OUKA
The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	高齢期の幸福感と中年期の生活文脈の関連についての検討 ： 男性高齢者のインタビュー調査
Author(s)	石川, 久美子
Citation	生老病死の行動科学. 2021, 25, p. 13-27
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/83193
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

生老病死の行動科学 2021 年　第 25 巻　pp.13 - 27

研究ノート
Research Note

高齢期の幸福感と中年期の生活文脈の関連についての検討
―男性高齢者のインタビュー調査―

Examination of well-being in the elderly related to middle age:
Result of interviews with elderly men

（大阪大学大学院人間科学研究科博士後期課程）石川　久美子[1]
（Osaka University, Graduate School of Human Sciences）Kumiko Ishikawa

Abstract

This study examined elderly well-being related to their middle age context via face-to-face semi-structured interviews with 14 elderly men. Qualitative analysis revealed three core categories: “core linking to the present” is conceptualized as life in general, “struggling with multiple roles” is conceptualized as middle age, and “perceiving well-being at present” is conceptualized as elderly. “Perceiving well-being at present” is based on “core linking to the present” and relates to “struggling with multiple roles.” The findings suggested that well-being in the elderly may be affected by a sense of goal attainment that is acquired while struggling with multiple roles during middle age.

Key words: well-being, middle age, struggled with multiple roles, sense of attainment,

背景と目的

日本は世界でもトップクラスの長寿国であり,「人生 100 年時代」というフレーズが私たちの日常生活に定着しつつある。超高齢社会に加えて，科学情報技術の進歩，グロバリゼーションの急進化，家族制度の変化等に伴う複雑化する現代社会において，高齢者のライフスタイルにも変化がみられる。高齢者の就業率が年々増加し続けて，2018 年には高齢者人口の 24.3%が就業している（総務省，2019）ことからも変化の一端がうかがわれる。超高齢社会と社会の変化に伴い，長期化する高齢期を豊かに過ごすための国の対策や社会的な支援が行われている。学術の分野では，身体・健康面，社会・環境面，心理面から, 様々な喪失を経験しやすい高齢期にあっても，状況に適応しながら心理的によい状態を維持して，上手に年を重ねる 「幸せな老い」を意味するサクセルフルエイジングの研究が行われている。これらの研究から健康であること，経済的に恵まれていること，社会とのつながりを持っていることが「幸せな老い」の条件と考えられている（古谷野，2008）。しかしながら，どのような高齢期の生活を作り上げるか，「幸福な老い」の条件を満たすために高齢期に向けて何をなすべきかについてはさらなる議論の必要性がある。

これまで私たちが経験したことのない超高齢社会を生きていくためには，国の対策，社会的支援や学術的知見だけでなく，個人でも高齢期をいかに豊かに幸せに過ごすかを主体的に設計していくことが求められている。この課題に取り組むためには，これまでの研究知見に加えて，高齢期をよりよく生きるためには何をすべきかを個人差も踏まえたアプローチで具体的に掘り下げていくことが重要である。

高齢期は，発達の観点からは連続的ダイナミクス的に各時期の影響を受けていることになる。幼少期

[1] Correspondence concerning this article should be sent to; Kumiko Ishikawa, Graduate School of Human Sciences, Osaka University, Osaka,565-0871,u349226e@ecs.osaka-u.ac.jp

の性格が高齢期の健康や Well-being の予測因子となることの研究（Harris, Brett, Starr & Deary, 2016）や人生初期の出身階層や社会的機会が加齢に伴う幸福感に影響することを示す研究（宍戸・佐々木，2011）などからも明らかである。また，近年の研究では，思春期の内在的な願望とコントロール感が，高齢期の幸福感を予測するということが報告されている（ Yamazaki, Nishida, Ando, Murayama, Hiraiwa-Hasegawa, Kasai & Richards, 2020）。

一方で，Baltes ,Reese & Lipsitt（1980）の発達を規定する要因である「標準年齢的要因」「標準歴史的要因」「非標準的要因」においては，年齢とともに「非標準的要因」の影響が大きくなる点についても考慮しなければならない。「非標準的要因」は，個人の経験に起因しているものである。この点で，中年期は社会・家庭における多重役割だけでなく，その時期の長さからも経験が積み重なる時期であり個人差や多様性を生む時期であることから，他の時期より高齢期に影響をもつことが考えられる。個人のそれぞれのライフスパンが長くなっている現在において，中年期は長さだけでなく以前にもまして個人の後半の人生に重要な役割を担い，そして意味をもつ時期となっている。とりわけ，中年期の生きる姿勢，取り組み，加齢への態度が高齢期の幸福感に大きく影響すると考える。Lachman, Teshale & Agrigoroaei（2015）は，中年期をライフコースにおける Pivotal Period（中枢となる時期）として，成長と衰退のバランスをとり，生の初期と後期を結び付け，若い世代と高齢世代の橋渡しをする時期と定義づけている。生涯発達の観点からみた中年期のこのような位置づけは，高齢期の生き方，状況との関連性を検討するのに適切な時期であると考える。高齢期の生活は，それまでの人生の蓄積の延長線上にある。そして，その前段階である中年期の生活文脈（本稿では，生活状況，態度，取り組みを意味する）から高齢期の幸福感の背景を理解することは，超高齢社会を生きる私たちが自身の高齢期を予測し，どう生きるかについて再考する機会や準備のための意味をもつと考える。

中年期と高齢期の関連を扱った研究について，Lafortune, Martin, Kelly, Kuhn, Remes, Cowan & Brayne（2016）が 2000 年から 2014 年まで発表された 164 の英語論文をレビューしている。中年期の行動と高齢期のサクセスフルエイジングに関する大部分の研究は，身体的活動，ダイエット，アルコール・喫煙の習慣との関連性を扱った研究であり，Quality of Life や Well-being を評価していた研究がなかったことを報告している。

日本の研究をみてみると，平石（2018）が指摘しているように，成人期以降の研究は青年期と比較して少ないこともあり，中年期と高齢期との関連を検討した研究は一部にとどまる。例えば，中年期に高齢期をどうとらえているかを扱った中年層が抱く高齢期へのライフスタイルを分析したもの（宍戸，2008），向老期世代の生き方と高齢期に望む生き方の関係（中原・藤田，2007）や中年期から老後へむけた準備行動（川口，2012）を扱った研究がある。しかしながら，具体的に中年期の生活文脈と高齢期の幸福感との関連について検討した研究はほとんどみられない。

また，これまでの高齢期の幸福感の研究については， George（2010）が高齢期の主観的幸福感についての研究を 1960 年代からさかのぼって概観している。その結果，これまで幸福感の規定要因については多くの研究が行われており，その主要なものは経済状態，健康，社会的統合（環境），社会関係と支援，心理社会的資源の 5 つのカテゴリーに分けられること，多くの研究が横断的であり，その因果関係については不明瞭であったことを報告している。そして，これからの研究展望として個人に焦点をあてた研究を行わなければいけないことに言及している。Ryan & Deci（2001）は，Well-being（幸福感）の研究動向を検討し，Well-being の獲得に関して社会・文化の影響や個人の内的な影響を明らかにしている研究が十分でないことを指摘している。彼らの文献レビューの結果から，これまでの研究は規定要因の検討は行われているがその因果関係や背景の探索が不十分であること，より個人に焦点をあてた具体的な研究が必要であることが明らかである。

