

高齢者の幸せと老年看護の役割に関する考察

CONSIDERATION ON THE WELL-BEING OF OLDER ADULTS AND THE MEANING OF GERONTOLOGICAL NURSING

菅 原 尚 美 ・ 末 永 カツ子
SUGAWARA Naomi, SUENAGA Katsuko

キーワード：高齢者、幸せ、サクセスフル・エイジング、老年看護

Key Words：Older Adults, Well-being, Successful Aging, Gerontological Nursing

I. はじめに

2021年の日本老年看護学会学術集会のテーマは「高齢者は本当に幸せになったのか？成熟社会における老年看護の課題」であった。老年看護学が看護師養成カリキュラムに独立して位置づけられたのは1989年である。およそ30年が経過し高齢者をとり巻く社会情勢は変化し「人生100年時代」を迎えている。

老年看護に携わる者として、高齢者は本当に幸せになったのか？を問われている。高齢者の幸せとは何か。高齢者の幸せに看護は貢献できているのであろうか。

本稿では、老年看護のなりたちを概観しながらサクセスフル・エイジングの概念に着目して、高齢者の幸せと人生100年時代に求められる老年看護の役割について考察する。

「人生100年時代」というフレーズが注目されるようになったのは、2016年の世界的ベストセラー『LIFE SHIFT 100年時代の人生戦略』がきっかけであろう [1]。日本政府は翌年にグラットン有識者として迎え、「人生100年時代構想会議」を開催、現在に至る [2]。

II. 研究の背景

あるテレビ番組で高齢の女性の暮らしが紹介された。山から採って来た笹の葉で餅をくるんで並べる。季節限定の餅を楽しみに毎年客が集まるといふ。時に雑木林に分け入って山菜を収穫する。「子どものころに親とよく来た場所」である。次の年も収穫できるよう全部は採らない。女性はこの時間が楽しいと言う。この時の光景が、高齢者の幸せとは何かを考えるきっかけとなった。

日本の高齢化率は2021年には29.1%を記録し、100歳以上の人口は2020年に8万人を突破した [3, 4]。同年には107歳300日となった双子の姉妹が「史上最高齢の一卵性双生児」としてギネス記録に認定された（産経新聞記事より） [5]。1990年代に100歳の双子の姉妹が連日マスメディアで取り上げられた当時と比べ「100歳以上の人」は珍しくなく、長寿は限られた人のものではなくなった。「平均寿命が60～70歳代のころには、長く生きる、つまり長寿が人生の成功であり、幸せであった。しかし、高齢化が進むにつれ、人生の長さだけでなく、その質もよいものでなければ幸せとはいえない、というサクセスフルエイジ

グの考え方が支持を得るようになった」[6]。

老年期のより良い生き方と、高齢者のより良い生を支える老年看護の役割が問われている。

Ⅲ. 老年看護のなりたち

1. 高齢者をとり巻く社会情勢

1947年から1949年にかけて第1次ベビーブームが起こった。1960年代になると社会の高齢化や核家族化が進んだことにより、家族の介護力が低下し、高齢者の健康の保持と生活の安定をはかる目的で1963年に老人福祉法が制定された。特別養護老人ホームの設置、寝たきり老人対策としての訪問介護事業の創設など老人医療・福祉の基盤が整備された[7, 8]。

1970年、高齢化率は7%を超え1971年から1974年にかけて第2次ベビーブームが起こった。この頃、生活に困窮しているため医療が受けられない高齢者が顕在化したことを受け、1973年に老人医療費支給制度が発足した。1970年代後半から、老人短期入所生活介護（ショートステイ）事業や日帰り介護（デイサービス）事業が制度化、在宅サービスが整備された[7, 8]。

老人医療費の無料化による医療費の増大に成人病の増加もあいまって、医療保険制度の不均衡が問題となったことで、疾病予防・早期発見や健康づくり対策を重視した老人保健法が1982年に制定、老人医療費支給制度は廃止された。1980年代後半から寝たきり高齢者の増加や在宅介護・施設介護サービスの不足が社会的課題となり、高齢者保健福祉サービスの基盤整備を推進するため、1989年、高齢者保健福祉推進十カ年戦略（ゴールドプラン）が策定された[7, 8]。

2. 老年看護の歩み

1948年、GHQの看護改革により保健婦助産婦看護婦法が制定された。1951年には保健婦助産婦看護婦学校養成所指定規則（以下、指定規則）が制定され、老人看護は疾患別看護で構成されたカリキュラムに内包されていた。医師が教える科目が多いなど医学モデルに基づく教育が問題視さ

れたことを受けて、1967年に指定規則の第1次改正が行われた。看護学は小児看護学、母性看護学、成人看護学、看護学総論の4つの体系に分類された。老人看護の教育は成人看護学に内包されていた[6, 8]。

