

ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者のサクセスフル・エイジング Successful Aging of the Oldest Old from a Viewpoint of Gerotranscendence

林 雅子

(介護老人保健施設 エンジェルコート)

芳賀 博

(桜美林大学大学院老年学研究科)

要旨

スウェーデンの社会学者Tornstamの提唱したジェロトランセンデンス理論は、離脱理論を新たにメタ理論的に捉えなおしたもので、サクセスフル・エイジングのもう一つの観点として日本に紹介された。本研究は、日本人超高齢者のジェロトランセンデンスの概念を明らかにすることにより、ジェロトランセンデンスの視点からの日本人超高齢者のサクセスフル・エイジングを検討することを目的とした。認知症がなくインタビュー可能な85歳以上の自宅居住高齢者11名を対象に、半構造化インタビューを行い、KJ法で分析した。その結果、ジェロトランセンデンスの視点からみた日本人超高齢者の世界を構成するカテゴリーの示した肯定的な変化は、超高齢者のサクセスフル・エイジングを示唆しているのではないと思われる。また日本人超高齢者のジェロトランセンデンスの概念とTornstamのジェロトランセンデンス理論には、かなりの程度の類似性が認められた。

キーワード：サクセスフル・エイジング、ジェロトランセンデンス理論、超高齢者

1. 緒言

老年学の究極の目標は、いかに幸せに人生を全うするかということにある。それは、いかにしてサクセスフル・エイジングを実現するかと言い換えることもできる。サクセスフル・エイジングの研究は、高齢者の適応研究から始まった¹⁾が、1961年の離脱理論の登場²⁾は、多くの論争を巻き起こした。離脱理論提唱の背景には、活動的であることが満足のゆく老後生活を送る最もよい方法である、という見解に対する批判があり、その見解は、離脱理論が登場すると活動理論と呼ばれるようになった。Havighurstは、この二つの理論をサクセスフル・エイジングの対照的な理論として取り上げ、活動理論におけるサクセスフル・エイジングは、中年期の活動や態度を可能な限り長く維持すること、離脱理論においては、活動的生活からの離脱の過程を受け容れ、それを望むことを意味する、と説明した³⁾。サクセスフル・エイジングの研究の多くは、この二つの理論をめぐって行われたが、1987年にRoweとKahnが、病気ではない

状態をユージュアルとサクセスフルに区別したことで⁴⁾サクセスフル・エイジングに関する調査研究が大きく進展した。1980年代以降は、活動性を強調するアクティブ・エイジングやプロダクティブ・エイジングなどが登場したが、それらは、社会的要請としてのサクセスフル・エイジングにいかに応えるかが個人の側の課題になったことの現れでもある⁵⁾。しかし一方で、社会の側の要請に応えることのできない高齢者、特に超高齢者の存在がある。Baltesは、人生の終末期をフォースエイジと捉え、その始まりを先進国では85歳位からと定義し研究を進めた⁶⁾。わが国において初めて老年の超越の実証研究を行った富澤⁷⁾は、このBaltesの論文を参考にして85歳以上を「超高齢者」と定義している。本研究では、Baltes、富澤の論文に依拠し85歳以上を超高齢者と呼ぶことにした。Baltesのフォースエイジの研究データは、身体的機能、心理的機能の低下を示し、人間としての尊厳が低下することを明らかにした。Baltesは、健康概念の延長線上にサクセスフル・エイジングを位置付けることに限界を認め、長寿が人間の尊厳を脅かすというジレンマの解決が超高齢者研究の課題であると主張した。国内では、超高齢者研究は少ない状況にあるが、超高齢者のサクセスフル・エイジングを説明しようとする時に、サクセスフル・エイジングのもう一つの観点として紹介されたジェロトランセンデンス理論は非常に魅力的である⁸⁾。

ジェロトランセンデンス理論は、スウェーデンの社会学者Tornstamが、離脱理論をめぐる論争を経て、離脱理論を再構成し、新たに構築した理論である。彼は、老いを中年期の物質主義的、合理的な観点から、生活満足の増加を伴う、宇宙的、超越的な観点へのメタ・パースペクティブな変化としてとらえ、高齢期に中年期とは異なる独自の意味と性質を見出した。そして新しいメタ理論的なパラダイムを説明するために、実証的な考え方から離れ、禅の世界観と西洋人の世界観を対比させた。ジェロトランセンデンスに関する考えの多くを、ユングの初期のレクチャー（1930年）から得たTornstamは、ユングの集合的無意識のなかに東洋と西洋の哲学の関連を見出している⁹⁾。

誕生から老年までの超越の程度は、U字形を描く。幼少期は「あなたと私」「今と昔」の区別が曖昧で、空想と現実の世界を自由に行き来する。成長するにつれ、文化に規定された法則や定義に従って境界が確立される。幼少期の超越はpaedotranscendenceと呼ばれ、老年期に達するgerotranscendenceとは区別される。ジェロトランセンデンスは、過去のすべての経験を含むプロセスにより到達する。そのプロセスは、普通の生き方から生じるものであり、人間に本来備わっているものである。それは、文化にとらわれないが、特定の文化パターンからの影響を受ける。ジェロトランセンデンスは、原則として青年期の後、生涯にわたって発達変化するものであるが、若い日に近親者の死や致命的な病気に直面したりすることで速められたり、文化のある種の要素によって妨げられたりする。結果として高齢者のジェロトランセンデンスの程度はそれぞれにおいて異なり、すべての人が自動的にジェロトランセンデンスの高い程度に達するわけではない。

エリクソン、E. H.の夫人、エリクソン、J. M.は、1997年に『ライフサイクル、その完結』増補版を出版した。そこにおいて、90歳を超えた彼女は、ライフサイクルに第9段階を提起し、

Tornstamのgerotranscendenceを引用している¹⁰⁾。gerotranscendenceは「老年的超越」と日本語訳され、以後gerotranscendenceは「老年的超越」としても論文等に登場するようになった。

