

高齢期の人生の充実と人間福祉

奈倉道隆

Improving the life of persons of advanced age and welfare of human beings

Michitaka Nagura

Key words: independent life, development of spirit during lifetime, relationship of nursing, family relationship, overcoming of crisis, symbiosis.

Abstract: The strategy for improving the independence and quality of prolonged life of persons of advanced age is discussed, from the view point of 'welfare of human beings'. By improving the social life, gaining the healthy and independent behavioral pattern, caring for the aged based on the 'relationship of nursing' leading to the behavioral pattern mentioned above, keeping stable family relationship, supporting the development of venerable spirit during lifetime, development of active and respectable lives as human beings may be achieved.

キー・ワード：自立的な生活・精神の生涯発達・介護関係・家族関係・危機の克服・共生

要約：長期化する高齢期の生活を自立的で充実したものとする方策を「人間福祉」の視座に立って論ずる。社会生活の充実、健康で自立的な行動の確保、これをめざす「介護関係」に基づく介護、安定した家族関係、生涯発達する精神を尊重する支援などによって、人間としての尊厳が保たれる主体的な生活の展開が望まれる。

はじめに

寿命が伸び、高齢期が長くなる今日、老いをいかに生きるかが人生の大きな課題となった。従来、生産活動に高い価値を見出した社会では、壮年期を人生の「本生」に位置づけ、高齢期を「余生」とみてきた。これに対し、人間が人間らしく生きることにより、より高い価値を見出すであろう今後の社会では、人間性が充実する高齢期こそ人生の本生とみなされるであろう。これを社会的に支援する社会福祉対策は、人間の内面性・実存性を重視する「人間福祉」として展開していくことが求められる。

このような視座にたつて、今後どのような方策が必要であるかを模索していきたい。

§1 社会生活の充実

人はすべて社会の一員であり、社会とのかかわりなしには生きられない。すなわち、人間らしく生きるうえで必要なものごとを確保したり、自分が自分らしく生きる「自己実現」を達成したりできるのは、社会生活によってである。この社会生活を営むうえでさまざまな生活課題を担うが、まず大切なのは生活経済の安定である。今年年金制度は不可欠のものとなっているが、さらに今後は、職業の機会が保障されることが求められよう。従来は、定年制などによって高齢者は職業から離れるのが当然と考えられてきた。が、アメリカでは1986年に定年制が撤廃され、高齢でも、本人に働く意欲があり、雇主の要求に応じられる人は雇用される、という時代を迎えている。職業は、収入を得るというだけでなく、仕事を通じて社会的役割を果たしたり、社会参加する意味がある。そして、職業生活は、自己の能力を活用して自己実現を達成する機会でもある。さらに少子化が進む将来は、社会経済を維持するためにも、健全な高齢者の労働が期待されるようになろう。

次に、教育の機会が重要である。現代は生涯学習の時代であり、常に新しい知識を得たり、感性を磨く努力を生涯続けなければならない。§2 および §5 で述べるが、高齢期には情緒・情操が豊かになったり、理解力・洞察力のような結晶性知能が発達していく。学習の喜びが高まり、ものごとの新しい意味づけができるようになったりする人が多い。

また、文化・娯楽への参加の機会も大切である。高齢期は精神の働きが深まり、時間の余裕にも恵まれる。文化・娯楽への参加の機会が豊富になれば、高齢期を「余生」でなく「本生」として、心豊かに生きることが可能となるからである。

§2 健康と自立的な生活行動

高齢期は、病気にかかりやすいというだけでなく、老化という自然な変化がすべての人に現れる。これらが健康問題を生じたり、自立的な生活行動の妨げとなったりする。人体は、約60兆の生命体である細胞が集ってできている。その細胞の一部に病的な質の変化が生ずるのが病気である。それに対し細胞の数が徐々に減少していくのが老化である。そのために機能の減退はみられるが、質は健全さを保とうとするので、苦痛を生じたり、機能が全く失われてしまうことはない。むしろ減少した細胞の機能を、残っている細胞が補おうと努力する傾向が、積極的な生き方をする人には現れる。脳の神経細胞も数が減少するので、記憶力が減退したり、精神作業の能率が低下する。しかし、残っている神経細胞の樹の枝のような突起が相互に接続し合ってネットワークが形成され、理解力や総合判断力のような質的に高い精神機能が発達すると考えられている。

