



ジェロントロジー ジャーナル

高齢者が生きる時代
幸福な高齢社会への政策選択社会研究部門 主任研究員 土埴内 昭雄
e-mail : doteuchi@nli-research.co.jp

はじめに～選択基準としての「幸福度」

2009年の政権交代以降、民主党政権が掲げたマニフェストの実行性には疑問が呈され、政策変更も生じている。その背景には、マニフェストに掲げる政策に対する財源の裏づけが不十分なことや、政策全般に共通する理念が必ずしも明確でないことがあるのではないだろうか。現在、社会保障と税の一体改革が議論されているが、日本の将来像と財源問題は不可分だ。しかも少子高齢化が一段と進むなかで逼迫する財政状況においては、将来ビジョンを実現するために政策の優先度を考えた政策選択が重要なのである。

では、その政策選択に必要な判断基準・指針とは何だろう。そのひとつは「国民の幸福度」と考えられる。国民の幸福の実現は単なる「私利」の追求ではなく、それは社会としての良好な関係性を育み、健全な社会全体の幸福感の向上につながる。従って、「国民の幸福度」を今後の国のビジョンを実現するための政策選択のひとつの基準と考えることは妥当だろう。但し、国民の主観的な幸福度は個人で異なり、その実現方法も多様であり、国民の幸福度を政策選択の統一的な基準として設定することは難しく、「個人の幸福」が「社会の幸福」に寄与するか、「現在世代の幸福」が「将来世代の幸福」を毀損しないかなど多角的な議論が必要である。

昨年3月11日、東日本大震災が発生し、多くの人の幸福感に大きな影響を与えた。「若年層の幸福度に関する調査」(内閣府、2011年3月)では、直接被災した人たちだけではなく被災地(東北6県と茨城県)以外の20～39歳の若者のうち約6割が「東日本大震災により人生や幸福について考え方が変化した」と回答している。このような激動の時代にあって、人々は家族や地域における人とのつながりや生きがいを見直し、「個人」として、そして「社会」としての幸福を模索し始めているのだ。

わが国は世界で最も少子高齢化の進んだ国であり、今後その人口構造は大きな社会コストを必要とするだろう。これまでのような医療、介護、年金といった高齢者を中心とした社会保障制度の充実には限界もみえる。本稿ではだれもが安全に安心して暮らせる「幸福な高齢社会」を実現するための政策選択について「高齢者の幸福」を基点として考えてみたい。

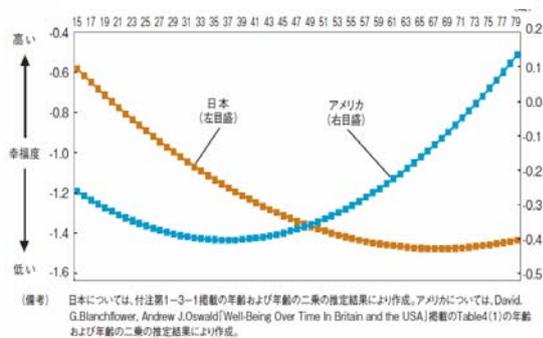
1——幸福度と年齢

1 | 「日本の高齢者の幸福度は低い」のか

幸福度と年齢の関係をみてみよう。まず、「平成20年版国民生活白書」(内閣府、2008年12月)では「これまでの諸外国の調査では年齢と幸福度の関係はU字型であり、若者と高齢者は熟年層よりも幸福であるという結果が多く出ている」としている。その理由として、「熟年層に入る頃には、自分の人生がある程度定まってくるので、人々は若い頃持っていた野心を実現することをあきらめざるを得ないから幸福度が下がる。その後の高齢期に入ってから考え方を換え、後半の人生を楽しく充実させようと努力するから幸福度がまた高まるのではないか」という考察を紹介している。また、「国民生活選好度調査」(内閣府、2008年)を基にした日米の年齢による幸福度の推計結果では、「日本ではU字型にはならず67歳から79歳にかけて幸福度はほとんど高まらないL字に近い形状で、アメリカの結果と比べても特異だ」としているが、その理由については特に言及されていない(図表-1)。

