

## 中高年齢者の 余暇活動参加パターンに関する研究

—特に定年退職予定者の余暇活動について—

藤本 淳也\* 原田 宗彦\*

A study on Leisure Activity Participation Patterns  
Among Middle-aged Japanese

Junya FUJIMOTO\*, Munehiko HARADA\*

### ABSTRACT

This study examined leisure participation patterns among middle-aged Japanese through the life-course. For this study, 40 pre-retirement middle-aged worker were selected as the subjects. The relationship between leisure activities before and after the retirement were analyzed by using case study method. The major findings indicated that most worker have positive perspectives toward leisure activities after their retirement. Their leisure career was classified into four different participation patterns: (1) continuity-expansion pattern, (2) continuity-continuity pattern, (3) re-socialization-expansion pattern, and (4) contraction pattern. The results suggested that further research on leisure activity participation patterns through the life-courses needed further consideration.

---

\*大阪体育大学スポーツ産業特別講座 (Osaka University of Health and sport sciences)

受理：1992年10月24日

## I. 緒 言

わが国は、世界一の長寿国となっただけでなく、高度の高齢化社会を迎えようとしている。現在の高齢者（65歳以上）人口の割合は総人口の12.1%で、西暦2021年には23.6%にまで増加し、世界一の水準に達すると予測されている<sup>1)</sup>。また、一方では、高齢者の余暇活動に対する関心が高まり、参加者も増加傾向を示している。高齢化とともに巨大化する高齢者層は、レジャー産業にとって大きな需要を生み出す潜在マーケットとなり、その欲求やニーズの変化を把握することは、マーケティングの分野においても大きな関心事となってきた。

高齢者の余暇活動参加に関する研究は、これまで多くの研究者の注目を集めてきた。その中で、スポーツ社会学の分野においては「社会化」あるいは「再社会化」として、その参加メカニズムの解明が試みられてきた。しかし、これまでの研究には、いくつかの問題点が指摘される。まず、これらの研究の多くが一流選手や大学生選手に注目したもの、また、少年期から成年期を対象としたものであるという点である。そのため、これまで実証された理論モデルが、生涯スポーツや高齢者を対象とした余暇活動のモデルとして果たして適当かどうかという問題がある<sup>2)</sup>。次に、生涯スポーツや高齢者と余暇活動という視点から見た場合、これまでのようなある特定の年齢層だけに注目した横断的研究では、生涯にわたる社会化プロセス（パターン）を把握することがむずかしい点が挙げられる<sup>3)</sup>。さらに、これまで参加メカニズムの解明に適用されてきた家族ライフサイクルの視点には、発達段階を平均的かつ標準的な発達を前提としている、家族の集団的統一性が希薄になった、歴史的背景を考慮していないなどの限界が指摘される<sup>4)</sup>。スポーツ・レジャーに関する欲求やニーズが多様化個別化の傾向を示していることから、今後は、特に個人々の一生涯における社会的役割の移行をとらえるライフコースの視点から、レジャー・スポーツに関する役割の移行に注目し、さらに就職や結婚、そして退職というようなライフイベントにも注目して、余暇活動参加メカニズ

ム解明への努力が望まれる。

## II. 目 的

本研究の目的は、過去から現在までの余暇活動参加状況、および定年退職後の余暇活動に対する意識を明らかにすることによって、日本人の生涯にわたる余暇活動参加パターンの推移と、定年退職というライフイベントが余暇活動参加パターンに及ぼす影響に注目し、その参加メカニズム解明のための基礎的資料を得ることである。

## III. 先行研究

高齢者の余暇活動への参加メカニズムの解明を縦断的視点から捉えた研究はまだ少ない。その中で、原田と長積<sup>5)</sup>は、スポーツへの過去の参加経験、現在の参加状況そして将来の参加希望の有無によって、高齢者のスポーツ参加を8つのパターンに分類したモデルを用いその解明を試みた。このモデルは「社会化」、そして最近関心を集め始めた「再社会化」の実証的研究の枠組みとして注目される。また、将来の高齢者スポーツの潜在的需要の大きさを把握するうえでも有効と思われる。しかし、縦断的視点で捉えてはいるものの、過去・現在・将来を単純に示したモデルによって、高齢者個人々が歩んできたスポーツに関するライフコースを説明するには不十分である。さらに、高齢者以外の年齢コーホート（age cohorts）への一般化も不可能であることなどが課題として残された。McGuire ら<sup>6)</sup>は、対象を65歳以上の高齢者に絞り、現在までの余暇活動参加パターンの比較をおこなった。McGuire らは、野外レクリエーション活動に関して、65歳以降も活動レベルを維持、または新しく種目を増やし活動を拡大した“expanders”と、種目を減らし縮小した“contractors”とに分類し、その参加パターンを比較している。そして、初めて活動に参加した年を両者間で比較すると、特に“contractors”において「21歳以下ではじめて参加した」者の割合がひじょうに高い傾向にあることがわかった。また、両者間で年齢、性別、収入などの社会人口統計学的変数にお