日本の近年の高齢期の幸福感研究を概観してみると幸福感の尺度，関連要因，規定要因を扱ったものが多い。菅・唐澤（2008）は，日米の中高年を対象

に実施したMIDUS（Midlife in the United States）及びMIDJA（Midlife in Japan）のデータを用いて，日米における幸福感や健康の文化的規定因を，コントロール感と他者との関係性から分析している。この研究は幸福感に影響を与える心理的側面を扱った希少な研究と言える。しかしながら，中年期の心理的側面を含めて生活文脈がどのように高齢期の幸福感に関連するかを検討している研究はまだ十分に行われていないようである。

このように国内外の先行研究を概観した結果から，1）心理社会的な側面からの高齢期の幸福感と中年期との関連要因は十分な論議が展開されていない，2）高齢期の幸福感は，因果関係や背景が十分に解明されていない，3）生活文脈に関わる個々の事例を重視した研究が必要となる，ことが明らかになった。

以上のことを考慮して，本研究は，高齢期の幸福感と中年期の生活文脈がどのように関連するかを明らかにすることを目的とする。

心理社会的な側面からの視点を踏まえて，高齢期の幸福感と中年期の生活文脈との関連を明らかにするためには，個々の事例に焦点をあてて，その個人の状況を自身の語りとして引き出す質的なデータが適切であると考える。その上で，個人差のある高齢期の多様性や中年期の生活文脈を捉え，個人の特徴の差異と共通性を探ることが重要となる。したがって，方法は，面接調査による質的研究が適切と考える。中年期は，生物学的，心理学的，社会的，そして環境の側面から変化の多い時期（岡本，1997）である。同様に，職業生活など社会における重要な役割を担っている時期である（五十嵐・氏家・佐藤，2001）。これらの知見から，職業は，中年期の生活文脈において，心理，環境的など様々な側面で重要な意味を持っている。社会包括的に中年期の生活文脈の特徴，プロセス，経験の情報を得るためには，サンプリングは中年期に職業経験を有していることが重要となる。したがって，面接調査のサンプリング基準として職業経験を有しており，中年期の次世代となる前期の高齢世代（65〜70代）が適切であると考える。社会背景的に，この世代は女性の社会進出が少なく有職率が低かったこと，また，結婚により離職するケースが多かったことを考慮し，サンプリングは職業経験のある男性を対象とする。

方法

1．調査協力者

本研究の目的を考慮し調査協力者は職業経験を持っていることとした。企業での職業経験をもつ関東のシニア活動団体のメンバーから調査協力者を募った。次に，2019年3月関西地方のI市で行われた「人生100年時代の生き方を考えよう」をテーマに催されたセミナー参加者の中から調査協力者を募集した。理由は，このセミナーの内容から参加者は「高齢期に対する意識と活動」に高い関心を持っていると予測され，中年期と高齢期に関連した語りを得られると考えたことによる。調査対象の年齢は，中年期の次世代である前期高齢者にあたる65歳〜70歳代に設定した。また，事前の質問紙の結果から現在の幸福感が高い人を調査対象とした。調査協力者は，シニア活動団体のメンバーで関東在住の男性7名，I市のセミナーからの協力者である関西在住の男性7名の合計14名であった。平均年齢は，70.86（SD 4.26）歳であり，年齢範囲は66歳から79歳であった。基本属性を表1に示した。

2. 手続き

調査の目的を説明し同意書に署名してもらった後に，調査協力者の現在の幸福感を確認するために，幸福感と生活満足度に関する質問紙の記入をお願いした。その後に半構造化による面接調査（40-60分）を行い，許可を得て面接内容をICレコーダーに録音した。

3. 調査項目

3.1 質問紙

1）心理的well-being（Ryff & Keys, 1995）に基づいて，西田（2000）が作成した「人格的成長」「人生における目的」「自律性」「環境制御力」「自己受容」「積極的な他者関係」の6次元からなる日本語版の心理的well-beingの尺度を用いた。全43項目

の質問に対して「非常にあてはまる：6」から「全くあてはまらない：1」までの 6 件法で回答を求めた。

2）内閣府が実施した現在の生活満足度の「満足度・生活の質に関する調査」を参考にした生活満足度に関する質問で「全く満足していない」を 0，「非常に満足している」を 10 として 0〜10 で評定した尺度を用いた。

3.2 半構造化面接内容

面接の項目は，①年齢，居住形態（家族と同居・別居），教育歴，職業歴，現在の就労の有無について，②若い時と同じように幸福かどうかとその理由，③現在の幸福を支えているものは何か，④現在の状況と中年期の出来事・経験との関連について，⑤中年期の印象深い経験や出来事について，⑥中年期は何を重要なこととして生活していたか，⑦中年期の生きる姿勢が高齢期に影響するか，⑧幼少期の経験で印象深いことは何かの 8 項目に設定した。そして，できるだけ調査協力者の話の流れにあわせて，順番を変えて質問を掘り下げた。

4. 分析方法

録音した音声データをもとに逐語録を作成し，グラウンデット・セオリー・アプーチ（以下，GTA）を採用した。GTA を用いるにあたり，戈木（2008）を参考にして分析を行った。GTA は，データを基にして分析を進め単なるデータの要約にとどまらず，データの中にでてきた現象がどのようなメカニズムで生じているのかを示す「理論」を構築する研究法である。以下に分析の流れを示す。

① 作成した逐語録の内容を読み込み，分析のテーマである「高齢期の幸福感と中年期の生活文脈」に着目してデータを内容ごとに区切り切片化した。

② 切片化したデータの内容を解釈し，その特性（対象，イベント，行為の特性・特質）と度合い（範囲，程度）を抽出し，それを基にラベル名を付与した。ラベル名を付与したら，一度切片データにもどりラベル名を再度確認した。

③ 1 人目の分析作業を終えた後，2 人目の分析作業からは，前回の分析過程で残した問題点などを参考にしてラベル名に変更を加えていった。

④ ③のラベル名を比較し，似た内容のラベル名を集めてカテゴリーを生成した。同じカテゴリーに異なるラベル名や異なる位置づけなどがみられた場合は，サブカテゴリーを作成した。

⑤ カテゴリーどうしをその特性（対象，イベント，行為の特性・特質）と度合い（範囲，程度）を考慮して分類した。

⑥ 状況，行為，帰結という視点でカテゴリーどうしの関連性の比較と検討を行った。

⑦ ⑥の比較検討からコアカテゴリーを抽出した。

⑧ ⑥，⑦を基に状況・ 時系列の関係性を考えた包括的な概念を把握するための関連図を作成した。

⑨ ストーリーラインの作成にあたり，関連図のカテゴリー名は適切であるか，カテゴリー名の主語は一致しているか（ストーリーの主人公は同一であるため），適切に関連づけられているかについて最終的な確認を行った。

