

後期高齢期の「居場所創り学」のすすめ —サードライフへの軟着陸のために—



澤岡 詩野（さわおか しの）

公益財団法人 ダイヤ高齢社会研究財団 主任研究員

■略歴

武蔵工業大学建築学科卒業、東京工業大学大学院博士後期課程修了、東京理科大学助手を経て、2007 年より現職。（社）シニア社会学会理事、日本応用老年学会編集委員、桜美林大学加齢・発達研究所客員研究員。工学博士。

■専門

老年社会学、都市社会学

■主な著書

「都市高齢者のネットワークタイプによる友人との交流媒体としての携帯電話の利用状況」（共著『老年社会科学』28 巻 1 号, 12-20 2006）、「すぎなみ大学修了者のための地域活動ガイドブック」（共編著 杉並区 2009）、「都市のひとり暮らし後期高齢者における他者との日常的交流」（共著『老年社会科学』34 巻 1 号, 39-45 2012）他
ブログ <http://blog.livedoor.jp/shinoshino8/>

要旨

1. 65 歳以上人口が 21% をこえる超高齢社会において、高齢者には地域社会を動かす主役としての役割が期待されている。
2. 今後は、都市部での高齢化、特に後期高齢層の占める割合が増加傾向にあり、社会的孤立や孤独死が深刻な問題になっていく。
3. 後期高齢期「サードライフ」は、身体能力の低下、配偶者や友人といった親しい人間関係との離死別などに遭遇するリスクの高まるライフステージであり、それまでの「セカンドライフ」において展開してきた社会活動や人間関係が縮小していく時期と位置づけられている。
4. 後期高齢者のうち 7 割は支援や介護を必要としない自立状態にあり、自身の持病や配偶者の介護などの課題をかかえつつも、主体的に社会と関わり続ける高い能力をもつ存在といえる。
5. 元気なセカンドライフから、活動半径の狭まるサードライフを見据え、住んでいる地域での社会活動や人間関係を構築しておくこと、地域に第三の居場所を創り上げておくことが重要である。

はじめに

75歳以上の後期高齢期は、配偶者や兄弟姉妹、友人などの親密な人々の罹患や死亡に遭遇する確率が高く、その結果、社会的孤立に陥る可能性の高い時期といえる。特に、中高齢期の生活において、住んでいる地域との関わりの希薄であった定時制市民（都心部に通勤し、夜間しか住んでいる地域にいない都市郊外住民）は、退職後の生活において、社会との接点を失い、孤立死・孤独死に至らずとも日々の生きがいを見失うことが多い。

本稿では、「居場所創り学」の観点から、超高齢社会のなかで安心して、生きがいに満ちた人生を送り続けるために、重要と思われる点を述べたい。

I 「居場所創り学」の視点からライフステージを捉える

1. 第三の居場所とは

アメリカの社会学者 Ray Oldenburg¹⁾ は、「家庭（第一）」「職場や学校（第二）」という生活上必要不可欠な二つの居場所が続く、居心地の良さを感じる「第三の居場所（Third place）」の存在が都市の魅力を左右することを指摘している。都市に暮らす人々にとって、散歩途中に挨拶をしたり、知り合いとたまたま一緒になって世間話をしたり、居心地の良さを感じる場が重要であるとしたこの主張は、アメリカの大手コーヒーチェーンの創業理念にも大きな影響を与えた。

