

サクセスフル・エイジングに関する概念的考察と研究課題

小田 利勝

Some Conceptual Considerations about Successful Aging
and Issues of Studies on Successful Aging

Toshikatsu Oda

はじめに

サクセスフル・エイジング (successful aging) は、エイジングに関する社会科学的研究の中で、最も古くから、しかも今日まで一貫して研究されてきているテーマである (George, 1990)。日本社会学会においても、1991年度の第64回大会においてサクセスフル・エイジングに関するテーマ・セッション (「大衆長寿時代の老い方」) が設けられた。そして、「エイジングの概念やエイジング研究の課題や方法について議論をさらに発展させ、来るべき大衆長寿時代の老い方とエイジング研究のあり方について一定の方向性を得られれば」 (嵯峨座, 1992: 3) という趣旨の下に、1992年度の第65回大会においても (1992年10月31日・11月1日、九州大学) 引き続き同じテーマ・セッションが設けられることになった。

筆者は、そこにおいて、「サクセスフル・エイジングの概念と研究課題」と題して報告することになっているので、この機会に、筆者がサクセスフル・エイジングに関して検討しているいくつかの点を本稿で論じておくことにする。

1. 大衆長命時代とサクセスフル・エイジング

(1) サクセスフル・エイジングの日本語表現

サクセスフル・エイジング (successful aging) にピッタリと当てはまる日本語を探そうとすると案外難しいことに気がつく。エイジングは「老化」あるいは「年をとる」と言い換えればよいが、サクセスフルを日本語に置き換えようとするとう普通の日本語にならない。「成功した老化」や「上出来の老化」、あるいは「首尾よく年をとる」などと表現すれば、日本語ではなくなってしまいそうである。

「幸福な老い」とか「寿齢」という表現が当てられることもあり、「長寿」や「寿老」という言葉を当ててもよさそうである。「寿齢」や「長寿」には輝かしい響きと重厚感があり、「幸福な老い」には明るいほんわかしたムードがある。それでも何となく漢語調で堅苦しい感じがする。「上手に老いる」とか「上手に年をとる」、「うまく年をとる」というと日本語として違和感がなくなるように思えるが、それらが指し示す内容は、何となく個人的な心構えやハウツー的、精神訓話的な事柄という印象を与える。そうした誤解さえ

なければ、それらの表現を用いてよいかもしれない。

「寿命」にしる「寿齡」あるいは「長寿」にしる、長生きすることを「寿」(ことほぎ)という言葉で表現するように、日本語では、本人だけではなく、長生きする(した)ことをまわりの人たちが「おめでたい」こととしてお祝いするという意味が込められている。ついでに言うと、平均寿命が伸びて多数の人々が長生きすることが一般化した状態を指す mass longevity を大衆長命ではなくて大衆長寿と表現するのも同じ理由からである。

以上のように、サクセスフル・エイジング (successful aging) をそのまま違和感のない日本語に置き換えるのはやっかいである。それは、後発の産業国としての日本が欧米の先進産業国に比べて人口の高齢化に関しても後発国であり、そうした発想が欧米諸国に比べて乏しかったからであると考えられることができるが、ここでは、ひとまず、「身も心もつつがなく年をとっていくこと」と表現しておこう。

(2) 大衆長命時代とサクセスフル・エイジング

ごく単純に考えれば、「身も心もつつがなく年をとっていくこと」は、いつの時代でも、どこでも、誰でもが望むことであるといえるかもしれない。しかしながら、そのことに多くの人々が関心をもつようになったのは、そんなに古いことではないのではないかと考えることもできる。

老化や死に対する人々の観念は、不老不死から不老長寿を経てサクセスフル・エイジングに到達したという仮説も立てることができるのではないだろうか。寿命の短かった時代ほど不老不死や不老長寿に対する関心が高く、寿命が長くなるほど、そうしたものへの関心が薄れたということである。これは、ある意味では逆説的発想である。

