

人が基本的人権を確立し、人らしく生きるためには、生活自立が基本課題となる。しかし、高齢期の生活自立は、人々のサポートがあってこそ可能である。したがって、人々との関係をどう構築していくかということが高齢期に向けての生活設計の大きな課題となってくる。サポートの内容としては、情緒的・精神的面、生活面、身体面があり、人間関係としては、家族（配偶者、子ども、子どもの配偶者、孫等）、近隣関係、趣味・社会活動を通しての知人・友人、職業を通しての知人・友人、幼なじみ・同窓生などがある。サポート内容と人間関係のかかわりを明らかにすることが高齢期に向けての生活設計の課題といえる。高齢期の人間関係のありかたいかんには、高齢期にいたるプロセスにおける人間関係の形成が影響する。すなわち、サポートを受ける前段階として、サポートを与える経験が必須で、サポートの授与がなされはじめて、サポートの授受、サポートの受容へとスムーズな移行が可能である。したがって、家庭や学校における人間関係能力の育成を基盤とした、若年期、壮年期を通しての人間関係形成努力が必要となってくる。まず、サポート授与期には、ボランティア経験を通して高齢者に触れる経験を持ち、サポート授受期には家族関係、近隣関係の形成のみでなく、主体的・選択的ネットワークの形成努力が必要である。さらに、サポート受容期には、ボランティアや公的機関によるサポートを快く受けることのできる態度を欠くことができない。充実した高齢期を過ごし生涯を全うすうためには、生涯学習を通しての人間関係能力の育成が大きな課題となってくる。