

調査結果の分析

袖井孝子

お茶の水女子大学名誉教授

I. 背景と目的

近年、「終活」という言葉を目にし、耳にすることが多くなった。「終活」とは、人生の最終段階に向けて準備活動することを意味する。家族や親族の絆が強固であった時代には、多くの人は、家族や親族に看取られて、その生を終わるのが普通だった。当時は、地域の絆も強固であり、誰かが亡くなると近隣から助っ人が集まって、通夜から葬儀までの手伝いをしたものだった。

在宅での死が減少し、葬儀が近隣の手から葬儀社の手に移るようになったのは、都市化が進んで人の移動が激しくなり、誰もが時間に追われるような多忙な生活を送るようになった、1980年代以降のことではないだろうか。

在宅死と病院・診療所・老人ホームなどの施設死との割合が逆転するのは1970年代半ばのこと。今では8割強が施設死である。都心に暮らす私さえ1980年頃までは、自宅で亡くなる人も珍しくはなく、近所で葬式があれば町会のテントが張られ、隣人たちが弔問客の相手をしていたことを思い出す。

医療が高度化する以前には、高齢になれば、とくに治療をすることなく死を迎えるのが当たり前。80代、90代の人に長時間にわたる手術をしたり、延命処置をすることなどはとうてい考えられなかった。しかし、今日では、高齢の患者に対して、難しい手術をし、延命処置を行うのが普通になった。

病気になればすべてを医者に任せ、家族・親族に看取られて亡くなり、死後は家族・親族に加えて近隣の手を借りて葬儀を執り行う、というのが日本人にとって当たり前の人生の終わり方であり、ことさら自分で終末期や死後の心配をする必要もなかったといっても過言ではない。

こうしたお任せ人生が終わりを告げ、最近では、終末期どころか、葬儀や墓、そして死後、遺族が醜い争いを繰り広げないよう遺産相続にまで目配りをする必要になった。

1970年代、80年代に流行った生活設計論は、結婚して家族を形成し、子どもが独立した後の老後の生活と夫亡き後に遺される妻の経済生活の心配をするあたりで終わっていた。ところが、今やもっと先までの設計図を描くことが求められる。言い換えれば、誰かに決めてもらうお任せ人生から何事も自分で選択し、自分で決定する自己決定の時代がやってきたのである。

こうした時代の変化を背景に実施されたのが、今回の調査であり、人生の最終段階を人びとがどのように受け止め、どのような準備をしているのかを明らかにすることがその目的である。

II. 自分の人生の最終段階について考えていること

自分の人生の最終段階については、8割強の人が考えている。性別による差は少なく男性で79.0%、女性で83.3%と、女性がやや多い。しかし、年齢による差は明らかであり、50代以下では72.5%だが60代では85.2%、70代では82.9%、80代以上では92.0%と年齢が上がるにつれて考えている人が増加する(図1)。

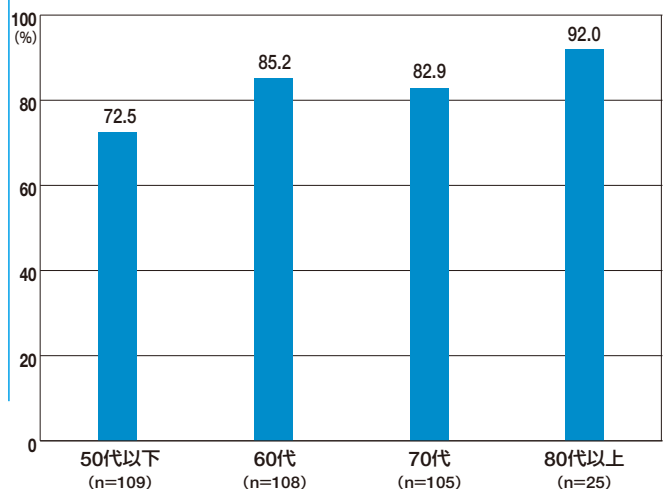


図1. 自分の人生の最終段階について考えている(年齢別)

