

# 高齢社会は 多様なセカンドライフを支える まちづくりのチャンス

秋山弘子・東京大学高齢社会総合研究機構特任教授

全国六〇〇〇人の高齢者への三〇年にわたる調査や、千葉県柏市におけるまちづくりの社会実験に取り組み秋山弘子さんに、高齢社会をポジティブに捉える視点についてお話をうかがった。

三〇年六〇〇〇人の  
パネル調査から見えたもの

秋山さんは、今ほどは高齢化の影響が心配されていなかった一九八七年から、高齢者のパネル調査を続けてこられたということですね。

秋山 ちょうど三〇年前になります

ね。当時、日本では高齢者に関する医療関係のデータはたくさんありましたが、一般高齢者の生活に関する国レベルの調査はほとんどありませんでした。

生活の自立度や経済状態、社会関係が、年齢を重ねるに従ってどのように変化していくのかわらかにするために、住民基本台帳をもとに全国から無作為に六〇歳以上の人を抽出して、約六〇〇

〇人を三年ごとに訪問して面接をするというかたちで、今までに八回調査を行っています。

膨大なデータの蓄積がありますが、そのなかでも分析に力を入れたのは自立度の加齢による変化です。ADL (Activities of daily living) などの世界的に使われている自立度の尺度を使って、具体的にはお風呂に入る、短い距離を歩く、階段を二〜三段上がるといような、誰でも日常生活でするような動作を一人で行えるか、人の助けや杖のような道具を使わないでできるかどうかといった非常に単純な質問を毎回同じ方に尋ねます。

私たちが知っていたかったのは、日本の高齢者は何歳くらいまでは自立していて、それがどういったパターンで低下していくかということでした。調査の結果から、男性の場合は三つのパターンがあることがわかりました(図1)。約二割の方は七〇歳代になる前に健康

を損なって亡くなっています。一割強の方が八〇歳や九〇歳になってもお元気でおられる。残りの七割の方が七〇歳代の半ばぐらいまではお元気なのですが、そこから少しずつ自立度が低下していくのですね。

女性の場合はもっとと極端で、一割強の方が七〇歳代になる前に亡くなるか、重度の介護を受けながらの生活になります。残りの九割の方は、七〇歳代のはじめか半ばあたりから男性よりもゆるやかにですが自立度が落ちていくということがわかりました(図2)。

元気な高齢者が増えても問題はない

先日、日本老年学会などが高齢者

の定義を七五歳以上としてはどうかと提言して話題を呼びましたが、それにも符合するような結果ですね。

秋山 そうですね。あちらでもいろいろ

図1 ●自立度の変化パターン (男性)

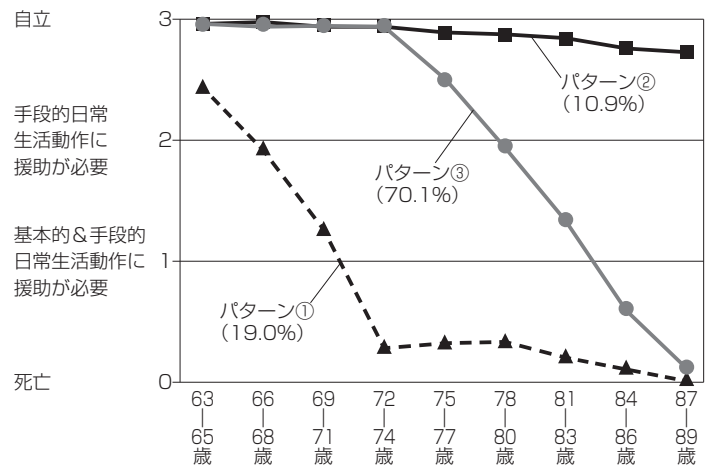
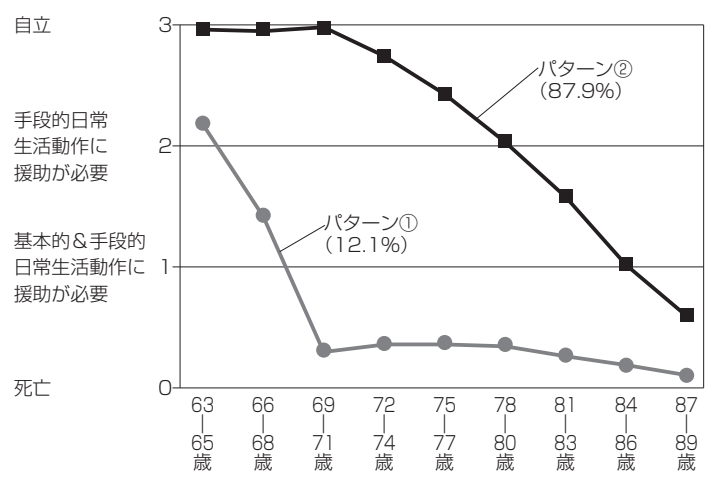


図2 ●自立度の変化パターン (女性)



出典：秋山弘子「長寿時代の科学と社会の構想」『科学』岩波書店、2010年