

# 高齢夫婦世帯における別居家族との食事

—母方近居家族にみる親密交流—

上席主任研究員 北村 安樹子

## 目次

1. 調査実施の背景	2
2. 子や孫との食事の実態	4
3. 子や孫との食事の意味	8
4. まとめ—高齢夫婦世帯における別居家族との食事の実態と意味—	11

## 要旨

- ①高齢夫婦世帯を対象とするアンケート調査を実施し、子や孫との食事の実態とともに、それらが彼らにとってどのような意味をもっているのかを探った。
- ②過去1年間に子や孫と食事をしたことがある人のうち、「ふだんの食事」をとともにした人は69.8%、年末年始など「特別な日の食事」では84.1%を占める。「ふだんの食事」の経験率は、孫が就学前の人や孫が娘の子の人、子や孫が30分以内の範囲に住む人で高いが、「特別な日の食事」ではこれらの属性によらず経験率が高い。
- ③子や孫との食事の場として最も多くあげられたのは、「ふだんの食事」「特別な日の食事」のいずれでも「あなたの自宅」であった。子や孫と食べる自宅での食事では、孫の好みや量・品数が重視され、子や孫以外の人との食事や1人で食べる食事と比べて、より多くの費用や労力がかけられる傾向にある。
- ④回答者の多くが食事を通じて子や孫とのコミュニケーションを楽しみ、他の人との食事では得られない特別な喜びを感じている。孫が就学前の人や孫が娘の子の人、子や孫が30分以内の範囲に住む人では、自宅での食事を通じて子世帯の家事や子育てを支援してやれると感じている人が特に多い。
- ⑤就学前の孫がいる母方の近居家族では、親宅での食事という形での親密な交流の実態がある。ただし、食事が子世帯の支援になると感じている女性には、交流が負担感につながってしまう人が少なくない。子世帯が親を頼りやすい子育て期の近居では、祖母の親心と負担のバランスを考慮した交流の形を、周囲の家族が意識する必要がある。

キーワード：高齢夫婦世帯、近居、食事

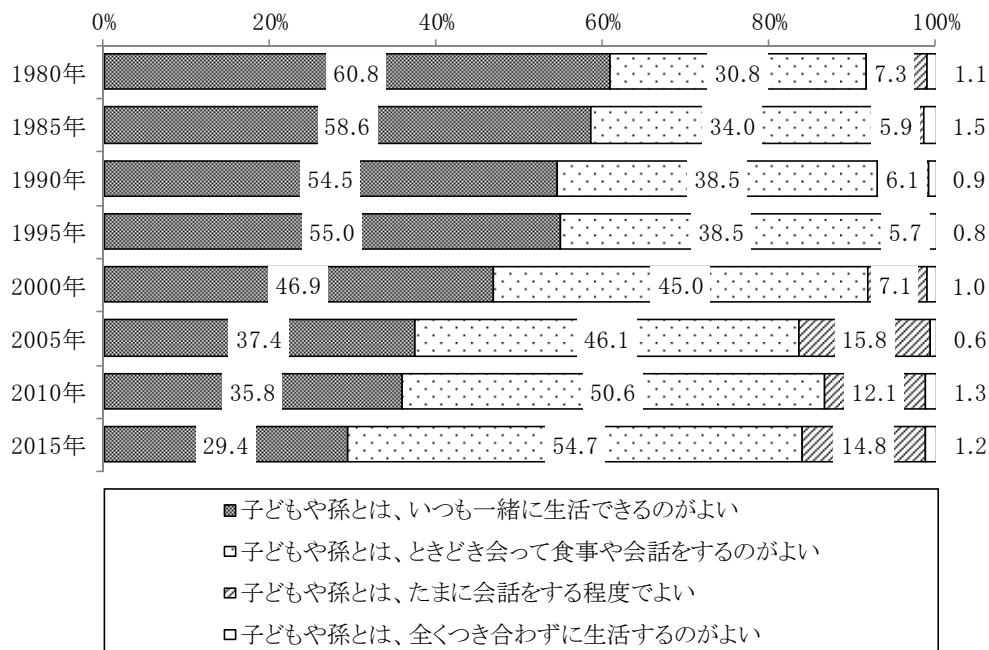
## 1. 調査実施の背景

### (1) 老後の子や孫とのつきあい方をめぐる高齢者の価値観の変化

日本の高齢者が望ましいと考える老後の子や孫とのつきあい方は、2000年前後を境にして子や孫といつも一緒に生活する「同居密着型」から、ふだんは別々に暮らし、ときどき会ってともに過ごす時間やコミュニケーションを楽しむ「別居交流型」へと移行している（北村 2014）。図表1は、わが国の高齢者が老後における子どもや孫とのつきあいについてどのような考え方をもっているのかを、内閣府が定期的にたずねている調査結果である。これをみると、「子や孫とはいつも一緒に生活できるのがよい」という価値観を支持する人が1980年時点では6割以上を占めていたが、近年では「子や孫とはときどき会って食事や会話を楽しむのがよい」という価値観をもつ人が増加し、2005年以降は最も高い割合を占めるようになってきている。

こうした価値観には、年齢や居住地域による違いがあるものの、年金・医療・介護といった高齢期の生活を支える社会保障制度の進展にともなって、親子それぞれが独立した世帯として、経済的に自立した生活を営むライフデザインを描くことが現実に可能になってきたという背景もあると考えられる。そして、ふだんは互いが別々に暮らしているからこそ、食事などを通じて、子や孫とほどよい距離感でコミュニケーションをはかる機会が、高齢期の生活における新たな楽しみになりつつあると考えられる。