中嶋と小田は、2001年にサクセスフル・エイジングのもう一つの理論としてジェロトランセンデンス理論を紹介した⁸⁾。従来の諸理論や論議からとらえられない高齢期の生き方や生活スタイルを説明する理論的根拠としてジェロトランセンデンス理論の意義は大きいとしたうえで、日本人に理論が適合するかどうか、どのような操作概念で経験的研究に乗せていくか、方法的課題、現場への理論の展開の可能性などを課題としてあげている。

石原は2007年にgerotranscendenceが日本人地域居住高齢者において有用な概念であるかどうかを検討するため、平均年齢66.3歳の生きがい大学校の受講生を対象に、日本語版gerotranscendence尺度の因子構造およびgerotranscendenceと関連する要因の検討を行ったが、Tornstamのモデルは日本人地域居住高齢者にはあてはまらないことが示された¹¹⁾。

2010年に増井ら¹²⁾が、心理的well-beingが高い虚弱高齢者における「老年的超越」の特徴を、新しく開発した日本版老年的超越質問紙を用いて検討した。質問紙作成のためにTornstamの老年的超越インタビューガイドに基づく17項目を使用した。抽出された8つの因子のうち「ありがたさの認識」「社会的自己からの解放」「利他性」「内向性」「宗教的もしくはスピリチュアルな態度」「基本的で生得的な肯定感」の6因子は、Tornstamの概念と意味的に類似し、「二元論からの脱却」「無為自然」は異なる点があると考察した。さらに「内向性の高さ」「脱社会的自己の高さ」「無為自然の高さ」は心理的well-beingの高さと関連し、その低下を緩衝する可能性を示唆し、「宗教・スピリチュアル」は心理的well-beingを低下させる可能性を示したことを報告している。

これらの研究は、Tornstamのジェロトランセンデンス理論を基にした尺度を日本人高齢者に適用したものであるが、既存の尺度を用いる前に、日本人高齢者の主観的な世界をジェロトランセンデンスの視点からとらえ、日本人高齢者ジェロトランセンデンスの概念を整理することが必要である。その概念化の後に、初めて尺度の開発が可能となるものであり、現時点でTornstamの尺度をそのまま受け入れて日本人高齢者のジェロトランセンデンスを論じることは危険である。

本研究では、日本人超高齢者のありのままの姿や思いをジェロトランセンデンスの視点から注意深く聴き取り、日本人超高齢者のジェロトランセンデンスの概念を明らかにすることにより、超高齢者のサクセスフル・エイジングを検討することを目的とする。

2. 方法

1) 調査対象

対象者は、認知症がなくインタビュー可能な85歳以上の自宅居住高齢者を筆者の友人・知人のネットワークを通じて11名選定した(表1)。性別は男性3名、女性8名。(居住地は、政令指

定都市5名，中都市6名）年齢は85歳～90歳で，家族の構成人数は，A～Dは1人，E，Fは3人，G～Kは2人である．介護認定は要支援が2名，認定外9名．

2) 倫理上の配慮

本研究は桜美林大学倫理委員会の承認を得て実施した．調査の主旨と協力依頼を記載した文書を対象者に配布し，調査に協力したくない場合には，いつでも拒否でき，それによって不利益をこうむらない旨を明記した．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を説明し，了承を得てICレコーダに録音し，逐語録を作成した．データは適切に保管・管理している．

表1. 調査対象者の基本属性

No.	対象者	性別	年齢	世帯形態	元職業	介護状況	最終学歴
1	A	女性	85	単身	公務員	なし	高等女学校卒
2	B	女性	85	単身	主婦	なし	高等女学校卒
3	C	女性	90	単身	家計調査員	なし	高等女学校卒
4	D	女性	85	単身	主婦	なし	小学校卒
5	E	女性	85	本人と娘夫婦	主婦	要支援2	高等女学校卒
6	F	女性	89	本人と息子夫婦	主婦	なし	女子専門学校卒
7	G	女性	89	本人と息子	主婦	要支援2	小学校卒
8	H	女性	85	夫婦2人	薬剤師	なし	薬学専門学校卒
9	I	男性	85	本人と妹	公務員	なし	旧制中学卒
10	j	男性	85	夫婦2人	会社員	なし	大学卒
11	K	男性	85	夫婦2人	自由業	なし	旧制工業学校卒

3) 調査方法

Tornstamが行った1991年の最初の質的調査¹³⁾を参考にしたが，Tornstamが導いたジェロトランセンデンス理論の3つの次元の項目からの演繹的なインタビューにならないように配慮した．本調査に同意した11名に対して半構造化インタビューを行った．インタビューガイドは，子供時代がいきいきとよみがえる経験，亡くなった家族や先祖との親密感の度合い，自分に対する見方や考え方の変化，身体の変化，他者との関係のあり方の変化，死に対する思い，人生の喜び，人生のふりかえりであった．インタビューは対象者の希望する場所で行い，同意を得てICレコーダに録音した．時間は50分～90分の範囲であった．面接は2010年8月から11月の期間に行った．

4) 分析方法

本研究では，超高齢者のさまざまな語りを最も反映できる方法として，またジェロトランセンデンスの視点からみた日本人超高齢者のありようを概念化する方法としてKJ法を用いた¹⁴⁾．KJ法は，あるテーマに関する思いや事実を単位化し，グループ化と抽象化を繰り返して，新たな発想を見出す方法である．分析の過程で，361枚のカードが作成され，質的に類似している

もの同士をまとめた結果、35の小カテゴリーに編成された。さらにグループ編成の手続きを繰り返した結果、8つの中カテゴリー、6つの大カテゴリーに編成された(表2)。分析の信頼性を確保するために、KJ法に詳しいスーパーバイザーに分析結果の確認・評価をしてもらった。

3. 結果

カテゴリーの比較分析を進めた結果、超高齢者のありようは、これまでの人生のすべてを含む生活習慣、態度としてとらえられる3つの大カテゴリー《亡くなった身内や先祖に手を合わ