⑩ GTA の分析の経験を持つ研究者 1 名よりラベル名やカテゴリーに適切な名前がつけられているかについて意見をもらった後に，再度，分析内容の確認を行った。

⑪ 最後に，ラベル名，カテゴリー分類について，心理学専攻の大学院生 1 名に，分析したデータの内容に不一致がないか意見をもらった。内容に不一致があった場合は議論をして一致をみた。

5. 倫理的配慮

本研究は，大阪大学人間科学研究科行動学系研究倫理委員会において承認された研究計画に基づき実施した（承認番号人行 30-120）。

結果

1　調査協力者の基本属性

調査協力者 14 名の基本属性を表 1 に示す。全体的に教育歴が高く全体数 14 名のうち 13 名が大学卒業以上であった。居住形態は配偶者との同居が多く，一人暮らしの 1 名は配偶者が亡くなったケースであった。職業歴は，教師 1 名，公務員 1 名を除いては会社員であった。全体の約半数が自営，契約社員等で現在も就労していた。

表 1　基本属性

ID	性別	年齢	居住形態	教育歴	職業歴	現在の就労
A	男性	67	配偶者と同居	大学院	会社員	自営
B	男性	71	配偶者と同居	大学	会社員	無
C	男性	69	配偶者と同居	大学院	公務員	契約
D	男性	67	一人暮らし	大学	会社員	契約
E	男性	79	配偶者と同居	大学院	教師	無
F	男性	66	配偶者と同居	高等専門学校	会社員	自営
G	男性	75	子どもと同居	大学	会社員	無
H	男性	79	配偶者と同居	大学	会社員	自営
I	男性	68	子どもと同居	大学	会社員	自営
J	男性	73	配偶者と同居	大学院	会社員	契約
K	男性	71	子どもと同居	大学	会社員	契約
L	男性	68	配偶者と同居	大学	会社員	無
M	男性	71	配偶者と同居	大学	会社員	無
N	男性	68	配偶者と同居	大学	会社員	無

2 質問紙の結果

心理的 well-being の結果を表 2 に示す。人格的成長，人生の目的，環境制御が他の項目と比べて若干高い数値を示した。

現在の生活の満足度の平均値は, 7.93（*SD* = 0.92），最大値 9，最小値 6 であった。

心理的 well-being と生活満足度ともに高い数値であることから，調査協力者は現在の生活に満足しており，精神的にも良い状態であると判断できた。この結果は，本研究の幸福感の定義を包括するものであり，調査協力者は「現在，幸福である」と感じていることが確認できた。

表 2　心理的 well-being の結果

項目	平均値	SD
人格的成長	4.96	0.75
人生の目的	4.73	1.01
自律性	4.22	0.63
自己受容	4.45	0.72
環境制御	4.74	0.63
他者関係	4.37	0.89

***6件法で得点が高いほど、幸福感高くなるように換算。**

3　面接調査の結果

3.1 概要

データを分析・検討した結果, 3 個の中核概念（コアカテゴリー）とこの概念に関連する 23 個の概念（カテゴリーおよびサブカテゴリー）を抽出した。これらの分類と説明を表 3 に示す。コアカテゴリーの【現在につながる核】は人生全般，【役割に追われ懸命に取り組む】は中年期，【幸福感をもてる現在】は高齢期に関わる概念である。次に抽出された各概念について順に記述する。

以下，コアカテゴリーは【　】，カテゴリーは≪≫，サブカテゴリーは〈　〉，発言例は「　」で示す。

3.2 各概念の記述

【現在につながる核】

【現在につながる核】は，現在の自身の生きる姿勢や人格形成につながっており，人生全般に影響を及ぼす基盤となり現在も自身の中で核として持ち続けていることを意味する。

調査協力者たちの≪性格・性質≫≪育った環境≫が状況（条件）となり，彼らの≪青少年期の出会いと経験≫と≪働いた環境≫が相互行為として影響しながら，≪持ち続ける信条≫を育てており，結果として【現在につながる核】へとつながっていた。

個人が本来的にもっている≪性格･性質≫と時代，親の教育方針や影響を含む≪育った環境≫がこの概念の基底となる状況であった。

≪性格・性質≫

「個人的な属性がまず，ベースにあると思います，だからその，昔から，わりと社交的だったし，大学でも合気道部の主将もやっていたし，そういう

経験であまり人に対して，ありがたいことに劣等感もたずに，生きてこれたと」（I さん）

≪育った環境≫

「幼少期は両親とも働いていましたので，教育のあれこれをうるさく言うとかいうようなことはなかったし，まあ，勝手にやりなさいみたいなことだったんで，ただ，背中をみていたので，やっぱり商売をやるとか人と付き合うとか，そういう育ったところのあれは影響をうけているんだと思いますけど，」（L さん）

そして，≪性格・性質≫と≪育った環境≫に，≪青少年期の出会いと経験≫により学びを積み重ねたことと≪働いた環境≫が相互の行為となり影響していた。

≪青少年期の出会いと経験≫

「自分のことは自分で決めていくみたいな，ところって，さっき言ったボーイスカウトでの経験，」（J さん）

≪働いた環境≫

「その時々に，めぐり合わせたポストにね，僕は基本的に逃げないと，ダメだということも念ずれば通ずだと，それは銀行でも経験したことですけど，」（I さん）

この過程の中で信じる考えや価値観である≪持ち続ける信条≫を育てており，結果として【現在につながる核】へとつながっていた。

≪持ち続ける信条≫

「なんて言うんですかね，価値観，これを大事にする価値観というのは若い時から，ありましたので，今いる場でね，今，会社のこういう仕事をやっているという場でもっと経験必要だし，知識も必要だし，考え方が洗練されていくっていうかな，あの，戦略的になっていくのは大事だから，それを吸収する勉強をしていくってことはあの，知的好奇心も発揮できるし，やるべきことだと思って過ごしてきましたので，今もペースダウンはしていると思いますけど，それはもう体が元気で，頭が動いている以上は新しいね，知識とか経験とかは身になるんではないかと，思ってますね。」（N さん）

【役割に追われ懸命に取り組む】

【役割に追われ懸命に取り組む】は，多くの役割や責任を担う時期に成長と成果を意識しながら，社会，家族と関わり生活基盤を作ることを意味する。

調査協力者たちが【役割に追われ懸命に取り組む】ことは，≪目標に向けた努力≫である＜役割の遂行＞と＜懸命に働く＞状況で，≪転機をいかす≫ことや≪専門性を磨く≫ことを実践し，そして≪家族の役割とその責任≫を果たすという行為の過程で≪不安をかかえる≫や≪老後への距離感≫をもちながらも結果として≪達成感をもつ≫ことにつながっていた。

課題の達成や役割にむけて努力をする≪目標に向けた努力≫は，＜懸命に働く＞，＜役割の遂行＞のサブカテゴリーから生成されている。彼らは，社会・家庭での＜役割の遂行＞や自身の課題，与えられた課題に＜懸命に働く＞ことで≪目標に向けた努力≫をしていた。同様に，≪家族の役割とその責任≫も意識していた。