図表1 老後における子どもや孫とのつきあい方に関する意識(1980～2015年)



注：「わからない」「無回答」の人を除外して算出

資料：内閣府（2016）「平成27年度 第8回高齢者の生活と意識に関する国際比較調査結果」より筆者作成

このようななか、高齢者にとっての別居家族との「食事」に注目し、子や孫と食事をともにすることや、食事を通じた家事や子育ての支援等が、高齢者の意識の面でどのような意味を持っているのかを明らかにした調査はこれまでにない。近年では子育てをする上で祖父母との近居が注目されているが、食事の機会が子の助けになればと、祖父母の支援が行過ぎてしまえば、祖父母の負担につながる可能性もある。一方、ふだんは別々に暮らすようになったからこそ、ときどき会って食事をする機会が、祖父母の大きな楽しみになっていたり、ふだんは食べないメニューや食品を生活に取り入れる機会になっている可能性もある。

以上の問題意識から、高齢夫婦世帯における子や孫との食をめぐる交流が、彼らの生活や意識にどのような影響を与えているのかを明らかにするため、全国の60～70代の夫婦2人世帯男女を対象とするアンケート調査を行った。

## (2) 調査概要

アンケート調査の概要は図表2のとおりである。回答者の平均年齢は67.5歳（図表省略）、性別・年代等の内訳は図表3のとおりである。

なお、回答者には平均で2.7人の孫がいる（図表省略）。孫の学齢の分布をみると、小学生（54.2%）が半数以上を占めて最も多く、「園児」（46.5%）、「就園前」（45.3%）についても、それぞれ4割以上を占める。

図表2 アンケート調査の概要

■調査名	シニア夫婦世帯の別居家族との交流に関する調査
■調査対象	人口10万人以上の都市に居住し、高校生以下の孫がいる60～70代の夫婦2人世帯男女
■サンプル数	1,068名
■調査方法	インターネット調査(株式会社クロス・マーケティングのモニター)
■調査時期	2016年1月

図表3 回答者の主な属性

		N	%
性別	男性	534	50.0
	女性	534	50.0
年代別	60～64歳	308	28.8
	65～69歳	422	39.5
	70～74歳	242	22.7
	75～79歳	96	9.0
	80歳以上	9	0.8
孫の人数	1人	257	24.1
	2人	303	28.4
	3人	214	20.0
	4人	167	15.6
	5人以上	127	11.9

		N	%
孫の学齢 <複数回答>	就園前	484	45.3
	園児	497	46.5
	小学生	579	54.2
	中学生	229	21.4
	高校生	148	13.9
	大学生	61	5.7
	学卒	39	3.7
孫宅までの 所要時間	5分以内	97	9.1
	15分以内	159	14.9
	30分以内	169	15.8
	1時間以内	233	21.8
	3時間以内	179	16.8
	3時間超	231	21.6

## 2. 子や孫との食事の実態

### (1) 食事の頻度

はじめに、子や孫(最も親しい孫やその親)との食事の頻度についてみる(図表4)。

回答者の約半数は「月に1回」以上の頻度で子や孫と食事をしている。食事の頻度は、孫が就学前の人や、孫が娘の子の人、子や孫が近くに住む人でおおむね高い傾向にある。例えば、1時間以内の範囲に、就学前の孫がいる娘が住む人では、3人に1人が「週に1回以上」という比較的高い頻度で子や孫と食事をもっている(図表省略)。

一方、孫宅までの所要時間が1時間を超える「3時間以内」や「3時間超」の人では、食事の機会が「年に2～3回程度」以下の人がそれぞれ66.4%、95.7%を占める。全般的な傾向として、物理的な距離は、食事を含めた対面的な交流の機会を少なくする要素の1つだと考えられる。

図表4 子や孫との食事の頻度(全体、孫の学齢別、孫の続柄別、所要時間別)

(単位:%)

	ほとんど毎日	週に2～3回程度	週に1回程度	月に2～3回程度	月に1回程度	年に2～3回程度	年に1回程度	ほとんどない
全体	1.5	4.0	8.8	13.9	22.4	35.9	6.5	7.1
<性別>								
男性	1.5	4.5	7.9	14.8	20.4	37.1	6.9	6.9
女性	1.5	3.6	9.7	12.9	24.3	34.6	6.0	7.3
<孫の学齢別>								
就園前	1.2	6.1	12.7	16.7	17.1	33.1	4.5	8.6
園児	1.4	3.6	10.5	15.5	23.1	35.4	3.6	6.9
小学生	1.6	3.9	6.5	12.5	24.9	36.9	8.6	5.2
中高生	1.9	1.9	5.6	9.9	23.0	38.5	9.3	9.9
<孫の続柄別>								
息子の子	0.4	2.0	5.4	10.7	23.3	42.8	7.2	8.3
娘の子	2.3	5.6	11.2	16.4	21.8	30.7	6.0	6.0
<所要時間別>								
15分以内	5.1	11.3	18.4	23.0	21.5	14.5	3.9	2.3
30分以内	0.6	3.6	14.8	24.3	32.0	15.4	3.0	6.5
1時間以内	0.0	2.6	6.4	17.2	33.9	33.5	2.6	3.9
3時間以内	1.1	0.0	3.9	3.4	25.1	54.7	5.0	6.7
3時間超	0.0	0.9	0.0	0.9	2.6	62.3	16.9	16.5