しかし、このような補ったり発達したりする働きは、本人が老化に負けないで積極的に生きようとするときには高まるが、病気をしたり、生きる意欲を失ったりすると後退する。また、老化は、活用しない器官では速く進むという性質があり、活動をやめたり、病気のために静養

したりすると、自立的な生活行動が減退しやすい。「寝たきりは作られる」といわれるのはそのためである。

病気に対しては、治療や看護が必要である。しかし自立的な生活行動の障害には、介護とリハビリテーションが必要である。リハビリテーションは、機能の再開発をめざすのもであり、機能障害の改善や機能低下の予防に役立つ。介護は、医療における看護と共通する部分もあるが、目的には大きな違いがある。看護が疾患の回復や健康の維持を目的とするのに対し、高齢者の介護は、自立的な生活への回復をめざし、身心の自立性を維持する目的をもっている。かつては、本人ができないことを介護者が代ってするという役割を担っていたが、今日では、本人のもつ力を最大限に引き出し、本人が、介護者の提供する介護を活用して生活の自立を回復するという働きが重視されるようになった。そして、生活訓練などのリハビリテーションと一緒にを行うことで介護の効果は高めることができる。

高齢者の健康と自立的な生活との両者にとって重要なことは、環境の整備である。老化が進むと環境への適応力が低下する。適応しにくい環境では、身心にストレスが生じ、病気や生活の不適応が生じやすい。環境を整えることで高齢者の健康状態が改善する例は多い。また、要介護の高齢者でも、適応する環境では残存能力を活用して自立的な生活が営みやすくなる。たとえば、住居内の段差を無くしたり、手すりをとりつけたりすると、歩行障害があっても自立歩行が可能となり、さらに生活そのものがリハビリテーションの訓練となる。

高齢者には、医療や介護の充実が望まれるが、生活環境の整備がより基本的なものとして要求される。それは住居だけでなく、地域社会の道路、公園、利用する社会資源（交通手段など）においても配慮されるべきである。福祉タクシーなどが容易に利用できるようになれば移動範囲も拡大し、自立的な生活への意欲も高まるであろう。

高齢者には、自立を求める気持ちと同時に、ひとの援助で楽をしたいという依存欲求もある。また、依存して主体性を失うと人間の尊厳が保てなくなる、という自覚をもつ人も多い。それは、「たとえ病気になっても寝たきりにはなりたくない」とか、「たとえ役立たなくなっても痴呆にはなりたくない」という願ひの中に読みとることができる。この人間の尊厳を保つということが、高齢期の究極的な価値とみてよいであろう。高齢者の健康と自立的な生活を支援する人間福祉は、この究極的な価値を中心にすえて実践するものでありたい。

§3 高齢者の自立支援の介護と「介護関係」

自立的な生活をめざす介護で大切なことは「介護関係」すなわち介護者と要介護者との関係のあり方である。これが、「介護する人とされる人」という関係に立つと、される人は受身となり、依存欲求がたかめられていく。これに対し、「介護を提供する人と介護を利用する人」という立場に立つならば、対等な関係が志向され、両者の主体性が維持される。介護は、介護者の力と要介護者の残存能力との協同作業によって進めるものである。終末期が近づく高齢者や、

痴呆症をもつ高齢者は、残存能力を発揮する手段は限られているが、主体性を失いたくないという心には変りがない。「人間の尊厳」を保つ方向で協同作業をすすめ、尊厳ある生涯を全うしてもらうことが大切である。

しかしながら、生産中心の価値観が支配する社会では、自立的生活を生産的価値の面からとらえようとする。「役立つ人間になる」とか、「介護のために他人の労力を奪うことを避けるために自立を促す」といった考え方が優先する。このような立場では、自立が困難な人には冷淡であったり、生産活動を疎外する人の人権を軽視したり、ときには虐待を加えることもありえよう。弱肉強食の競争関係に陥りやすい資本主義社会において、人間の尊厳を保つ社会的役割を人間福祉が担っていることを忘れてはならない。