＜懸命に働く＞

「仕事を一生懸命やるという中においては，それしかなかったんですから，そういう意味から言うと，視野が狭かったという部分は，今から考えると，ありますけども，でも最後は商売と言えども人間対人間の付き合いかなっと，ということから言うとやっぱり誠実に物事をこなすと，やるということがやはり，どの人種が違っても一緒かなという実感を持ちました。」（L さん）

＜役割の遂行＞

「勉強はやっぱりね，仕事がいろいろ変わるっていうか，財務の仕事とか，財務の仕事になればやっぱり金融の関係のね，勉強しなくてはいけないし，それから経理を担当したときは税務の知識を増やさなければいけないから，税務の関係の勉強をしたりとか，勉強を結構ね仕事に応じてやった，それはね，相当やりましたね。」（H さん）

≪家族の役割とその責任≫

「ワシントンに 4 年いて，そのまま続けてロンドンで，やっぱり家族のことはなんとかすると，な

んとか対応する，っていうのが一番大事でしたね，僕よりは家族のほうが大変な思いをしてるんじゃないかっていう気持ちがあったので，」（J さん）

「その時僕がいたところはアジアパシフィックだから，英語を母国語としない人達と英語で会話していた，すごく面白かった，家族と今度，自宅に招くようなことになって，～中略～その時にうちはいつも 3 つの言語が，同時に走るわけですよ，理由は僕の家族とは日本語，むこうは向こうで向こうの言葉でやって，お互いに英語で話す，そういう世界を例えば，女房もだし，子供たちも経験したというのは，すごくいいことを僕はしてあげたなって，ふつう買ってあげることはできないし」（K さん）

そして，≪目標に向けた努力≫は，結果として≪達成感をもつ≫につながっていた。

≪達成感をもつ≫

「会社の存続と再成長っていうんですかね，基盤を作ったという，なんて言うかな，少しは貢献したかなと，なんと言うかなそういう誇りみたいな，ものはありますね，達成感っていうんですか」（N さん）

また，彼らは≪目標にむけた努力≫していく過程で，≪転機をいかす≫や≪専門性を磨く≫ことを行い≪達成感をもつ≫につなげていた。

≪転機をいかす≫

「それであれば，教育のほうに転換したほうがいいやって～中略～思い切っていったんですね，その思い切りが転換期ですね。結果的にはよかったですね，それだけ人を育てると言う目にみえてね，送り出していきましたからね，満足感がありますよね。」（E さん）

≪専門性を磨く≫

「サラリーマンの人は仕事の中でエキスパティズを磨くということが，中年期は一番大事だと思います，仕事以外のことを一生懸命勉強するよりも，まず，仕事で自分のエキスパティズを磨いていれば，それが後で役に立つ，」（I さん）

≪達成感をもつ≫

「そうですね，自分自身，自信ができましたし，いわゆる流通業からものづくり業に転身してもいけるなぁって，視点を変えればいろんなことが提案できるし，往々にして，素人が何言っているんだということがありうるんだけれども，職人さんの中で入りこんで，自分の過去の仕事と全然違うことをやって身についた手仕事を踏み台にして，次の同じ業界に移って，そっちで指導者的な，責任者的なことができたとうことは，それは非常に大きなことですね。」（B さん）

一方で，彼らは，社会・家族中で多くの＜役割を遂行＞しつつ＜懸命に働く＞中で≪不安をかかえる≫状況もあった。

≪不安をかかえる≫

「（40 代は）僕なんかいた会社は課長位ですよ，課長ってはっきり言ってぺぇぺぇもいいところですけどね，要はへたすると下がいて，部下がいて，真ん中がいて，一番しんどい，子供は小さいは，僕も 40 代のときは自分の人生ってこれからどうなるんだろうって，大丈夫なんだろうかと，不安感ってありましたね，」（M さん）

そして，定年や老後については身近に捉えにくく≪老後への距離感≫を持っていた。

≪老後への距離感≫

「中年期の頃にね，定年後はどうなるのか，高齢期の不安とかね，そう考えたら僕，振り返ったらなかったですね，定年前の研修で初めて気がつかされた。」（G さん）

【幸福感をもてる現在】

【幸福感をもてる現在】は，若い頃と同様な，あるいは若い時以上の幸福感をもって生きている状態を意味している。

調査協力者たちの【幸福感をもてる現在】は，役割・責任からの≪解放感≫，これまでの人生で行ってきたことがもたらす≪満足感・充実感≫と健康，

経済，家庭面の≪安定した生活≫が状況としてあった。そして，彼らは，≪安定した生活≫の中で≪貢献する意識≫を持ち≪活動する場≫に参加し≪ネットワークの維持≫を行っていた。結果として，＜人生への揺れる思い＞を持ちながらも＜現在の生活への認識＞をして，≪今を生きる≫ことを見出し【幸福感をもてる現在】につなげていた。

彼らは，これまで担ってきた社会・家庭の役割責任や組織の束縛から自由になった≪解放感≫，これまでの人生で行ってきたことがもたらす満足や充足した状態≪満足感・充実感≫と健康，経済，家庭面の≪安定した生活≫を持っていた。

≪解放感≫

「（若い時より）むしろいいんじゃない，今，今は何もないじゃない，何もないっていうか変な責任がないじゃない，（それは社会に対してですか？）そ，そうそう，家庭的にも責任を負うものがないでしょ」（K さん）

≪安定した生活≫

「若い時よりかはいいんじゃないですかね。いやー，心配事もなくなりましたので，子供も 2 人いるんですけど，独立して別に手がかからないですし，借金もなくなりましたし，今のところ体も特に悪いところもございませんので，マイペースで暮らせますし，老後の生活も経済的にはなんとかいけそうですし，」（N さん）

≪満足感・充実感≫

「誰がやるんだ，私がやりますということでやってきましたんで，それをやりきったということが，今のそこそこ満足しているということにはつながっているとは思います。」（N さん）

彼らは，現在の≪安定した生活≫の状況の中で，≪貢献する意識≫を持ち≪活動する場≫に参加して≪ネットワークの維持≫を行なっていた。

≪貢献する意識≫

「まあ，なんていうんだろうね，貢献に結びついて，少しでも結びついているかな，自分のためじゃなくてね，そういうふうに思えるところが満足とのバランスかなと思ってます。」（H さん）

≪活動する場≫

「これはやっぱり，世界観っていうかね，世代感っていうか～中略～今はね，仲間と一緒に平和憲法を守るという，日本社会の自由さと平和を守るという，特に，今は平和憲法を守るというね，まあ，自発的な運動ですね，グループでやっておりますね。」（E さん）

≪ネットワークの維持≫

「この新しい試みをやったときにね，気づいたというか，当時は人にはやさしく，言葉ではそう思ってやってきたんだけど，そういうものが，受け入れられて知らないうちに，人間関係ができていたんだなぁって，昔も，今あらためて続きだしたという方もいらっしゃるしね，財産ですね，」（H さん）

