

「晩年はひとり暮らし」が当たり前の社会に求められること

ライフデザイン研究部 主席研究員 小谷 みどり(こたに みどり)

「晩年はひとり暮らし」が当たり前

「ひとり暮らしの高齢者」というと、どんなイメージを持つだろうか。実際にひとり暮らしの高齢者のなかには、健康で、趣味や生きがいがあれば、誰かと一緒に暮らすよりもひとりの方が気楽でいいと考える人は少なくないだろう。

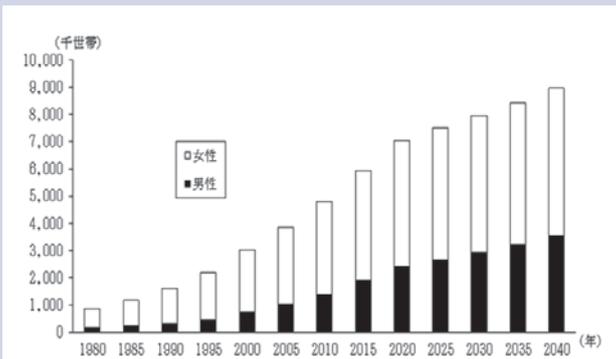
しかし、「高齢のひとり暮らしはかわいそう」と思う人もいる。ひとりで暮らす若者に対してはそう思わないのに、高齢だからというだけでひとり暮らしをかわいそうに思うのは、高齢者が子や孫に囲まれて暮らすという、昔のホームドラマのイメージが、いまだに多くの人の脳裏に染み付いているからだろう。

それでは、ひとり暮らしの高齢者は誰かと一緒に暮らしたいと思っているのだろうか。内閣府が2014年に全国の65歳以上のひとり暮らし男女を対象におこなった調査では、「今のまま一人暮らしでよい」と答えた人が76.3%もいた。80歳以上では、78.3%がひとりのままでよいと考えている。

つい数十年前までは、老後は子や孫と暮らすのが当たり前だったが、今や、高齢者の暮らし方はひとり暮らしが主流になりつつある。厚生労働省「国民生活基礎調査」で65歳以上の人の住まい方をみると、1980年には52.5%が「子供夫婦と同居」であったのに、2016年には11.4%にまで減少した。一方、1980年には8.5%だった単独世帯は、2016年には18.6%にまで増加し、65歳以上の5、6人に1人はひとり暮らしという状況にある。

ひとり暮らしの高齢者は、1980年には88万人しかいなかったが、15年には592万人に増加し、国立社会保障・人口問題研究所が発表した2018(平成30)年推計の「日本の世帯数の将来推計(全国推計)」によれば、35年には841万人に増えるという(資料1)。35年には、65歳以上の4割近くがひとり暮らしになる計算だ。

資料1 65歳以上のひとり暮らしの推移



(出所) 2015年までは厚生労働省「国民生活基礎調査」、2020年以降は国立社会保障・人口問題研究所の2018年推計より作成

ひとり暮らしの男性高齢者の特徴

しかも高齢者の独居化は特に男性で今後、急速に進むとみられる。男性の高齢者人口に占めるひとり暮らしの割合(独居率)は、2000年には8.0%、2015年14.0%だったが、国立社会保障・人口問題研究所の2018年推計によると、2040年には20.8%と2割を超える。女性高齢者の独居率は、2000年には17.9%、2015年には21.8%だったが、2040年には24.5%になると見込まれているので、やはり増加するものの、男性の方が増加率はとても大きいことが分かる。

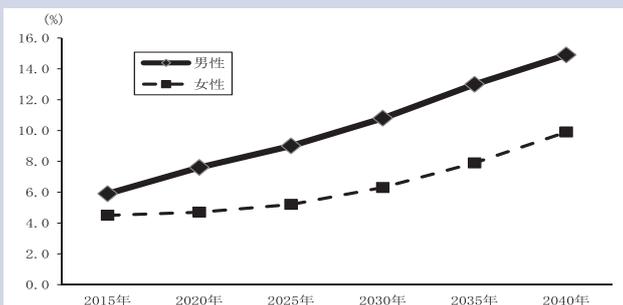
これから急増するひとり暮らしの男性高齢者は、従来のひとり暮らしの女性高齢者像とはライフスタイルが大きく異なる。