いて差が認められなかったことから、このような一時的な側面より、ライフコースを通しての活動参加パターンの変遷をみていく方が参加メカニズムの解明には有効であると指摘した。

一方、年齢コーホートでみられる“ceasing participation”や“non-participation”に注目し、活動の中止や縮小に影響を及ぼす要因の解明に関する研究も行われている。例えば、各年齢コーホートによって活動の阻害要因が異なることを示した McGuire ら<sup>6)</sup>、そして、活動を開始および中止する割合が加齢によって一定の傾向があることを指摘した Jackson ら<sup>4)</sup>の研究がある。このような縦断的な視点から年齢コーホートに注目した研究は、高齢者コーホートにおいてもその潜在的需要を的確に把握するうえでひじょうに有効と思われる<sup>5)</sup>。

また、ライフコースにおける活動参加に影響を及ぼす要因として、ライフイベントに注目した研究も報告されている。三宅ら<sup>9)</sup>は、女性のライフイベントとして子供の出産に注目し、それによって女性の余暇活動がどのように変化するかを調べた。その結果、出産に関係なく継続している「継続型」、一時中断し再び同じ活動にも参加する「復活型」、そして中断後まったく新しい活動を始める「転換型」に分類できるとしている。さらに、過去の余暇活動参加経験を図式化することによって、個々人が歩んできたライフコースをより具体的に把握しようと試みている点が興味深い。この方法は、特に生涯にわたる余暇活動参加のパターンを探るための、あるいはスポーツ社会学の領域で十分な学問的検証を受けていない「再社会化」の実証的研究に取り組むための基礎的レベルの研究として、さらに注目される必要がある。

本研究においては、以上のような背景のもとに、個々人の余暇活動参加をライフコースを通して捉え、特に、定年退職というライフイベントに注目しながら余暇活動参加の変化のパターンを探ろうと試みた。また、本研究は事例研究として行われたもので、今後のこの分野における実証的研究を行うための基礎的レベルでの研究として進めた。

## IV. 研究方法

### 1. データ収集

本研究における調査対象は、大阪府の大手電気会社に勤務している定年退職（以下「退職」とする）前の社員（50歳～60歳）の男女40名である。また、調査日は1991年3月2日、調査方法は集団面接による質問紙調査を用いた。

### 2. 調査内容

調査内容は、余暇活動について、過去の活動種目と実施期間、現在の活動種目と頻度、そして将来および退職後の余暇活動に対する意識と参加したい活動種目などによって構成した。また、現在までの余暇活動経験を把握するひとつの方法として、横軸に10歳代から60歳代までの年齢が示してある図に、これまで行ったすべての余暇活動の種目名とその開始時期および終了時期を実線と矢印を用いて視覚的に表現してもらい、余暇活動変化パターンの図式化を試みた。

### 3. 分析の視点

本研究では、特に退職というライフイベントが余暇活動参加にどのような影響を及ぼすのか、その変化のパターン化に検討を加えるため、まず、現在の退職後の余暇活動に関する意識と生活の重点を明らかにした。次に、回答者に視覚的に表現してもらった現在までの余暇活動参加パターンに、それぞれ将来および退職後の参加希望種目を書き加え、図式化をおこなった。そして、現在までの余暇活動および退職前後での余暇活動の変化パターンとして特徴のある5つの図を抽出し、それらにもとづいて日本人の余暇活動参加パターンに関して考察を加えた。

## V. 結果および考察

### 1. サンプル属性

表1は、サンプル属性を示したものである。表からわかるように男女の比率はそれぞれ52.5%と47.5%でほぼ半々であった。平均年齢は約57歳で、サンプルの多くが定年退職（60歳）を3年後にひかえている。また、世帯構成を見ると、子供やそ