注:もともと親しくつきあっている孫、およびその親との食事についての回答結果(以下同じ)

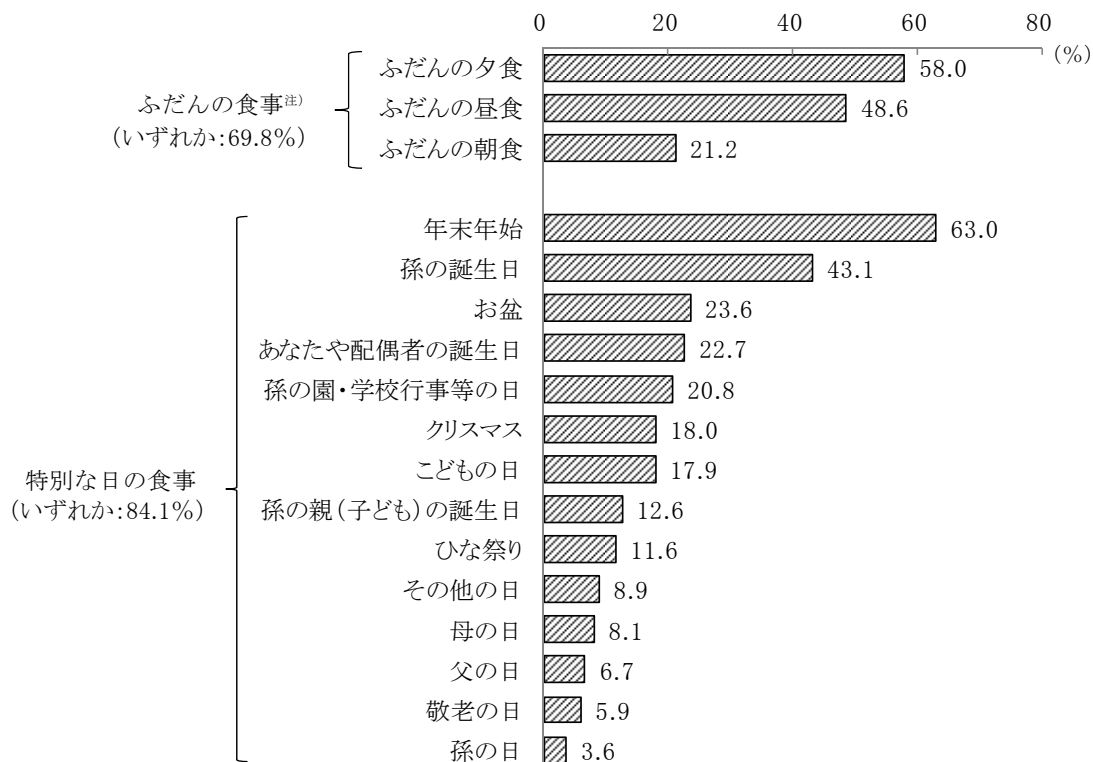
## (2) 食事の機会

次に、図表4で子や孫と食事をする機会があると答えた人に対し、どのような機会に食事をしたのかを複数回答でたずねた。その結果、「ふだん（年末年始や各種の記念日などの特別な日以外）の食事」に関しては、「夕食」（58.0%）で半数を超え、「昼食」（48.6%）、「朝食」（21.2%）の順となった（図表5）。過去1年間に子や孫とこれらのいずれかをともにした人は69.8%であった。

一方、過去1年間に、年末年始や各種の記念日などの「特別な日の食事」のいずれかを子や孫とともにした人は、84.1%であった。具体的にみると、もっとも経験者が多いのは「年末年始」（63.0%）であり、先にみた「ふだんの夕食」（58.0%）を上回っている。これに次いで多かったのは「孫の誕生日」（43.1%）であり、「お盆」（23.6%）、「あなたや配偶者の誕生日」（22.7%）、「孫の園・学校行事等の日」（20.8%）などが続いた。