昔に比べて寿命は著しく伸長し、若々しい高齢者が増えたことは周知のところである。体力的にも外見的にも若さを保つ様々な方法・手段も工夫、開発され、それを利用する人も少なくない。いつまでも若々しく元気で長生きできること、すなわち、不老長寿はもはや夢物語ではなくなったかの感がある。そうであれば、不老長寿や不老不死への関心がますます高まってよいはずである。

しかしながら、サクセスフル・エイジングという発想は、人間はまさにエイジング = 年をとること・老いること、そして死ぬことを前提にする。サクセスフル・エイジングは、いつまでも若々しくて年をとらないように生きることを意味しない。不老不死や不老長寿の観念を否定するところからサクセスフル・エイジングの議論は始まるといってよい。このことは、単に不老不死や不老長寿が非科学的なおとぎ話や伝説の中に込められた人間のはかない夢にすぎないものとして問題にしない、ということではない。

寿命の短かった時代には、長生きする = 長く老い続けることは多くの人にとって例外的な他人事であった。働いて、子供を育てて、とやっているうちに寿命が尽きた = 死を迎えたからである。そうであれば、老後をどう生きようかなどと考える余地はなかったことになる。したがって、もし、長生きしたとすると、そのこと自体が幸運に恵まれたメデタイことであった。長命は即ち長寿であったのである。

寿命の伸長は、多くの人々が長くにわたって老い続けることになったことを意味する。かつては例外的で他人事であったことが、多くの人にとって自分事になったということである。大衆長命 (mass longevity) の時代の到来である。不老不死や不老長寿は、長く老い

続けることが全くの他人事であるときにこそ、まさに夢として意味を持つ。それが自分事になったとき、老い続けなければならなくなった現実に直面して、不老不死や不老長寿の夢よりも、いかに老い続けるかが関心事になった。長命は必ずしも長寿を意味しなくなったということである。サクセスフル・エイジングということに関心が寄せられる意義もここにある。

長寿社会や大衆長寿時代という表現が使われることが多いが、長生きすることが、本人や家族にとって不安や苦痛に満ちたものであれば、その社会は大衆長命社会であっても大衆長寿社会とは呼べない。誰もが安心して老いを迎え、長生きすることを真に言寿(ことほ)ぐことができる社会こそが正しい意味での大衆長寿社会といえるであろう。

2. サクセスフル・エイジングの概念

Successful Aging という表現は、life satisfaction や morale あるいは survival や good health さらには well-being と同義に用いられ(Palmore,1979 ; Maddox and Campbell,1985 ; George,1990)、より包括的には survival (longevity)、health(lack of disability)、life satisfaction (happiness)の3つの要素すべてを統合した概念とみなされることもある(Palmore,1979)。Successful Aging を「身も心もつつがなく年をとっていくこと」と表現したのは、そうした概念規定を念頭においたものである。

それらのうち、断るまでもなく、survival(longevity) や good health、physical health は客観的に測定できる指標であるが、他は概ね主観的測定指標である。また、well-being は、physical well-being や psychological well-being(Palmore et al., 1985)、economic well-being (Smeeding, 1990) など、高齢期における身体的・精神的・経済的な良好状態を包括して表現する概念として用いられるが、life satisfaction や morale、happiness といった主観的側面を包括して表現する場合には、subjective well-being が使われ、日本では主観的幸福感と訳されることもある。

(1) サクセスフル・エイジングの主観的側面

サクセスフル・エイジングの主観的側面は、高齢者の態度や心理、精神状態の問題として早くから多くの研究が試みられてきた。その過程で種々の測定尺度が提案され、それらを用いた研究が蓄積されてきた。今日でも広く知られている代表的な尺度は、生活満足度尺度A (LSIA = Life Satisfaction Index A) や PGC モラル・スケール (Philadelphia Geriatric Center Morale Scale) に代表されるような主観的幸福感 (subjective well-being) の測定尺度であり、それらを用いた測定結果の要因分析に関する研究が多く試みられてきた(古谷野, 1991)。近年では、