表 1. サンプル属性

		%	n
性別	男	52.5	21
	女	47.5	19
年齢	平均年齢	56.92 (歳)	
婚姻関係	結婚している	92.3	36
	結婚後配偶者死亡	7.7	3
世帯構成	夫婦の二人暮らし	28.2	11
	子供やその家族と同居	64.1	25
	その他	7.7	3

※表中の%は、各項目の列に対するパーセンテージ

の家族と同居している者の割合が多い傾向がみられた。

2. 現在の余暇活動種目と頻度

表 2 は、現在行っている余暇活動の中で、参加率の高かった活動（複数回答）を示したものである。現在の余暇活動への参加は、「園芸・庭いじり」が55.0%で最も多く、次いで「読書」の47.5%、「国内旅行」45.0%、「ドライブ」32.5%となっている。ここでの参加割合には、活動頻度を測定した「毎日行う」から「年数回行う」までの6段階尺度を設定し、その中のどれかに回答されていれば「参加」としてパーセンテージに含めた。すなわち、日常的な活動といえる「園芸・庭いじり」と非日常的な活動といえる「国内旅行」が、同じ活動頻度を示した尺度で測定されているということになる。この点に関しては、余暇活動の参加頻度を考慮し、それらを「定期的参加」と「非定期的参加」といったカテゴリーに区分すべきかどうかという問題が残される。

表 2. 現在行っている余暇活動（複数回答）

	%	n
園芸・庭いじり	55.0	22
読書	47.5	19
国内旅行	45.0	18
ドライブ	32.5	13
ピクニック・ハイキング・野外活動	32.5	13
体操	30.0	10
日曜大工	30.0	10

3. 退職後の余暇活動への意識

表 3 は、退職後の余暇の過ごし方が変化すると思うか否かをたずねたものである。その結果、全体の約 8 割の者が変化すると答えており、退職というライフイベントが余暇生活に対して影響を与えると考えている回答者が多いことがわかる。

また、表 4 は、退職後の余暇の過ごし方が変わると答えた者の中で、実際に余暇活動はどの様に変わると思うかたずねたものである。その結果、「現在の余暇活動を続け、加えて新しい余暇活動を始める」が56.0%、「現在は何もしていないが、何か新しい余暇活動を始める」が24.0%、「現在の余暇活動を続けるが、場所や仲間が変化する」が16.0%、そして「現在は何もしていないが、昔行ったことのある活動を再び始める」が4.0%であった。ここでは、分析の対象となるサンプル数が特に少ないことから、この割合をそのまま一般化することは危険である。しかし、「新しい余暇活動を始める」あるいは「再び始める」というように、退職後の余暇活動への参加に積極的な者が多いということが推察される。さらに、この結果を、McGuire ら<sup>7)</sup>の考えに当てはめると、「変化する」と答えた者のほとんどが退職後に活動をより拡大していく“expanders”となる可能性を秘めている。このように退職後の余暇活動への意識を明らかにすることは、余暇活動の変化パターンを予測するうえで興味もたれる点である。

表 3. 退職後の余暇の過ごし方

	%	n
変化する	77.8	28
変化しない	22.2	8
TOTAL	100.0	36

表4. 退職後の余暇活動の変化

	%	n
現在の余暇活動を続け、加えて新しい余暇活動を始める	56.0	14
現在は何もしていないが、何か新しい余暇活動を始める	24.0	6
現在の余暇活動を続けるが、場所や仲間が変化する	16.0	4
現在は何もしていないが、昔行ったことのある活動を再び始める	4.0	1
TOTAL	100.0	25

## 4. 退職後の生活の重点

表5は、退職後に生活の重点を何に置くかをたずねたものである。その結果、健康が最も多く92.5%、ついで夫婦関係と趣味の55.0%、心の豊かさ50.0%、友人関係47.5%、以下学習、貯蓄、そして宗教の順であった。したがって、ほとんどの者が健康を、約半数の者が人間関係、趣味、心の豊かさなどの精神的な充足を重視していることがわかる。その中で「宗教」を重視すると答えた者がわずか7.5%であったことが興味深い。これは、世界的に見てあまり宗教に熱心でない日本人の特性を示している。この結果から、退職者に対し余暇活動プログラムを開発する場合、たとえば、健康に良く、かつ夫婦関係や友人関係が深まり、興味をかね合わせたようなプログラム、つまり、複数の視点から個々人の求める便益を提供するようなプログラムを考えていくことが有効であると考えられよう。