表2. カテゴリー一覧

大カテゴリー	中カテゴリー	小カテゴリー	カード数
亡くなった身内や先祖に 手を合わせる行為			19
ネガティブな側面	ネガティブな現実	長年連れ添った配偶者の死	9
		自分の死の自覚	8
		亡き人にお返しできない切なさ	7
		友人と疎遠になる	7
		大きな病気をした	5
	暗い記憶	理不尽な出来事	11
		叶えられなかった願い	8
		戦争の痛手	8
ポジティブな側面	ポジティブな現実	死に向けての準備	21
		子供や孫、兄弟とのつながり	19
		趣味を楽しむ	17
		健康管理	16
		社会への関心	13
	明るい記憶	父母の姿	13
		大事にされたという思い	11
		学び舎	6
		子供時代の思い出	5
社会と自己との関係の変化	手放すことによる幸せ	所持品を少なくしていく	14
		ひとりはいいもの	12
		断定を控える	9
		おつきあいがいいことに不足を感じない	4
	自然体でいる	自分を動かす術を身につける	11
		気のむくまましたいことをする	8
		複雑に物事を考えない	8
		脱世間体	6
		ありのまま生きる	5
自己認識の変化	自負する気持ちがある	自惚れでなく自分の人生に価値を認める	14
		達成感と安堵感がある	7
	私の人生悪くはなかった	よくもないけれど決して悪くはなかった	15
		とりたてて不満はない	8
		元気であることが幸せ	6
この世を超えるものとの つながり		死は怖くない	14
		この世に存在していないものに見守られて いる感覚	10
		この世であり得ないことの体験	7

せる行為》《ネガティブな側面》《ポジティブな側面》と、発達、変化としてとらえられる3つの大カテゴリー《社会と自己の関係の変化》《自己認識の変化》《この世を超えるものとのつながり》の両面から示された。前者を【超高齢者の日常】とし、後者を【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】とした。内容の意味関係を見出すために空間配置を行い、図解化した(図1)。編成されたカテゴリーに沿って、【超高齢者の日常】と【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】の関連を超高齢者の語りを交えながら記述する。以下、文章中の記号《 》は大カテゴリー、〈 〉は中カテゴリー、_は小カテゴリー、「 」は高齢者の語りを示す。

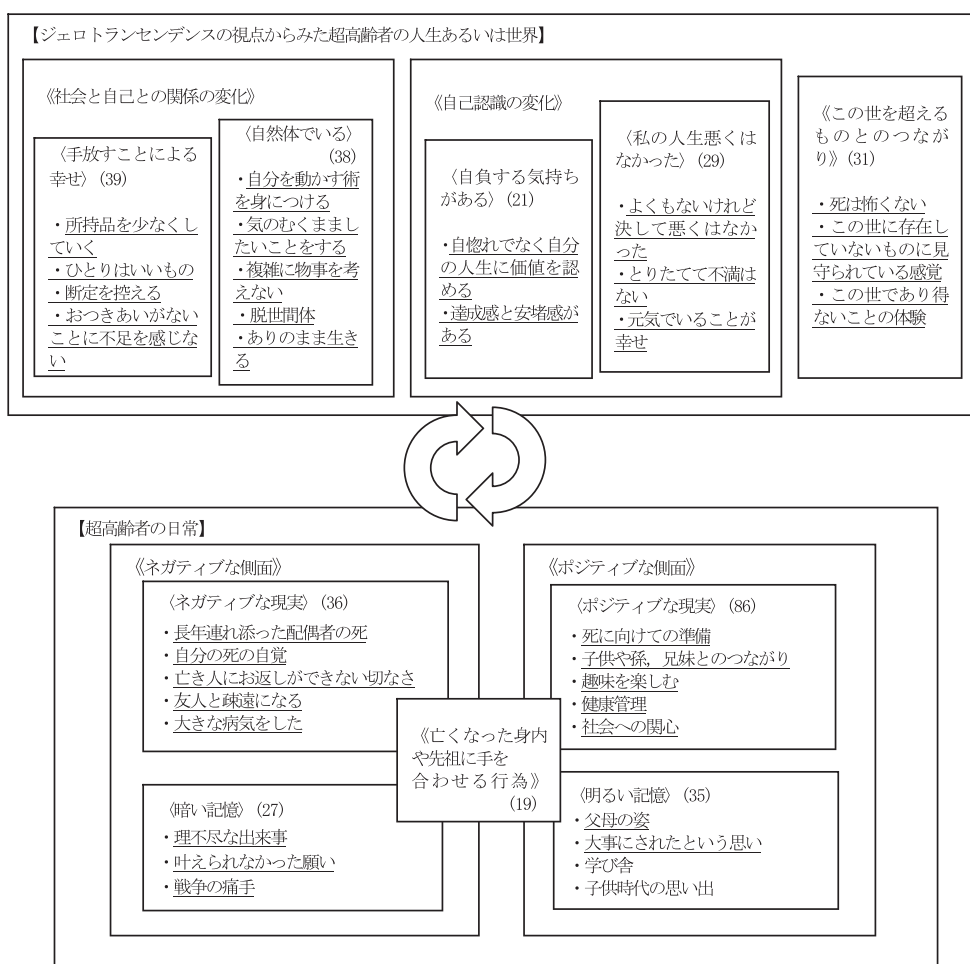


図1 超高齢者の日常とジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界
()の数字はカード数

1) 【超高齢者の日常】

(1) 《亡くなった身内や先祖に手を合わせる行為》

《亡くなった身内や先祖に手を合わせる行為》は、【超高齢者の日常】の中心に位置するカテゴリである。その行為は【超高齢者の日常】の4つの中カテゴリすべてに影響を与える。「毎日、朝晩拝んでいます。」「今日一日の無事をご先祖さんをお願いします」「自然に感謝の言葉がでますね」「年とったら尚ですね、若い時はそういうことないですけどね」「ただ手を合わせているだけで宗教なんでものじゃないですけど、どっかで頼っているんでしょうね」ありふれた日常の中での亡き人たちとの交流、交感、【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】への通路となる。

(2) 《ネガティブな側面》

① 〈ネガティブな現実〉

自分の死の自覚は、次のように語られた。「私、もうそろそろ逝くころかなって思うの、急に最近、昔のことばかり思い出されてきて」「ある時、ふっと寿命がわかりました」それらは、《亡くなった身内や先祖に手を合わせる行為》を強め、死に向けての準備を始める要因にもなり、健康管理の意識を高める要因にもなる。さらに自分の死の自覚から生じる不安は、〈この世に存在していないものに守られている感覚〉によって軽減されているようだ。