そして，＜人生への揺れる思い＞と＜現在の生活への認識＞と折り合いをつけながら，≪今を生きる≫ことを見出し【幸福感をもてる現在】を生きていた。

＜人生への揺れる思い＞

「まあ，結果（教育者に転向したこと）よかったって，今からいうたらあの時に，自分独自の研究テーマを，今だったら思いつくんですけどね，こういうテーマを出して，教授と対決して，研究室の助手がひとり違うテーマをやっているって，いうのが面白かったかもしれんなって，言う面もありますけどね，それは，空想の世界」（E さん）

＜現在の生活への認識＞

「ただ，仕事の領域とか仕事に使っている時間とかそういうもので言えば，現役バリバリでやっている人に比べれば，なんていうのかな主役の度合いっていうのは違うのね，自分自身の生き方として，まあ，ベンチャーの経営者をサポートしていこうっていう気持ちになっていますから，それはそれで，その役割に満足しているんだけど，でも，主役の満足度と違いますよね，（笑）という意味で，エキサイティングレベルっていうか活動レベルは，下がっている，で，それを補ってあまりある。」（J さん）

表3　カテゴリー分類

コアカテゴリー (3)	カテゴリー(19)/サブカテゴリー(4)	説明
【現在につながる核】		
現在の自身の生きる姿勢や人格形成につながっているもの	≪青少年期の出会いと経験≫	経験，出会いによる学びや教えがその後も生き続けているもの
	≪育った環境≫	生まれた環境，時代，親の教育方針が与えるもの
	≪働いた環境≫	働いた環境が与えてくれたもの
	≪性格・性質≫	性質や性格に関わるもの
	≪持ち続ける信条≫	信じている考え方，価値観
【役割に追われ懸命に取り組む】		
成長と成果を意識しながら，社会，家族と関わり生活基盤をつくる	≪目標にむけた努力≫	課題の達成や与えられた役割を遂行するために努力を重ねること
	＜懸命に働く＞	目の前の仕事に専念して一生懸命こなすこと
	＜役割の遂行＞	与えられた役割のために努力を重ねること
	≪専門性を磨く≫	経験を重ねながら，自身のスキルを向上させていくこと
	≪転機をいかす≫	転機，チャンス，失敗を次へのステップにつなげていくこと
	≪達成感をもつ≫	課題や成し遂げたことへの自信，自己肯定感をもつこと
	≪家族の役割とその責任≫	家族への責任と役割，そして家族が自身に与えてくれること
	≪不安をかかえる≫	役割を遂行していく中での会社や健康，漠然とした将来への不安をもつこと
	≪老後への距離感≫	身近にとらえられなかった老後に対する思い
【幸福感をもてる現在】		
若い頃と同様な，あるいは若い時以上の幸福感をもって生きている	≪解放感≫	会社，家族からの責任からの解放された感覚
	≪安定した生活≫	経済基盤，家庭，健康への安心感
	≪満足感・充実感≫	人生でやってきたことへの満足や充足した感情
	≪活動する場≫	自身，他者のために活動する場をもち，他者と交流すること
	≪ネットワークの維持≫	これまでのネットワーク，出会いを大切にしていくこと
	≪貢献する意識≫	社会や誰かの役にたちたい，たっているという意識
	≪今を生きる≫	これまでを振り返りながらも現在を意識して生活していること
	＜現在の生活への認識＞	現在の生活を社会背景も踏まえて認識していること
	＜人生への揺れる思い＞	やり残したこと，やりたかったことへの思い

*コアカテゴリー【　】，カテゴリー≪　≫，サブカテゴリー＜　＞で表す，表記の（　）内はカテゴリーの数を示す。

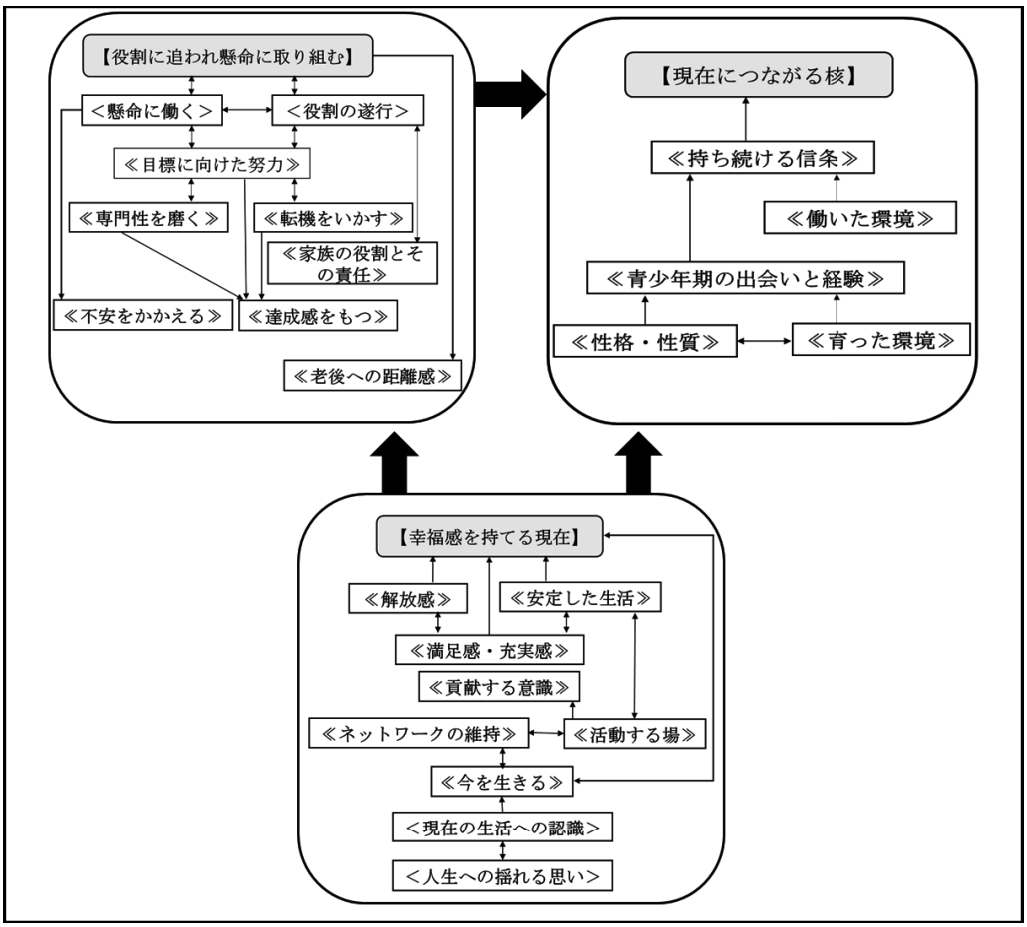


図１カテゴリー関連図

3.3 全体のストーリーライン

調査協力者たちの【幸福感をもてる現在】は，人生全般に関わりをもつ【現在につながる核】を基盤にして，中年期の【役割に追われ懸命に取り組む】からつながっていた。

彼らは，幼少期の≪育った環境≫，≪性格・性質≫をベースとし，その後の≪青少年期の出会いと経験≫の学びや≪働いた環境≫での経験をいかしながら，生きる姿勢や人格形成と関わる≪持ち続ける信条≫を育てて，人生全般の基盤となる【現在につながる核】としていた。