社会における介護者と要介護者との関係は、互に他を必要とする「共生の関係」にある。すなわち、介護者が介護を提供しようとしてもこれを利用する要介護者がなければ、介護者は介護者たりえない。また要介護者は、生きるために必要な介護を提供してくれる介護者がなければ、要介護者として生きながらえることができない。このような自覚のもとに、互に相手の存在を尊重しあい、共によりよく生きようとする共生の関係が強く望まれる。

このような介護関係に立つことによって、自立の価値が共有され、要介護者の健全な依存欲求を満たしながらも自立生活を支援する介護が展開しうようになるであろう。介護者が要介護者の依存欲求を全く受け入れないときは両者の間の信頼関係が保てなくなり、介護はいきづまる。また、依存欲求にふりまわされるときには介護者の主体性が失われ、自立的生活をめざす介護をすすめることができなくなってしまう。そうならないためには、介護者がまず要介護者の希望を聞き、どのような介護を提供することが要介護者の自己実現に役立つかを話し合うこと、その話し合いのもとに共生の関係を築くことが必要である。その共生の関係があれば、人間の尊厳に基づく自立の価値が介護者と要介護者との間に共有され、健全な依存欲求を充足しながらも自立性を助長する生活が志向されるようになる。自立そのものが目的ではなく、自立的生活を手段として、尊厳を保つ生活ができるようになることを人間福祉はめざすのである。

§4 安定した家族関係と共生

高齢期は、老化によって動作が緩慢になったり、退職などで社会的役割が減少していく。そのため、居宅で過す時間が長くなり、家族との関係のありようが高齢者に大きな影響をもたらす。家族という集団は、共同生活を通して家族間の密接な相互関係を生みだすものである。全体として、その関係が親和的であれば、家族間の助け合いや、疲労・病気を回復させる癒しの働きをもつようになる。しかし、家族間に深刻な不和や確執が生ずるようになると、家族全体にストレスがもたらされ、健康が損なわれたり、弱い立場の人に問題行動が現れたりする。高齢者の問題が、高齢者個人よりもむしろ家族関係の中から生じていることが少なくない。

健康で自立的に行動できる高齢者は、家族に役立つことをしたり、家族から人生の経験者として頼られることもあろう。しかし、かつての家族のように無条件に長老として崇められることは少なくなった。今までの日本の生活文化は、個人の意思よりも人と人との関係を重視する傾向が強く、「縦」の秩序を重んずることを求めてきた。しかし最近では、個人の意思やプライバシーを尊重するようになり、高齢者も家族まかせの生き方でなく、自分の意志を明確にし、話し合って生活することが求められている。「老いては子に従え」という諺のような依存的な生き方は、家族も望まないし、本人も不本意であることが多い。

今日では、女性の社会参加や意見表明が活発となり、高齢者を含む全ての世代の両性の自立意識が高まりつつある。この自立は、自分の力だけで生きるという意味ではなく、自分の生き方を持ち、自己責任を自覚し、他人を尊重しながら自分らしく生きることと理解されるようになった。

家族もそれぞれが社会との関係をもちつつ共同生活を営む時代となった。一人ひとりが自立し共生するという家族である。援助が必要な高齢者は、社会的援助を活用し、家族への負担をできるだけ少なくし、もっぱら精神的な相互関係を豊かに保って共生することが望まれる。在宅福祉が発達した北欧では、介護が必要となったときはまず社会福祉サービスを求める。家族とは心の交流を大切にし、別居している親子も、毎晩電話をしたり、遠隔地に居ても週に一度は訪問するという、家族のきずなを大切にする生活をしている。

