

# 虚弱化しつつある高齢者の「社会とのつながり」と「インターネット」

— 企業退職者グループD会の後期高齢メンバーの語りから —

ダイヤ高齢社会研究財団 主任研究員 工学博士 澤岡 詩野

寿命の伸びと共に長くなるのが、70歳を超えた頃から始まるとされる自立度の低下<sup>1)</sup>、ゆるやかに虚弱化していく時間といえる。この間には、本人が望む・望まざるに関係なく、それまでもっていた人とのつながりや活動といった社会との接点を完全に失ってしまう人が存在する。孤立化した結果、生きがいを失い、一気に要介護状態に陥ったり、認知症を発症するということが少なくない。

これまで著者は、他年齢層に比べて遅くはあるものの、65～69歳では7割、70歳代では5割と、高齢層にも普及著しいインターネット<sup>2)</sup>に着目し、最期まで社会とつながり続ける手段としての可能性を研究<sup>3,4)</sup>してきた。2013年秋号(No.75)では、参与観察を継続してきた企業退職者グループD会メンバーへのインタビューをもとに、「後期高齢期における社会とのつながりとICT(=情報通信技術)利活用の可能性」と題し、直接的な接触が困難になるなかで、これを補完する手段としてのインターネットの可能性について論じた。

2011年に行ったインタビュー(以後、2011年インタビュー調査)からは、70代から80代、80代から90代と加齢に伴いインターネットの役割も変化していくことが示された。この変化を明らかにする為に、調査から5年が経過する2017年1月～3月に同会メンバーに対し、インタビュー調査(以後、2017年インタビュー調査)を行った。本稿では、結果の一部を紹介する。

## 2011年インタビュー調査からみえてきたこと

研究では、活動開始から15年が経ち、会員の平均年齢も75歳に近づきつつあり、会の活動に直接的に関わ

る事が困難な人が増えつつある企業退職者グループ「D会」の会員を対象にインタビューを行った。

D会の特徴として130名程(調査実施当時の人数、9割が男性)のメンバーのほぼ全員がパソコンやタブレットなどのICTを使っていることが挙げられる。これは会が、ICTを活用して豊かな高齢期を過ごすことをテーマに立ち上げられ、これまでもメンバー相互でパソコンやインターネットの使い方、活用方法を学びあっていることによる。会では、ICTの勉強会の他に、相互の親交を深める場として歴史探訪や文化探訪、地域の高齢者にパソコンを教える教室の開催などを行っている。

