

中・高年者の日常行動における 快・不快の意識

○ 阿部 信博
澤村 博 (日本大学)

快 不快

はじめに

わが国におけるレクリエーションの概念については、戦後の混乱期から現在までの、文化的、社会的変化のなかで、様々な議論が展開された。そうした論議の流れは、端的に言えば「よりよく働くため」から「よりよく生きるため」へと拡大してきたと思われる。

即ち、われわれの生活における行動時間は、一般的に生活必需時間、拘束時間、自由時間の三つに分類されて考えられており、レクリエーションは、この自由時間（余暇）に行われる楽しさや満足の得られる活動であるとした考え方が一般的であった。しかし近年になって、活動の結果生じる成果や、個人の中にある幸福感や、満足感から湧き出る感情の状態によるものとみる考え方もでてきた。

われわれの行動を振り返ると、拘束時間であるはずの仕事に生きがいを感じ、目標達成に満足感をおぼえる例は少なくないし、せっかくの自由時間の活動にも関わらず、友人が来なかったり、流れてくる音楽が、快の満足感の対象にならずに耳障りに感じる対象であったりもする。このように、われわれの幸福感や満足感は、その個人の審美的経験や目的達成意欲、あるいは対人関係や活動の場などの外的環境と多くの要因が関与していると考えられる。

本研究は、このようなことから、いわゆる拘束時間、自由時間にとらわれず、日常生活そのものの中で、何に快を感じ、また不快を感じているかについて検討したものである。面白いこと、こころにかなうこと、望み、求めである快は、当然人間にとっての生きがいや喜びに結びつく概念と思われ、そこにレクリエーション的はたらきが存するものと考えられるからである。

研究の方法

1. 調査時期 1992年12月
2. 調査対象 千葉県船橋市在住者と若干名の近隣在住者、男子 184名、女子 178名。
3. 調査方法 郵便調査方法を用い、回収数は男子87、女子85であり、その平均年齢は、45.2才と43.3才であった。
4. 調査内容 日常生活の中での行動として、睡眠・うたた寝、食事、通勤、仕事、家事、買い物、夫や妻との行動、子供との行動、読書、音楽の鑑賞、種々の鑑賞、TV、ラジオ、談話、趣味・サークル活動、パーティ・宴会等の場面を取り上げた。また、嗜好品についても調査し、合計 191の設問をおこなった。
5. 資料の整理方法 回答の割合をパーセンテージで表すとともに、快・不快の意識の傾向をみるため、臨界比を求めた。

結果について

1. 睡眠、食事

当然のことながら、夜の睡眠については殆どの人が快を感じ、乗り物でのうたた寝や休

み時間でのうたた寝についても高い割合で快を感じている。

食事については、朝、昼、夜に限らず、自宅で家族と話しながら摂ることによって快を感じ、昼食については友達と話しながら摂ることによっても快を感じている。逆に、夜一人黙々と食事を摂ることには不快の傾向がみられた。

2. 通勤、仕事、家事、買い物

通勤については、男性の場合に新聞等を読みながら通うことにやや快の傾向がみられるが、目立ったものはない。

職場での仕事については、快を感じる割合が多く、何かをしながら仕事をするということでは不快を感じる方が多くなっている。

食事の準備や衣類の買い物については女性の方が快を感じる傾向があり、趣味の図書やスポーツ用品の買い物については男女ともに快を感じる割合が高い。

3. 夫や妻との行動、子供との行動

夫婦で食事をするこことやでかけることに快を感じる傾向があり、子供については、女性の方がややその関わりを好む割合が高い。

4. 読書、種々の鑑賞

読書については旅行や趣味に関するもの、新聞、雑誌を読むことに高い割合で快を感じ、専門書や文学作品に若干の男女差がみられる。

ポピュラーやクラシック音楽、民芸品、洋画の鑑賞について女性が快を感じるどころが多く、映画の鑑賞については共通しているものの、種々の鑑賞に対する快の感じかたに男女の違いがみられる。

5. テレビ、ラジオの番組

テレビのニュース番組、スポーツの実況、特集番組等に快を感じる傾向が強く、女性がテレビのドラマやラジオのポピュラー音楽にも快を感じる傾向にあり、やや男女の違いがみられる。

6. 談話、趣味・サークル活動、パーティ・宴会

談話については、家族や友人と飲酒や喫茶・軽食を摂りながら趣味やレジャー、将来のことを話すことに快を感じ、上司や部下、同僚との談話で快を感じる割合は高くない。

当然のことながら趣味やサークル活動の実践や、同窓会や仲間・友達とのパーティ・宴会で快を感じる割合は高くなっている。

7. 嗜好品

お茶を飲むことに女性は快を感じる割合が高く、酒を飲むことには男性が高い。また、女性はコーヒーやケーキを摂ることには快を感じ、一人で酒を飲むことには不快を感じる傾向にある。さらに、男女共通してタバコをすうことには不快の傾向がみられる。

要 約

睡眠や食事は生きていくために基本的に必要である。そしてそれらを満たすことによって快が得られるものと考えられる。しかし一人だけの夜の食事は不快をつのらせるもので、寄りかかりあう家族や友人、さらには何かを媒介とした解放感も必要である。年令を重ねることにより求める快も変化することが想像され、本調査では特に文化的な面で男女の違いがみられた。合理性や科学を重視するなかで、本能的な快をも含めた快を求めることも必要であろうと考える。

各設問に対する数値的結果は発表当日に報告する。