



インタビュー

人生 100年時代の 高齢者

〈生き方・支え方〉

重要なのは高齢者との関係性
正しい理解が年齢差別を防ぐ

人生100年時代における高齢者の生き方や周囲の支え方について、各界の専門家に話を伺います。今回は実践女子大学人間社会学部の教授で、都市社会学、社会老年学などを研究する原田謙氏です。

はら だ けん
原田 謙

実践女子大学人間社会学部教授

早稲田大学第一文学部哲学科社会学専修卒業、東京都立大学大学院都市科学研究科都市科学専攻博士課程単位取得退学。2006年に東京都立大学から博士（都市科学）の学位を取得。2008年に実践女子大学に着任し、2018年から現職。研究テーマは、社会的ネットワークと健康、地域環境と居住満足度、地域と職場におけるエイジズム。

人生100年時代の高齢者〈生き方・支え方〉

コロナ禍で世界に広がった 高齢者に対する意識

—年齢を理由とした固定観念や偏見を持ち、差別をする「エイジズム」(年齢差別)という言葉を耳にするようになりました。なぜ、このような言葉が使われるようになってきたのでしょうか。

原田 エイジズムという言葉は、1969年にアメリカの老年学者のロバート・N・バトラーが提唱したのが始まりで、人種差別(レシズム)や性差別(セクシズム)と並ぶ「第三の差別」とされています。

近年、この言葉が広く知られるようになります。特に海外では「若者と高齢者が新型コロナウイルス感染症にかかる場合、ECMO(体外式膜型人工肺)の利用はどうしたらを優先させるべきか」という命の選択に関する議論が頻繁に行わっていました。そうした状況を受けて、国連総会において2021年から2030年までを「健康な高齢化の10年」とすることが宣言され、高齢者が身体的・精神的健康を享受する権利を守るための取り組みが進められることになりました。その中

に年齢による差別防止に向けた提言が盛り込まれており、エイジズムという言葉が広まっています。

一方、コロナ禍の日本では「高齢者をいかに守るか」が重視され、高齢者へのワクチン接種が優先的に行われました。この取り組みは、高齢者の命を守るという意味ではもちろん重要でしたが、『高齢者イコール弱い存在』というイメージを社会に植え付け、世代による分断を強めてしまつた側面もあつたように感じています。

エイジズムを防ぐのは

関係性の「質」

—高齢者に対するエイジズムは、なぜ生じるのでしょうか。

原田 高齢者に対する誤った知識が差別につながつたり、自分の生活に対する不満のはけ口として高齢者を攻撃したりするなど、要因は幾つもあると考えられます。いずれの場合も問題の根源は、高齢者と関わる機会が少なくなつたことにあると感じています。

今は核家族化が進み、3世代が同居する家庭は少なくなっていますよね。昔と違つて日常生活で高齢者に接する機会があまりないた

め、SNSなどの情報を行うのみにしがちです。その結果、偏見を持つようになつてしまつたのです。

ただし気を付けたいのは、「だとしたら、3世代で同居をすべきなのか?」という議論につながつてしまつことです。高齢者に対する理解は、接觸頻度を高めるだけでは深まりません。近所に迷惑行為をする高齢者がいたら、若い世代はそれだけで高齢者全般に対するマナスの印象を持ってしまいます。こうしたことの積み重ねが、高齢者に対する接し方を良くも悪くもするのです。

重要なのは、高齢者との関係性の「質」です。ですから、エイジズムの防止には、「職場や学校、地域など日常生活の中で、高齢者と若い世代とが交流できる場をどのようにしてつくっていくか」という視点が重要になつてきます。

これまで自治体では「子どもが増えたので児童館を建てる」「子どもが減つて高齢者が増えたので、児童館を老人福祉館にする」というように、その時々のニーズに合わせた発想の下で施策を講じてきました。しかし今後は、世代を超えて楽しめる場をつくるという考え方が必要になつていくと思います。

3 月刊シルバー人材センター 2026.2

高齢者ならではの知見を 世代を超えて活用する

――具体的な取り組みとして、どのようなものがあるのでしようか。

原田 例えば、東京都健康長寿医療センター研究所の藤原佳典副所長が行っている、絵本の読み聞かせボランティアを養成する「りぶりんと」の活動です。りぶりんとの活動は、『月刊シルバー人材センター』でも取り上げていますね。これは、高齢者が絵本の読み聞かせに関する講座を受けて、トレーニングを積んでから保育園などでボランティアとして絵本の読み聞かせを行うもので、藤原副所長は、この世代間交流がどのような影響をもたらすのかという研究をしています。こうした高齢者との触れ合いを増やす取り組みは、児童の高齢者に対する認識をポジティブなものに変化させる可能性があります。