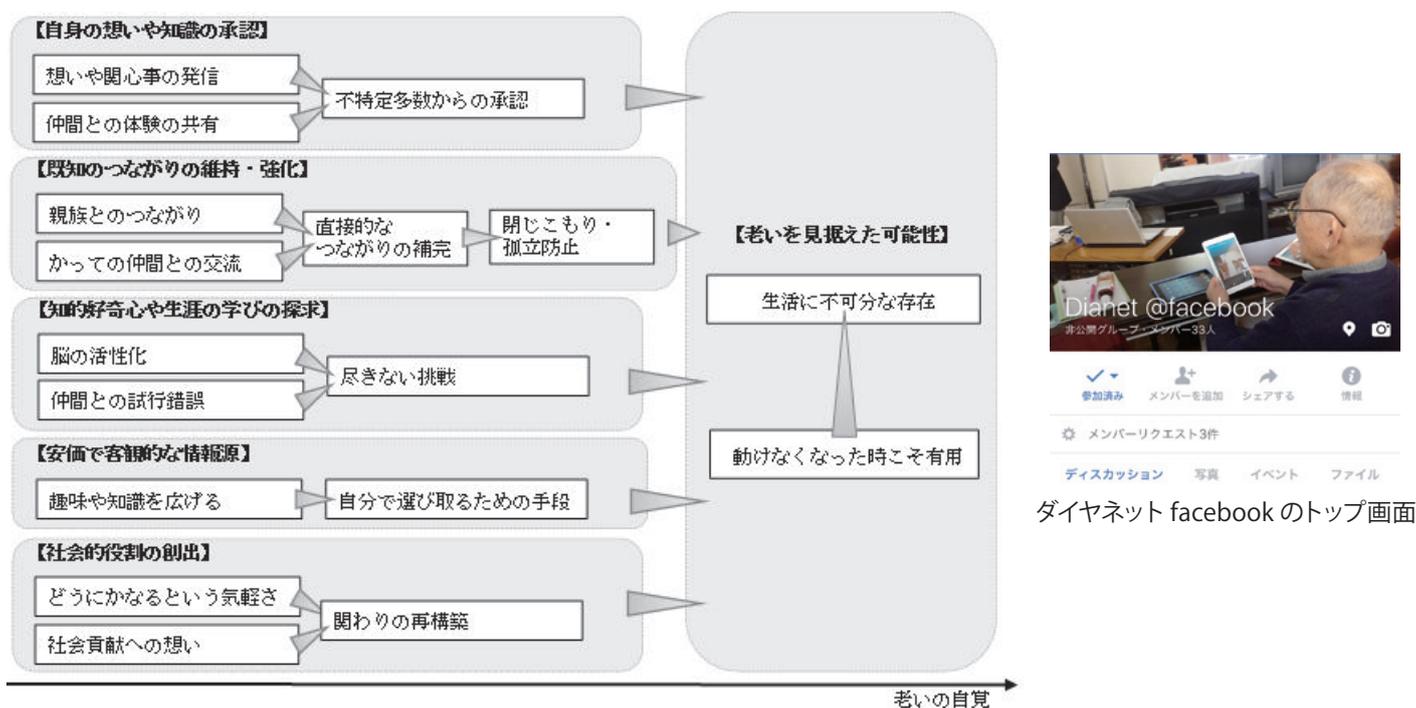
調査対象者は外出可能な身体状況の70歳以上のメンバーとした。グループの世話役からの紹介による17名を対象に、一人当たり1.5～2時間程度の半構造化面接による個別インタビューを行った。この結果、老いの自覚と共に変化する社会活動と社会関係におけるインターネットの役割について以下のことが示された<sup>3)</sup>(図1)。

### 【安価で客観的な情報源】

定年退職後の生活においては、「チケットの購入とか、サイトのメルマガで公演情報」の収集や「万能の百科事典」など、現役時代には余裕がなくて取り組めなかった『趣味や知識をひろげる』といった【安価で客観的な情報源】として日常的に活用をしていた。これが実際に自身や家族の罹病などを経験するなかで、インターネットで「調べてから医者にいったり」など、『自分で選び取るための手段』と位置づけ、活用されていた。

### 【既知のつながりの維持・強化】

ニューヨークに息子が転勤して「メールでやると、時差も関係ないってんで始めた」など、サポートの源



ダイヤネット facebook のトップ画面

注：【】 カテゴリ、□サブカテゴリ  
 図1 職業生活の引退から後期高齢期に至るまでのインターネットの位置づけを構造化したモデル

泉であり親密な他者として位置づけられることの多い『親族とのつながり』の手段として、また退職後に時間ができて復活した「学校の友達とはメールで」といった『かつての仲間との交流』に活用されていた。しかし、「原則としてインターネットだけ、3回に一本は会うとかしなきゃだめだろうね」など、あくまで『直接的なつながりの補完』となる手段であることが強調されていた。これが、将来的に外出が困難になることを想定した時には、インターネットでつながっていれば「愚痴をこぼしあえて気分の発散になるのでは」など、老いを自覚していく日々のなかで『閉じこもり・孤立防止』、『動けなくなった時こそ有用』と考えるようになることが示された。

**【社会的役割の創出】**

職業生活からの引退後に仕事に代わる社会活動を模索するなかでは、「資料作りとかなら手伝えるかなという程度」などの『どうにかなるという気軽さ』と、「地域にパソコンが広がっていくこと、それがいきがい、やりがい」という『社会貢献への思い』を抛り所に、ICTに関する知識や経験を活用して**【社会的役割の創出】**

を始めていた。「能力の減退を感じていて」や「年寄りの出る幕はない」などという加齢に伴い老いを自覚していくなかで、役職を後輩に譲り「今はパソコンで通知する文章などを書いてあげている」の様に、『関わり方の再構築』といった、現在の状況に応じた**【社会的役割の創出】**を行っていた。

