

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 19 日現在

機関番号：13103

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2016

課題番号：26350039

研究課題名(和文) 超高齢社会における「つながり」ある暮らしの在り方研究

研究課題名(英文) Study of the life with continuing relation in super-aged society

研究代表者

得丸 定子 (Sadako, TOKUMARU)

上越教育大学・大学院学校教育研究科・教授

研究者番号：00293267

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,700,000円

研究成果の概要(和文)：高齢者の生きがいある暮らしについて、3視点「継続ケアのある高齢者共同体(CCRC)」「続くつながり」「世代間交流」から考察した。「CCRC」は米国型が理想であるが非常に高経費で日本の一般の高齢者向ではない。日本でのCCRCの取り組みは全て移住型で、これまでの繋がり継続が今後の課題。「続くつながり」は読経聴取が悲嘆ケアに有効と示された。「世代間交流」ではエンディングノート(EN)の記入分析から、記入内容が世代で異なることが示された。故に、異世代が同じENを共に記入することは若い世代の高齢者理解促進、高齢者の生きがい感作り、次世代への文化継承となり、今後の世代間交流でのEN記入活動を提案する

研究成果の概要(英文)：We researched life worth living for seniors from three perspectives: Continuing care retirement communities (CCRC), Continuing bonds, and Intergenerational exchange. Although the American CCRC system seems ideal in some respects, its high cost renders it unpractical for most Japanese elders. The few attempts at CCRC in Japan are all transition types that may pose issues about past relationships. Regarding Continuing bonds, we found that listening to priests' sutra chanting was useful for Japanese survivors' grief care. As regards intergenerational exchange, analysis of writing ending notes showed that the young and old generation exhibited distinctly different contents. Therefore, we propose that young and old write ending notes together as activities of intergenerational exchange, because it should prompt young people to understand the elderly better, contribute to elderly happiness, and help to preserve and transmit cultural inheritance.

研究分野：生活科学

キーワード：超高齢社会 つながり continuing bonds CCRC 世代間交流 エンディングノート

1. 研究開始当初の背景

日本は世界初の超高齢社会を迎えるが、日本の超高齢社会の取り組みを成功させるためには、国の福祉政策のみならず、若い世代や高齢者自身にも課せられた教育的使命がある。この使命の実現に向けて、東京大学をはじめとする産・学・地域の協働研究と実践が試みられている。

しかし、高齢者の暮らし方について多方面から考察した国内外の研究論文はない。ゆえに、高齢者の暮らし方・生きがいについて多方面、各種のつながりからの考察を行う必要があった。

2. 研究の目的

高齢社会における高齢者の暮らしと生きがいについて、3視点の「つながり」から考察・実践・評価を行い、日本人の感性に合った高齢者の暮らしの探求を目的とする。

具体的には1点目として、Continuing Care Retirement Community(継続したケアのある高齢者共同体。以下 CCRC と略す)モデルの考察を行う。2点目は、「Continuing bonds (続くつながり)」を基とする死生観に重点を置き、亡くなった人とのつながりを尊重し、悲嘆ケアに取り組み、その実践の評価を行う。3点目は、死生観を基盤においた高齢者と若い世代との世代間交流の評価を行い、高齢者のつながりある暮らしでの生きがいに資することを目的とした。

3. 研究の方法

以下の3視点について同時並行で進めた。(1)海外・国内の CCRC 施設や高齢者対策に関する情報収集を行い、考察した。(2)臨床宗教師活動の一環として、経文聴取による死別悲嘆ケアの効用について検討した。(3)世代間交流は、活動として若者と高齢者によるエンディングノート(EN)記入を行い、その比較検討をした。

4. 研究成果

(1)米国の CCRC は全国に約2,000施設あり、広大な敷地やビルの中に継続的なケアコミュニティシステムを有し、私生活・仲間(地域)・文化・医療・福祉サービスの連携が柔軟である。たとえ一時期病院に入院しても、仲間が見舞いに来たり、退院すれば元のコミュニティに帰ることができるなど、様々な絆は保たれている。しかし入居契約金・月経費は高額であり、高級老人ホームの類である(ベッカーの調査資料)。