指定規則の第1次改正から20年間で人口の高齢化と医療の急速な進歩によって看護職への社会的要請が変化した。こうした変化に対応して指定規則の第2次改正が実施され、1989年老人看護学が看護師養成カリキュラムに独立して位置づけられた[6, 8]。

1990年はゴールドプランの開始年で、施設サービスや在宅サービスを充実させようとする政府戦略と、高齢者ケアを担うための系統的な教育を受けた実践者の排出とが両輪で始動した。1997年の指定規則の第3次改正では、老人看護学は老年看護学と名称変更され、老年看護学教育の充実が図られた[6, 8]。

Ⅳ. サクセスフル・エイジング

1. なぜサクセスフル・エイジングに注目したのか

高齢期における望ましい歳の取り方はサクセスフル・エイジングという枠組みで研究されてきた。老年看護学の分野では、2001年に谷井が概念分析を行っており、「サクセスフル・エイジングの概念は理論と実践を結び付ける重要な概念」とし、「特に看護学領域において、高齢者個人個人に合った方法で環境に上手く適応し、目標を持って日々の生活をいかに充実させて行くかを共に考え支援して行く」上で重要[9]な理論と述べている。

このことから、サクセスフル・エイジングの視点は高齢者の幸せの意味を考え老年看護の役割を考えるのに重要であると考えた。そこで、サクセスフル・エイジングをテーマとする先行研究を検索した。検索対象は老年学・心理学・社会学なども含めた。筆者らでアブストラクトや本文を読み、サクセスフル・エイジングの概念を整理している、または、高齢者の幸せという視点で参考となると判断した文献を取り上げた。

尚、医中誌 Webによると国内の看護研究では

“サクセスフル・エイジング”、“Successful Aging”、“サクセスフルエイジング”の表記が多く使用されているが、本稿では便宜上“サクセスフル・エイジング”の表記とした。

2. サクセスフル・エイジングとは

サクセスフル・エイジング（以下、SA）が学術用語として研究者に取り上げられるようになったのは、1950年代以降と言われる[10]。欧米先進国は高齢化社会に突入しており、フランスの高齢化率は11.4%、アメリカ8.2%、日本の高齢化率は4.9%であった[11]。欧米諸国の高齢化を背景に、老年学・高齢化研究の分野でいち早く研究されてきたテーマがSAである。中でも関心を集めたのは、1961年のハヴィガーストの論文“Successful Aging”であると言われている[11]。ハヴィガーストは老年学の目的を「“老年に生氣を吹き込む（adding life to the years）”ことであり、人々が人生を楽しみ、人生から満足を得らえるようにすること」[11]と述べた。SA研究の貢献は、寿命をどこまで延ばすことができるかという関心を、生活の質（QOL）を高めることにシフトチェンジしたことと、研究の課題が疾病や障害などの高齢者のネガティブな側面から、ポジティブな側面に移行したことである[12]。

以降、SAは多方面での研究テーマとして長年取り組まれてきたが、定義は確立されていない。国内では「良い人生を送り天寿をまとうすること」[13]、「高齢期の好ましい生き方」[14]、「高齢期における望ましい年の取り方」[15]のように訳される。また操作的に「高齢者が老いを自覚しながらも、自分の人生に納得し、満足して過ごしている状態」と定義する場合がある[16]。

本稿では、SAを「高齢者が老いを自覚し受け入れて、自らの人生を『これで良かった』『良い人生だった』と肯定し最期まで生を全うすること」と定義する。

V. 高齡者の幸せのかたち

高齡者による著書と先行研究のインタビューの

言葉を引用した。選定基準は、著者が後期高齡者で長命でありメディアで取り上げられるなど著名である、ベストセラーとして認知されている、人生観や死生観が高齡者の言葉で分かりやすく語られている、と筆者が判断したものである。

SAの視点で、それぞれの生き方や幸せについて語られていると思われる箇所を抜き出した。

1. 【105歳の医師の言葉】：日野原重明[17]

思い通りにならない自分自身と四苦八苦、戦いながらの毎日…それでもやはり、長生きしてよかった。長く生きるというのは素晴らしい…人生の午後が長いということは、幸せなこと…わからない自分と出会う時間をもらえるということ

2. 【85歳修道者の言葉】：渡辺和子[18]

何かを失うということは、別の何かを得ること…若い時には、できていたことができなくなる。それは悲しいことだけでは必ずしもなくて、新しい何かを創造してゆくこと…今日という日を私の一番若い日として輝いて生きて…これこそは老人に与えられた一つのチャレンジ

3. 【1931年生まれ作家の言葉】：曾野綾子[19]