(2) サクセスフル・エイジングの客観的側面

longevity と health という客観的指標に基づいて「元気で長生き」の要因を分析した研究では(palmore,1979;1982;Nowlin,1977)、satisfaction や happiness はサクセスフル・エイジングの構成要素ではなくて、「元気で長生き」の要因の一つとして扱っている。元気で長

生きできる人とそうではない人との違いを、遺伝的要因や医学・生理学的要因だけではなく、社会心理学的要因にまで拡張して検討しようとしたものである。いってみれば、「元気で長生き」の秘訣を社会心理学的に解明しようとするものであるが、この種の研究は多くない。精神的・心理学的要因が果たしてどの程度その人の寿命と健康に作用するかは、ストレスの問題とも関連するが、今後さらにパーソナリティーの問題との関連をも含めて究明されるべき課題であろう。

(3) サクセスフル・エイジングと社会的適応

サクセスフル・エイジングは、老化あるいは高齢期の生活への良好な適応過程・状態 (successful adaptation to aging / late life adjustment) でもある (Maddox and Campbell, 1985; Atchley, 1988)。adaptation あるいは adjustment の概念は、successful aging や life satisfaction あるいは morale よりも早くに老化研究に導入され、それらは、successful aging と同義に用いられてきている。しかしながら、老化や高齢期に良好に適応している状態とはどういう状態かということに関しては共通の見解を見いだすことが難しい (小田, 1991)。

たとえば、高齢期の社会的不適応の例として、孤立、アルコール中毒、薬物常用、自殺があげられることがある (Atchley, 1988)。逆に言えば、通常的生活から大きく逸脱していなければ良好に適応していることになるから、大多数の高齢者は老化や高齢期の生活に良好に適応していることになる。そうだとすれば、どの程度良好に適応しているか、そしてまた、その要因は何かを問うことよりも、高齢者の不適応 (逸脱) 行動からサクセスフル・エイジングの課題にアプローチする方が意義あることになるともいえる。

ごく一般的には、社会的適応は、環境からの要請に応えることと、環境とのかかわりあいの中で一般的な幸福感を経験するという客観的要素と主観的要素とからなる (George, 1980)。前者に関しては役割理論や社会的ストレス論からのアプローチが試みられており、後者には subjective adaptation といった表現が当てられることもある。

この種の観点からの研究は古く、Burgess (1950) は、良好な個人的適応 (successful personal adjustment) は、その人が、その人自身の必要や欲求を満足させると同時に社会の期待や要求にも応えていることであり、個人的適応の失敗は、新しい状況に適応するように態度や行動を変化させることができない、あるいはしようとしなないことを意味すると述べて、健康度、活動の内容と量、満足感、幸福感、有用感、他者による適応評価によって高齢期の適応度を測定した。

幾つかの生活満足度尺度を作成して、その有効性を検討した Neugarten らは (1961)、他者評価と主観的生活満足度との関連についても検討している。彼らが行った他者評価は、直接インタビューに参加することなかった大学院生がインタビュー記録を読んで、あらかじめ設定された評価方法にしたがって被調査者の生活満足度を評価するという特殊なものであった。したがって、それは、適応の客観的要素を評価したものとはいえないが、被調査者の回答は、それがどんなに熟慮したものであったとしても、外部観察者の評価と一致するのはごく一部分にすぎないと述べている。この指摘は重要である。

(4) 環境と適応

環境圧力と個人の能力に着目して高齢者の適応問題を論じた Lawton (1989) は、環境を

以下の5つのカテゴリーに分類している。personal environment (配偶者、世帯員、親族、療法士、職場仲間、親友など)、small group environment (所属する小集団の目標や期待といった独自の特性)、supra-personal environment (年齢特性、民族性、学歴など)、social environment (文化、価値、社会規範、法律、組織、制度)、physical environment (無生物世界全体 - 住居・近隣・地域など)。