【幸福感をもてる現在】の≪解放感≫≪安定した生活≫は，彼らが【役割に追われ懸命に取り組む】中で，社会人として≪目標にむけた努力≫を遂行し，≪専門性を磨く≫≪転機をいかす≫ことを行い，家庭人としては≪家族の責任とその役割≫を果たしていたことが背景となっていた。また，そこから生じている≪達成感をもつ≫は，彼らの現在の≪満足感・充実感≫に影響していた。

現在の≪安定した生活≫の中で，彼らは高齢期においても≪活動する場≫に参加し≪ネットワークの維持≫を行い，社会への≪貢献する意識≫を持ち続けて≪今を生きる≫ことを認識して【幸福感をもてる現在】を生きていた。

考察

本研究は，高齢期の幸福感と中年期の生活文脈の

関連について検討することを目的として行った。面接調査及び事前の質問紙調査の結果から，3 個のコアカテゴリーを抽出した。以下に，カテゴリーの関連性も踏まえて考察を行う。

1 現在につながる核

これまでの人生全般の基盤となり生きてきた核となっている概念として【現在につながる核】が抽出された。

調査協力者たちは，自身の≪育った環境≫，≪性格・性質≫が生きていくベースにあり，そして，学校・課外活動での≪青少年期の出会いと経験≫と≪働いた環境≫が，彼らのその後の生きる姿勢に関わる≪持ち続ける信条≫に影響を与えていた。彼らの語りには，尊敬できる人との出会いやそこから得た経験が肯定的な意味をもち影響しているものが多かった。また，親についても「背中をみていた」の発言例にあるように，親を規範として自身の方向性を見出して生きてきている様子が推察された。幼少期の頃の経験，環境，親の影響がその後の人生に大きく関わることは，先行研究からも示唆されている。

例えば，安藤・池田・宮本（2013）は，養育者として必要とされる教養や社会人基礎力を意味している親の「生きる力」と子どもの頃の体験の影響を検討している。その結果，「子どもの頃の体験」は，子どもが成長してからの「生きる力」に関与することを示唆している。また，性格・性質は特性ではなくスキルであり，家庭環境や社会環境で育つものである（Heckman & Kautz, 2013）という研究結果からも，経験・環境は能動的自律的に自己を変化成長させていく重要な要素になることが推察された。

生涯発達心理学の分野では，発達の課程は生涯をとおして変化の可能性があるという考えと一方でアタッチメント理論のように初期に形成されたものが，後の段階への影響をもつという考えがある（斎藤，2001）。【現在につながる核】の概念は，この二つの考えを含んでいると考える。人生の初期の≪育った環境≫と形成された≪性格・性質≫が，その後の≪青少年期の出会いと経験≫や≪働いた環境≫をとおして，変化し成長をもたらしながらもその中核は残し≪持ち続ける信条≫として生きていく核となっていると考えられる。

【現在につながる核】は，幼少期の影響とその後の環境や経験による変化と成長を含みつつ人生の核となり【幸福感をもてる現在】の基盤となっていると考えられた。

2 役割に追われ懸命に取り組む

中年期は社会の中核となる時期であり，社会形成や維持の責任の負荷が多くなる。職業人，家庭人，また，地域社会の住民としての役割・課題が他の年代より求められる。調査協力者たちの中年期においても，彼らは，課題を達成するために社会，会社の中で＜役割の遂行＞，＜懸命に働く＞ことによる≪目標にむけた努力≫をしていた。そして，≪達成感をもつ≫ことにつなげていた。＜懸命に働く＞の発言例が示すように，彼らは与えられた役割の遂行や仕事を一生懸命にやり，そして，物事に対して誠実に取り組んでいたことがうかがわれる。Rothmann & Coetzer（2003）は，性格と仕事の遂行力について調査し，誠実性が仕事の遂行力と創造性にポジティブに関連していることを示唆している。そして，これまでの先行研究からも誠実性と仕事の遂行力については，相関関係が認められていることに言及している。また，Hart, Stasson, Mahoney & Story（2007）は，誠実性が達成意欲に影響していることを示唆している。これらの先行研究を踏まえて，彼らが≪目標にむけた努力≫をして≪達成感をもつ≫ことの過程には，誠実性が影響していることが推察された。

中年期は，Super（1957）の唱えるキャリア発達プロセスの中での確立期「キャリアの安定とその増進」と維持期「キャリアの保持とその革新」にあたる。中年前期に自分の専門性を確かなものにして，中年後期にその専門性や経験を基に社会の要請にあわせてキャリアを革新していくことが求められている。彼らは，このキャリア発達の課題である≪専門性を磨く≫ことに取り組み，自身の専門性，キャリアを構築していく中で≪達成感をもつ≫ことにつなげていたと言える。

レヴィンソン（1978）は 40〜45 歳を人生半ばの過

度期とし，生活構造の再吟味と修正，自己に潜在する両極性の解決という課題を示している。彼らの中にも，この時期に仕事の不安や転機に向き合うケースがあった。しかしながら，彼らは，そのことを契機にして自身を見直し軌道の修正を行っていた。岩本 (2007) は，自己概念をめぐる成人発達の研究で，中年期において自らの仕事，社会的立場そして生活の中で実感される経済状態に対する自己評価が自尊感情に有意に寄与することを示唆している。このことから，適正な社会的経済的な自己の評価が課題への取り組み，解決に影響を与えていることが考えられる。彼らは，それまでの自身の状況を適正に自己評価をして，新たな場所で役割・課題の取り組みを行い，≪転機をいかす≫ことをしていた。そして，発言例の「自信ができた」「それは非常に大きなこと」の充足・充実の表現にみられるように≪達成感をもつ≫ことにつなげていたことが推察された。

≪家族の役割とその責任≫は，彼らの社会的な仕事役割がポジティブな影響を与えていた。発言例からは，社会人としての役割が自身の家族役割にも充足感を与えていることがうかがわれる。仕事中心である夫に対しての妻，家族のサポートがあり，彼らも時間的に社会的仕事役割に重心をおきながら，精神面では家族を守る意識を強く持ち，充実感を覚えていた。この背景には，社会がまだ男性中心であったことや家庭内での役割分担がはっきりとしていたことがある。土肥・広沢・田中（1990）は，多重な役割従事に関する研究の結果から，役割数が多いほど生活満足感は高くなることを示している。この点においても，多重役割が効果的に機能していたと理解できる。

調査協力者の中年期は職業生活が生活の多くの部分を占めている。その生活の中で，彼らは，与えられた課題や自己の役割・目標に懸命に取り組むことで≪達成感をもつ≫ことを獲得していた。一生懸命働いたということが自己肯定感となり，老年期の自負となりうる（根岸・杉澤，2012）ことから，【役割に追われ懸命に取り組む】過程の中で獲得される≪達成感をもつ≫ことが【幸福感をもてる現在】の≪満足感・充実感≫につながっていることが考えられた。