次に「くらしの好みと満足度についてのアンケート」(大阪大学社会経済研究所、2004年2月)に基づく論文「なぜあなたは不幸なのか」(筒井、大竹、池田、2005年3月)の年齢別幸福度をみると、30歳代が最も高く、年齢とともに低下する傾向がみられ、60歳代が最も低くなっている(図表-2)。同論文では「すべての年齢で60歳代の人より有意に幸福であり、年齢固有の効果では若い人ほど幸福である」と述べている。そして「世代特有の効果をコントロールすると年齢の純粹の効果はU字型ではなく、年齢とともに幸福度が低下する」という既存研究の結果を引用し、「日本において世代効果が小さいとすれば、加齢とともに不幸になっていくという結果は妥当である」と結論づけている。

図表-1 年齢による幸福度の推移



(資料)内閣府「平成20年版国民生活白書」より

図表-2 年齢別幸福度



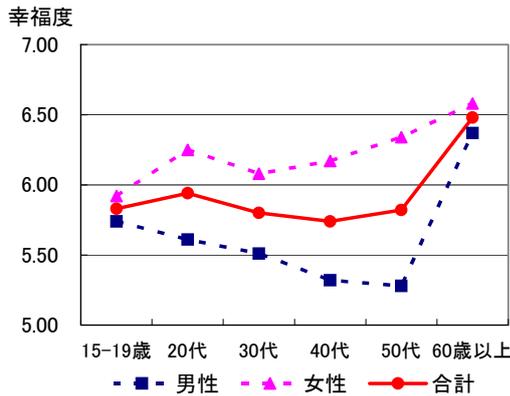
(資料)大阪大学社会経済研究所
「なぜあなたは不幸なのか」(2005年)より

2 | 「加齢により幸福度は高まる」のか

前項の「高齢者の幸福度は低い」とは逆に「加齢により幸福度は高まる」という調査結果についてみてみよう。「幸福度に関する意識調査」(参議院事務局、2009年3月)の性・年代別の主観的幸福度は、男性は50歳代まで年齢とともに幸福度が低下するが、定年退職する60歳代以降は大きく上昇している。また、女性は30歳代に幸福度が低下し、それ以降は緩やかに上昇している(図表-3)。

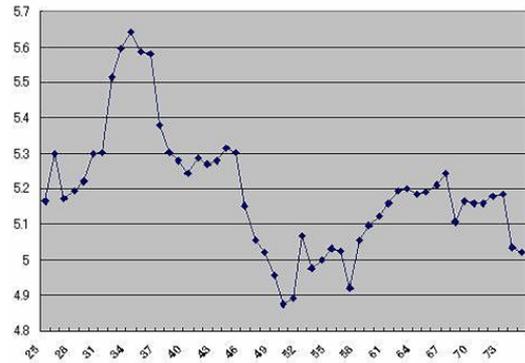
また、「これからの住まいとライフスタイルに関する生活意識調査」(大阪ガス エネルギー・文化研究所、2011年)では、30歳代半ばで最も幸福度が高く、それ以降は50歳代前半まで低下するが、その後は上昇傾向にある(図表-4)。一方、同様の調査をWEBで行った場合は、50歳以降の幸福度は高く、特に60歳代以降はすべての年齢層より高くなっているという。

図表-3 性・年代別の主観的幸福度



(資料) 参議院「幸福度に関する意識調査」(2009年)より

図表-4 年代別の主観的幸福度(5年移動平均)