家族構成についてみると、独り暮らしが89.8%でもっとも「考えている」比率が高いが、他の家族構成でもほぼ8割を超えている。考えていない者がもっとも多いのが、親と同居する世帯の42.9%であり、おそらく親の人生の結末を考えなければならないために、自分自身のことまで考える余裕がないのであろう。

人生の最終段階について考えていない人にその理由を尋ねたところ、「考えてもどうにもならないから」と「考える必要はあると思うが時間がないから」がそれぞれ3分の1強を占める。年齢別にみると、年齢が上がるほど「考えてもどうにもならないから」という諦めの念が強くなり、若いほど「考える必要はあると思うが時間がないから」という回答が多くみられる(図2)。

考えている人に対して、どのようなことを考えているのかを尋ねたところ、もっとも多いのが終末期医療で全体の約7割を占め、男性68.5%、女性72.3%と女性がやや男性を上回る。次いで多いのが、葬式・墓などであり、男性53.1%、女性56.3%と女性がやや多い。3番目に多いのが、遺される家族の生活で男性58.6%、女性31.1%と、圧倒的に男性が女性を上回る。男性には一家の大黒柱としての責任感が、今なお残っているのだろう。それに続くのが、遺産相続・形見分け

の35.2%、遺言についての28.5%、亡くなった遺体への対応の28.1%であるが、男女による差はほとんどみられない(図3)。

III. 考えていることを伝える方法

人生の最終段階について考えていることを書式(エンディング)

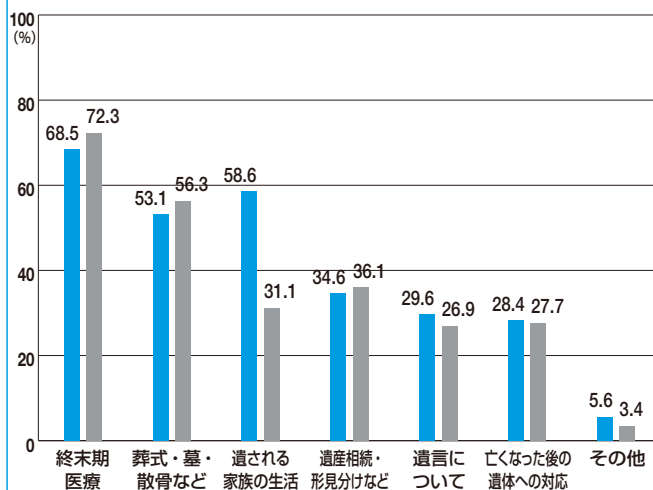


図3. 考えていること(性別)〈複数回答〉

■男性(n=162) ■女性(n=119)

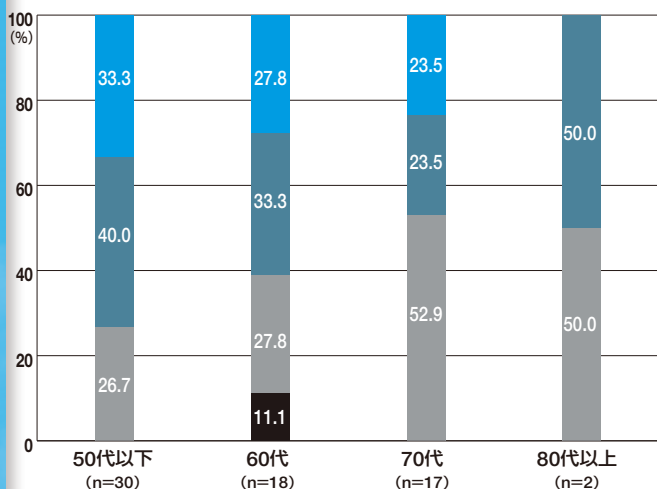


図2. 自分の人生の最終段階について考えていない理由(年齢別)