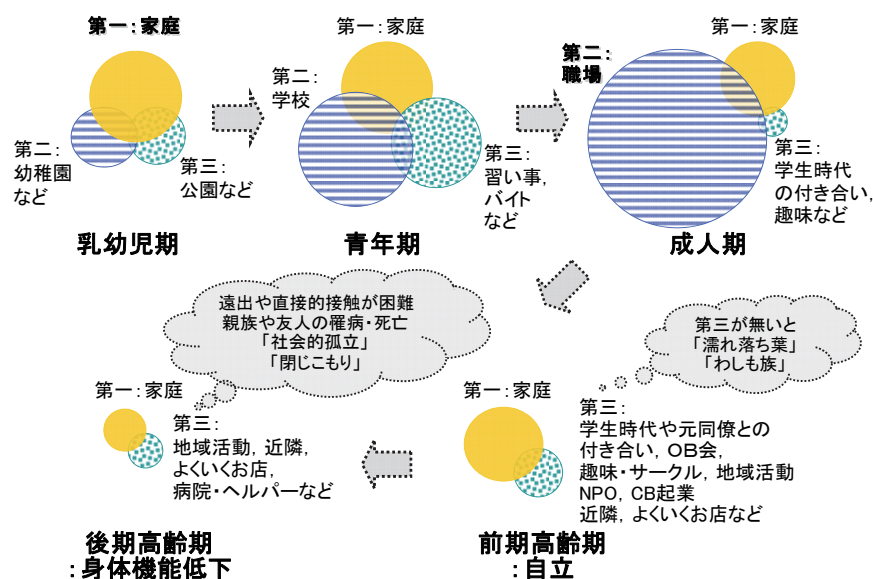
「居場所」という言葉の明確な定義づけは行われていないが、心理学、建築学など多様な分野で居場所のあり方について論じられている。心理学分野においては、不登校児のフリースクールといった青年期を対象に居場所の重要性が論じられてきた。これらの研究においては、他者とのつながりを居場所の重要な構成要素としており、「安らげる」や「ありのままでいられる」「役に立っていると思える」といった感情を伴う場所、時間、人間関係を指して用いられることが多い²⁾。また、建築学分野では、建築計画や公共施設計画の観点から、居場所を「自由な時間を過ごす場所」や「居心地の良い場所」と捉え、このあり方が検討されてきた。近年では、物理的空間を伴わない形でも捉えられるようになってきており、尾崎³⁾ らは、都市高齢者の「居心地の良い場所」を構成する大きな要素として、挨拶を交わす他者、趣味を共に行う他者、幼馴染といった多様な人間関係の存在を挙げている。本稿では、「第三の居場所」を、居心地が良い、楽しい、やりがいがあるなど、個々の価値観が反映された社会活動や人間関係との交流の場や時間を表す言葉として用いる。

第一の居場所「家庭」、第二の居場所「職場や学校」、第三の居場所、これら三つの居

場所の比重は、ライフステージによって変化していく。図表1は、「濡れ落ち葉」などと揶揄される、都市部に居住する企業人を例に、居場所の移り変りを現した概念図である。家庭が中心の乳幼児期から、学校や課外活動などにより青年期は多様な居場所をもつ様になり、成人期は就職を機に職場が空間、時間、人間関係の全てにおいて主要な位置を占めるようになっていく。こうして迎えた高齢期は、第二の円である職場が無くなるのと同時に、職場中心の成人期に縮小してしまった第三の円を再構築することの難しさに直面し、第一の円の小ささを再確認する時期といえる。第三の円がほとんどないなかで、「家庭」に唯一の居場所を求めて配偶者の後をピッタリと張り付いて離れない、これが「濡れ落ち葉」や「わしも族」のゆえんといえる。一昔前のテレビコマーシャルで流行った「亭主元気で留守がいい」というコピーではないが、第一の居場所「家庭」をより居心地の良い場としていくためには、亭主が第三の居場所を見出し、ある程度は忙しくも楽しそうに活動していることが重要といえる。

第三の居場所を新たに創り上げる場として、退職後の生活において最も長い時間を過ごすことになるであろう地域が挙げられる。しかし、現役時代には会社と家の往復、土日は疲れて家で過ごすか接待ゴルフという一週間の繰り返りで、地元のお店や公園も知らず、近所に顔見知りすらいないという方が多く存在する。この方々が、退職して初めて、「住んでいる地域に居場所がない」と悩んだり、住み続けてきた地域に以前はなかった居心地の悪さを感じるのは、現役時代には生きるうえでの大切な場として「職場」という第二の居場所が存在しており、「寝るだけの場所」であった地域には何も求めていなかったことが考えられる。第二の居場所から卒業した後、住んでいる地域において第三の円をいかに大きくしていくかは、セカンドライフを充実させていくための課題といえる。