自分はどういう人間で、どういうふう生きて、それにどういう意味があったのか。それを発見して死ぬのが、人生の目的…ほとんどの人は「ささやかな人生」を生きる。その凡庸さの偉大な意味を見つけられるか…それが人生を成功させられるかどうかの分かれ目

さまざまなものを失っていく晩年こそ、自分の得ているもので幸福を創り出す才覚が必要

4. 【兵庫県在住百寿者F氏の言葉】：[15]

「どのようなときに幸せを感じるか」などをインタビューした結果の一部を引用する。

ああ、幸せやなとか…そうでもないって言うことはあまり好きじゃない…自分を不幸やと思いたくない…時々ひょこっと思出すの。ああ、

あんなことあったなあ、よかったなあとかな。
嫌な思い出は忘れてしもうて。あっちへ、あっちへ行ってていうて

VI. 考察

Vの高齢者の言葉から、高齢者にとっての幸せについて考察する。一つは、長く生きるということ自体が幸せと言えるということである。日野原は、「人生100年時代といわれる中で、長生きするのがこわいという人も…長生きすると孤独になるのではないかという不安も」あるだろうが、「自分の姿をどんどん知っていく喜びを年をとったことで実感した」と言う[17]。長く生きることを、自分を知る時間を与えられた喜びと捉える幸せである。

できなくなることにより新しい何かを創造するチャンスが得られるとする考えは「喪失があれば、そこには必ず獲得がある」というバルデスの生涯発達の理論に通じると考えられる[20]。年齢を重ねると喪失が獲得を上回るようになるが、喪失と見るか獲得と見るかは「本人次第」で、新しい何かの創造には「創意工夫」が必要である[20]。「自分の得ているもので幸福を創り出す才覚」があれば高齢者は幸せと言えるのではないか[19]。

「老年期に至った人は、自分の人生を振り返り、自分が果たして価値ある存在であったのかと考えるとき…人生をやり直すには残された時間が余りにも少ない」という感情に襲われる、これはエリクソンの老年の危機である[21]。「自分はこういう人間で、どういうふう生きて、それにどういう意味があったのか。それを発見して死ぬ」[19]ことは老年期の課題である。高齢者の幸せは発達課題を克服し、「人生を成功」させることであるとも考えられる。

幸せの形はそれぞれの高齢者で異なっている。それは、価値観や生活史、文化的背景などの影響を受けて多様となると考える。本稿で取り上げた高齢者は、自分や周囲の環境を調整して老年期の様々な変化や喪失に上手く適応しており、SAを自ら実現している高齢者であると言える。例えば、

「嫌な思い出」を「あっちへ行って」と忘れて「幸せやな」と思うことができ、からだの不自由があっても「長生きしてよかった」と思えるように、日々の平穏や安心が保証されているのではないだろうか。

一方で医療現場に目を向けると、高齢患者に対する身体拘束が実施されたり、必要な清潔ケアが提供されていない状況などを耳にした。ある患者の両手には身体拘束用具のミトンが装着され、外すと悪臭がした。何日も清潔ケアが提供されていなかった。入院し治療を受ける高齢者には、こうして欲しいという意思を医療者に表明できなかったり、日常生活上何らかのケアを必要とする人がいる。このような高齢者が「自らの人生を『これで良かった』『良い人生だった』と肯定し最期まで生を全うする」ことを支えるのが老年看護の役割ではないだろうか。高齢者施設に従事する介護福祉士は、「残念だが、病院にはケアはない」と語った。そうした事実が一部の病院にでも存在するとすれば、看護師の存在意義は無くなってしまう。ケアの喪失は、高齢者の幸せの喪失である。

人生100年時代、今こそ老年看護の役割を再認識するときではないだろうか。鎌田は『高齢者ケア論』で老年看護の本質を説いている[22]。

めざましい医療の発展のなかで忘れられていた看護の本来の姿を取り戻すことが、老人看護には必要なのである。老人看護はいわば看護の原点ともいえる。治療以上にケアが必要とされているのが老人看護といえる。高齢患者を看護した喜びは、治療の成功に力を貸すだけでなく、高齢患者が人間として生きる喜びを獲得できるように援助したときである。

老年看護の役割は、「生活に視点を当てて、質の高い、本人が納得する生活が送れるように支援し、その人の人生に寄り添い、平穏な最期を迎えられるように」[23]することであると考えられる。

本研究では、SAに関する文献レビューが十分とは言えず、操作的定義の妥当性が確保されているとは言えない。また、高齢者の幸せを論じる上で、対象の人数やデータが限定的であることは改