■縁起でもない不吉なことで嫌だから
■考えてもどうにもならないから
■考える必要はあると思うが時間がないから ■その他

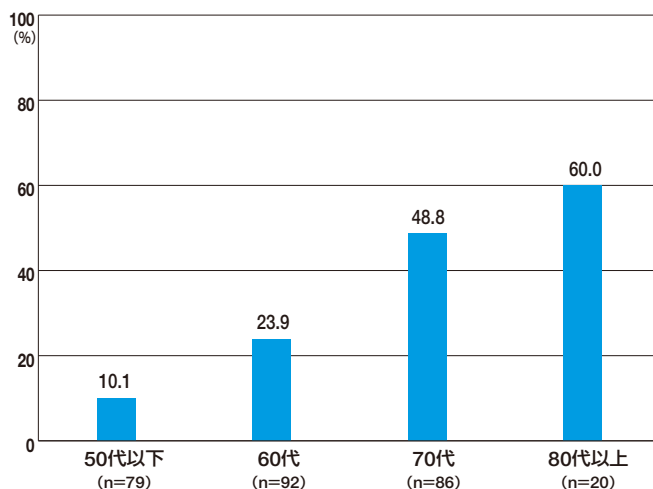


図4. 考えていることを書式にしている(年齢別)

グノート、リビングウィル、遺言など)にしている者は、わずかに3割で大部分は書き記していない。とりわけ若い年齢層にとって、人生の最終段階はまだまだ先のことであり、50代以下のわずかに1割が書いているにすぎない。しかし、さすが80代以上では6割が書き記している(図4)。家族構成別にみると、独り暮らしや夫婦世帯に書式化している者の比率が相対的に高くなっている(図5)。

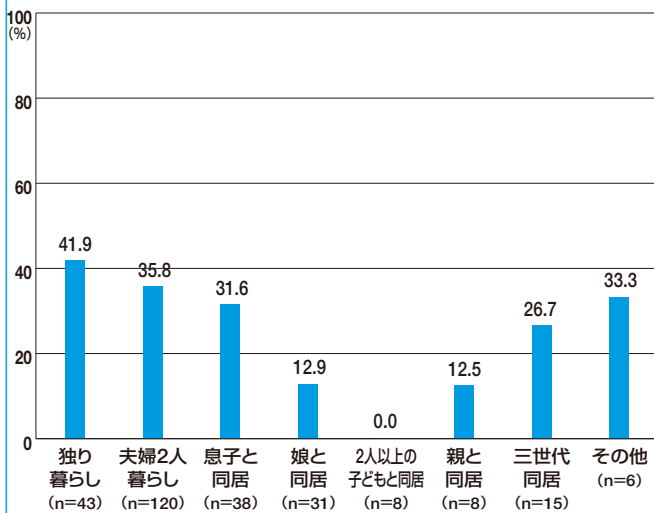


図5. 考えていることを書式にしている(家族構成別)

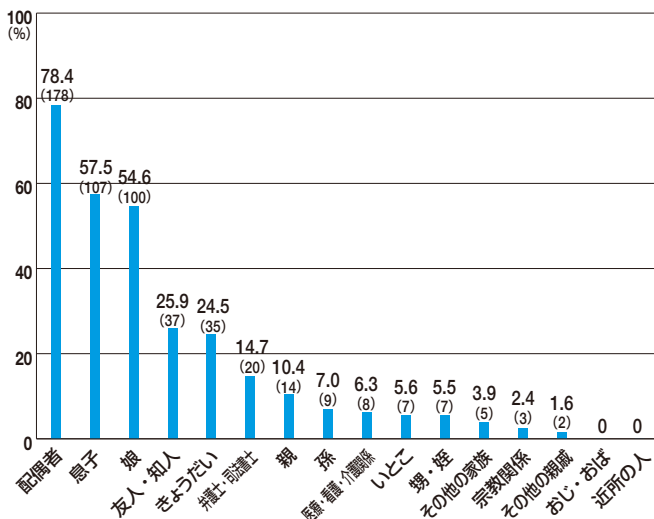


図6. 考えていることを話す相手(複数回答)
()内は実数

書式にはしていないが、8割以上が誰かに話したり、これから話そうとしている。話している、または話そうとしている相手は、配偶者をもっとも多く、次いで息子、娘、友人・知人、きょうだいの順であり、近親者が圧倒的に多い(図6)。