超高齢者は、長年連れ添った配偶者の死を、「生きている間は、そんなに思わなかったけど、死に別れると、いいことばかり残ります」「ああ今いてくれたらどんなにいいかしら」と懐かしむ一方で「老老介護は非常にきつかったです」と、ひとりになった寂しさのなかにも安堵感を味わう。

大きな病気をした経験は、自分の死の自覚と健康管理のきっかけにもなるが「いいときに病気になるんじゃないかと思えます」「心不全で入院しましたが、いつのまにか元気になってるんです」「膝の手術したのは88歳です。湾曲していた膝がまっすぐになりました」とあっさりと語る。

友人と疎遠になる現実は否めない。「親しくお話するような人は、今途絶えています」「女学校の時の友達に、年賀状だしても返事がこない。子供さんが代わりに返事くださったり」「どの友達も亡くなるしね」この現実【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】のおつきあいが無いことに不足を感じないに変化していく。

亡き人にお返しができないという切なさを高齢者はしみじみと語る。切なさは、自分はよくしてもらって幸せになれたのに、よくしてくれた人はすでに無く十分なお返しができなくて申し訳ないという思いから生じる。自分の死を自覚するようになった今、「お世話ばかりかけてね、お返しせずに、お別れしてしまった」「父親にいろいろしてもらったのに、十分に、それを応用しないで、人生送ってしまって申し訳ない」「彼(再婚相手)が死んでから、最近よく、最初の彼(戦死)に申し訳ないことしたなって思えます」「この頃、主人の父母、祖父と祖母にもう少し尽くしてあげればよかったと悔いられます」これらは《亡くなった身内や先祖に手を合わせる行為》を強めていく。

② 〈暗い記憶〉

叶えられなかった願いは、「女学校卒業して、もっと勉強したいという思いはありましたね」「まあつまらない、こんなお掃除したりと思ったりしました」「女学校出てから、花嫁修業みたいなことをしてしまって、もっと勉強すればよかった」という語りから得られた。大正生まれの女性の、上の学校に行きたかったという思いは殊のほか強かった。

理不尽な出来事は、「子供1人あったけど、プラットホームで友達に胸を押されてよろっとなつたところへ電車が入ってきて、その後火事に遭って、みんな燃やしてしまった。子供が死んで、一年も経たんうちやったなあ」「最初の夫も二度目の夫も亡くなって、その前には婚約者も亡くなって…」「肺結核で病院に3年半くらいかな、みんなに遅れをとって悔しくて」「家が水害に小学校の時に遭いましたし、戦災、震災にも遭いました」という語り表れている。

戦争の痛手は、85歳以上の高齢者にとって深い。戦争中に適齢期を迎えた女性は、戦争によって婚約者を亡くしたり、お腹に子供を宿したまま夫を失った。「婚約して結婚する予定だったんですが、ボルネオで亡くなりました。それで、弟と結婚したんです」「私、2回結婚しています、戦争に行ってもそのまま死んじゃったんです、子供の顔みてないんです」戦争の痛手はその後の人生に傷跡をのこす。「隣にいた人は死んでる人おぶってるの、もう目に焼き付いて離れない」「逃げていく先、みんな殺されていた」男性は女性とは違う観点で次のように語った。「どうせ今どんな生き方していようと兵隊に行きや多分死ぬんだろう、とっていましたからね、生き方にそう特別な考えも持たないでただ毎日を送っていました」しかし、敗戦後、アイデンティティの立て直しを余儀なくされた当時20代だった超高齢者の成人期は、戦後の復興期である。当時を語る高齢者の語りには、戦争の痛手を跳ね返すような熱い手応えがあった。

(3) 《ポジティブな側面》

① 〈ポジティブな現実〉

死に向けての準備は、意識的、積極的な行動である。死に方の表明として「最後は1人でしよう。尊厳死協会に早い時期に入りました」「カード持っています。入院しても必要以上の手当てをしないから役にたつわね、はっきり意思表示をしているわけなので」と語った。葬儀の仕方やお墓や最後を迎える場所のことを明確にしておこうと努める様子がうかがえる。「しておかなくてはいけないこと、去年のうちに終わりました」「遺言大事ですね、財産相続の問題については、もめることのないように公正役場の承認をもらってちゃんとしておくべきだと思います」「最後には1人暮らしになるんだから、施設を利用するしかないと思います」それに対して「施設には絶対に入りたくない。自分の家でちゃんとしていたい」「ヘルパーさんには私は死ぬまで入ってもらいたくない」と語るひとり暮らしの高齢者もいた。死に向けての準備は、所持品を少なくしていくという行動を促進させる。

健康管理は、毎日の生活の中で実行されている。「入院中に覚えてきたりハビリや、テレビや新聞、雑誌などで知ったことに、朝晩チャレンジします」「早起きして毎朝歩きます」「気功を20年しております」「ちょっと具合が悪くなくても、先手をうつこと、食べるものに十分気をつけ

ること」「食事は野菜が多いです、お肉は少ない」これらの語りの中には「病気にせず長生きしたい」という率直な発言もあった。さらに「死なないように健康であることを常に心がけています」という男性は、死ぬことに対して恐怖を感じる、と語った唯一の人であった。

趣味活動は、生活に彩りをもたらしている。「音楽がなかったら生きていけない、命を与えてくれる」「音楽聴いて涙がでることがあります」「音楽かけてたほうが動けたり、瞑想できるんです」「読書は好きで、図書館に必ず借りに行っています」「本は山ほどあります、なんでも読みます。」「放送ラジオ講座を聴き、感想を書いて送るんです」「ベランダの鉢植えが楽しい」という語りがあった。

社会への関心は、かなり高い。「毎日、新聞はお昼まで全部読みます。社説も読みます」「日曜日の政治討論見えています」「テレビを見て、あのかわいそうな子供を、家にひきとりたいたなんて思っ、できもしないことを本気になって考えていたら、涙がでてきます」