日本の CCRC は米国型を手本として、国民年金で賄える層を基準として国内幾か所かで現在莫大な費用をかけて設置が試みられている。しかし、全て移住型であり米国とは異なる国民性を持つ(特に家族や土地柄へのつながりを重視する国民性)人々を対象とするには移住型だけではこれまでの人間関係・地域・土地とのつながりの継続について課題が

残る。画一的移住だけではなく、現在機能している地域包括システムを基盤にした、小さな単位でのきめ細かな取り組みが期待される。多世代との交流に関しても、現在盛んな幼稚園・学校の枠を広げ、大学が模索され、「つながり」を重視したコミュニティ作りについて今後も模索が必要である。

(2)「続くつながり」として、臨床宗教師(公共空間で心のケアを行なうことができる宗教者。布教を目的としない超宗派超宗教の僧侶・牧師・神職。東北大学の谷山が中心になり臨床宗教師を育成。これまで約200人以上が修了し全国活動中)が被災地などで行っている「café デ モンク(僧侶が行う傾聴ボランティアカフェ)」での経験で得られた実感としての「お経」傾聴効果についての他の研究グループとともに検証を試みた(論文)。

以下にペットロス有する対象者への経文聴取への効用結果を簡略に記す。

状態不安(STAI)は実験群(経文聴取群)は対照群よりも顕著・有意に低下。プリガースンの悲嘆尺度は、実験群で悲嘆の緩和傾向。SIgA は実験群が有意に上昇し、免疫力が上がりストレス低下したことが示された。経文聴取効果については今後の検討課題が山積しているが、高齢者が亡くなった人とのつながりを絶たずに、また経文を聞くことにより、悲しみをやわらげ、ストレスを下げ、健康に生きられる一方途を示すことができた。

(3)世代間交流の考察であるエンディングノート記入取り組みについて以下に述べる。

対象者は60~80歳後半の高齢者(新潟市内在住、女性12、男性10)と大学生(「J」教育大生、女性22、男性22)。実施日はH28年8月~10月。ENは(社)終活カウンセラー協会発行「マイ・ウェイ」を使用した。

背景として被験者の生きがい度合いを把握するため、SOC(Sense of Coherence 生きがい感尺度)を求めた。大学生の平均点は 53.3 ± 9.1 点、高齢者の平均点は 62.4 ± 12.2 点で分散分析の結果、高齢者のほうが有意に高かった($p < 0.01$)。両者とも日本人集団平均より若干低い。SOCの内訳では「把握可能感」と「処理可能感」が高齢者のほうが有意に高かった($p < 0.01$)。高齢者はこれまでの人生経験から、学生よりも物事を把握し、処理できるという生きる力があると考えられる。

ENに記載のアンケート項目結果では、「介護が必要になったとき面倒を見てもらいたい場所」の自宅は大学生が51%、高齢者は29%。後日の座談会で再度質問すると本音は自宅だが遠慮があるからとのこと。テキストマイニング分析した結果では、高齢者では自分の死に対する男女の意識の違いが見られ、女性は男性より、自分の死の事前準備をしている者が多かった。男性は女性より、自分の死や病について正面から向き合う回答が見られた。また、高齢者の自己決定の背景には家族に対する遠慮や気

遣いなど、個別で複雑な気持ちがあることも示された。

ENの自由記述欄の2項目「これからの人生でやりたいこと」「自分へメッセージ」のテキストマイニング分析結果を以下に述べる。

まず、「これからの人生でやりたいこと」では、高齢者は「家族と共に」「日々平穩」「前向き行動・情緒」の3クラスターが一部分重なりあっている。このことは、3クラスターが同一センテンス中に現れていることを意味している。このことから高齢者が最も望んでいるこれからの人生の生き方は「日々、家族と共に前向きに生きたい」ということと考えられる。(図1)