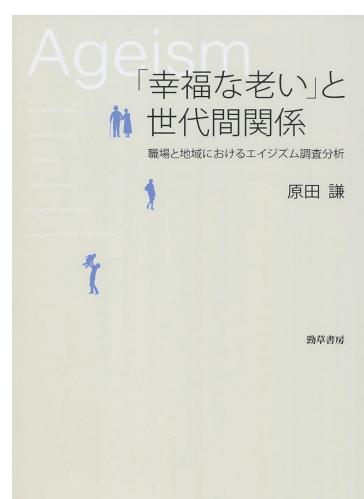
また、「高齢者の持ち味をどのように維持していくか」という問題意識も、高齢者と若い世代をつなげる仕組みづくりのヒントになると思います。企業なら、シニア世代が持つ豊富な知識や経験を若い世代に伝え積極的に活用するといったことが考えられます。私たち

教員もそうですが、人に何かを教えて「役に立つた」と言われることは大きな喜びになります。このような相互に良い影響をもたらす仕組みをつくつていけば、世代間の理解も深まるのではないかでしょうか。

世代間交流には、私が授業で取り入れている「高齢者の生活史を聞く」というフィールドワークも有効かもしません。これは、高齢者からこれまでの暮らしについて話を聞くというもので、私も地方の大学にいた時に、よく地域の高齢者から昔話を聞きました。この対話からは、地域の歴史や文化などのほか、高齢者を研究するという観点からも非常に多くのことを学びました。このフィールドワークのような取り組みは、高齢者に対し誤った考え方を持つている場合、それを正す助けになると考えています。

ほかの「コミュニケーション」にはない シルバー人材センターの魅力

――原田さんは以前、老年学に関する研究の一環で、シルバー人材センターの調査に携わった経験もあるそうですね。センターの取り組みについて、どのような印象を持っていましたか。



原田 私がシルバー人材センターの調査に携わったのは20年ほど前のことです。その時に印象的だったのが、センターで活動を続ける理由として「仲間と仕事ができ、充実感が得られるから」と答えた会員が非常に多かつたことです。

最近、「ウエルビーイング」が注目されています。ウエルビーイングとは身体的にも精神的にも社会的にも満たされた状態、つまり幸福であることを指す言葉で、私も研究テーマとして取り上げています。ウエルビーイングは人間関係や住環境など、さまざまな要素の組み合わせで成り立つもので、高齢者の場合、

原田氏の著作『「幸福な老い」と世代間関係・職場と地域におけるエイジズム調査分析』(勁草書房)。心理・社会調査データを通じ、エイジズムが生じる要因を分析。世代間の関係性が高齢者の幸福感にどのように作用しているかを解明し、今後の社会の在り方やまちづくりを考える



特に重要なのが「健康」です。次に「お金」、そして「社会参加」が挙げられます。シルバー人材センターの活動では、この三つの大きな要素全てに関わることができます。高齢者において、まず気を付けたいのが引きこもりの問題です。引きこもりの状態は、体力の低下や社会的孤立にもつながりかねませ

ん。しかしながら、センターに入会すれば、外出する一歩になりますし、健康的に体を動かすきっかけにもなります。また、就業により収入を得ることもできます。また、センターの調査で得られた回答のように、人との交流は充実感をもたらすこともあります。

さらに、センターは地域に根差した組織であるため、地元で安心して活動できるという利点もあります。これは、ほかのコミュニティにはない強みだと思います。この価値を地域にどう還元し、貢献していくか。それが、センター発展の大きな鍵になるのではないかでしょうか。

幸福に年齢を重ねられる 新たなまちづくりを目指して

——今後、原田さんはどのようなテーマで研究を進めていこうとお考えですか。

原田 私は「都市社会学」と「社会老年学」を柱に研究をしています。現在は東京都渋谷区にある大学で教えていっていることもあります、「大都市で幸福に暮らしていくとはどういう

変ですが、「お気に入りの場所を歩いていたら、いつの間にか8000歩になつていて」という方が楽しいですよね。そのように、意識せずとも日常生活の中で自然に幸せを感じられるようなまちであれば、住まう人の健康も大きく変わっていくはずです。そのためにも「幸福な老い」について、都市の社会構造と個人の健康や幸福感という視点から、研究を続けていきたいと考えています。

取材／柴崎卓郎
撮影／山城功也

「ことか」という視点で研究を進めています。

また、心理的な要素に加え、高齢者の特性を考慮した環境づくりといったハード面にも着目しています。ハード面については、シニア世代が自分の住む地域をどう評価しているかという居住満足度からも検討することが重要だと考えています。居住満足度では「近所になじみの場所がある」ことが鍵になります。

それは、好きなラーメン屋さんでもいいですし、スポーツ施設でもいいのです。近所を歩いているだけで、自分の好きな場所が目の前に現れ、そしてそれがどんどん楽しくなっていく。そんなイメージです。

いきなり8000歩を目指して歩くのは大変ですが、「お気に入りの場所を歩いていたら、いつの間にか8000歩になつていて」という方が楽しいですよね。そのように、意識せずとも日常生活の中で自然に幸せを感じられるようなまちであれば、住まう人の健康も大きく変わっていくはずです。そのためにも「幸福な老い」について、都市の社会構造と個人の健康や幸福感という視点から、研究を続けていきたいと考えています。