子供や孫、兄妹とのつながりは〈ポジティブな現実〉を豊かなものにする。超高齢者は孫、曾孫という命のつながりを見ることが出来る。今回子供のいない超高齢者は11人中4人であった。そのうちの2人は独身、1人は子供を事故で失い、あとの1人は授からなかった。独身の2人は亡くなった身内や先祖への思いがとりわけ強かった。子供を失った女性は、苦しい時期を経た今はケ・セラ・セラよと笑い飛ばす。また、子供を授からなかった男性は、孫に代わるような存在との関係を築いている。さらに兄妹のよさを高齢になってから感じている高齢者もいる。

② 〈明るい記憶〉

子供時代の思い出は父母の姿や学び舎に重なる。「姉に自転車のうしろに乗せてもらってね」「湖に行く道に木がありましてね、そこに寝転んで、しょっちゅう夢見たり」というような語りには、臨場感がある。「私、運動会好きだったの、100mの代表で」走ることが困難になった高齢者が思い切り走った子供時代を今の自分に重ねる。「市の代表で出てね、昔のフットボールです」懐かしい校舎や校庭、先生は心の拠り所である。そして何よりも大事にされたという思いが、今を生きる原動力になっている。「片親で寂しいとか、つらいとか、そういうようなことは感じなくて」「愛されてきました」「長女で、とにかく大事に育ててもらったんです」それらは【超高齢者の日常】全体を慰め、励ます力になっている。

2) 【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】

(1) 《社会と自己の関係の変化》

① 〈手放すことによる幸せ〉

獲得してきたものを手放すことは、今までの人生に逆行するような行為であるが、「財産に対しての執着はまったくくないですね」「もっているということが、わずらわしいんです」と語り、「着物たくさん持っていたんですよ、全部人にあげました」「ひとさんに、持って帰ってもらうのが楽しみです」と手放すことがむしろ喜びに変わっている。

断定を控えることは、「いいのか悪いのか、わかりませんけどね」や「この年になって人に意

見したり、主張したり、そんなことする必要ない」という語りに表れている。常に2で割り切れるような発想から離れていく様子がかがえる。

おつきあいが無いことに不足を感じていないということは次のような語りから得られた。「この近辺でお年寄りの中に入っていこうなんて、私思いませんもの、わずらわしいですよ」「同窓会とか行くの、私嫌いなんや」そのように語る高齢者は、ひとりはいいものだと解っている。「主人が亡くなった後、時間ができましたね」というように1人になると、時間が自分の時間になる。「1人での時間、全然寂しくない、遠慮することもないし」

②〈自然体でいる〉

自分を動かす術を身につけていくとは、「いやな顔してたら、居心地わるくなりますよ」「自分自身が居心地いいのが一番ですからね」「身体が柔らかいと、心も柔らかくなるんですよ」「時の流れにそって考え方は変わってきますね」

超高齢者は複雑に物事を考えない傾向がある。「70歳を超えた頃から非常にのんきな身分になっちゃったんですよ」「人生とは、なんて激しく悩むようなタイプではないみたいです」「今あまり複雑なことは考えないです。もうさっぱりとね」「幸せって何にも考えないで、ぼっと生きられることじゃないですか」と語った。

脱世間体とは次のようなことである。「人の目は気にならないね」「世間体とか、しきたりとか、兄弟関係とか、そういうのがなくなると楽ですね」「やりたい放題しています」脱世間体をする、気の向くままにしたいことができるようになる。「仮面をとってしまうようなことは、年とってから大いにありますね」「定年後、なにも生産的なことはしていないし、でも後悔してないんですよ」「気のむくままが、ぴったりですね」

ありのまま生きるとは、「今こうしてなんとか生きてられるのも、神の御加護かなって思うことがあっても、それが信仰につながるってことでなくて、なんだろ、ケセラセラっていえばそうかな。自然体なんですよ」「欲はない。なるようになるわ、ケセラセラよ」「自分があれば、とそれだけ」

(2)《自己認識の変化》

①〈自負する気持ちがある〉

自分の人生に価値を認めるとは、認知症の夫を介護している女性の語りにある。「すごいじれったさがあります。でも、60何年も、結婚して子供育ててきて、全部主人があったからこそだと思うの」「車の免許を取ったのが昭和38年なのよ、これがないと病院に主人を連れていくのも何もできないのでまた書き換えたんです」また「若い時に自分で大変だと思ってやったことが、今になって何かしら返ってくるみたいですね」「思い切って夜間のって、高校卒もはずかしいから、大学入るという目標をもって夜間の大学を受けたんです」という語りもある。さらに、長く生きたからこそ得たものもある。「有功賞をもらったんです。一番貴重な私の宝です。30年以上勤めて、80歳以上の方でないともらえないんです」「阪神大震災の年に藍綬褒章をもらったんです。地域に貢献したというようなもので、天皇陛下にお目にかかりました」そこにはあるのは達成感と充実感である。

②〈私の人生悪くはなかった〉

人生を振り返って、よくもなかったけれど決して悪くはなかったと超高齢者のすべてが語った。「私、考えたら悪いことないんです」「ふと寂しいこともありますけど、今は悪くないと思います」「まあよくもないけど、悪くもないんですよ」「いいことばかりあるわけでもないけど、悪いことばかりってこともない」「どうにか生きられてきたなという気はします」「決して恵まれた人生とはいえないけど、さりとてそうみじめな人生とも思っていない」「やりたいことはやったかな」今の状態は「いいことは特別にはないけど」「悩みは案外ないわね」というように、とりたてて不満はないと解釈することができる。元気であることが幸せである、というのも共通の語りであった。「元気が最高」「元気は財産だと思います」「長生きすると、楽しいこといろいろあります」

(3)《この世を超えるものとのつながり》

この世に存在していないものに見守られている感覚が高齢者にはある。「ついでにしてください、必要な時に呼んでくださると思うと、1人でも大丈夫だろうという気持ちになります」「生まれた時から御加護いただいているのかなと思ったりして」「ふっと困った時、ああどうしようかなと思った時、神様が助けてくださるんです。」「震災の時、書棚の上に積んでいたものが、私が寝ている布団の上に落ちるはずだったのに足元に落ちたんです。仏壇も被害なく倒れて、主人の上にも箆筒が倒れなかったんです。震災の後にご先祖様をまつのを第一にしています」「神頼みという少し変ですけどね、この頃信じる気持ちが強くなってきて、神様が守って下さるという気持ちがありますね」