## 5. ライフコースからみた余暇活動参加パターン

図1から図5は、余暇活動の変化パターンを明

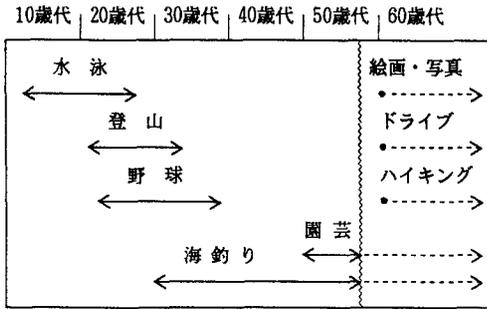
表5. 退職後の生活の重点 (複数回答)

	%	n
健康	92.5	22
夫婦関係	55.0	22
趣味	55.0	22
心の豊かさ	50.0	20
友人関係	47.5	19
学習	25.0	10
貯蓄	17.5	7
宗教	7.5	3

確にするとともにその方法論に考察を加えるため、サンプルの中から変化パターンの特徴が特に把握し易いと思われる5つのサンプルを示している。これらの図には、ライフコースを通して余暇活動を捉えるため、横軸に10歳代から60歳代までの年齢を示した。回答者には現在までに行ったことのある余暇活動の活動期間を実線で矢印で結ぶとともに、その活動種目を記入してもらった。さらに、その回答者の現在の年齢で縦に波線を引き、その波線より左を過去から現在、右を将来および退職後を示すこととした。また、退職後と将来の余暇活動希望に関する回答をもとに、その希望種目を図中に記入することによって、過去から将来までのライフコースを通じての余暇活動の変化パターンの図式化をおこなった。

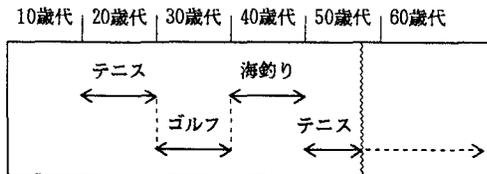
図1は、図の下にプロフィールが示されているように、58歳の男性のケースを示している。このケースの余暇活動の変化を見ると、20歳代から30歳代にかけて複数の活動を平行して実施している活発な時期が存在し、そして、40歳代に入ると活動数は一種目となり、50歳頃からそれに加えて「園芸」を始め現在に至っている。次に、退職後の活動希望をみてみると、現在の2種目から退職後にさらに3種目の活動に参加したいと答えており、より活発化するものと考えられる。したがって、現在までの余暇活動については、10歳代に初めて活動を始めてから途切れた時期がなく継続していること、そして、退職後はさらに活動の拡大が予測されることから余暇活動の「継続-活動パターン」と名付けることができる。

この結果を、McGuire ら<sup>7)</sup>の視点からみると、20歳代から40歳代にかけて活動を縮小していった傾向がみられることから、この期間に関しては“con-



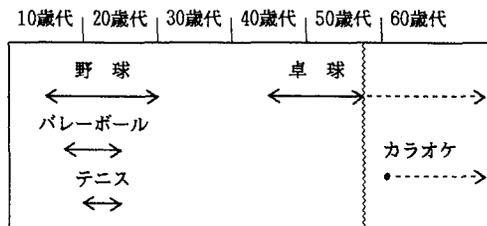
性別：男性 婚姻関係：結婚している  
年齢：58歳 世帯構成：子供とその家族と同居

図1. 余暇活動の継続—拡大パターン



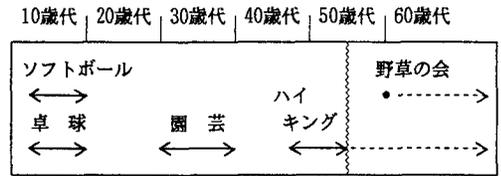
性別：男性 婚姻関係：結婚している  
年齢：58歳 世帯構成：子供と同居

図2. 余暇活動の継続—現状維持パターン



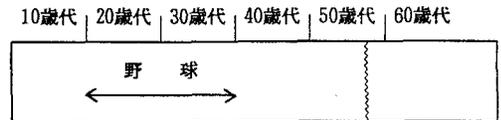
性別：男性 婚姻関係：結婚している  
年齢：57歳 世帯構成：子供やその家族と同居