人生の最終段階について考えていることを誰かに話していない人にその理由を尋ねたところ、「すべてを家族に任せておけば安心だから」が3割でもっとも多く、女性では4割近くにのぼる。

IV. 最期の時を迎えたい場所

最期の時を迎えたい場所として、9割近くが自宅(介護付き有料老人ホームや賃貸住宅などを含む)をあげており、施設(特養や老健施設など)や病院・診療所をあげる人は4%弱、ホスピスをあげるのは2%弱にすぎない。男女で比べると、施設やホスピスが女性に多く、病院は男性に多い傾向が認められる(図7)。

最期を迎える場所についての男女差は、お茶の水女子大学のグループが小田原において夫と妻を対象に、2003年と2006年に実施したパネル調査からも明らかである。最期を

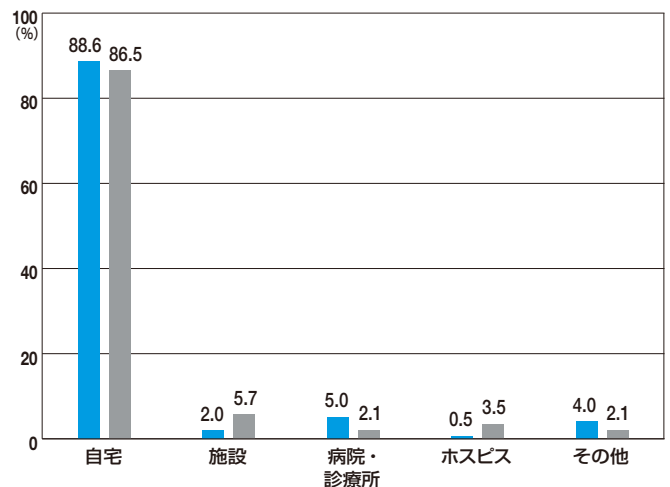


図7. 最期を迎えたい場所(性別)
■男性(n=201) ■女性(n=141)

迎えたい場所として自宅をあげる者は、夫では2003年62.4%、2006年56.0%であったが、妻では2003年40.1%、2006年41.1%と、圧倒的に自宅で亡くなることを望む夫が多い。だが、希望とは裏腹に、夫も妻も実際には病院で亡くなるだろうと予測している。なお、「ホスピスなどの専門病院や病棟」を希望する妻は夫の倍近くを占める(図8)。

V. 自分の最期の時にあたって準備していること

最期の時のために準備していることを自由に書いてもらった。記入のある人とない人、一つしか書かない人とたくさんを書く人、さまざまであり、統計的にはあまり意味がないが、一応、項目を数えてみた。

もっとも多くの人があげていたのが、葬儀や墓に関するもので61人にのぼる。とりわけ墓への言及が多く、「墓を買った」(50代男性、60代男性、60代女性)、「霊園を確保してあるので生前に墓石を建立する予定」(70代男性)、「墓地はすでに購入し、墓石も建立済み」(80代以上男性)、「親からの墓所の維持管理」(50代男性)など、墓へのこだわりがいかに大きいかを物語る。墓の準備はかなり早くからしているようで、「納骨堂

は20年前から準備してある」(40代男性)という人もいる。なお、墓への言及は圧倒的に男性が多く、墓を守るのは家長の責任といった家制度的な規範が残っていることを感じさせる。

葬儀についても、「葬儀用の写真の準備」(70代男性)、「自分と配偶者の葬儀については手配済み」(60代男性)、「葬儀の手配はお寺に予約済み、永代供養料は支払い済み」(70代独り暮らし女性)、「娘に散骨を頼んだ」(60代女性)、「樹木葬を考慮中」(60代独り暮らし女性)などかなり準備が進んでいる。

遺書やエンディングノートに言及しているのは61人。そのうち23人が、すでにエンディングノートを記入済みか記入しようとしている。調査対象となったNALCでは、独自のエンディングノートを作成して会員に配布し、記入方法の指導をしている。同じ対象となったシニア社会学会でも、エンディングノートをテーマとする講座を2回にわたって開催している。こうしたことがエンディングノートをあげる人の多さにつながっているのかもしれない。