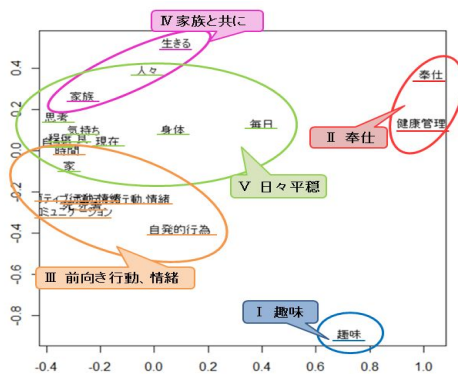


図1 高齢者「これからの人生でやりたいこと」

大学生の「これからの人生でやりたいこと」ではネガティブな記述がほとんどなかった点が特徴である。クラスター分析では3クラスター「明るく豊かに生きる将来の家族像」「家族・人々との生涯にわたる生き方」「社会的・私的活動への意欲」が現れたが、箇条書き的に書いている人が多いため、全体に語群がばらつき3クラスターの関連性を見出すことがむづかしかった。また、これからの自分と自分にかかわる周囲の人々のことについては記述されているが、社会全体・日本・世界のことなどといった広い規模についての記述はされていなかった。さらに、高齢者群で現れた「奉仕」のクラスターは現れなかった。(図2)

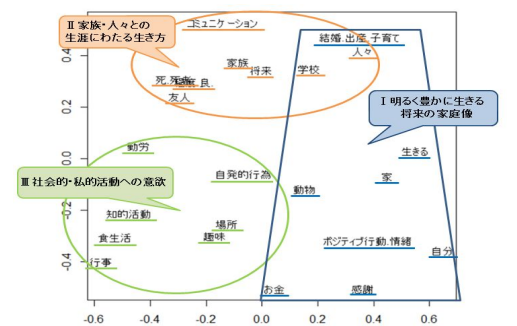


図2 大学生「これからの人生でやりたいこと」

「自分へのメッセージ」では、高齢者は「あの世へのつながり」「社会とのつながり」「家族とのつながり」のクラスターがあり、「この世」と「あの世」とのつながりは

自分への大きなメッセージ性を持っているようである。(図3)

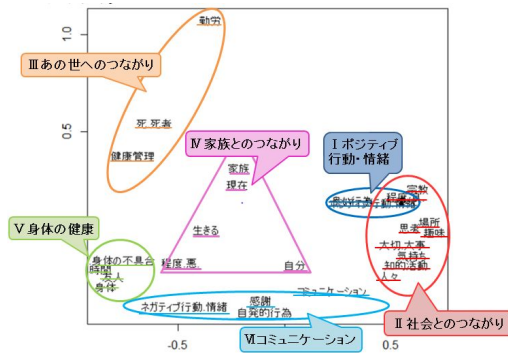


図3 高齢者「自分へのメッセージ」

大学生は「自分の生活の管理」「自分が作る家族の幸せ」「人生を見通した前向きな生き方」などがあり、「この世」のことだけ、自分の周囲の記述で社会全体のメッセージ性はなかった。

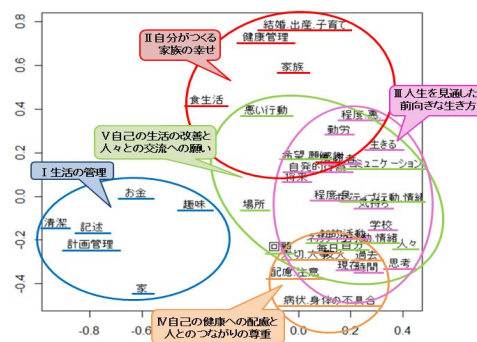


図4 大学生「自分へのメッセージ」

ENの記入意義・役割について世代別の違いが示された。大学生にとってENは、自分の将来を見据えて夢や決意を新たにすることを与えてくれるものであり、高齢者には、残された時間をどう過ごすかという死を見据えた「人生の店じまい」への心準備に対するサポート役割であると考えられる。このようにEN記入は、各世代の人生課題を乗り越える手助けとなる可能性を秘めていると考えられる。

それゆえ、世代間交流で同じ内容のENを記入を交流活動に取り入れることを提案する。この活動は若者にとっては自分の生活の振り返り、将来の夢の構築、高齢者理解につながり、高齢者には生きがい感、人生の振り返りと人生の終わりへの準備機会を与える材料となり得ると考えられる。

国民性は異なっても、また、高齢期に限らず生きがい感を持って生きるためには「つながり」は重要なキーワードである。さらに、生きがい感としての「つながり」は、亡くなった人(物、ペット)や距離的に離れた人にも該当する。時間的・空間的なつながりを重層的に具体的に提案し、構築することは、超高齢社会に生きる我々の引き続く課題である。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

〔雑誌論文〕(計 37 件 うち 5 件)