人々はそうした様々なタイプの環境からの要請(環境圧)に対応しながら社会生活を送っているが、Lawton(1989)は、環境圧への対応を environmental docility model と environmental proactivity model の二つのモデルで説明している。前者は環境従順型適応モデル、後者は環境改変型適応モデルとでも表現し得るものである。

environmental docility model における適応過程の特徴は次のようなものである。環境圧が徐々に上昇あるいは下降する場合は刺激意識が小さく、環境圧の変化に努力することなく適応することができ、不快感を覚えない。しかし、その変化の幅は個人の能力に規定され、環境圧への応答程度と個人の能力が対応していれば好ましい行動や感情を結果することになるが、環境圧が能力を大幅に上回ったり、逆に下回ったりすれば、不適応行動と否定的感情をもたらすことになる。過剰圧はストレスになり、過小圧は剥奪感を引き起こすからである。最大の快適感(幸福感・満足感)は、能力が環境圧を若干上回っているときに得られる。

environmental docility model においては、環境は所与のものとしてとらえ、それに適応する過程を問題にするから、環境圧の変化は、高い能力を持った人に対してよりも低い能力の人により大きな影響を与える。Lawton(1989)は次のような事例をあげている。計画住宅の入居者で健康な人は、新しい友人を選ぶのに地理的な制約を受けない(遠方の人からも友人を選ぶ)。その結果、友人選択において好ましい結果が得られるが、健康度が低い人にとっては物理的距離が圧力になり、友人として選ばれるのは隣人に限定されることになる。

しかし、人間は、環境を所与のものとして、それに柔順に従うだけではない。環境に働きかけて、それを改変する。この場合は、環境圧の水準は、環境からの要請に対して当該個人が有する資源と機会によって規定される。個人的資源の水準が低いと利用できる環境資源が少なくなり、個人の能力が高いほど、ニードや希望を追求するのに利用できる環境資源の量が多くなるということである。これが、environmental proactivity model の基本的枠組である。

proactivity は challenge とほぼ同義と理解してよい。環境資源を増加させる、気に入るように積極的に変える、うまく選ぶ、といった意味で使われている。ある条件があった場合、それに対応することができたり、それを使いこなすことができる人と、そうではない人とは環境は全く異質のものになる。客観的には同様の環境にみえても、そこにおける感情的・認知的・行動的な反応が人によって違うのは、そのためである。そして、個人の能力が高いほど、望ましい反応を引き起こすことができるように、すなわち、自己効力と幸福感を拡大するようにその人自身の環境を変えることができる。

docility モデルは、適応様式における安全・機能維持・狭い経験といった保守性・受動性の側面から、proactivity モデルは、挑戦・成長・広い経験といった革新性・能動性の側面から環境からの要請に対する高齢者の応答と幸福感・満足感を説明しようとするもので

ある。docility モデルにおける高齢者は、挑戦よりも安全を、変化よりも安定を求める。自分の現有能力以内で処理できる課題以外には手を出さずに挑戦的なことをしなければストレスを生じないから、幸福感・満足感の従前の水準は維持され、不快感を覚えることもない。

しかし、他方では、そのことは、個人の能力や、環境を能動的に処理する力量を高めることがないから、環境圧が上昇したときには要求水準 (aspiration level) を相対的に低下させざるをえない。proactivity モデルにおける高齢者は、状況に挑戦することによって幸福感・満足感を維持あるいは高める。新奇性や情緒的豊かさを求め、新しく学ぶことによって要求水準を低下させることなく自己の欲求を充足しようとする。

(5) 文化と適応様式

周知のように、Merton(1957)は、現代アメリカ社会の文化原理から適応問題を検討して、同調、革新、儀礼主義、逃避主義、反抗といった5つの適応様式を設定した。そこでの適応対象は、Lawtonのいう social environment であるが、それらの適応様式は、いずれも個人が幸福感・満足感を維持するための行動様式である。このうち、同調は、その社会の文化的目標と、それを実現するために制度的手段とを共に承認し、それに従って目標を達成しようとする行動様式であるが、他は、文化的目標と制度的手段とのいずれか一方を、あるいは、その両方をともに拒否する行動様式である(表1)。