善すべき課題である。

今後は高齢者への実態調査を行い、高齢者の暮らしや生き方を通して、高齢者の幸せとは何かを探究し老年看護の教育や実践のあり方をさらに検討していきたい。

VII. おわりに

本稿では、老年看護のなりたちを概観しながら、SA の概念に着目して、高齢者の幸せと人生 100 年時代に求められる老年看護の役割について考察した。

老年看護の理念は、過去も現在も変わらない。高齢者が自らの人生を「良い人生だった」と全うできるよう貢献することである。高齢者ケアに携わる看護師一人ひとりが看護の原点に立ち返って、老年看護の役割を果たす必要がある。

文 献

- [1] リンダ・グラットン, アンドリュー・スコット: LIFE SHIFT100 年時代の人生戦略 (初版). 池村千秋 (訳, 東洋新報社, 東京, 2021, pp.2.
- [2] 首相官邸ホームページ 人生 100 年時代構想会議 (平成 29 年 11 月内閣官房 人生 100 年時代構想推進室)
https://www.cao.go.jp/wlb/government/top/hyouka/k_42/pdf/s3-1.pdf
(2022 年 5 月 22 日参照)
- [3] 総務省統計局ホームページ 高齢者の人口
<https://www.stat.go.jp/data/topics/topi1261.html>
(2022 年 5 月 22 日参照)
- [4] 厚生労働省ホームページ 男女別百歳以上高齢者数の年次推移
<https://www.mhlw.go.jp/content/12304250/000672203.pdf>
(2022 年 5 月 22 日参照)
- [5] 産経新聞 107 歳双子が長寿ギネス認定 きんさんぎんさんの記録更新
<https://www.sankei.com/article/20210921-2WEF2J2Q4FJZPGA2WBQ46LUW4I/>
(2022 年 5 月 22 日参照)
- [6] 北川公子: 第 3 章老年看護のなりたち, 系統看護学講座 専門分野 II 老年看護学 (第 9 版). 医学書院, 東京, 2018, pp.79-83.
- [7] 北川公子, 萩野悦子, 井出訓: 第 2 章超高齢社会と社会保障, 系統看護学講座 専門分野 II 老年看護学 (第 9 版). 医学書院, 東京, 2018, pp.36-40.
- [8] 高山成子: 2. 世界における日本の老年看護, 最新老年看護学 (第 3 版). 水野敏子, 高山成子, 三重野英子ほか (編, 日本看護協会出版会, 東京, 2016, pp.28-47.
- [9] 谷井康子: サクセスフル・エイジング概念分析, 日本看護科学会誌. 2001; 21: pp.56-63.
- [10] 小田利勝: サクセスフル・エイジングの概念と測定方法, 人間科学研究. 2003; 11: pp.17-38.
- [11] 総務省統計局ホームページ 国際比較でみる高齢者
<https://www.stat.go.jp/data/topics/topi1135.html>
(2022 年 5 月 22 日)
- [12] 秋山弘子: 自立の神話「サクセスフル・エイジング」を解剖する, ケアという思想 (初版). 上野千鶴子, 大熊由紀子, 大沢真理ほか (編, 岩波書店, 東京, 2008, pp.181-194.
- [13] 柴田博: サクセスフル・エイジングの条件, 第 22 回日本老年学会総会記録. 2002; 39: 152-154.
- [14] 山本真由美: サクセスフル・エイジングと高齢期の発達課題 [老年的超越], 徳島大学人間科学研究. 2014; 22: 1-9.
- [15] 安元佐織, 権藤恭之, 中川威ほか: 百寿者にとっての幸福感の構成要素, 老年社会科学. 2017; 39: 365-373.
- [16] 山田智子, 磯村由美, 乗越健輔ほか: 高齢者における人生の振り返りに関する質的研究, 広島国際大学看護学ジャーナル. 2018;

16：17-28.

- [17] 日野原重明：生きていくあなたへ 105 歳どうしても遺したかった言葉（初版）. 福島広司（編，幻冬舎，東京，2017，pp.23-25.
- [18] 渡辺和子：置かれた場所で咲きなさい（初版）. 福島広司（編，幻冬舎，東京，2016，pp.97-98.
- [19] 曾野綾子：老いの才覚（初版）. KK ベストセラーズ，東京，2013，pp.110,164
- [20] 小田利勝：老年期における発達をめぐる課題とサクセスフル・エイジング，応用老年学. 2019；13：4-16.
- [21] 佐藤真一，谷口幸一，大川一郎：老いところのケアー老年行動科学入門ー（初版）. ミネルヴァ書房，京都，2010，pp.125-129.
- [22] 鎌田ケイ子：高齢者ケア論（初版）. 高齢者ケア出版，東京，2002，pp.29-33.
- [23] 鎌田ケイ子：生病老死ー苦しみを支える“看護”，短期連載 失われた“看護”を求めて⑥ー生病老死ー，看護. 2015，pp.96-99.