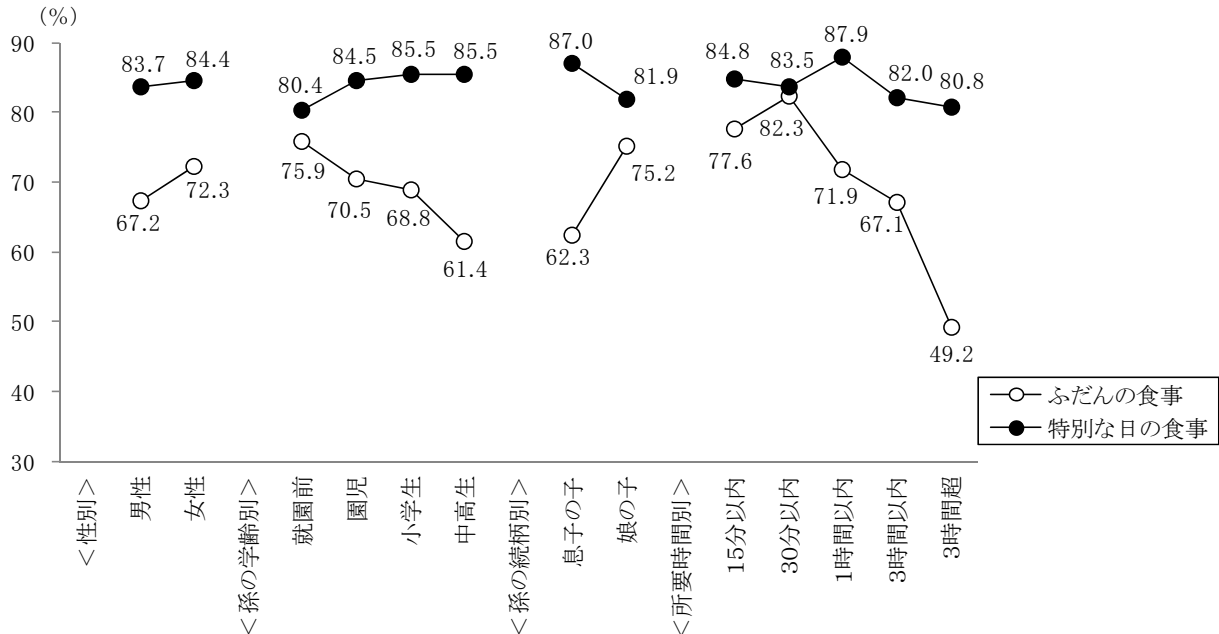
なお、過去1年間における「ふだんの食事」と「特別な日の食事」の経験率を主な属性別に比較すると、前者は孫が就園前の人や孫が娘の子の人、子や孫が30分以内の範囲に住む人で高いが、「特別な日の食事」はこれらの属性によらず高いことがわかる（図表6）。「ふだんの食事」に比べて「特別な日の食事」は、物理的な距離の影響を超えて、家族が集まって食事とともにする機会だと考えられる。

図表5 過去1年間の食事の機会(全体)＜複数回答＞



注：回答者は、図表4で「ほとんどない」と答えた人を除く992人。ここでの「ふだんの食事」とは、「特別な日の食事」以外の日常の食事を指す

図表6 子や孫との食事の機会(性別、孫の学齢別、孫の続柄別、所要時間別)



注：回答者は図表5に同じ。数値は、過去1年間に図表5の「ふだんの食事」「特別な日の食事」の各項目のいずれかを体験した人の割合

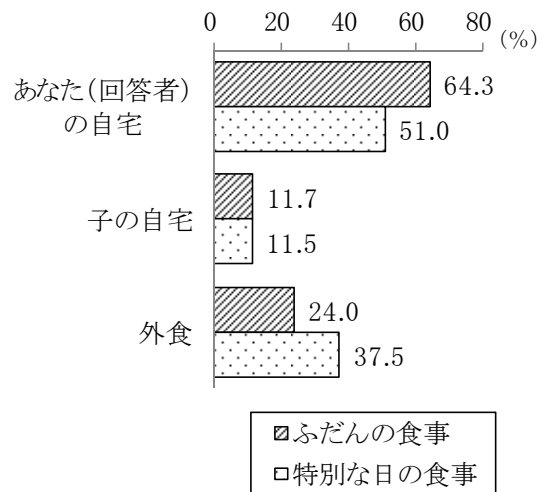
### (3) 食事の場所

次に、子や孫と食べる「ふだんの食事」および「特別な日の食事」に関して、主な食事の場所についてたずねた結果をみる(図表7)。「あなたの自宅」「子の自宅」「外食」という3つの選択肢のうち、「ふだんの食事」「特別な日の食事」の双方でもっとも多くあげられたのは「あなたの自宅」であった。「ふだんの食事」では64.3%、「特別な日の食事」でも51.0%を占めている。

一方、「子の自宅」をあげた人は、どちらの機会についても1割程度であった。なお、「特別な日の食事」では「外食」をあげた人が37.5%と、「ふだんの食事」(24.0%)に比べて10ポイント以上高い。

また、これらの回答で「あなたの自宅」と答えた人では、食事をつくる人について親世帯の女性をあげた人が9割以上を占めた(図表省略)。子や孫が自宅に来て食事をする機会は、夫婦2人暮らしの高齢女性にとって、子や孫のために料理をしたり、そのための準備や後片付けをする機会にもなっていることがうかがえる。

図表7 子や孫との食事の主な場所(食事の機会別)