3番目が遺族の生活をあげる者の30人であり、家の処分、遺産相続、生前贈与、生命保険などに言及されており、60代、70代の男性が多い。平均寿命や夫婦の年齢差からみて、男性が先に亡くなるケースが普通であることに加え、高齢層では男性片働き世帯が大勢を占める我が国では、遺され

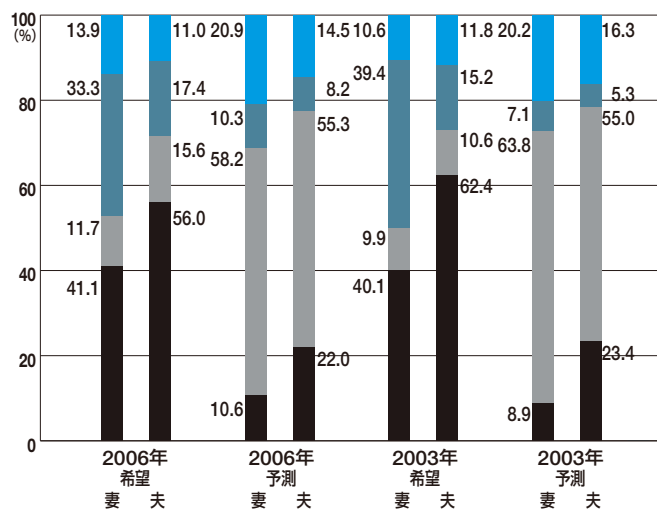


図8. 最期を迎える場所の希望と予測：妻夫比較

■自宅
 ■一般の病院や病棟
 ■ホスピスなどの専門病院や病棟
 ■老人ホーム・子どもなど近親者の家等
 出典：お茶の水女子大学21世紀COEプログラム「中年女性のライフスタイルと危機的移行——第二次パネル調査報告書」2007年2月

る妻のために夫が配慮するのは当然かもしれない。

所有する物の処分や整理、いわゆる「断捨離」をあげる者が30人。実際にこの言葉を使っている人もいる。「できるだけ不要なものを遺さないで終末期を迎えられるよう、元気なうちに無駄なものを少しずつ処分し、シンプルな生活を心がけている」(60代男性)、「少しずつ物を減らして身軽にしようとしている。最後はトランク一つでいいと思っている」(40代女性)、「今年、母が突然亡くなり、その遺品整理や財産分けなどに莫大な時間をとられました。遺される人たちに迷惑をかけないように、自分で整理できるものはしておきたいし、余計なものは持たないようにしようと固く決意しました。今では、本当に必要なものだけを買ひ、使わないものは処分するようにしています」(60代女性)。

5番目が終末期医療への言及の15人であり、「胃ろうは一カ月程度つけて、駄目だと判断したら抜いてほしい」(70代女性)、「日本尊厳死協会に入会している」(70代男性2人)、「医学的に見て治療が困難と思われる事態にたちいたった時は延命治療を行わない」(80代以上独り暮らし男性)、「70代半ばすぎでの侵襲的処置なら生命維持という名であっても延命は断る」(60代女性)。その他、「献体登録をしている」(60代女性)、「臓器移植。眼球を提供したい」(80代男性)などが4人。

準備をしていない者は34人。大部分が50代以下だが、60代以上でも準備をしていない人もいる。「まだ母が生きてるので気にかかる。母は認知症が重く、施設にいる。同居していた弟が亡くなったことも母は知らない。母が弟と同じ墓に入るまでは責任を感じている」(60代女性)と、親が存命中のため、自分の最期までは考えが回らないようだ。「現時点では体力づくりの運動や脳活性化の脳トレ等日常の日課として、元気そのものであり、真剣に我が『死』に関して考える時期をもう少し後にしようと思う」(70代男性)と考えるのを先延ばししている人もいる。

