

目的 高齢化社会および高齢社会においては、高齢者自身がいかに充実した生活を営むかが重要である。拡大していく余暇時間の過ごし方は、充実した生活を考えるポイントであり、「寝たせきり」防止にも有効であると思われる。過去の生活時間調査によれば、現在の高齢者がはじめて多大な余暇時間を過ごしていることになる。そこで、今後の高齢期の余暇生活の充実への過程について考察するため、①高齢者の生活時間および余暇の過ごし方について現状を把握し、②充実した余暇生活のための要素を明らかにすることにより、より充実した余暇生活とそこにいたるまでの過程について検討する。

方法 まず、65歳以上の高齢者に対する生活時間調査、および余暇の活動状況についてのアンケート調査を実施した。調査者はK大学生で、香川・岡山両県に在住の祖父母または身近な高齢者を対象として、1992年7月に実施し、237票を回収した。次に、活動的で充実した余暇を過ごしている香川・岡山両県に在住の高齢者10名を対象とし、1992年12月に、日常の活動状況、余暇意識、高齢期のとらえ方についてヒアリング調査を実施した。

結果 アンケート調査によると、余暇を活動的に過ごしている少数の人（1割程度）と、休息や何もしないほとんどの人に二分された。活動的に過ごしている高齢者のヒアリング調査から、充実した余暇の要素として、能動・受動性および自己育成度が抽出でき、この二要素を軸として余暇の4類型（休息型、快楽型、使命型、自己拡充型）が認められた。さらに、これら4類型は方向性を持っており、余暇充実への過程として位置づけられることが明らかになった。