(資料) 大阪ガスエネルギー・文化研究所「これからの住まいとライフスタイルに関する生活意識調査」(2011年)より

このように幸福度と年齢の関係は単純に論じることはできない。「幸福の政治経済学」(フライ&スタツァー、佐和隆光監訳、2005年)では、「高齢者は若者に比べて幸福ではないという「若さ信仰」があるが、客観的にみても高齢者は身体が衰え、収入が減り、配偶者を失うなど恵まれない点もいくつかある」と述べる一方、「高齢者の方が若者より主観的幸福を強く感じるという加齢と幸福の間の正の相関関係には次の4つの原因が提示できる」として、①高齢者は期待や野心が低い、②目標と実績の差が小さい、③状況に適応できる、④ネガティブな情動を制御できる、を挙げている。

2——幸福度の判断要素

1 | 幸福度を判断する三大要素

「平成22年度国民生活選好度調査」(内閣府、2011年7月)によると、「幸福を判断する際に重視する項目」として「健康状況」が65.4%と最も高く、次いで「家族関係」が65.2%、「家計の状況」が62.1%と、これら項目が3大要素となっている。このことから「幸福度に関する研究会報告」(内閣府、2011年8月)では幸福度指標として「経済社会状態」「心身の健康」「関係性」を3つの柱としている。

これらの重視する項目を年齢階層別にみると、男性では30歳代後半から50歳代前半までは「家計」が第一位だが、50歳代後半からは「健康」が最も多い。女性では40歳代以降で「健康」が第一位となっている。このように幸福度を判断する項目は性別や年齢によって異なり、幸福をもたらす要因がライフステージによって多様であることがわかる(図表-5)。

図表-5 幸福度を判断する際に重視する項目(性・年齢階層別上位3項目)

年代	15-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79
男性	1	友人	友人	家計	家族	家計	家計	家計	家計	健康	健康	健康	健康
	2	自由時間	家族	家族	家計	家族	健康	健康	健康	家計	家族	家計	家族
	3	精神的ゆとり	生きがい	就職	健康	精神的ゆとり	家族	家族	家族	家族	家計	家族	家計
女性	1	友人	家族	家族	家族	家族	健康						
	2	家族	精神的ゆとり	家計	家計	家計	家族	家族	家族	家計	家族	家族	家族
	3	精神的ゆとり	友人	友人	健康	健康	家計	家計	家計	家族	家計	家計	自由時間

(資料) 内閣府「平成22年度国民生活選好度調査」より

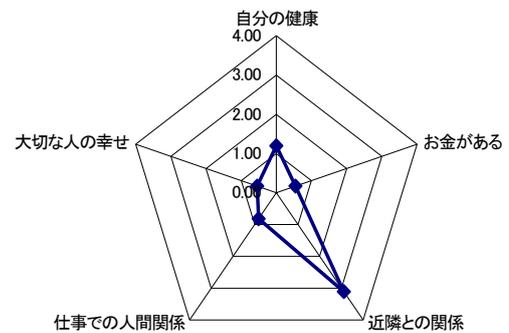
2 | 高齢期の幸福条件

「現代生活者の住まい・生活観 2010」(大阪ガス エネルギー・文化研究所、2010年10月)では、年齢階層別の幸福に必要な条件を分析している。全世代では「自分自身の健康」「家族・知人の健康」が高く、次いで「お金がある」や「よい家庭が築けている」となっている。年代別では、「自分自身の健康」が年齢が高くなるほど高まり、「お金がある」は逆に低くなる傾向がみられる。特に60歳代以上は「自分自身の健康」を最も重要視する割合が9割近い。

一方、「近隣との関係が良好である」は全体としての比率は低いですが、全世代の平均値に対する60歳代以上の特化度は極めて高く、高齢期には地域での人間関係が幸福度に影響があり、地域に居場所をつくるのが高齢者にとって重要であることがうかがえる(図表-6)。

また、同調査では生活満足度と幸福度が一致するのは全体の45.5%、幸福度が生活満足度を上回っているのは47.1%となっており、幸福度が生活満足度より高く評価されている。

