男性の方が女性より企業組織のフォーマルな社会的活動に参加する機会が多く、そのスキルを退職後にも活かして生きたいと考える人が多いこと、さらに男として女として育てられてきた時代背景の影響もあり、インフォーマルな社会活動は女性の方が活発であると述べている。男性退職者の生活適応について分析した根岸¹⁶⁾の研究でも、仕事がすべてという経験は老後においてはそれが自負となり、生きる源泉となっていたことが示唆されており、退職

後の社会参加を分析した篠田¹⁷⁾の研究でも、退職後に地域社会に溶け込み活動している男性はこれまで会社の中で培ってきた能力や実績を活かし、職業人としての自分の延長線上に地域人としての自分を見いだしていることが示されている。

ただし、女性の定年退職者もフォーマルな活動にまったく関心がないわけではない。本研究では、何か社会に役立つことをしたい、という考えをもっている人は少なくなく、「ハモニカバンド施設慰問」「自宅前の特養老人ホームのタオルたたみ」「NPO事務局に短期間手伝い」などのボランティア活動を行っている人も少数例ではあるがみられた。佐藤⁸⁾は「ボランティア活動に関しては将来的な意向はあるが、具体的な行動には至っていない」としている。この背景には、長年にわたる職業生活から解放され、やっと手に入れた心身の自由を元気なうちに自分自身のために十分行使したい、といった想いがあるものと思われる。

加えて、定年退職後の再就職(非常勤を含む)も、女性の場合その意味づけが男性と異なることが示唆された。本研究では、再就職は好奇心や異文化体験を楽しむという内発的な動機が強かった。それに対し、男性については、内発的な動機よりも「橋渡し就業(bridge job)」という完全に退職するまでのつなぎであり、経済的・心理的な安定を求めてという性格が強いと見ることができる。

最後に本研究の限界・課題に触れておこう。考察の冒頭で、対象者が限定的であり、そのことを踏まえ結果の普遍化には慎重である必要があると指摘したが、それ以外でも次のような課題を抱えている。第1には、対象者全員が定年退職から10年未満の人たちであったことから、退職後の年数がより長期にわたった場合には本研究と異なる結果が得られる可能性があるという点である。本研究の対象は健康状態が良好な人であった。加齢に伴い健康不安が出てくれば楽しみや生きがいも変化し、それに対して定年退職前の職業、地域、家庭生活の送り方の影響も異なる可能性もある。第2には、コホートによる違いも検証する必要があるということである。近い将来、団塊世代、また雇用均等法の下で働いてきた女性が定年退職を迎える。このような人は職業や家庭に対する価値観は本研究で対象とした人とは異なっている可能性もあることから、本研究とは異なる知見が得られるかもしれない。

謝辞

本研究を行うにあたり、調査に快くご協力いただいた女性定年退職者の皆様、そして、ご指導をいただきました桜美林大学大学院 老年学研究科の先生方に深く御礼申し上げます。

文献

- 1) 高橋久美子：未婚女性教員の定年退職と老後—否定的通念の検討『老年社会科学』18巻1号、23-79 (1996)
- 2) 日本看護協会：潜在ならびに定年看護職員の就業に関する意向調査結果速報 7-8 (2007)
- 3) 袖井孝子：定年退職—家族と個人への影響『老年社会科学』10巻2号、64-79 (1988) .
- 4) 前田信彦：定年退職への移行と生活の質。—ジェンダー比較分析—立命館産業社会論集、第41巻第1号124-126 (2005) .

- 5) 片桐恵子：女性にとっての定年退職研究 一定年までの就業を支えるもの一。平成10年度 (財)東京女性財団研究活動助成事業報告書, 13-14
- 6) グループ・サルビア：大阪の定年退職をした女性たち 調査報告～働き続けた女性の問題～。 6-15 (1996) .
- 7) 杉澤秀博 柴田 博：職業からの引退への適応一定年退職に着目して一 生きがい研究 12-91 (財)長寿社会開発センター (2006) .
- 8) 佐藤眞一：企業従業者の定年退職後の生きがい―集団面接による質的分析―。明治学院大学論叢 心理学紀要 11号： 42-46 (2001) .
- 9) 西村純一：自由時間の使い方からみた社会参加といきがい。シニアの社会参加と生きがいに関する事業 26 (財)年金シニアプラン総合研究機構 (2009) .
- 10) Carolyn Kitching Johnson & Sharon Price-Bonham：Woman and Retirement A Study and Implication. Family Relations, 29:380—385 (1980) .
- 11) Ruth Hathaway Jewson, : AFTER RETIREMENT: AN EXPLORATORY STUDY OF THE PROFESSIONAL WOMAN. WOMEN'S RETIREMENT Policy Implications of Recent Research. 169-181, Sage Publications. , Beverly Hills, CA (1982).
- 12) 木下康仁：グラウンデッド・セオリー・アプローチ。 180-182 弘文堂, 東京(1999)
- 13) 木下康仁：グラウンデッド・セオリー・アプローチの実践。初版, 64-65, 220-221 弘文堂, 東京(2008)
- 14) 木下康仁：ライブ講義 M-GTA-実践的質的研究法 修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチのすべて。初版, 弘文堂, 東京(2007)
- 15) ロバート・C・アッチェリー／アマンダ・S・ハルシュ： 翻訳者 宮内康二：ジェロントロジー～加齢の価値と社会の力学。 269 きんざい 東京 (2005)
- 16) 根岸貴子：自立している男性高齢者の定年後の生き方。桜美林大学大学院国際学研究科老年学専攻 修士論文 (2009)
- 17) 篠田さやか：大都市における定年退職ホワイトカラー男性の地域社会への適応プロセス。桜美林大学大学院国際学研究科老年学専攻 修士論文 (2008)

Pleasure and “Ikigai” for Retired Women:
the Influence of Experiences during Working Life

Naoko Tokuda

(Institute of Aging and Development , J.F.Oberlin University)

Hidehiro Sugisawa

(Graduate School of Gerontology, J.F.Oberlin University)

Key words: retired women, “ikigai” in old age, work experience, lifestyle

Previous studies, both of qualitative and quantitative analyses, have indicated that work experiences have a significant influence on life after retirement in men. For example, men tended to seek to continue their work-related relationships even after retirement, and they were often required to make efforts to adapt themselves to the life after retirement. Conversely, to date, the influence of work experiences on life after retirement in women has been little investigated, partially because fewer women, in comparison to men, work as regular employees.

We investigated the influence of work, family, and community life during the working time on leisure and the “ikigai” in women after retirement. The semi-structured interview with ten retired women was used to obtain qualitative data. And these data were analyzed by using the modified grounded theory approach.

The research showed that unlike the case in men, demonstrated in previous research, the women’s subjects in this research were able to adapt to retirement relatively smoothly because they had tended to develop a completely different social space outside their work experience.