この世に存在していないものに見守られているから、死は怖くない、と高齢者は言う。「向こういったら主人もいるし、子供もいると思います、あの世は絶対ある」「全然、怖いと思わない。もういつでもきてくださいって感じです、だって二人待っていますもの」「もう怖くはないな。自然とすっといけたらいいと思ってる。昔は怖かった。怖くなくなってきたのは年いってから」「こわいと思うことはないです。この年になったら、向こう行くのが当たり前だから」「犬二匹と長い間生きてきましたので、その二ひきが私を助けて三途の川を渡してくれるかなって」待っている人がいるから死は怖くないというとらえ方をしている高齢者が多い。

この世ではあり得ないような体験をしている高齢者も少なからずいる。「脳梗塞で倒れて動けなくなって、誰もいないのに、早く医者に行けという声がきこえたんです」「なんとなくベッドにひっくり返っておりましたら、不思議なことに、宇宙に続いているのかなって思ったんです、何か下がってきて、これにつかまれば、宇宙に通じるのかなって思ったんです」見える世界のむこうに広がる見えない世界を超高齢者は心と身体で感じていることがうかがえる。

3)【超高齢者の日常】と【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】の関係

超高齢者は【超高齢者の日常】の営みの中で、《ネガティブな側面》として〈暗い記憶〉を背負い、〈ネガティブな現実〉を経験しながらも、〈明るい記憶〉に慰め励まされ、〈ポジティブな

現実)を生きている。その中心にあるのは、《亡くなった身内や先祖に手を合わせる行為》である。《ネガティブな側面》は祈りを強め、《ポジティブな側面》は感謝の気持ちを祈りに込める。消去できない〈暗い記憶〉は、祈りに昇華される部分が多い。さらに《亡くなった身内や先祖に手を合わせる行為》は〈明るい記憶〉を日々更新し、〈ポジティブな現実〉を活力あるものにする。それは【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】への通路にもなる。【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】の超高齢者は、〈手放すことによって幸せ〉を感じ、〈自然体でいる〉ことで《社会と自己との関係が変化》し、生きやすさを覚える。さらに〈自負する気持ち〉が強まり、〈私の人生悪くはなかった〉と思えるほど《自己認識が変化》する。そしてこの世に存在していないものに見守られている感覚から死を怖れなくなり、この世であり得ないことの経験を通して《この世を超えるものとのつながり》をいっそう強める。

4. 考察

Tornstamは、生きていくこと自体が、ジェロトランセンデンスの程度が増加していくプロセスであり、日常の生活がこのプロセスを生み出し、この日常を生きるプロセスと超越に向かったの本質的な動きは、同じコインの裏表にすぎない、と述べている¹⁵⁾。本研究の、地に足がついた【超高齢者の日常】とそこから紡ぎだされる生きやすさへの変化としての【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】は表裏一体であり、筆者は、そのありようをコインの比喩の具現化とみなす。そしてここに日本人超高齢者のジェロトランセンデンスの実態が示されたのではないかと考える。

本研究から得た日本人超高齢者の【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】とTornstamの示した発達上の変化の3つの次元（宇宙、自己、社会的個人的関係）を比較すると、かなりの類似性が見出せる。（図2）

《社会と自己との関係の変化》は、社会における自分の位置を、宇宙意識に向けて変化させていくことである。ジェロトランセンデンス理論の社会的個人的関係の次元にも社会の枠を超えろというニュアンスがあり、そこに日本人超高齢者のジェロトランセンデンスとジェロトランセンデンス理論の類似性が見出せる。ジェロトランセンデンス理論は、ユングから多くを学んでいるが、ユングは、西欧社会に禅を紹介した鈴木大拙と親交があり、鈴木大拙は、若い時に英訳老子を手掛けている¹⁶⁾。ユングが老子にたどりついたことは明らかで、ジェロトランセンデンス理論は、間接的に、2500年以上も前の東洋の思想に影響をうけていると考えられる。日本人超高齢者の人生観や世界観にも老子の思想が見え隠れすることから、老子に由来する東洋の思想が日本人超高齢者に影響を与えていることは間違いない。ジェロトランセンデンスと老子の思想の関連を具体的に二点整理すると、第一は、“Modern Asceticism”と“知足者富”である。社会的個人的関係の次元のAttitude Towards Material Assetsでは、財産の所有は、スピリチュアルな成長、政治的な成長、自由にとっての障害として説明される。宗教は、洞察と智慧