注：回答者は図表5に同じ。

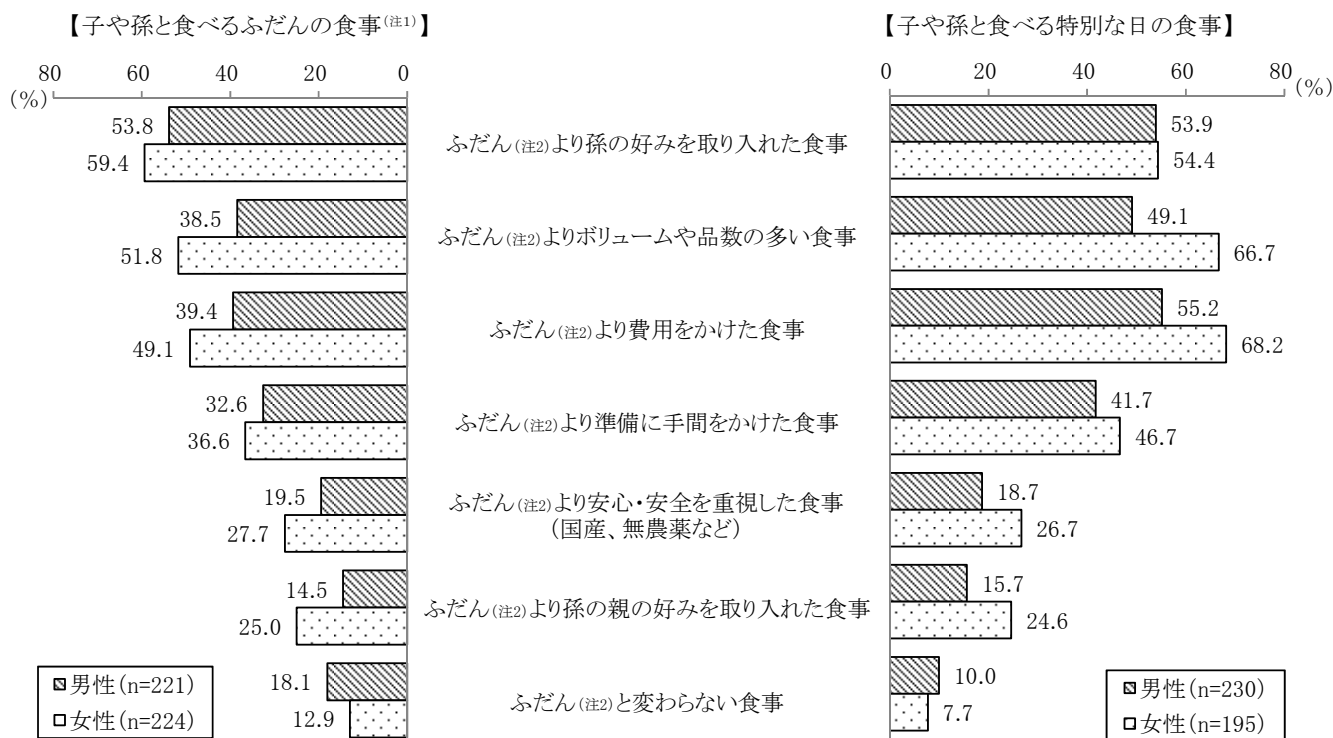
#### (4) 食事の内容

続いて、図表7で子や孫との食事の主な場所について「あなたの自宅」と答えた人に注目し、食事の内容にどのような特徴があるのかをみる（図表8）。

まず、子や孫との食事ではない「ふだんと変わらない食事」と答えた人の割合をみると、グラフ左側の「子や孫と食べるふだんの食事」では男性が18.1%、女性が12.9%、グラフ右側の「子や孫と食べる特別な日の食事」では同10.0%、7.7%となっている。回答者にとって子や孫と食べる食事は、特に何かの記念日ではない日常の食事であっても、夫婦だけや1人で食べる食事の内容とは、さまざまな点で異なっていると考えられる。

次に、具体的にどのような点が異なるのかをみる。グラフ左側の「子や孫と食べるふだんの食事」でもっとも多かったのは、男女とも「ふだんより孫の好みを取り入れた食事」（男性53.8%、女性59.4%）であり、「ふだんよりボリュームや品数の多い食事」（同38.5%、51.8%）、「ふだんより費用をかけた食事」（同39.4%、49.1%）、「ふだんより準備に手間をかけた食事」（同32.6%、36.6%）などが比較的高い割合を占めた。

図表8 自宅で食べる場合の子や孫との食事の内容(食事の機会・性別)＜複数回答＞



注1:ここでの「ふだんの食事」とは、子や孫と食べる「特別な日の食事」以外の日常の食事を指す

注2:ここでの「ふだん」とは、子や孫との食事ではない日常の食事、すなわち夫婦だけや1人で食べる食事を指す

注3:回答者は図表7で「あなたの自宅」と答えた人。数値は「あてはまる」「ややあてはまる」の合計

一方、グラフ右側の「子や孫と食べる特別な日の食事」に関するもっとも多くあげられたのは、男女とも「ふだんより費用をかけた食事」（同55.2%、68.2%）であるが、「ふだんよりボリュームや品数の多い食事」（同49.1%、66.7%）、「ふだんより孫の好みを取り入れた食事」（同53.9%、54.4%）、「ふだんより準備に手間をかけた食事」（同41.7%、46.7%）などが比較的高い割合を占めた点は、グラフ左側の「子や孫と食べるふだんの食事」の場合と共通している。「子や孫と食べるふだんの食事」に比べて、「子や孫と食べる特別な日の食事」では、費用や量に加えて、労力の面でも、より奮発した対応をとる様子が見えてくる。また、すべての項目で、女性が男性を上回っていることから、子や孫との食事の場合に、ふだんとは異なる対応を行う傾向は、男性より女性においてより顕著だと考えられる。

### 3. 子や孫との食事の意味

#### (1) 食事に対する意識・生活の変化

では、子や孫との食事について、回答者はどのような意識をもっているのだろうか。ここでは満足感、生活の変化、負担感という3つの側面から回答者の意識をみていく（図表9）。

まず、満足感に関する「食事の際の、子や孫とのコミュニケーションが楽しみである」「食事の際に、孫の成長が感じられるのが嬉しい」の2項目では、あてはまると答えた人（「あてはまる」「ややあてはまる」の合計割合、以下同じ）が95%を超え、回答者のほとんどに共通する意識であった。また、「子や孫との食事には、他の人との食事では得られない喜びがある」についても、あてはまると答えた人が9割を超えている。これらの結果から、夫婦2人世帯の高齢者にとって子や孫との食事は、単なる食事ではなく、家族とのコミュニケーションや孫の成長を感じられる楽しみな機会であること、また、食事の機会を通して得られる喜びには特別の価値があることがわかる。