Yozo Tniyama and Carl B. Becker, Religious Care by Zen Buddhist Monk: A response to Criticism of “Funeral Buddhism”, Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought, 査読あり, 33, 2014 1-12 DI: 10.1080/15426432.2014. 873649

奥井一幾・良浪祥吾・得丸定子, 学校・地域間連携についての住民及び保護者の現状と評価, 奥日本家政学会誌, 査読あり, 2015, Vol.66 No.3 87-101,

石川みどり・小野塚知子・良浪祥吾・奥井一幾・得丸定子, 小学校での動物飼育授業における児童の心理変化～豚の飼育から出荷まで～, 上越教育大学研究紀要通読あり, 第 35 巻, 2016, 239-255

カール・ベッカー, スピリチュアルに生きる意味、楽園、超高齢社会特集 64 号, 2016, 7-13

谷山洋三・得丸定子・奥井一幾・今井洋介・森田敬史・郷堀ヨゼフ・カール・ベッカー・高橋原・鈴木岩弓, 経文聴取による喪失悲嘆ストレスのケア、仏教看護・ピハーク、11 号, 2016, 151-165

〔学会発表〕(計 44 件 うち 5 件)

Sadako TOKUMARU, Elementary school children's emotional changes while raising pigs to slaughter, XXIII IFHE (International Federation for Home Economics) World Congress 2016, August 1 (Sat), 2016, Daejeon Convention Center, (Daejeon, Korea)

今井洋介・高橋原・谷山洋三・鈴木岩弓・得丸定子・奥井一幾・森田敬史・郷堀ヨゼフ・カール・ベッカー, 経文聴取は喪失悲嘆ストレスを低減しうるか, 第 29 回日本サイコオンコロジー学会総会, 2016.9.23, 札幌コンベンションセンター(札幌市)

得丸定子・奥井一幾・郷堀ヨゼフ, P4C (Philosophy for Children)を用いた「いのちの授業」～「ブラックジャック」を教材として～, 第 40 回日本死の臨床研究会年次大会, 2016.10.8, 札幌コンベンションセンター(札幌市)

谷山洋三・奥井一幾・得丸定子・カール・ベッカー・今井洋介・高橋原・鈴木岩弓・森田敬史, 入棺体験による死生観への影響、仏教看護・ピハーク学会第 12 回年次大会, 2016.8.28, 西本願寺聞法会館(京都市)

谷山洋三・奥井一幾・得丸定子「読経により悲嘆は緩和されるのか? 心理尺度

と生化学指標による実証」第 24 回日本ホスピス・在宅ケア研究会全国大会 in 久留米, 2017.02.04, 久留米シティプラザ(留米市)

〔図書〕(計 14 件 うち 5 件)

北陸家庭科授業実践研究会編(得丸定子共編著)「気持ちと身体と行動をつなく、ストレスとコミュニケーション対処スキル」、『考えるっておもしろい』所収、Ver.2 教育図書, 2014, 122-129 (158)

得丸定子分担「人生の終わり方」、『家族生活の支援-理論と実践-』所収、(一社)日本家政学会家政教育部会編、建帛社, 2014, 116-122 (168),

カール・ベッカー、奥野元子(編著)『愛する者をストレスから守る～瞑想の力』所収、得丸定子分担「学校教育と瞑想」、こころの未来叢書 3, 晃洋書房, 2015.101-136)201 (101-136)

谷山洋三著『医療者と宗教者のためのスピリチュアルケア臨床宗教師の視点から』中外医学社, 2016, 179

カール・ベッカー分担「スピリチュアルケアとグリーフケアと医療」鎌田東二編『講座スピリチュアルケア学 1 スピリチュアルケア』所収、ピニング・ネット・プレス, 2014, 287 (144-166)

〔産業財産権〕

出願状況(計 0 件)

取得状況(計 0 件)

〔その他〕

なし

6. 研究組織

(1)研究代表者

得丸 定子 (TOKUMARU Sadako)

上越教育大学・学校教育研究科・教授

研究者番号: 00293267

(2)研究分担者

ベッカー カール (BECKER, Carl)

京都大学・こころの未来研究センター・教授

研究者番号: 60243078

谷山 洋三 (TANIYAMA Yozo)

東北大学・大学院文学研究科・准教授

研究者番号: 10368376

(3)連携研究者

なし

(4)研究協力者

なし