表1. マーソンの個人的適応様式の類型論

適応様式	文化的目標	制度的手段
同 調	+	+
革 新	+	-
儀礼主義	-	+
逃避主義	-	-
反 抗	±	±

注：+は承認、-は拒否、±は、一般に承認されている価値の拒否と新しい価値の代替。

同調は、社会が安定しているほど、最も一般的で広く普及する適応様式である。

革新は、制度的規範から離れて目標を達成することを指す。大望というアメリカの基本的な美德が、それが逸脱行動であっても目標を遂げれば成功という悪徳を促す。アノミー状態の社会では真価や努力ではなく、運やチャンスが強調される。真価や努力に対して報酬が与えられない状況の下では、抜け目なくて積極的に行動する者が得をすることになるから、そうした革新的実践が普及する。

儀礼主義は、あきらめと型にはまった活動であって、高遠な文化的目標の放棄や切り下げで自己の志望を達成する。外的行動は文化的には望ましくなくても制度上は黙認される。社会的地位が当人の業績によって強く左右される社会で多くみられる。大望を抱くと欲求

不満や危険が生じ、志望を引き下げれば満足と安全が得られる。主要な文化的目標をめざす競争に必ずつきまとうと思われる危険や欲求不満から個人的に密かに逃避しようとするために、文化的目標を放棄して安全な慣例や制度的規範にますます固執する。「幸福（満足）とは、達成を分子とし、志望を分母とする分数で言い表すことができる」（カーライル）からである。

逃避主義は宿命論的消極主義である。葛藤を回避するために目標と手段を放棄する。正当な手段では常に目標に近づき得ず、また内心の禁止によって不当な手段を持ち得ないからである。文化的目標に価値を認めず制度的手続きも顧みない。社会からの報酬が得られなくても欲求不満をほとんど持たない社会的無関心の適応様式である。

反抗は、新しい目標や新しい手段を制度化して、他の社会成員にも共有せしめようとする過渡的な反応である。それは、現存の社会的文化的構造を変革しようとする努力をさすのであって、既存の社会的文化的構造の中で適応しようとするのではない。価値変革を志向し、欲求不満の原因を社会構造に求める結果、保守主義的神話と対立することになる。

(6) 幸福感・満足感の類型化の試み

Lawton や Merton の議論からも明らかのように、幸福感・満足感といったサクセスフル・エイジングの主観的要素も、その個人と環境との対応関係を離れては論じられない。表2に示すように、要求水準と生活満足、生活志向という3つの要素を考えると、幸福感・満足感はA～Lの12類型に、それに現状評価という要素を加えるとa～xの24類型に分類される。たとえば、a類型の内容は、「要求水準が高く」で「生活に満足」しており、「生活志向は過去志向」で「現状を肯定的に評価している」というものである。

表2．幸福感・満足感の類型

要求水準	高						低																	
	い			い			い			い														
生活満足	満足			不満足			満足			不満足														
生活志向	過去	現在	将来	過去	現在	将来	過去	現在	将来	過去	現在	将来												
12類型	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L												
現状評価	+ -	+ -	+ -	+ -	+ -	+ -	+ -	+ -	+ -	+ -	+ -	+ -												
24類型	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m	n	o	p	q	r	s	t	u	v	w	x

注：現状評価のうち、+は現状肯定、-は現状否定・批判

幸福感・満足感が高い、あるいは低いといっても、それは要求水準の高低や自らがおかれている立場や社会状況に対する評価によって、また、生活志向によって同一ではない。たとえば、要求水準が高くて現状を否定的に評価し、過去や現在よりも将来の生活に重点を置いている人と、要求水準が低くて現状を肯定的に評価し、過去や将来よりも現在の生活に重点を置いている人とでは、幸福感・満足感が同じレベルであっても、その意味する

ところは大いに異なる。

表2の幸福感・満足感の24類型に、老後生活における努力の有無を加えると48類型になり、さらに能力の高低を加味すれば96類型になる。いうまでもなく、こうした類型化を試みる場合には、個々の類型の中には論理的にありえない、あるいは矛盾するものもでてくるが、幸福感・満足感といった主観的要素について考える際の一助にはなる。