図表-6 60歳代以上の幸福条件の特化度



(資料)大阪ガス エネルギー・文化研究所
「現代生活者の住まい・生活観 2010」より

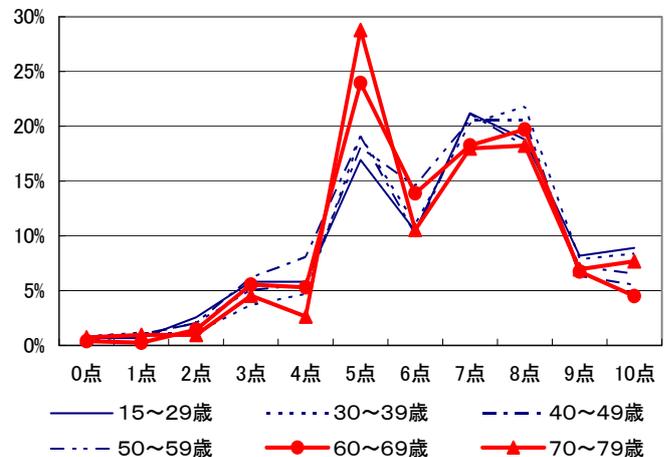
3——幸福度の加齢効果と時代効果

1 | 加齢による幸福感の変化

「平成22年度国民生活選好度調査」(内閣府、2011年7月)における主観的幸福度の年齢別分布パターンをみてみよう。主観的幸福度は「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点とし、「あなたはどれくらい幸福ですか」という質問に基づいて点数化されている。年齢別幸福度の平均点をみると、年齢と幸福度の相関関係はあまりみられないが、ここでは幸福度の分布状況に注目する(図表-7、8)。

全体のパターンとしては中央値である5点が多くなっているが、相対的に高い幸福度と考えられる7点以上の比率をみると、年齢とともにやや低下する傾向がみられる。逆に5点を付けた人は高齢層に多い。すなわち、高齢期の幸福度の特徴は7点以上の「かなり幸福」である人が少ない一方、5点の「まあまあ幸福」とする人が多いことである。幸福度と年齢の関係は純粋に加齢による影響(加齢効果)と時代の変化による影響(時代効果)が重なり合って観察されるので、それが加齢効果によるものか時代効果によるものかは定かでないが、そこから高齢者は加齢とともに他の人たちよりも「突出した幸福」ではなく「人並みの幸福」を求めるといった幸福感の変化があるのではないかと推測される。

図表-7 年齢別幸福度の分布



(資料)内閣府「平成22年度国民生活選好度調査」より

図表-8 年齢別幸福度と「かなり幸福な人」の割合

	15-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上
幸福度(平均点)	6.55	6.66	6.36	6.41	6.35	6.45
7点以上の割合	57%	58%	53%	53%	49%	51%

(資料)内閣府「平成22年度国民生活選好度調査」より

また、幸福度と生活満足度とを比較すると、概ね幸福度の方が生活満足度より高く評価される傾向がある。「現代人の生活満足度と幸福度」(NTTナビスペース 他、2007年2月)によると、「満足している」と「まあ満足している」の合計は46.2%、「非常に幸福である」と「まあ幸福である」の合計は55.6%と10ポイント程度高くなっている。

また、生活満足度は客観的な状況として把握され、幸福度はそれに情緒的な要素が加わって包括的に判断されると思われるが、「生活満足度が低くても幸福度が高い人」が1割以上いることも示されている。それを年齢別にみると、30歳代が最も多く、40歳代、50歳代と低下しており、年齢が高くなると幸福度は生活満足度に近づき、幸福度の判断にあまり情緒的な要素が加わらない現実的な幸福感が支配的になるのではないかと思われる。60歳以上のデータがないのでわからないが、これは50歳代まで加齢により幸福度が低下するU字カーブの低下傾向部分の説明要因とも考えられる。