図表1 居場所の移り変り：都市部の企業人

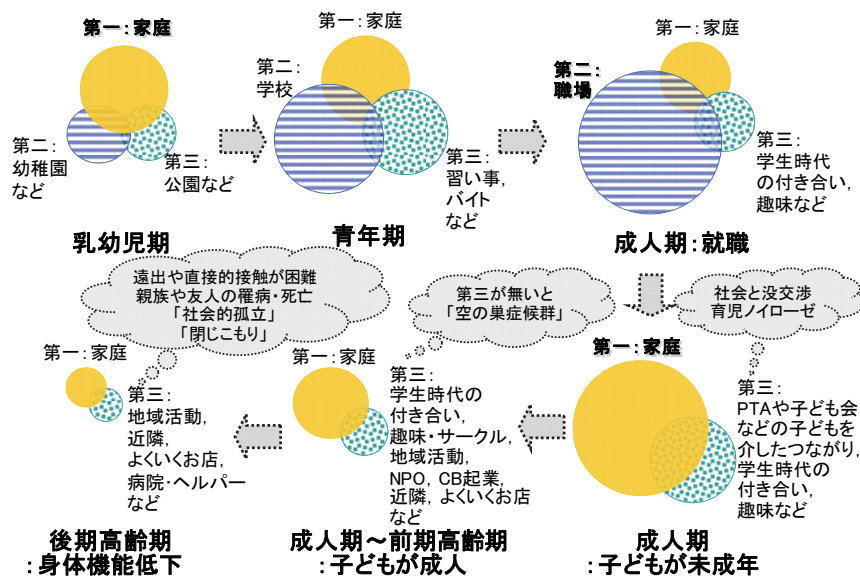


出所：筆者作成

2. 女性も悩む居場所探し

実は、専業主婦として生活し続けてきた女性にも、居場所を見失い、思い悩む時期が存在する。男性よりも10～20年あまり早い40～50代に直面しており、「空の巣症候群」と呼ばれることも多い。子育てという大きな役割を終わるこの時期、重要な居場所である家庭の比重が急激に小さくなるのと同時に、子どもを介しての社会活動や人間関係（＝第三の居場所）も縮小していく（図表2）。学生時代のお付き合いを復活させたり、興味や関心に基づく活動に参加して新たな仲間ができたりと、第三の居場所を新たに創り出す人の多い反面、子ども抜きでの近隣との関係を再構築できないまま地域社会から埋没し、うつ病などを罹患する人も多い。

図表2 居場所の移り変り：都市部の専業主婦



出所：筆者作成

東京のベッドタウンに立地する大規模集合住宅の中高年住民を対象に行った調査（注1）では、回答者の40.4%が何の活動にも参加しておらず、35.8%が週一回未満しか近隣の人と会話（挨拶なども含む）をしていなかった。家庭以外での活動や近隣との関係をもたない人の割合は男性で高く、男性の関係能力の低さを示す結果となった。しかし、男性に比べて高い関係能力をもつはずの女性のなかでも、家庭以外での活動や近隣との関係をもたない人が一定割合存在することも明らかになった。それらの女性からは、「子どもが大きくなってからは、団地内で親しく話す人もいなくなって寂しい」、「仕事を辞めた後は地域でなにか始めたいと思っているが、知り合いもなく不安」など、家庭や職場以外の居場所探しへの不安や居場所を失った寂しさが語られていた。この調査では26.2%が孤独死・孤立死への不安を挙げており、安心して棲み続けるためにも、地域で第三の居場所を創り出すことは重要な課題といえる。

また、男性に比べれば少数ではあるものの、定年を迎えるまで働き続ける女性が増加傾向にある⁴⁾なかで、退職を機に第三の居場所探しに悩むのは男性だけではなくなっている。就労経験をもつ中高年女性を対象に筆者らが行った調査では、多くの方が定年退職後に子育てや教育関連の社会活動に関わっていた。これは、定年退職まで勤めた対象者のほとんどが教師や看護師などの専門職で、それまでの経験を活かした活動に関わりやすい条件にあることによると考えられる。しかし、地域との接点については、20～30代で結婚を機に離職した方々に比べ、現役時も退職してからも関わりをほとんどもっていない傾向がみられた。また、新たに地域で居場所を創り出そうとしても、自治体の退職者講座は男性を想定しており、地域活動は主婦であった女性が主体になっており、きっかけを得にくいという悩みを有していた。今後、未婚のまま自立した独自のライフスタイルを維持しながら定年退職を迎える「おひとりさま」が増加することが指摘されており、子育てや配偶者を介してのつながりのない女性への支援が求められる。

(注1) 2010年11月、東京都郊外に立地する大規模集合住宅の三団地で、高齢社会に関する調査票を全戸配布(回収率22.1%)。回答者の年齢分布は、60歳代(39.4%)が中心で、70歳代(25.4%)、50歳代(15.4%)と続いていた。