一方、満足感に関する項目のうち、「食事をする中で、子の家事や子育てを助けてやれる」では、男性であてはまると答えた人が67.2%であったのに対し、女性では76.8%を占めた。子や孫との食事の機会が、家事や子育てを通じたサポート提供の機会であると感じる傾向は女性の方が強いといえる。

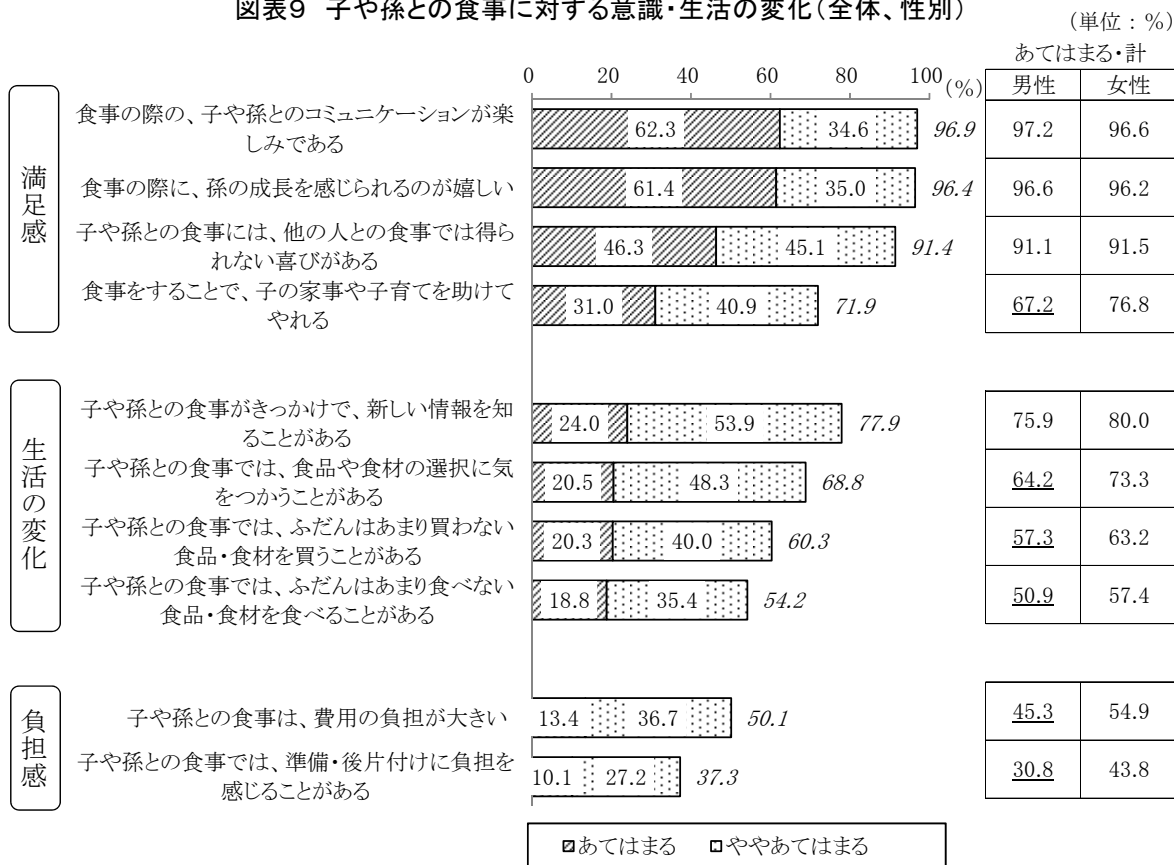
次に、生活の変化に関する項目では、「子や孫との食事がきっかけで新しい情報を知ることがある」（77.9%）という情報面での影響のほか、「食品や食材の選択に気がつくことがある」（68.8%）、「ふだんはあまり買わない食品・食材を買うことがある」（60.3%）、「ふだんはあまり食べない食品・食材を食べることがある」（54.2%）など、食生活や食品・食材選択に関する影響をあげる人がいずれも半数を超えた。性別にみた場合、情報面での影響では男女差が小さいのに対し、食生活や食品・食材選択に関する影響をたずねた項目では、いずれも女性が男性を5ポイント以上も上回っている。



子や孫との食事が祖父母の生活に与える変化は、女性でより顕著といえる。

最後に負担感に関する2項目では、「費用の負担が大きい」が50.1%、「準備・後片付けに負担を感じることもある」が37.3%であった。このうち、「準備・後片付けに負担を感じることもある」では、男女とも該当者の割合が最も低かった一方で、男女差がもっとも大きく、女性（43.8%）が男性（30.8%）を10ポイント以上も上回った。

図表9 子や孫との食事に対する意識・生活の変化(全体、性別)