図3. 余暇活動の再社会化—拡大パターン (1)



性別：女性 婚姻関係：結婚している  
年齢：54歳 世帯構成：子供と同居

図4. 余暇活動の再社会化—拡大パターン (2)



性別：男性 婚姻関係：結婚している  
年齢：58歳 世帯構成：夫婦二人

図5. 余暇活動の離脱パターン

tractors”といえる。しかし、50歳代から退職後に関しては、活動を拡大していく“expanders”となる可能性があるということができることから、このパターンに属する人はライフコースを通じてふたつのタイプを持ち合わせていることになる。

図2は同じく58歳の男性の余暇活動参加パターンを示している。活動の変化をみると、20歳代から現在まで複数の活動を平行して行っている時期は存在しないが、各年代毎に4つの種目を代替しながら、途切れることなく余暇活動を継続してきたことがわかる。さらに、退職後は現在の活動の維持だけで、新しい活動に取り組もうという希望がないことから、「継続—現状維持パターン」と名付けた。

図1と図2の活動参加パターンをライフコースを通して比べてみると、同じように余暇活動を継続してきているが、図1の場合は活動レベルに縮小・拡大の現象がみられるのに対し、図2の場合はずっと同じレベルで参加してきているという点で違いがみられる。しかし、両者の図からわかるように、生涯を通して活動を拡大していく者や継続していく者は、同じ活動をずっと継続していくというよりはむしろいくつかの活動を代替しながら

ら余暇活動参加を続けていくのではないかという McGiore ら<sup>7)</sup>の考えを支持していると考えられる。今後は、加齢にもなってみられる余暇活動の代替に一定の方向、例えば、スポーツ活動から観光・行楽中心の活動への代替というような傾向がみられるのかどうか、この点にも注目していく必要がある。

図3、4は、それぞれ57歳の男性と54歳の女性のケースを示している。両者の現在までの余暇活動は、どちらも四つの活動を経験してきている。しかし、これらの図から余暇活動が途切れた期間が図3のケースでひとつ、図4のケースでふたつ存在したことがわかる。また、退職後の活動希望をみると、どちらも現在の活動に加えてひとつの新しい活動を始めようとしている。したがって、これを「再社会化-拡大パターン」と名付けた。

ここでは、図3と図4にみられるように、余暇活動が途切れている時期を持つ場合、つまり一度中止した余暇活動を再び再開した場合に「再社会化」という言葉を用いた。そもそも再社会化とは、「ライフスタイルが変化し、個人が新しい社会的役割を持ったときに起こる、価値、行動、役割の再学習の過程である」と定義されている<sup>12)</sup>。この意味からすると、この図に示された過程を簡単に「再社会化」と決め付けてしまうには無理があるかも知れない。しかし、この場合、余暇活動に関する役割の変化や再学習の過程を、各個人が各自のライフコースにおいて経験している、あるいは繰り返している可能性があることは十分推察されよう。

図5は、58歳の男性のケースを示したものである。現在までの余暇活動を見てみると、20歳代から30歳代まで行っていた「野球」をやめてしまい、余暇活動がそれ以来途切れてしまっている。また、退職後も活動参加に対する希望がみられないことから「離脱パターン」と名付けた。

本研究では、図3、4、5に示された余暇活動を中止あるいは中断した理由、また、再び始めた理由を明らかにするには至っていない。ライフコースの中で、余暇活動参加に影響を及ぼす要因には、どの時期にどのようなものがあるのか、さらに注目して行く必要がある。

## VI. まとめ

本研究の目的は、定年退職というライフイベントが余暇活動参加パターンにどのような変化を与えるかを縦断的な視点から分析することであった。その結果、退職後の余暇の過ごし方は全体の77.8%が変わると答えており、さらにその大部分が新しい活動を始めたいと答えていることから、定年退職というライフイベントが、余暇活動の活発化にポジティブな影響を与える可能性が高いことがわかった。しかし、今回の研究で示された結果は、あくまでも希望であり、定年退職をすでに迎えたサンプルから得られた結果ではない。実際には、定年退職後の余暇生活に影響を与えると思われる要因として、退職後の再就職への態度や貯蓄の有無と程度など多様な要因が考えられることから、今後はそれらの要因との関連についても追及していく必要がある。