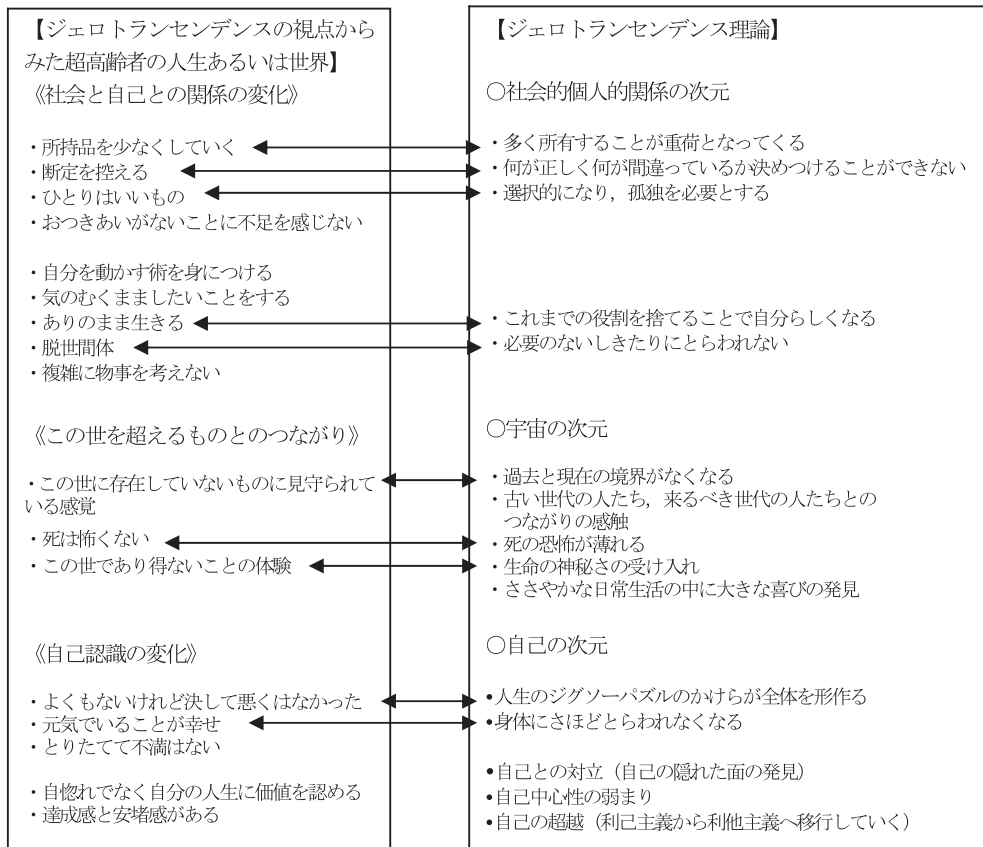


図2 【ジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の人生あるいは世界】のカテゴリーとジェロトランセンデンス理論の3つの次元の項目との比較

への通路として禁欲主義 (Asceticism) を唱える。また革命的イデオロギーも、物質的欲求を減少させることにより、その成長が促進されるとする¹⁷⁾。Tornstamは、多くの人が、所有物を減らそうとする傾向にあることを示し、それを“Modern Asceticism (現代の禁欲主義)”とよんだ。純粋な禁欲主義を主張するわけではないが、不必要な財産の所有は、ジェロトランセンデンスの阻害要因となるのである (Owing as a burden)。一方、老子第33章の“知足者富”も、所有に対する戒めである。老子は自ら足ることを繰り返し発している。本研究でのインタビューでも、所持品を少なくしていくという語りが多く聞かれた。しかし、戦後の混乱期をくぐりぬけ、高度経済成長期を社会の中心で生き、豊かさの経験を経た大正生まれの超高齢者だからこそ、今、これでまあ充分だ、と言えるのかもしれない。第二は、“Everyday Wisdom”と“二元論からの自由”である。Tornstamは、“Everyday Wisdom”を、表面的に善悪を分けることにためらいがあり、断定を控えることと忠告を与えることを判別することとし、善悪の二元論を超えると寛大さが増し、独断的な見方をしなくなる、と説明している¹⁸⁾。二元論を超えるととは、

老子の教えによると、内にある対立する両方はそのままの状態です互いに補っていて一体であるという認識であり、他者への許しや寛容の心が含まれる。これは、“Everyday Wisdom”の説明と同じであり、日本人超高齢者にも“二元論からの自由”は、断定を控えるという態度にあらわれていた。

《この世を越えるものとのつながり》は、ジェロトランセンデンス理論の宇宙の次元に対応するが、日本人高齢者には、過去に向かう思いが強く、命が未来につながっていくことによって現在を乗り越え、死を乗り越えるという感覚は薄かった。この世に存在しないものに見守られている感覚に関して特記すべきことは先祖信仰である。ジェロトランセンデンス理論によると、すべての人間は、ジェロトランセンデンスの種をその内に持ち合わせている。しかしその種が実を結ぶまでにはさまざまな文化的・社会的要因が影響を及ぼす。ジェロトランセンデンスを育てる日本の土壌は先祖信仰に負うところが大きいと本研究の結果から導かれる。柳田國男が『先祖の話』の中で、日本人の死後の観念、すなわち霊は永久にこの国土に留まって、そう遠方へは行ってしまわないという信仰が、おそらく世の始めから、少なくとも今日まで、かなり根強くまだ持ち続けていること¹⁹⁾を強調している。霊魂と肉体は本来別々のもので肉体が減んでも霊魂は永遠に生き続けるという日本人の死後の観念は、日本人超高齢者の日常生活の中で、《亡くなった身内や先祖に手を合わせる行為》となってあらわれている。『先祖の話』の解説で、新谷尚紀が柳田國男の結論を次のようにまとめている。人は死ねば子や孫たちの供養や祀りをうけてやがて祖霊へと昇華し、故郷の村里をのぞむ山の高みに宿って子や孫たちの家の繁盛を見守り、盆や正月など時をかぎってはその家に招かれて食事をともにし交流しあう存在となる。生と死の二つの世界の往来は比較的自由であり、季節を定めて去来する正月の神や田の神なども実はみんな子や孫の幸福を願う祖霊であった²⁰⁾。『先祖の話』が書かれたのは昭和20年の終戦直後であり、半世紀以上経った今は家族の形態も変わってしまったが、大正生まれの超高齢者にはまだこの死後の観念が生き続けている。ここで注目したいのは、生と死の二つの世界の往来は比較的自由であるという点である。これが本研究の《この世を越えるものとのつながり》を一層強めている、と考えられる。

《自己認識の変化》では、ジェロトランセンデンス理論の自己との対立、自己中心性の減少、自己の超越に類似する変化はみられなかった。Tornstamは、徹底的な自己否定である“ヤンテの掟”を植えつけられた北欧人は、自己評価が低く、彼らにとっての問題は、むしろ適切な自信を築くことであると説明している²¹⁾が、比較文化的観点からの自己観の研究において、自己を他者よりもポジティブに捉える独立的自己観が優勢である北米人と比べて、日本人は、自己を他者よりもネガティブに捉える相互依存的自己観が優勢であるという結果が報告されている²²⁾。謙譲の美德が根底にある日本の社会では、自分のことは控えめに呈示すべきという考えが一般的であるが、本研究のインタビューでは、自惚れでなく自分の人生に価値を認めるという率直な発言が多く聞かれた。これは、他者の前では謙遜に振る舞うべきだという文化規範からのポジティブな変化とも受け取られる。