Ⅱ サードライフと第三の居場所

1. 高齢期の二つのライフステージ

日本人の平均寿命は男性で79.4歳、女性で85.9歳⁵⁾と、世界有数の長寿国として知られている。65歳に定年退職を迎えた場合、男性で約15年、女性では20年の期間を、新たなライフステージのなかで生きていくことになる。この長い期間をいかに生きがいに満ちたものにしていけるかは、個々人の問題に止まらず、超高齢社会の渦中にある日本の在り様を左右するテーマといえる。

15～20年という高齢期の長い時間を考えるうえで、無視できないのは心身機能、認知機能の衰えである。「年齢」と「自立度(日常生活の動作を介助なしでできるか)」の変化を、全国の60歳以上の男女約6,000名を1987年から三年毎に約20年間追跡した「全国高齢者パネル調査」(東京都健康長寿医療センター・ミシガン大学共同研究)の結果⁶⁾、変化のパターンは男女で異なるものの、多くの人の自立度が低下していくのは70歳代半ばからであることが明らかにされている。男性の70%、女性の90%の自立度が低下していく「サードライフ」を充実したものとするためには、60歳代以降に始まる「セカンドライフ」とは異なる課題が存在することが考えられる。

高齢期の社会活動や人間関係は、健康や生きがい形成に寄与する重要な要因と位置づけた研究がこれまで数多く行われている。社会活動の種類には男女差がみられ、男性は元の仕事関係や同窓会が多くを占めるのに対し、女性では学習や自治会・町会などが加

わり、多様な社会活動を行っていることが指摘されている。この社会活動を反映し、女性のほうが人間関係も多様であることが既存研究における共通の知見として明らかにされている。ここで注意しなければならないのは、それらの研究がセカンドライフの入り口における社会参加促進を想定したもので、サードライフにおける社会活動の継続や人間関係の維持に関してはほとんど明らかにされていないことである。

2. セカンドライフからサードライフへ

サードライフは、それまでの社会活動や人間関係の縮小期に位置づけられている。これは、加齢による自身の自立度の低下や、配偶者の介護や死別、同年代であることが多い親友の罹病や死亡が主な原因とされてきた。これに対し、「縮小は高齢者自身が選択的な削減を行った結果である」とする社会情緒的選択理論⁷⁾が提唱されている。この理論では、自立度が低下していくなかで、あまり親しくない他者との関わりを取りやめ、親しい他者との関わりのみを残すことで、社会に根付いている感覚を強めているとしている。70歳代後半くらいに年賀状を出すのをやめる人が多いのは、この選択的削減による結果であるとも考えられる。

セカンドライフからサードライフに移行する過程のなかで、どのように第三の居場所の削減が行われているのかを明らかにするために、企業退職者グループの75歳以上のメンバーを対象にインタビュー調査（注2）を行った。対象者は共通して、都市郊外の自宅から都心の会社に通勤していたり、単身赴任のためほとんど自宅におらず、仕事以外の社会活動はほとんど行っていない仕事人間であった。セカンドライフから現在のサードライフに至るまでに行っていた、または行っている活動として、学校や会社の同窓会、登山やゴルフ、囲碁、ITの勉強などの趣味のサークル活動、ボランティア活動が挙げられたが、地域をベースにした活動はほとんど行われていなかった。また、多くが、70歳代半ばから80歳の間に、それまでに関ってきた社会活動を止めていた。学生時代の同期会や会社のOB会といった活動は、同年代の人の集いという特性から、①メンバーの高齢化による会員の減少で会自体が不成立になること、②会を維持できていても、メンバーの固定化により、話題も病気の話や愚痴ばかりになって楽しくないこと、③誘ってくれていた知人などの会いたい誰かが休会・退会したり、居心地の良さを創り出していた他者がいなくなることが、止める理由として挙げられた。複数参加していたサークル活動については取捨選択が行われ、①登山よりもウォーキングといったより肉体的負荷の少ないもの、②同じ囲碁サークルでも、より近場のものが残されていた。また、ボランティア活動などについては、①セカンドライフの頃の様に主体的に参加することができなくなることからくる役割意識や有用感の喪失、②労わられることで周りに迷惑をかけたくないというプライドから、退会・休会に至るという削減のプロセスがみられた。