VI. 要約と考察

調査結果をまとめ考察を加え、いくつかの提言を行いたい。

1 ● 考えてはいるが、なかなか実行できない

調査対象者の8割強が、自分の人生の最終段階について考えている。しかし、そのことをエンディングノート、リビングウィル、遺言などに書き記している者は3割にすぎない。書式にはしていないが、考えていることを、近親者に話すか、話そうとしている者が8割を超える。しかし、書式化していない場合には、必ずしもその通りになるとはかぎらない。「任せておけば安心」と思っている家族が、思いがけない決定を下す恐れもあるので、書式化しておくほうが安全だろう。

2 ● 考えていることと実行していることとの乖離

人生の最終段階について考えていることのトップは終末期医療だが、実際に準備しているのは葬式・墓や遺族の生活への配慮である。エンディングノートや遺言を書いている人の中には、終末期医療についても書き記しているものと思われるが、自由回答の記述を見るかぎり、葬式・墓や遺族の経済生活への関心の高さがうかがわれる。

3 ● ジェンダーによる相違

男性と女性では、人生の最終段階に対する態度に違いがみられる。男性では、葬式・墓や遺族の生活への配慮などへの言及が多く、墓を守り、遺族の生活に責任を持つといった家制度的な規範の残存がうかがわれる。しかし、こうした規範は、少子化の進行による墓を守る人の消滅、共働き世帯の増加に伴う家計の協同化などによって、しだいに脆弱化していくであろう。

4 ● 年齢による相違

年齢が上がるほど、人生の最終段階について考える者が多くなる。考えていない者についてみると、年齢が上がるほど「考えてもどうにもならないから」といった諦めの念が強く、それに対して若年層ほど「考える必要はあると思うが時間がないから」と答える傾向にある。老後に向けて若い頃から準備することの必要性が説かれる今日、人生の最終段階についても、早い時期から準備をする必要がある。学校教育、生涯学習、退職準備教育などに、人生の最終段階への準備を取り入れることを勧めたい。

5 ● 家族構成による相違

人生の最終段階について書式に記しているのは、独り暮らしや夫婦世帯に相対的に多い。子との同居世帯に比べて、終末期医療や葬式・墓などについて自己決定する必要性が高いからであろう。親と同居する世帯では、親の終末期医療や葬式・墓などへの心配から、自分の人生の最終段階にまで考えが及ばないケースが見受けられる。親の長寿化が進む今日、子世代の老後の生活設計や人生の最終段階への準備が遅れがちになることにもっと注目してよいだろう。

6 ● 最期を迎える場所

圧倒的多数が、自宅で最期を迎えることを望んでいる。しかし、実際に自宅で最期を迎えるのはそれほど簡単ではない。近年、在宅死を勧める声が高まっており、訪問診療をする医師も少しずつ増えてはいるが、その数は限られている。有料老人ホームの中には、介護を必要とするようになると別の施設への転居を求められるところもある。厚生労働省と国土交通省が協力して2011年にスタートさせたサービス付き

高齢者向け住宅が対応できるのは、せいぜい要介護3程度までであり、今のところ重介護の人が最期まで暮らし続けることは難しい。高齢者が安心して自宅で最期を迎えるためには、福祉の基盤である住宅の整備が不可欠であり、国や自治体が住宅政策にもっと力を注ぐことを期待したい。

7 ● 断捨離の必要性

自由回答では、所有物を減らす、いわゆる断捨離について述べている人も少なくない。軽やかにあの世に旅立つには、身の整理をし、余分な物を持たないことが望ましい。やたらに物をため込むことが、遺族に迷惑をかけ、遺品整理会社の繁盛につながることは確かである。

今回の調査は、少数の対象者に対するものであり、必ずしも日本人全体の意識を代表するものではない。また、調査項目も少ないので、人生の最終段階に関する限られた側面を尋ねるに止まっている。しかし、この結果から、現在の日本人が、自らの人生の最終段階についてどんなことを考えているのかを、ある程度まで概観することができる。今回の調査結果を基に、今後は、人生の最終段階に関するより詳細な調査を、幅広い対象者に対して実施したいと考えている。