家族集団には、それぞれ固有の生活文化がある。わが国では、これを「家風」と呼んで家族の統合の力としてきた。しかし今日では、家族それぞれが自分の価値観を持ち、一つの家族の中にも違った文化が共存するようになった。世代の違いによる文化の違いはかなり大きい。そのため、家族の統合力は弱まっているが、家族集団が不必要になったわけではない。高齢者は、いまでも安らげる家族生活を強く望んでいる。若い人もやがては安定した家族関係を求める日が来るであろう。今後の家族は、お互いに他者の文化を尊重し、他者の役に立つ行動を模索しながら、調和をめざして自立・共生していくことが必要である。これは人間福祉にとって大切な課題であるといえよう。

§5 生涯発達・高齢期の危機と人間福祉

人は、一生涯さまざまな生活課題ととりくんだり、危機をのりきりながら生きていく。そのことによって、精神は年をとっても発達し続ける。かつては、人の一生を成長期・成熟期・衰退期に分け、高齢期は全面的に機能が衰退する時期と考えてきた。しかし積極的に生きる人には、発達する面も少なく無い。前にも述べたように、老化によって細胞の数は減少する。しかし、たとえば足の筋肉の細胞は肥大し体重を支える機能を補うとか、脳細胞は細胞と細胞の間のネットワーク化をすすめて高度の働きを生み出していくといった創造的な働きも現れる。生活行動の面では、たとえば立ち上がるときに手の力で身体を支えて足の負担を少なくするといっ

た工夫がなされる。ただしこのような身体行動は、衰退を克服して行動の自由を維持しようとする積極的な生き方から生み出されるものである。

精神面では、新しい情報を記憶したり、新しい行動様式を身につける流動性知能は衰えやすい。が、過去に学んだ知識や経験を基にし、ものごとを理解したり総合的に判断するのに必要な結晶性知能は発達を続けることが明らかとなった。高齢者の精神が、すべての面で好ましい方向に発達するわけではない。が、感性が豊かになったり、情操が豊かになっていく人は多い。こうした長所を活用して学習や文化活動をする人は、心豊かな高齢期を生きることができる。

しかし高齢期は、喪失を体験したり危機に出会うことも少なくない。壮年期の役割が次世代へ移行するために、退職や子離れを経験するとか、体力の衰えなどで今までできたことができなくなる、といった淋しさを感じようになる。このことによって自己の存在感が薄れたり、生きがいを失うことも少なくない。これは人生の危機のひとつであり、とくに壮年期を活発に生きてきた人には喪失感が強く感じられる。しかし、これも大切な生活課題であり、これをのりこえることによって人生の深みが増していく。たとえば、従来からの自己の価値を見失うことによって、過去のさまざまな自分の行動が、多くの人やものの支えによって成り立っていたことに気づかされたり、さまざまな関係性の中で生きている自分を再発見するようになる。あるいは、自己中心的なものごとをとらえ、価値判断をしていた価値観が崩れ、自我を越えた新しい価値観が確立されていくこともある。また、生きる意味が見失われることによって、新しい意味が発見できることも少なくない。老いの深い知恵と感性がそれを可能にしていく。

むすび

高齢期には、高齢期特有の生活課題があり、さまざまな喪失などによる危機に出会うことがすくなくない。そして、これを克服することによって創造的な老いを生きぬく道がひらかれるが、これを社会的に支援する人間福祉の対策が必要なことも多い。それは、「文化的に生存」することを目標とするだけでなく、「人間の尊厳を保って主体的に生きる生活」を実現していくものでありたい。

そのためには、§1で述べた社会生活の充実が基本にすえられ、§2と§3で述べた健康と自立的な行動およびこれを支援する介護の充実がはかられる必要がある。そして§4で述べた安定した家族関係を築くことが自己実現の温床となるので、これが築けるように、またそれが困難な場合には家族的な関係が確保できるように支援することが求められる。

人間福祉は、こうした条件整備をすすめる一方で、生涯発達する高齢者が、尊厳を保つ生活を営み、悔いのない人生を生きぬくことができるよう支援していく役割を担うものである。そしてこれは、長寿の時代、心の時代と呼ばれる21世紀の社会福祉の、大切な発展方向であると考えられる。

参考文献

折茂肇編『新老年学』〔第2版〕東京大学出版会 1999

石田一紀編『老人福祉論』(株)みらい 2001

近藤勉『高齢者の心理』ナカニシヤ出版 2001