**2017年インタビュー調査の概要**

2011年の調査から5年が経過するなかで、入退会はありつつも、80名強のD会メンバーの平均年齢は80歳を超えようとしている。近年では、パソコンよりも操作の簡易なタブレットの勉強会、探訪などの体力的な負荷の大きな活動に参加できない会員に対し、会話を楽しむ「傘寿サロン」なども開催している。また、つながりを補完する手段として、facebookの活用にも取り組み、虚弱化し外出が困難になりつつあるメンバーが会に関わり続けるための支援に力をいれている(写真ダイヤネット facebookのトップ画面)。

対象者の選定は、会に関わって10年以上経過する後期高齢の会員(退会者も含む)とし、前回調査同様に、

会の世話役にこの基準に合致する研究協力者の紹介を依頼した。この結果、75歳～93歳の会との関わりが15年以上の15名の現役メンバーと4名の退会者から協力の返事を得た。

調査への理解が得られたあと、研究の趣旨を説明し、最終的な承諾を得たうえで、協力者の負担を考慮しながら、一人当たり1.5～2時間程度の個別インタビューを実施した。調査期間は、2017年1月～3月であった。

インタビューでは、インターネットをはじめとするICTの利用状況、過去5年間の「心身の状態」や「社会とのつながりや活動」の変化に加え、住んでいる地域との現在の関わり方なども尋ねた。

## 2017年インタビュー調査で見えてきた5年間の変化

### ■心身の状態の変化

対象者19名の健康状態は、何らかの持病を抱えて通院し、杖や補聴器などを利用する人も存在したが、単独で外出可能な状態であった。ただ、ここ数年で大きな手術や大病を経験し、現在は大きな問題はないものの、外出を控えるようになった人も少なくなかった。自宅からD会の活動拠点に通うのに電車で1時間かかる人も存在しており、家族から心配だから止めてくれと言われ、今では年数回程度しか会に参加できていない人も存在していた。

また、聴力や視力に問題を抱える人も多く、相手の話を聴き取れずに会話の中で聞き返したり、短時間に資料を読み取ることが難しく会話に加われないなどの心理的な負担が重なり、それまで定期的に参加していたD会以外の活動も含め、休みがちになっている例も見られた。

そこを補完していたのがメールやSNS（ソーシャルネットワーキングサービス）などのインターネットを介したやり取りであった。耳が聞こえにくく電話では会話が成り立たない、でも手紙だと相手の状況がタイムリーに見えにくいというジレンマを、メールを中心

にやり取りすることで解決している人が存在していた。また、難聴で聞き返すことを億劫と感じ、D会以外にも関わっている活動を休んでいた人が、その間もグループメールに写真などを送信し続けることで得た『仲間とつながっている感覚』から、今では会に復帰しているという例も見られた。さらに、直接に出向いて参加できない代わりに、会のホームページやメンバーだけでグループがつくられているSNSを毎朝にチェックし、会員の近況を知ったり、若手の投稿にコメントを書き加えることで『仲間とつながっている感覚』に加え、ゆるやかな『運営を支えている有用感』を得ていた。しかし、これらのやり取りは相手あってのことで、同期の仲間でメールを使っていた人が亡くなったり、認知症になった友人から返信がこなくなってしまう、今ではゲーム位しかネットにつながなくなったという人も少なくなかった。また、目の手術や治療中の人には、目に負荷をかけることを恐れ、パソコン画面に向き合う時間を朝だけにするという工夫や、目がこれ以上に見えなくなることで社会との接点を失うことへの恐怖心も聴かれた。

### ■社会とのつながりや活動の変化

多くの人が過去5年間にそれまでの活動やつながりを整理していた。このキッカケとして、大病や手術といった経験、その後の体力の衰えが語られた。整理の際に削減された活動として、同窓会やOB会が挙げられることが多かった。高齢化が進み人数が減っていたなかで会を閉じる決意を固めたこと、会いたい人が亡くなったり病気になって出てこなくなってしまうことなど、その理由は様々であった。この『つながりや活動の取捨選択』の作業のなかで、参加頻度を減らすなどはあったものの、D会は大事な場として残されていた。一旦止めていた人が、他の活動を整理した結果、D会に再入会するという例もみられた。この理由として、同系列企業集団という同質性の高さに加え、他の活動と違い、インターネットを介してゆるやかにマイ