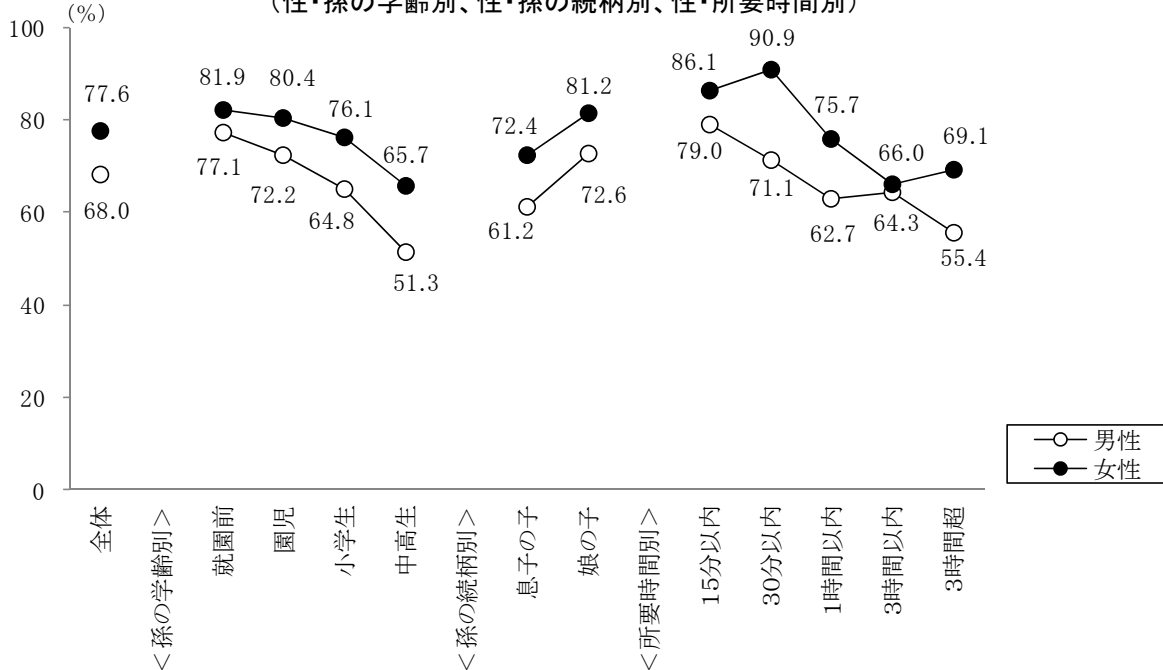
注:回答者は図表5に同じ。斜体は、あてはまる・計の割合。5ポイント以上の男女差がある場合、低い方に下線

## (2) 支援としての食事と準備・後片付けの負担

ここで、子や孫との食事の主な場所について「あなたの自宅」と答えた人に注目して、子や孫と「食事をする事で、子の家事や子育てを助けてやれる」という設問にあてはまると答えた人の割合を主な属性別に比較する(図表10)。これを見ると、男性より女性、なかでも孫が就学前や孫の続柄が娘の子、子や孫が自宅から30分以内の範囲に住んでいる女性で、あてはまると答えた人の割合が特に高い。これらの人は、子や孫とふだんの食事をともにする関係(図表6)であり、頻度の面でも比較的高い頻度で食事をともにする人が多い(図表4)が、子や孫との食事を通じた交流の背景には、子世帯の助けになればという女性の親心があると考えられる。

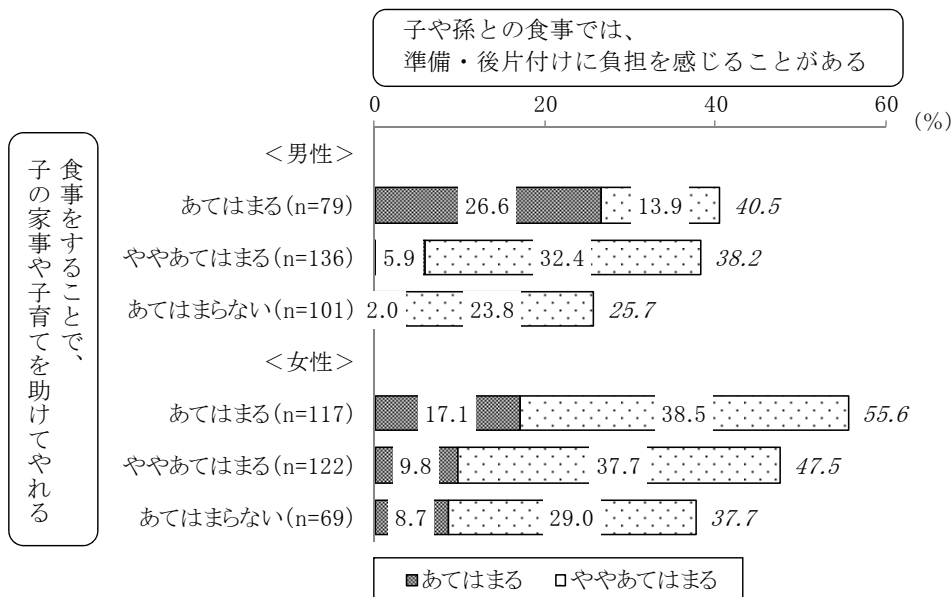
また、「食事をすることで、子の家事や子育てを助けてやれる」とより強く感じている女性では、食事をめぐる準備や後片付けに対する負担感も大きい傾向にある（図表11）。「食事をすることで、子の家事や子育てを助けてやれる」に「あてはまる」と

図表10 「食事をすることで、子の家事や子育てを助けてやれる」と答えた人の割合  
(性・孫の学齢別、性・孫の続柄別、性・所要時間別)