【役割に追われ懸命に取り組む】中で，彼らが老後については身近でなく≪老後への距離感≫として遠いものと捉えていたことは，自身の将来よりも目の前の課題と役割という現実的な目標への意識の強さによるものと推察された。

3 幸福感をもてる現在

【幸福感をもてる現在】は，分析の結果からこれまでの自身の人生に対するものと現在とこれからに対するものの 2 つの構成要素が考えられた。

1 つ目は，調査協力者のこれまでの人生で自身が担ってきたものや行ってきたことがもたらす≪解放感≫，≪安定した生活≫，≪満足感・充実感≫が中心となる要素である。

彼らは，高度成長期の名残の時代を社会，会社から与えられた課題に懸命に取り組んできた人たちである。中年期の【役割に追われ懸命に取り組む】中で担ってきた社会・組織の束縛から自由になり，その重圧の≪解放感≫がもたらす安堵感を持っていた。

根岸・杉澤（2012）は，定年後の男性へのインタビュー調査で，これまでの長い人生を仕事，組織に合わせて生きてきたことからの「制約からの解放」という概念を抽出し，解放されたことにより新たな活動に意味を見出して現在の生きる拠り所となっていることを報告している。この知見から，彼らにとっても解放感は，安堵感，安心感だけでなく，精神的な満足・充足感となっていることが考えられた。

中年期の社会・健康行動，ライフスタイルは高齢期の状態を予測する（Infurna, Gerstorf, & Lachman, 2020）ことを考慮すると，現在の≪安定した生活≫は，中年期における＜懸命に働く＞ことや＜役割の遂行＞をすることで獲得したものであることが推察される。

また，≪満足感・充実感≫の発言例の「やりきった」という表現からも，＜懸命に働く＞ことや＜役割の遂行＞をすることで得た達成感がうかがわれる。高齢期以前の生き方と高齢期の精神的充足感は深い関連をもっている（岡本，1995），今までの人生の満足をとおして現在の自身の存在を意味づけている（鶴若・岡安，2003）の先行研究の結果からも，【役割に追われ懸命に取り組む】中で獲得した≪達成感

をもつ≫という肯定的な自己評価が，幸福感に影響していることが考えられた。

2 つ目は，現在とこれからに目を向けた≪貢献する意識≫，≪活動する場≫，≪ネットワークの維持≫，≪今を生きる≫が中心となる要素である。

≪ネットワークの維持≫と≪活動する場≫において，彼らは社会に≪貢献する意識≫を持ち，生きがいを見つけている。それは，現在の自分が持っている積み重ねた経験や知識を，社会や次世代のために役立てようとする意識が表出されたものと理解できた。誰かの役にたっている，何かに責任があるということが心理的な満足につながっていると考えられる。岡本（1995）は，高齢期の精神的充足感形成の要因に，自身が評価する他人や社会に対する貢献度を示唆している。この知見からも，≪貢献する意識≫は高齢期の幸福感に影響をもつことが予測される。

彼らの多くが，これまでの≪ネットワークの維持≫を行いつつ，そこから≪活動する場≫を広げている。山本，Anbäcken，中塘（2011）は，経済的安定がありかつ何らかの生きがいのある活動を通じて，社会との関係を持つことの達成感や充実感により幸福感が高まると述べている。このことから，彼らが≪安定した生活≫を基盤にして活動に意味を見出していることがうかがわれる。また，岡本（2010）は，ボランティア活動が生きがい感や日頃の活動満足度を高めると示唆していることからも，活動を通して現在の幸福感や今後の生き方への意欲につなげていることが考えられた。

彼らは，中年期の社会・家庭の役割から解放されて，それに代わる自身の好きなことや得意とする新たな≪活動する場≫見つけて行動している。これは，これまでの生活や行ってきたことを基に現在を意識し，様々な生活や環境の変化に適応することで，精神的な満足・充実感を得ていると考えられる。

老年学におけるサクセルフルエイジングの継続性理論は，中高年者は高齢期の様々な変化に適応する際に，過去の生活や行動様式に従って適応を試みる（中原，2016）という適応理論の１つである。小田（2004）によると継続性理論の主要な提唱者であるアチュリーは，継続の意味について，「何も変化していないとか，以前とまったく同じということではない。変化があっても，その変化が過去の経験に積み重ねられるものであったり，過去の経験に結びつくものであれば，その変化は継続性の一部とみなされる。」と概括している。つまり，彼らがこれまでの≪ネットワークの維持≫を行いながら，自身の経験をいかした≪活動する場≫を持っていることは，この継続性理論に通じているものがあると考える。

堀口・大川（2018）は，高齢者の社会活動参加の自律的動機づけの質的研究で，活動を自律的に動機づけるために，それまでの自身の生活史や価値観とのつながりが必要となることを示唆し，人生の連続性（Atchley, 1989）が老年期には重要な要素となることに言及している。この知見からも，≪ネットワークの維持≫と自身の経験をいかした≪活動する場≫は，現在の幸福感の要素になっていることが考えられた。

同様に，自身の過去を再定義，解釈しながら，そこから新な環境に適応していこうとする≪今を生きる≫姿勢は，これまでの自己の内的な一貫性をもちつつ，与えられた環境で適応して生きるという継続的な志向を示しているものと推察された。

4 結論

本研究の結果を総合すると以下の 3 点になる。①高齢期の幸福感は，これまでの人生で自身が担ってきたものや行ってきたことから影響をうけるものと現在とこれからを意識したものの 2 つの構成要素が考えられた。②高齢期の幸福感は，中年期の役割に懸命に取り組みながら獲得した達成感が影響していることが予測された。③会社･家庭での多重役割は，相互に関連し中年期の生活文脈にポジティブな影響をもつことが予測された。

先行研究の多くは，中年期における認知機能や健康の側面と高齢期の Well-being の関連を示唆している。本研究は，これまであまり検討されてこなかった高齢期の幸福感に中年期の心理的な側面を含めて生活文脈がどのように影響しているかを検討した。その結果として，中年期の「達成感」が，高齢期の幸福感に影響することが示唆された。

しかしながら，高齢期の幸福感は，中年期の生活文脈の様々な次元の要因が有機的に影響し獲得されると考える。また，本研究のサンプリングは，高学歴, 職業経験, 管理職経験をもつ男性であったため，社会的にも恵まれている人たちから得た制約をもった研究知見である。加えて，彼らが過ごした中年期の時代と現代では，社会構造，家族システムに大きな違いを持っている。これらの点を踏まえて，今後さらに検討をしてくことが課題と考える。

引用文献

安藤玲子・池田まさみ・宮本康司 (2013). 親の「生きる力」と子どもの頃の体験　金城大学論集 人文科学編, *9(2)*, 1-15.

Atchley, R. C. (1989). A continuity Theory of Normal Aging. *The Gerontologist, 29,* 183-190.

Baltes, P. B., Reese, H. W.& Lipsitt, L. P. (1980). Lifespan developmental psychology, *Annual Review of Psychology*, *31,* 65-110

土肥伊都子・広沢俊宗・田中國夫 (1990). 多重な役割従事に関する研究―役割従事タイプ，達成感と男性性,女性性の効果―　社会心理学研究, *5(2)*, 137- 145.