2 | 高齢者の幸福を巡る時代変化

前項でみた通り高齢者の幸福度に大きな影響を与える要素として、「心身の健康」や「家族・地域の人間関係」がある。特に加齢とともに健康状態が衰えていくことに対する不安は大きく、だれもが心身ともに健康でありたいと願っている。しかし、高齢化が進むわが国では、今後、75歳以上の後期高齢者が増加し、高齢者の高齢化が一層顕著になる。

2000年に始まった公的介護保険制度における65歳以上被保険者数は2,892万人(2009年度末現在)で、そのうち16.8%に当たる485万人が要介護(要支援)認定者である。65歳から74歳の前期高齢者の認定者割合は4.2%(要支援1.2%、要介護3.0%)だが、75歳以上の後期高齢者は29.4%(要支援7.5%、要介護21.9%)と要介護出現率は前期高齢者の7倍にもなっている。このように後期高齢者は前期高齢者に比べ要介護出現率が高く、高齢者全体の健康状態は間違いなく低下する。

一方、3年ごとに行われる「患者調査」(厚生労働省、2008年)によると、気分「感情」障害(躁うつ病を含む)の総患者数は08年には104万人に上り、そのうち女性患者数は65.5万人と全体の6割以上を占める。年代別の女性患者数は60代と70代がそれぞれ約12万人と最も多く、心身ともに高齢者の健康不安が増大する。

また、今後は世帯の縮小という世帯構造の変化も進み、「ひとり暮らし」高齢者が増加する。家族類型別世帯数をみると、一般世帯に占める「単独世帯」の割合は05年の29.5%から30年には37.4%に上昇、都道府県別でも20年以降はすべての都道府県で「単独世帯」が最多となる。世帯主年齢別では、30年に世帯主年齢が65歳以上で37.7%、75歳以上で38.6%に達する。「ひとり暮らし」高齢者の増加は確実に高齢者の幸福度を低下させる方向に作用するだろう。

4——高齢者の幸福度向上への政策選択

幸福度研究において幸福度と様々な社会的属性（性別、年齢、所得、健康、教育、配偶関係、地域参加、雇用、政治、経済等）との相関関係が観察されるが、それは必ずしも因果関係を示しているとは限らない。しかし、これまでみてきたように、高齢者の幸福に「心身の健康」や「家族・地域の人のつながり」が深く関わっていることは明らかであり、それを促進することが高齢者の幸福度を高めることにつながると思われる。ここではそのための政策選択として、高齢者が「働く」ことと「地域参加」を支援することが重要であると考え。それは幸福度と「働く」ことや「地域参加」との間に次のような関係が見出されるからである。

1 | 「働くこと」と幸福度

「働く」ことと幸福度との間には強い相関がある。失業者の幸福度は明らかに低い。人は「働く」ことにより家計を維持し、多くの経済的効用を得るからだ。そして「働く」ことは生きがいや自己実現につながり、生きる意味や自尊心を養い、持続的な幸福の源泉になる。

さらにここで重要なことは「働く」ことが賃金労働だけではなく、暮らしを支える様々な行為を含むことだ。例えば家庭内の家事・育児・介護や地域におけるボランティア活動などである。今日の日本社会は未曾有の少子高齢化が進展し、子育てや介護という大きな社会的課題に直面しているが、これらの問題は賃金労働だけでは到底解決することはできない。そこに「高齢者が生きる」場がある。

今後、日本が幸せな社会を築くためには、効率性を求める市場経済のなかでの「働き」とともに、貨幣価値には還元されないような幅広い「働き」が不可欠なのである。ワーク・ライフ・バランスも現役世代だけの課題ではなく、高齢期における仕事と地域生活や家庭生活のバランスが重要であり、高齢者が広い意味で「働く」ことのできる環境整備と意識の醸成が求められる。

2 | 地域参加と幸福度

地域で行う活動は有償・無償に関わらず広義の「働く」ことである。幸福度研究においてもボランティア等の活動に参加する人は幸福度が高いことがわかっている。それは「働く」こと自体に幸福になる要因があると同時に、「働く」ことがもたらす人とのつながりが影響するからである。