注：回答者は図表7で子や孫とふだんの食事、または特別な日の食事を食べる主な場所について「あなたの自宅」と答えた624人。数値は「あてはまる」「ややあてはまる」の合計

図表11 「子や孫との食事では、準備・後片づけに負担を感じる」と答えた人の割合  
(性・「食事をするのが、子の家事や子育てを助けてやれる」と感じる度合い別)



注：回答者は図表10に同じ。斜体は「あてはまる」「ややあてはまる」の合計割合

答えた女性では55.6%、「ややあてはまる」と答えた女性では47.5%が「準備・後片付けに負担を感じる」と答えているのに対し、「あてはまらない」と答えた女性では37.7%にとどまっている。男性でも同様の傾向がみられるものの、女性ほど顕著ではない。支援の効用を感じている人に比べれば少ないものの、女性の場合、支援になればという思いが強い人ほど、結果としての負担感が強くなってしまいう面があるのかもしれない。

#### 4. まとめ－高齢夫婦世帯における別居家族との食事の実態と意味－

##### (1) 母方近居家族にみる親密交流

冒頭でみたように、日本の高齢者が望ましいと考える老後の子や孫とのつき合い方についての価値観は、「子や孫とはいつも一緒に生活できるのがよい」という「密着型」から、「子や孫とはときどき会って、食事や会話を楽しむのがよい」という「交流型」へと、時代とともに移行してきた。ふだんは親子双方が独立した世帯で暮らし、互いが自立した生活を送りながらも、ときには食事や会話などを通じたコミュニケーションを楽しみ、必要に応じて助け合える関係性を志向する人が増えている。このようななか、今回の調査では、高齢夫婦世帯における別居家族との「食事」の実態に注目し、それらが高齢者の意識の面でどのような意味をもっているのかを探った。

調査の結果、過去1年間に子や孫と食事をしたことある人のうち、「ふだんの食事」とともにした人は69.8%、年末年始などの「特別な日の食事」では84.1%であった。また、食事とともにする頻度や「ふだんの食事」の経験率は、孫が幼い人や、孫の続柄が娘の子の人、子や孫が近くに住む人で特に高く、食事を含めた親密な交流の実態があることが確認された。このような食事の場として最も多くあげられたのは、「ふだんの食事」「特別な日の食事」のいずれでも「あなたの自宅」であった。多くのケースにおいて、子が巣立った夫婦2人暮らしの親の家は、子の家族形成以降も、家族が集い、コミュニケーションを楽しむ場の中心であり続けている。

また、子や孫との食事では、孫の好みや量・品数が重視され、子や孫以外の人との食事や、1人で食べる食事と比べて、より多くの費用や労力がかけられる傾向にあることも確認された。年齢や好み異なる子や孫との食事の機会は、夫婦2人だけで暮らす高齢男女の生活に、ふだんとは異なるさまざまな影響をもたらすことがうかがえる。祖父母にすれば、ふだんは別々に暮らしているからこそ、ともに過ごす時間をできるだけ充実したものにしたいと願う気持ちが強く働くのかもしれない。

##### (2) 祖母の支援意識と負担感

実際、子や孫との食事に対する意識についてみると、回答者のほとんどが、子や孫

とのコミュニケーションを楽しみ、他の人との食事では得られない特別な喜びを感じる機会であると感じているようである。また、子や孫との食事の主な場所について「あなたの自宅」と答えた人のうち、子や孫と食事をする中で「子の家事や子育てを助けてやれる」と感じている人は、男性より女性、なかでも孫が就学前の人や孫の続柄が娘の子の人、子や孫が自宅から30分以内の範囲に住む女性で特に多かった。就学前の孫がいる母方近居家族では親の自宅での食事という形で頻繁な交流の実態があるが、これらの交流の背景には、自身の食事づくり等が子世帯の支援になればという女性の親心もあると考えられる。

ただし、このような意識が強い女性では、食事をめぐる準備や後片付けに対する負担感も大きい傾向がみられた。子や孫との食事の機会に自宅に子や孫を迎え入れ、その際の準備や後片付けを担うことの多い女性では、孫が喜ぶ食事の内容を考慮し、娘の助けになればとふだんより多くの労力をかけたり、かけようとするために、交流の機会が負担感につながってしまう場合もあるのかもしれない。親元を巣立った子が別世帯を構えて家族を形成し、自身が年老いて以降も、女性にとって自身の家は、親の立場で子やその家族を迎え、いつまでも支援を提供する側でいようとする場所という面もあるのだろう。

老後の子や孫とのつき合い方をめぐる高齢者の価値観が「密着型」から「交流型」へと移行するなかで、近年、子育て期の男女からは、子育てに親の支援を得やすい「近居」が注目され、理想的だと支持されている（内閣府 2014）。親世代の価値観の変化をふまえれば、食事という形に限らず、子世帯が親を頼るケースも多い子育て期の近居では、祖母の親心を尊重しながらも、過度な負担にならない交流の形を、子夫婦など周囲の家族がうまく工夫することも必要になるのではないだろうか。

（研究開発室 きたむら あきこ）

#### 【参考文献】

- ・北村安樹子, 2014, 「祖父母による育児支援の行方」『Life Design Report』(Autumn 2014. 10).
- ・内閣府, 2014, 『平成25年度 家族と地域における子育てに関する意識調査』.