今後は、セカンドライフの入り口でようやく築き上げた第三の居場所を、サードライフにおいても途切れることなくつなげていくための支援を考えていくことが求められて

いる。

(注2) 東京圏を中心に活動する同系列企業の退職者会D会に所属する(退会者を含む)後期高齢男性14名を対象に、就業時から現在に至るまでの社会活動および意識について半構造化インタビューを実施し、逐語録を作成し、分析を行った。対象者の多くが、何らかの持病を抱えているものの、おおむね外出することに問題のない健康状態であった。

Ⅲ 居場所と出番

高齢社会対策大綱の策定にあたり、2011年10月に開催された第20回 高齢社会対策会議(内閣府 共生社会政策統括官)においては、「高齢者の居場所と出番(社会的役割)をどう用意するか」「高齢者の孤立をどう防いでいくか」「現役時代からどう高齢期に備えができるのか」という三つの検討課題が当時の野田総理から提示されている。これら三つは相互に関連しており、前章で提示した「第三の居場所を、サードライフにおいても途切れることなくつなげていくための支援」は、現役時代から準備し、高齢期の居場所と出番を確保することで、高齢者の孤立防止につなげることと言い換えることができる。

この総理の課題提起を受け、内閣府により行われた「平成23年度 高齢者の居場所と出番に関する事例調査」⁸⁾では、全国から50の居場所と出番の事例収集が行われている。報告書では、高齢者によるコミュニティビジネス、地域活性化、被災地復興、買い物・生活支援、介護予防・福祉、新しい住まい方、世代間交流、ボランティア活動、趣味など多様な居場所のあり方を例示すると共に、個々に抱える課題が示されている。著者もこの調査の検討委員として各地に現地調査に出向くなかで、介護予防や生きがい創出という観点のみならず、高齢者が多数を占めつつある社会において、高齢者が地域社会を動かす主役としての役割を担っている(担わざるをえない)現状が見出された。それまでの経験や知識を活かして高齢者が地域の課題を解決していくことは、高齢者自身にとっては第三の居場所と出番を創り出すのみならず、地域全体を住みよい居場所としていく相乗効果が期待され、個々人がその意義を意識すると共に、その循環を生み出す仕組みを構築することが喫緊の課題といえる。

本章では、特に地域社会からの孤立が危惧されている都市部の企業退職者に焦点をあて、二つの居場所と出番の事例(注3)を紹介する。

(1) NPO 法人 生きがいの会

「男の居場所を自らの手で創りだしたい！」

東京都杉並区が開催した退職後の男の料理教室のメンバーが立ち上げた自主グループである。区の教室が終了後も料理の勉強会を継続しつつ、介護の勉強や地域の高齢者向け施設の見学を行うなかで、施設での蕎麦打ちのボランティアを開始している。メンバーは、どこの施設でも利用者は女性が多く、隅の方で元気のない男性の姿を目の当たりにしたことから、男性がいて楽しい高齢者施設の必要性を強く感じるようになる。

この課題意識から、10 年ほど前に、区立松溪中学校の空き教室を利用したデイサービス施設「松溪ふれあいの家」の運営委託の公募に手を挙げ、受託者として選出されている。現在は、男性の利用を意識した多彩なプログラムとそれを支えるボランティアにより、男性の利用者が 70%と全国的にもユニークな存在で、世田谷区などの他区からも利用者が訪れている（写真左）。NHK や民放局、新聞、雑誌などマスコミからの取材も多く、全国的にも注目を集めるデイサービス施設となっている。

5 年ほど前からは、介護に至る前の人々への働きかけも積極的に行っており、健康増進、教養の向上、介護予防、生きがい支援等を目的に区が運営する高齢者向け施設「ゆうゆう館」（区内に 34 施設あり、NPO 団体などに区が管理運営を委託）の管理運営を区から受託している。パソコン教室や、麻雀、フラダンスなど多彩なプログラムを展開し、地域の茶の間としての居場所の提供を行っている。この実績が評価され、現在では区内で二つのゆうゆう館を管理運営している。

近年は、知的好奇心応援教室と題して区が行う認知症予防講座の実施委託を受け、江戸時代の歴史を題材にした独自のプログラムを実施している。歴史をテーマにすることで男性の参加者が 6 割を占め、区が主催するこの種の催しでは男性比率の高い教室として注目を集めている。写真右は、講座修了生が立ち上げた「お篤の会（篤姫を題材にした年の教室参加者が立ち上げた自主グループ）」の活動風景である。会のメンバーは 60 代後半から 80 代までの男女が存在し、それぞれの活動能力を反映した役割を担いながら、奇数月に歴史探訪のウォーキング計画の打合せ、偶数月には実際のウォーキングを継続している。