また本研究では、ライフコースを通しての余暇活動参加の経験と将来および退職後の希望に注目し、その個人々のデータを図式化することによって、日本人の活動参加パターンの把握を試みた。その結果、「継続-拡大パターン」、「継続-現状維持パターン」、「再社会化-拡大パターン」、そして「離脱パターン」の四つが考えられた。さらに、図1と図2のように余暇活動を代替しながら継続していくパターンが示され、加齢に応じてどの様な分野の余暇活動へ移っていく傾向があるのか、という新たな分析の視点も得られた。もちろん、この四つが全てのパターンとは言えないが、余暇活動への参加メカニズムを解明するうえで、ライフコースに注目し、縦断的な視点でみていくことの必要性を指摘することができた点で有効であったと思われる。

今後の研究の課題としては、まず、本研究で行ったような基礎的レベルの研究を積み重ねるとともに、ライフコースからみた余暇活動参加のパターン化へ取り組むことによって、生涯スポーツや高齢者を対象とした社会化と再社会化に関する実証的レベルの研究につなげていくことが重要である。例えば、図3、4、5にみられるような余暇

活動の中断者 (ceasing participation) やその後まったく始めようとしなない者 (non-participation) を対象として、そのメカニズム解明の研究も望まれる。この研究としては、Backman ら<sup>1)</sup>や McGuire ら<sup>6)7)</sup>、そして Jackson ら<sup>4)</sup>の研究がその研究方法論的示唆を与えてくれる。彼らは、活動を中断あるいは中止してしまう者の中に、その後新しい活動を始めるグループとそうでないグループが存在することを指摘し、それらのグループの特性を報告している。次に、方法論的限界も指摘される。本研究は、異なる2時点での縦断的調査の第一次調査として行われたものであるため、過去の余暇活動については想起法を用いざるを得なかった。したがって、実際の活動と記憶との間に誤差が生じている可能性があること、さらに、サンプル数が少ないため、結論の一般化が難しいという問題点を含んでいる。今後、この分野に関する研究は、大きな潜在的マーケットである高齢者群やその予備群に対し、適切な余暇活動の機会を提供していくうえで、さらに注目される必要がある。

### < 参 考 文 献 >

- 1) Backman, S.J. and Crompton, J.L.: Differentiating between active and passive discontinuers of two leisure activities. *J. of Leisure Research*. 22(3) 197-212, 1990.
- 2) 原田宗彦・長積 仁：高齢者のスポーツ参加に関する縦断的研究。自由時間研究。第7号2-10, 1990.
- 3) 原田宗彦：ソシアリゼーション。体育の科学。41(7) 508-514, 1991.
- 4) Jackson, E.L. and Dunn, E.: Integrating ceasing participation with other aspects of leisure behavior. *J. of Leisure Research*. 20(1) 31-45, 1988.
- 5) Kelly, J.R.: Recreation demand, aging, and the life course. *World Leisure and Recreation*. 31(3) 25-28, 1989.
- 6) McGuire, F.A. et al.: Constraints to participation in outdoor recreation across the life span: A Nationwide Study of Limitors and Prohibitors. *The Gerontologist*. 26(5) 538-544, 1986.
- 7) McGuire, F.A. et al.: The relationship of early life experiences to later life leisure involvement. *Leisure Sciences*. 9, 251-257, 1987.
- 8) McGuire, F.A. et al.: Integrating ceasing participation with other aspects of leisure behavior: A Replication and Extension. *J. of Leisure Research*. 21(4) 316-326, 1989.
- 9) 三宅基子ほか：女性の余暇活動に影響を及ぼす要因に関する研究その2—余暇活動参加歴に着目して—。自由時間研究。第11号 40-51, 1991.
- 10) 森岡清美・青井和夫編：現代日本人のライフコース。日本学術振興会。pp.1-14. 1991.
- 11) 総務庁長官官房老人対策室編：長寿社会対策の動向と展望。大蔵省印刷局。1991.
- 12) 山口泰雄：高齢者のスポーツ参加とその生活構造。体育の科学。38(7) 507-513, 1988.
- 13) 山口泰雄：生涯スポーツの考え方と理論的枠組み。「生涯スポーツの理論とプログラム報告書」pp. 1-14. 鹿屋体育大学。1989.