George, L. K. (2010). Still Happy After All These Years: Research on Frontiers on Subjective Well-being in Later Life. *Journal of Gerontology: Social Sciences, 65B(3),* 331-339.

Harris, M. A., Brett, C., Starr, J. M., Deary, J. M., & Johnson, W. (2016). Personality and Other Lifelong Influence on Older-Age Health and Wellbeing: Preliminary Findings in Two Scottish Samples. *European Journal of Personality, Eur.J. Pers. 30*, 438-455

Hart. J. W., Stasson, M. F., Mahoney, J. M., & Story. P. (2007). The Big Five and Achievement Motivation: Exploring the Relationship Between Personality and a Two-Factor Model of Motivation. *Individual Differences Research*, *Vol.5*, *No.4,* 267-274

Heckman, J. J., & Kautz, T. (2013). Fostering and Measuring Skills: Interventions That Improve Character and Cognition　*NBER Working Paper No. 19656*, JEL No. https://doi,I20,J24

平石賢二 (2018). 青年期・成人期・老年期発達研究の動向と展望　*The Annual Report of Educational Psychology in Japan*, *57,* 15-39.

堀口康太・大川一郎 (2018). 高齢者の社会参加への自律的動機づけと価値観及び生活史とのつながり―探索的検討―　高齢者のケアと行動科学, *23*, 62-74

五十嵐敦・氏家達夫・佐藤華代 (2001). 中年期における心理社会的身体的変化に対する適応過程に関する縦断的研究一人生の絶頂期と底についての意識一　福島大学生涯学習教育研究センター年報, *6*, 37-44.

Infurna, F. J., Gerstorf, D., & Lachman, M. E. (2020) Midlife in the 2020s: Opportunities and Challenges *American Psychologist Vol.5 No.4.,* 470-485

岩本純子 (2007). 中高年期の自己評価における発達的特徴―自尊感情との関連，および領域間の関連に注目して パーソナリティ研究, *16 (1)*, 1-12.

菅知絵美・唐澤真弓 (2008). 幸福感と健康の文化的規定因--中高年のコントロール感と関係性からの検討，東京女子大学紀要論集 2008，195-220.

川口一美 (2012). 高齢期女性の生活を決定する要因-それまでの準備と老後の生活の関係-　聖徳大学研究紀要　聖徳大学　*23*，聖徳大学短期大学 *45*，5-22.

古谷野亘（2008）．幸せな老いの研究　古谷野亘・安藤孝敏（編）改定・新社会老年学：シニアライフのゆくえ（pp.139-150）株式会社ワールドプランニング

Lafortune, L., Martin, S., Kelly, S., Kuhn, I., Remes, O., Cowan, A., & Brayne, C. (2016). Behavioral Risk Factors in Mid-Life Associated with Successful Ageing, Disability, Dementia and Frailty in Later Life: A Rapid Systematic Review, *Journals pols .org.* https://doi.org/10.1371/journal.pone.0144405

Lachman, M. E., Teshale, S., & Agrigoroaei, S. (2015). Midlife as a pivotal period in the life course: Balancing growth and decline at the crossroads of youth and old age. *International Journal of*

Behavioral Development. 39(1), 20-31. DOI: 10.1177/0165025414533223

Levinson, D. J. (1978). The Seasons of Man's Life. New York: Alfred A. Knopf. （南博訳　1980　人生の四季　講談社）

内閣府 (2019).「満足度・生活の質に関する調査」に関する第 1 次報告書 https://b2b-ch.infomart.co.jp/news/detail.page?IMNEWS1=1470367（最終アクセス　2019 年 7 月 20 日）

内閣府 (2019). 令和元年版高齢社会白書 https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2019/zenbun/01pdf_index.html （最終アクセス　2020 年 1 月 5 日）

中原純・藤田綾子 (2007). 向老期世代の現在の生き方と高齢期に望む生き方の関係 老年社会科学, *29(1)*, 30-36

中原純 (2016). 継続性理論　佐藤眞一・権藤恭之（編著）よくわかる高齢者心理学, (pp. 26-27) ミネルヴァ書房

根岸貴子・杉澤秀博 (2012). 男性における定年後の生きる拠り所　老年学雑誌, *3*, 19-33

西田裕紀子 (2000). 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究　日本教育心理学研究, *48*, 433-443.

岡本秀明 (2010). 市川市における高齢者の活動と心理的 well-being の関連　和洋女子大学紀要, *50*, 41-54.

岡本裕子 (1995). 高齢期における精神的充足感形成に関する研究（第 1 報） 高齢者の精神的充足感獲得と生活の満足度および主体的欲求との関連性 日本家政学会誌, *46 (10)*, 923-932

岡本祐子 (1997). 中年からのアイデンティ発達の心理学　成人期・老年期の心の発達と共に生きることの意味　ナカニシヤ出版

小田利勝 (2004). 社会老年学による適応理論再考 神戸大学発達科学部研究紀要, *11(2),* 361-376

Rothmann, S., & Coetzer, E. P. (2003). The big five personality dimensions and job performance. *SA Journal of Industrial Psychology, 29 (1)*, 68-74

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, *Volume 52,* 141-166.

Ryff, C. D., & Keys, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69,* 719-727.

戈木クレイグヒル滋子 (2008). 実践グラウンデッド・セオリー・アプローチ　現象をとらえる新曜社

斎藤耕三 (2001). 変化に対する柔軟性　斎藤耕三・本田時雄（編著）ライフコースの心理学（pp.212-223）金子書房

穴戸邦章 (2008). 中年層が抱く高齢期ライフスタイルの分析―JGSS-2005 のデータを用いて― 大阪商業大学論集, *4(2)*, 85-100.

宍戸邦章・佐々木尚之 (2011). 日本人の幸福感―階層的 APC Analysis による JGSS 累積データ 2000-2010 の分析―　社会学評論, *62(3)*, 336-355

総務省 (2019). 統計からみた我が国の高齢者－「敬老の日」にちなんで令和元年 9 月 15 日 https://www.stat.go.jp/data/topics/topi1210.html （最終アクセス　2020 年 1 月 5 日）

Super, D. E. (1957). The psychology of careers. New York: Harper & Row. (日本職業指導学会訳 1960 『職業生活の心理学』誠信書房.)

鶴若麻里・岡安大仁 (2003). 語り（ナラティヴ）からみる高齢期の生きがい諸相　生命倫理, *13 (1),* 150-157

Yamazaki, S., Nishida, A., Ando, S., Murayama, K., Hiraiwa-Hasegawa, M., Kasai, K., & Richards, M. (2020). Interaction of adolescent aspirations and self-control on wellbeing in old age: Evidence from a six-decade longitudinal UK birth cohort. *The Journal of Positive Psychology 2020,* 1-10 https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1818809

山本裕子・Anbäcken, E.M.・中塘二三生 (2011). 社会階級による高齢者の主観的幸福感の相違について―人生歴をとおして―　藍野学院紀要, *25*, 7-17