生きがいの会メンバー O 氏（70 歳代・男性）のコメント：

定年退職した今こそ、住み、日々暮らす場に目を向けることが大切。

地域では、自治会・町会、近くの公園、高齢者施設、小学校・保育園など、我々の力が求められている。



写真（左右とも）：御堂 義乗氏撮影

(2) NPO 法人 かながわ子ども教室

「子どもに気付きの楽しさを教えたい！」

2004 年に、三菱系企業の退職者グループ「ダイヤかながわ交流会」の分科会として発足した。発足当初は、シニア世代の知識や経験を活かして「理科好きの子どもの育成」と「高齢者の自立と生きがいづくり」を目的に、小学校の科学クラブなどで「たのしい科学教室」を開催していた。近年では、文系分野の出身者により、暮らしやお金、世界などの社会の仕組みに関する「たのしい暮らしの教室」も開催しており、新たな展開をみせている。

◆たのしい科学教室

世の中に存在するいろいろな現象や自然の働きなどについて、子どもたちにわかりやすく解説することをモットーにしている。周囲にある物について「どうしてだろう、何でこうなるの」といった疑問に答えることで、子どもたちの興味の芽を育んでいる。

子どもたちの理解や想像力を高めるために、子どもが参加できる独自の実験や、写真や図をふんだんに用いた教材を開発している。

海洋、光学、電気、宇宙、環境、液晶、エネルギー、地球、化学、糸電話、ミクロの世界の 11 教室があり、それぞれが具体的なテーマで教室を開催している。

◆たのしい暮らしの教室

暮らしに必要な食物や水はどのようにして届くのか、日本の行事にはどんなものがあるのか、世界の子どもたちはそこでどんな暮らしをしているのかなど、暮らしの仕組みや世界の暮らしを通じ、子どもたちに心の豊かな生活とは何かを共に考える場を提供している。同時に、思いやりの心、感謝の心、自立心を育むことを目的としている。

世界、お金、食べものⅠ、食べものⅡ、私たちと水、日本の行事の 6 教室があり、それぞれが具体的なテーマで教室を開催している。

会では、使用する教材の開発や講師役を理系分野の出身者が、教室の PR を広報経験者が担うなど、現役時代のキャリアを活かした役割分担が行われている。現在では、積極的な広報や営業活動に加え、創意工夫に溢れる独自のカリキュラムが評判になり、小学校、コミュニティハウス、地区センターから学童保育、はまっ子ふれあいスクールや放課後キッズクラブといった放課後児童育成プログラム、ねんりんピックや児童健全育成フェスタなど、県内外に活動の場を拡大している。年々増える教室の開催依頼に対応するのと、教室の一層の充実を図るために、2009 年には NPO 法人格を取得している。

メンバーは、子どもに科学や社会の仕組みを楽しく伝えることの難しさに悩みつつも、子どもに伝わった時の達成感や喜びや子どもから得られる新たな刺激を活力や元気の源として、一年に 130 回以上の教室を実施している。

かながわ子ども教室メンバーT氏（60歳代・男性）のコメント：

児童からの「ありがとう」とか、「この次は何をしてくれるの」の発言が励み。

時々レベルの高い児童がいて、鋭い質問を浴びるのも「緊張とやりがい」につながる。



空気を抜くところよく探して、この会話が楽しい

両事例へのインタビューからは共通して、男性、都市郊外に居住する企業退職者といった同質性の高さが醸し出す「居心地の良さ」が聞かれた。企業文化を反映してか、組織としての会則や個々の経験や知識を反映した役割分担も明確であり、女性を中心とした地域活動とは異なる入りやすさが存在していることが示された。また、会のメンバーは、これらの活動に関わることで、住んでいる地域の中に新たな居場所を見出している。かながわ子ども教室は、神奈川県という広いエリアを基盤としているが、活動を展開していくなかで、住んでいる集合住宅での教室開催にもつなげており、地域社会との接点づくりにも広がっている。

一方で、両事例には、会全体の高齢化という悩みが聞かれた。会の知名度、活動範囲の広がりと共に動ける人材が必要になるなかで、会の設立メンバーの後期高齢化、会の活動から徐々に引退しつつあるメンバーも存在し、慢性的なマンパワー不足に陥っている。