ひとつは、生涯未婚の男性高齢者が独居化している傾向である。65歳以上の未婚率は2015年には男性5.9%、女性4.5%だったが、国立社会保障・人口問題研究所の2018年推計では、2040年には男性14.9%、女性9.9%にまで増加すると見込まれている(資料2)。つまり、これまでひとり暮らし高齢者の大多数であった女性は、夫と死別し、子や孫とは別居というライフスタイルが主流であったが、これから増加するひとり暮らしの男性高齢者のなか



には、一度も結婚せず、配偶者や子どもはそもそもいないケースが少なくないと推察される。

資料2 65歳以上の未婚率の推移

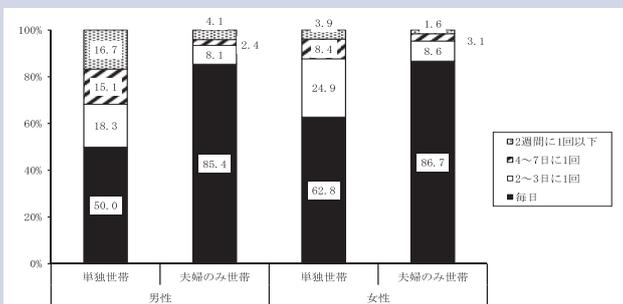


(出所) 国立社会保障・人口問題研究所「世帯数の将来推計」2018年推計

つながる努力を

結婚するかどうかは本人の自由であるが、ひとり暮らしの男性高齢者は社会とつながりが少ない可能性も指摘されている。国立社会保障・人口問題研究所の調査によれば、ひとり暮らしをしている60歳以上の男性のうち、6人に1人にあたる16.7%は、2週間のうち、誰とも一度も会話をしていないという(資料3)。

資料3 60歳以上の会話の頻度(電話も含む)



(出所) 国立社会保障・人口問題研究所「生活と支え合いに関する調査」2012年

もちろんひとり暮らしの男性高齢者は生涯未婚であるとは限らず、妻と死別して独居化した人もいます。しかしながら、筆者の調査によると、妻と死別し、ひとり暮らしになった男性高齢者は、他人との会話頻度が減るという調査結果が明らかになっている(「高齢者の生活に関する調査」2016年)。

もっとも、そもそも配偶者と死別した人に限らず、日本の高齢者は、別居している子どもとの会話頻度は総じて低い傾向にある。内閣府が2015年に実施した「高齢者の生活と意識に関する国際比較調査」では、別居している子どもとの接触頻度(会ったり、電話などで連絡をとったりする頻度)を問う質問で、「ほとんど毎日」と回答した高齢者の割合は、アメリカで42.9%と最も高く、次いでスウェーデン(30.0%)、ドイツ(24.8%)、日本(20.3%)の順となっている。これに「週に1回以上」を加えると、アメリカ(78.6%)、スウェーデン(78.1%)、ドイツ(62.5%)、日本(51.2%)で、日本では、別居する子どもとの会話頻度がこれらの国々よりも少ない。

一方、夫と死別してひとり暮らしになった女性高齢者は、外出機会や友人と会う時間が増えていることも、前出の筆者の調査から示されている。

以上の結果から、ひとり暮らしになったり、高齢になったりする以前から、家族や友人とのコミュニケーションを図っておくことの重要性を示唆している。何週間も誰とも会話をしない生活が理想なのであれば問題ないのだが、資料3で示されたように、これだけ多くのひとり暮らし男性が、それが理想のライフスタイルだと考えているとは到底思えない。

実際、筆者の調査では、「困ったときに頼れる人が身近にいないこと」、「話し相手が身近にいないこと」を不安に感じる男性は多く、話し相手や頼れる人がいないといった孤立への不安を抱える男性は少なくないことが明らかになっている。

高齢になったらひとり暮らしが当たり前になる社会の到来に向け、万が一のセーフティネットの構築のために、どのようにして他者と関係性を築けるかが、高齢期のQOL向上の大きな鍵となる。私たちは、血縁や地縁がどうかに関わらず、多様なつながりを持っておくことが、リスクヘッジにもなることを認識すべきであろう。