3. おわりに

サクセスフル・エイジングは、内的基準（主観的成分）としての幸福感・満足感と外的基準（客観的成分）としての社会的役割や対人責任の遂行といった社会的適応との両面から検討されることが必要である。環境圧力とか環境の要請というのは、一つには、ある状況の下で、その個人に期待されている役割の十全な遂行が求められていることである。それに応えることは、社会的役割と対人責任を果たすことであり、そうすることによって社会的に統合されることである。しかし、環境からの要請に応えていなくても（客観的にみて不適応と判断されたとしても）幸福感・満足感を覚える場合と、その反対に、客観的にみて環境からの要請に応えている（良好に適応している）と判断されても、本人は幸福感・満足感を覚えない場合とがあろう。

先に、サクセスフル・エイジングを「身も心もつつがなく年をとっていくこと」と言い換えたが、これでは十分ではなさそうである。サクセスフルをどう規定するかの問題にすぎないといえればそれまでであるが、客観的要素に焦点を当てたサクセスフル・エイジングの研究が大量長命時代の老い方を考える上であらためて重要になってきているように思われる。それは、高齢者が様々なレベルにおける環境からの要請にどう応えているか、応えようとしているか、という適応過程を明らかにしていく作業である。社会の変化に応じて、高齢者に対する環境からの要請もまた量的にも質的にも変化する。問題は、良好な適応状態とはどのような状態であるかという評価基準と、適応過程における客観的要素を評価する際の適切な評価者は誰かということである。この点についての検討が、大量長命時代の老い方や新たな高齢者像に関する論議をハウツー的あるいは精神訓話的なものから救うことになる。

文 献

- Atchley, R. C. (1988) : *Social Forces and Aging* (Fifth edition), Wadsworth.
- Buegess, E. W. (1950) : " Personal and Social Adjustment in Old Age " , in M. Derbered., *The Aged and Society*, Industrial Relations Research Association (reprint edition, 1980, Arno Press).
- George, L. K. (1980) : *Role Transition in Later Life*, Brooks/Cole.
- George, L. K. (1990) : " Social Structure, Social Process, and Social-Psychological States " in R. H. Binstock and L. K. George eds., *Handbook of Aging and Social Sciences* (Third Edition), Academic Press.
- 古野野亘(1991) : 『第64回日本社会学会大会報告概要』

- Lawton, P. M. (1989) : “ Behavior-Relevant Ecological Factors ” , in K. W. Schaie and C. Schooler eds., *Social Structure and Aging: Psychological Processes*, Lawrence Erlbaum Associates.
- Maddox, G. and R. T. Campbell (1985) : “ Scope, concepts, and methods in the study of aging ” , in R. H. Binstock and E. Shanas eds., *Handbook of Aging and Social Sciences* (Second Edition), Van Nostrand-Reinhold.
- Merton, R. K. (1957) : *Social Theory and Social Structure: Toward the Codification of Theory and Research*, The Free Press (森 東吾ほか訳『社会理論と社会構造』みすず書房、1961年).
- Neugarten, B. L., R. J. Havighurst, S. S. Tobin (1961) : “ The Measurement of life Satisfaction ” , *Journal of Gerontology*, 16.
- Nowlin, J. B. (1977) : “ Successful Aging ” , *Black Aging*, 2:4-6,8-17. (reprinted in E. Palmore et al. eds., *Normal Aging* , Duke University Press)
- 小田利勝 (1991) : 「 高齢者の適応に関する概念的考察 」 『 徳島大学社会科学研究』第 4 号。
- Palmore, E. B. (1979) : “ Predictors of Successful Aging ” , *Gerontologist*, 19. (reprinted in E. Palmore et al. eds., *Normal Aging* , Duke University Press)
- 嵯峨座晴夫 (1992) : 「 日本社会学会ニュース 」 No.141、1992.4.15.