（注3）いずれの事例も、著者が所属する（公財）ダイヤ高齢社会研究財団主催のシンポジウムで、パネリストとして登壇頂いた活動事例（NPO 法人生きがいの会は2010年、NPO 法人かながわ子ども教室は2012年）。

おわりに

超高齢社会を迎えるなかで、後期高齢者、単身世帯の増加が、特に都市部で顕著になりつつある。身体機能も高い 50 代・60 代は、学校時代や現役時代の関係、大学の生涯学習講座での学び、広域的な NPO 活動などで「第三の居場所」を創り出し、これを維持していくことは難しくない。しかし、70 代・80 代と年を重ねるに従って身体機能が低下し、自宅から遠い居場所の維持は困難になる。本稿（Ⅱ-2）で紹介した調査でも、学生生活や就労という共通の体験に基づく同窓会、興味・関心を共有するサークル活動やボランティア活動の場合、セカンドライフの頃のように頻繁に参加することが困難になり、直接的に顔を会わせる機会も減少することで、元同級生・同僚、仲間との心理的な距離感も広がり、一層、足が遠のくといった繰り返しが活動を退く大きな要因となっていた。サードライフは、それらの居場所が無くなることで第三の円が縮小していくのと同時に、配偶者の死亡に伴い第一の円も縮小していく時期と位置づけられる。この過程で、住んでいる地域での居場所をもってこなかった人は、完全に社会との接点を失い、ほぼ閉じこもり（外出できるにも関わらず、一週間に一回未満しか外出しない）の状態に陥る危険性も高い。近隣との人間関係の希薄化が問題視される都市部において、高齢者の社会的孤立や孤独死・孤立死が多いのは、第三の居場所も第一の居場所も無くなった結果であるといえる。

また、高齢期の居場所を考えるうえで、自己の楽しみだけではなく、「それまでの経験を役立てたい」「役立っている」といった他者へ貢献、出番を見出せることの重要性が示された。同時に、サードライフに自立度が低下していくなかで、それまでの役割を果たすことができなくなるといった有用感の喪失や、プライドを守りたいといった感情から、第三の居場所を引退していく姿が明らかになった。職場という第二の居場所に代わる場として第三の居場所が存在していることが考えられる企業退職者にとって、サードライフに出番を見失い、そこから引いていくことは、二度目の定年退職ともいえる大きな影響を及ぼすイベントであるといえる。

近年、それまでの経験や知識を活かし、海外でシニアボランティアとして活躍する人や広域的な NPO やボランティア団体などで重要な役割を担う人も多い。しかし、元気なセカンドライフだからこそサードライフを見据え、住んでいる地域での社会活動や人間関係を構築しておくこと、地域にも第三の居場所を創り上げておくことが重要である。企業のプレリタイアメント講座などでも、それらを周知していくことが求められる。また、高齢者が主体となる活動に関わる人々には、セカンドライフと異なるサードライフの課題を理解したうえで、可能な限り活躍し続けられる出番に誘導していくこと、サードライフへ軟着陸していけるような方策を考えていくことが求められている。「生き方を考えることは終わり方を考えること」、社会全体がこの視点から高齢期の居場所と出番の

あり方を探ることで、生きがいに満ちた長寿国日本を実現していけるのではないだろうか。

【参考文献】

- 1) Oldenburg R : The Great Good Place. Da Capo Press, Cambridge, USA (1989)
- 2) 石本雄真「居場所概念の普及およびその研究と課題」『神戸大学大学院人間発達環境学研究科研究紀要』3 (1) : 93-100 (2009)
- 3) 尾崎有輝・山崎寿一「地域における高齢者の生活行動と居場所の特性；神戸市灘区六甲道地区を対象として」『日本建築学会近畿支部研究報告集』49 : 353-356 (2009)
- 4) 博報堂生活総合研究所『生活新聞』No.320 (2000)
- 5) 厚生労働省「平成 23 年 簡易生命表の概況」(2012)
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/life/life11/index.html> (2012/12/19)
- 6) 秋山弘子「長寿時代の科学と社会の構想」『科学』80 (1) : 59-64 (2010)
- 7) Lang FR, Carstensen LL : Close Emotional Relationships in Late Life ; Further Support for Proactive Aging in The Social Domain. Psychology and Aging, 9 : 315-324 (1994)
- 8) 内閣府「平成 23 年度 高齢者の居場所と出番に関する事例調査」(2012)
<http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h23/kenkyu/zentai/index.html> (2012/12/19)