特に高齢期の暮らしの質（QOL）は社会とのつながりと密接に関わっており、高齢者の世帯類型によっても大きく異なる。今後、増加が予想される「ひとり暮らし」高齢者のQOLは一般的に低いといわれている。そして「会話の頻度が低い人」や「困ったときに頼れる人がいない人」、「社会参加や交流の少ない人」の社会的孤立の可能性は高く、家族や地域等の人と人とのつながりが高齢者の幸福度に与える影響はますます大きくなるだろう（詳細は『高齢者の社会的孤立について～地域に居場所をつくる』基礎研レポート2010年5月号参照）。

高齢者がいきいきと働き続ける地域として有名な“葉っぱビジネス”のまち・徳島県上勝町は人口2千人足らずで高齢化率49.7%（平成23年3月末現在）だが、在宅で1年以上寝たきりの高齢者は皆無であり、医療や介護に要する社会保障給付費が非常に少ないという。そして何よりも高齢者の幸福度が高い。高齢世代も他世代を支える社会的存在であることが結果的に高齢者自身の幸福の増大につながっているのではないだろうか。

おわりに～「高齢者が生きる時代」へ

今年、団塊世代が65歳に到達し始める年だが、ある調査では団塊世代で定年後も「働きたい」人が4割、「働かざるを得ない」人が3割と、働く予定の人は全体の7割近くを占めている。これらの人たちの定年後に望む働き方は、現在の延長上の働き方を志向する人が多いものの、これまでの経験を活かして新たに市民活動や起業を目指す人などもある。いずれにしても定年とは新たな社会との関係性を再構築する絶好の機会である。

今後、高齢者が幸せに生きていくためには、これまで培った能力を地域社会のなかで活かしていくことが重要である。それが高齢者自身の新たな人生の可能性と楽しみの再発見につながるからだ。但し、地域社会には企業社会とは異なる価値観や行動様式があり、階層的な組織にはないネットワーク型の働き方が求められる。長く「会社」で働いてきた人にとっては、「社会」で働くことは想像以上に容易ではなく、そのような新たな働き方を身につけるための政策支援も必要だ。

また、長寿社会では男性は長生きすればするほど少数派になる。年齢階級別の人口性比（女性100人に対する男性の数、2009年10月1日現在）は、65歳以上では74.7、75歳以上では61.1、85歳以上では38.3と圧倒的に男性が少なく、高齢社会は女性中心社会なのだ。一方、女性は配偶関係に関わらず男女の平均寿命の差からひとりで最期を迎えることになる人も増加するだろう。このような高齢社会において社会的に孤立しないためには、異性や異世代とのコミュニケーション能力やひとりの「個」として自律的に生きる心の準備が必要だ。

今後は高齢者が安心・安全に暮らすためには医療・介護・年金といったセーフティネットとしての社会保障制度が重要だが、それに加えて、高齢世代が起業・子育て・教育などにおける若年世代に対する世代間支援や介護等における世代内支援を行い、空洞化する地域コミュニティの新たな担い手となるための政策支援が求められる。それが高齢者のつながりをつくり、今日の深刻化する「孤立社会」から自律的な「個立社会」への転換を促し、「高齢者が生きる幸福な高齢社会」を切り拓くのではないだろうか。

(参考資料)

[土埴内昭雄『幸福とは何だろう～「幸福社会」への見取り図』ニッセイ基礎研レポート2011年8月号](#)

[土埴内昭雄『高齢者の社会的孤立について～地域に居場所をつくる』基礎研レポート2010年5月号](#)

[土埴内昭雄『新成長戦略としての幸福度指標～「社会保障と税の一体改革」を巡って』研究員の眼\(2011年12月8日\)](#)

[土埴内昭雄『「幸福という国益」～TPPを巡る議論から』研究員の眼\(2011年11月14日\)](#)