富澤は、2006年に、奄美群島の85歳以上の超高齢者を対象に老年的超越の視点から捉えた

質的研究を行った。豊かな自然と戦争体験を基盤に、“目標は100歳”という生活姿勢が、自己超越、執着超越、宇宙の超越の3つの要因からなる老年の超越の促進要因となって、超高齢期のサクセスフル・エイジングを実現していると報告した⁷⁾。100歳を目指すことに生きる意味を見出し、ご先祖様のおかげを宇宙的超越とする富澤の研究と比べて、本研究では、日常の中心にあるのが先祖に手を合わせる行為であり、その行為が通路となって、この世を超えるものとのつながりが強められ、自己や社会のとらわれから離れていくという変化が認められた。Tornstamは、死を恐れ、その間いを避ける人はジェロトランセンデンスに向かっている発達の兆候を示していなかった、と説明しているが、本研究の対象者11名中10名は、死を怖れないと語った。本研究で示された、生きやすさへの変化ともとらえられるジェロトランセンデンスの視点からみた超高齢者の世界のありようは、活動理論やRoweとKahn等に見るサクセスフル・エイジングとは異なる超高齢者のサクセスフル・エイジングの存在を示唆しているのではないかと考える。しかし、本研究の対象者は、自宅居住者11名(東京都、京都府、兵庫県、神奈川県)の都市部に限られていたこと、女性からの語りに偏っていたこと(男性3名、女性8名)、経済的に恵まれた環境にあり、教育レベルも比較的高い水準にあったことから、超高齢者一般にあてはめるには限界がある。今後は調査対象とする高齢者の層を広げ、日本人高齢者のジェロトランセンデンスの世界を明らかにしたうえで、量的研究を視野に入れた尺度開発を目指す必要もあると考えている。

謝辞

本研究を遂行するにあたり、調査にご協力いただきました超高齢者のみなさま、ご指導をいただきました先生方に心から感謝申し上げます。

文献

- 1) 小田利勝:社会老年学における適応理論再考, 神戸大学発達科学部研究紀要, 11 (2): 155-170 (2004).
- 2) Cumming E. Henry W.: Growing Old, The process of Disengagement. Basic Books, New York (1961).
- 3) Havighurst, R. J.: Successful Aging, The Gerontologist, 1:8-13 (1961).
- 4) Rowe JW, Kahn RL.: Successful Aging, The Gerontologist, Vol.37: 433-440 (Aug 1997).
- 5) 小田利勝:サクセスフル・エイジングの研究, 学文社, 29-31 (2004).
- 6) Baltes, P. B. & Smith, J.: New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of the forth age, Gerontology,; 49: 123-135 (2002).
- 7) 富澤公子:奄美群島超高齢者の日常からみる「老年の超越」形成意識:超高齢者のサクセスフル・エイジングの付加要因, 老年社会科学, 30 (4): 477-488 (2009).
- 8) 中嶋康之, 小田勝利:サクセスフル・エイジングのもう一つの観点:ジェロトランセンデンス理論の考察-, 神戸大学発達科学部研究紀要, 8 (2): 255-269 (2001).

- 9) Tornstam, L.: Gerotranscendence. Springer Publishing Company, 37-38, New York (2005).
- 10) E. H. エリクソン / J. M. エリクソン : 村瀬孝雄・近藤邦夫訳 : ライフサイクル, その完結, みすず書房 (2001).
- 11) 石原房子 : Tornstam の老年的超越尺度の構造の検討, 応用老年学, 5 (1) : 20-27 (2011).
- 12) 増井幸恵, 権藤恭之他 : 心理的 well-being が高い虚弱高齢者における老年的超越の特徴 ; 新しく開発した日本版老年的超越質問紙を用いて, 老年社会科学, 32 (1) : 33-46 (2010).
- 13) Tornstam, L.: Gerotranscendence. Springer Publishing Company, 48-49, New York (2005).
- 14) 川喜田二郎 : 発想法 : 中公新書 (1967).
- 15) Tornstam, L.: Gerotranscendence: A theory about maturing into old age, Journal of Aging and Identity, 1:37-50 (1996 b).
- 16) 加島祥造 : 老子と暮らす, 87-89, 光文社 (2000).
- 17) Tornstam, L.: Gerotranscendence. Springer Publishing Company, 67-68, New York (2005).
- 18) Tornstam, L.: Gerotranscendence. Springer Publishing Company, 68-69, New York (2005).
- 19) 柳田國男 : 柳田國男全集 13, 7-209, ちくま文庫 (1990).
- 20) 柳田國男 : 柳田國男全集 13, 721-737, ちくま文庫 (1990).
- 21) Tornstam, L.: Gerotranscendence. Springer Publishing Company, 61-62, New York (2005).
- 22) H.Markus, S.Kitayama.: Culture and the Self: Implications for Cognition, Emotion, and Motivation, Psychological Review, 98 (2) : 224-253 (1991).

Successful Aging of the Oldest Old from a Viewpoint of Gerotranscendence

Masako Hayashi

(Geriatric Health Service Facility Angel Court)

Hiroshi Haga

(Oberlin University Institute for Aging and Developmental)

Keywords: Successful aging, gerotranscendence, the oldest old

The gerotranscendence theory was introduced in Japan as another perspective of successful aging. The purpose of this study was to clarify the concept of gerotranscendence of Japanese oldest-olds and to examine their successful aging. Semi-structured interviews from a viewpoint of gerotranscendence were conducted among eleven Japanese elderly people between the ages 85–90, who were asked to describe their personal experiences of aging. The data were analyzed by using the KJ method. As a result, participants' aging or life revealed two processes. One was the process of living an everyday life, the other was the process of changing in attitudes and perspectives. That is to say, meaning and importance of relations and self-awareness gradually changed during the process of growing old, while being based on everyday life. In addition, the sense of connection to the next world increased. These positive changes in attitudes and perspectives suggested successful aging of the oldest old. It was also found that the concept of gerotranscendence of Japanese oldest-olds was compatible with the gerotranscendence theory.