ペースにつながるができるという点が挙げられる。一方で、自宅から公共交通機関を使って通わねばならないD会への参加に限界を感じている人も少なくなく、それまでは気が向けば関わる程度であった地元の囲碁会などに、大きな力を注ぐ様になったという例も見られた。

対象者には、少数ではあるが、今までの活動やつながりを縮小ではなく、維持することに注力する人も存在していた。この人々に共通するのは、持病と付き合いながらも、定年退職後から自らで創り上げてきた活動(消費者教育、世代間交流、高齢者施設の慰問など)で、今も大きな役割を担っていることであった。ICTそのものに大きな関心はなく、『活動するうえでの必要な手段』として位置づけられていた。そろそろ引き際、後進に託していきたいという引退への気持ちを語りながらも、頼りにされる毎日をもう少し続けても良いと考える姿が垣間見えた。

## まとめと今後の展開

本研究の協力者は、少しずつ大変なことが増えていく後期高齢期においても、それまでの活動に継続的に関わり続ける、社会的にも身体的にも比較的に元気な集団といえる。しかし過去5年間には、視力や聴力の低下、手術や大病などを経験し、それらが身体面や心理面の壁となり、それまでの活動を制限したり、『つながりや活動の取捨選択』を行っていた。このなかでD会の活動や会を介した企業退職者同士のつながりは、残すべき重要なものとして位置づけられていた。会から退会した人でも、メンバーと連絡を取りあっていたり、会のホームページを常にチェックしていたり、D会との『仲間とつながっている感覚』を維持していた。なかには、コメントを述べる、写真や有用な情報を提供することで『運営を支えている有用感』を得ていた。

これらは、5年前の調査の【既知のつながりの維持・強化】で聞かれた『閉じこもり・孤立防止』『動けなく

なった時こそ有用』や、『社会的役割の創出』で聞かれた『関わりの再構築』が、心身の衰えを自覚するなかで具体的に実体験として表れた結果といえる。また、5年前に比較して、病気の症状の重い軽いの差はあるものの、治療法や病院を調べる手段、『安価で客観的な情報源』で語られた『自分で選び取るための手段』と位置づける人が増えていた。

今後、さらなる老いの自覚が進む中で、2011年のインタビューでも聞かれた『動けなくなった時こそ有用』で『生活に不可分な存在』といえ、この先は益々必要不可欠な手段となっていくことが示された。インターネットを日常的に使ってきた世代が高齢化するなかで、虚弱化することで引き起こされる孤立化や生きがいの喪失を抑止するには、直接的にできないことを補完する手段としてインターネットを位置付けた支援を考えていくことが求められている。

最後に、調査に協力を頂いたD会の会員、関係者のみなさまに厚く御礼申し上げます。

### 【参考文献】

- 1) 秋山弘子:長寿時代の科学と社会の構想, 科学, 80(1), 59-64(2010).
- 2) 総務省:平成27年版 情報通信白書(2015).  
<http://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h27/html/nc372110.html>(2017/9/14).
- 3) 澤岡詩野:都市部の企業退職者の社会活動と社会関係におけるインターネットの位置づけ, 応用老年学, 8(1), 31-39(2014).
- 4) 澤岡詩野, 袖井孝子, 森やす子, 荒井浩道:高齢者の非親族との電子メールを介した交流の特性, 社会情報学, 2(3), 15-26(2014).



◇ PROFILE 澤岡 詩野(さわおか・しの)

ダイヤ高齢社会研究財団 研究部 主任研究員。  
東京工業大学大学院卒、工学博士。東京理科大学助手を経て、2007年より現職。研究テーマは高齢期の社会関係。業績として「都市のひとり暮らし後期高齢者における他者との日常的交流」(共著『老年社会科学』)、「都市部の企業退職者の社会活動と社会関係におけるインターネットの位置づけ」(単著『老年社会科学』)など多数。