

## 特集 ■ 女性の健康寿命延伸と健康支援

# 1 わが国の高齢女性は幸せか

本川 裕

HONKAWA Yutaka

アルファ社会科学株式会社 主席研究員／統計分析家

### はじめに

近年、幸福度について、経済学や社会学、心理学などで科学的な分析が多く試みられるようになった。経済学では、豊かさと幸福度が比例するか、幸せはお金で買えるかについて多くが論じられている。自由市場経済を万能とは認めない人々は、両者の不一致を示す事実に着目する傾向がある。このため「イースタリンの逆説」が引き合いに出されることが多い。1970年代、米国の経済学者のイースタリン(Richard Easterlin)が「第2次世界大戦後に急速な経済発展を遂げた日本における生活に対する満足度は、低下している」という調査結果を基に「経済成長だけでは国民の幸せは量れない」という「イースタリンの逆説」を提唱したところが、最近は所得と生活満足度あるいは幸福度には相関があるとする論文も多く登場しており、所得以外の幸福の要因についても多角的に論じられている。

幸せへの関心の高まりは、医療界におけるQOLの重視と似たところがあると思われる。病気を治せばそ

れでよいのではなく、治療の過程や治らない病気とのつきあいの中でいかに患者の厚生を向上させるかが医療関係者の課題となったのと同じように、社会の成熟化とともに経済成長や生活環境整備だけでは人々の幸福は達成できないのではないかという思いが広がっているのである。

ここでは、しかし、幸福の要因論には深く立ち入らず、データが語っていることに素朴に耳を傾けることにしたい。すなわち、高齢女性が、男性と比較して、あるいはより若い世代と比較して、いったい幸福だと感じているかどうかについての信憑性のあるデータを紹介し、同時に、わが国の高齢女性の幸福度の位置が海外と比較してどんな特徴があるかを見てみたい。

幸福と関連するいろいろな統計指標を組み合わせた幸福度指数の作成が幾種類も試みられており、こういう作業の結果、例えば、どの県民が日本一幸せかが話題になることも多いが、これらは、幸せなはずだという指標に過ぎず、幸福感そのものを明らかにしたものではない。ここでは、幸福度そのものを示すデータを示そうと思う。

さらに、幸福度を国民に直接聞いた意識調査の結果はサンプル数が限られ、長い時系列的観察を可能とするようなデータも存在しないことから、幸福感と密接に関係している精神健康データや自殺率といった指標で、加齢に伴う細かい変化や戦後の長い時系列変化を示し、幸福度の議論を深めるための基礎データを提供することとする。

なお、ここでは、一般的になっている定義どおり、高齢者は65歳以上を指すものとする。

### 高齢女性は幸せと感じているか

まず、高齢女性の幸福度を知るために、男女年齢別の幸福度を知ることのできるような調査があるかどうか重要となる。

幸せへの関心の高まりとともに、幸福かどうかを聞いた意識調査が多く実施されるようになったが、抽出が片寄っておらずサンプル数が数千を超えるような信憑性のある調査はそう多くない。

図1には信頼性の高いデータとしてJGSS調査の2010年結果を掲げた(JGSS調査は2000年以降毎年または隔年で実施されている)。65歳以上の高齢者女性だけで349サンプルが確保されている。ここで幸福度

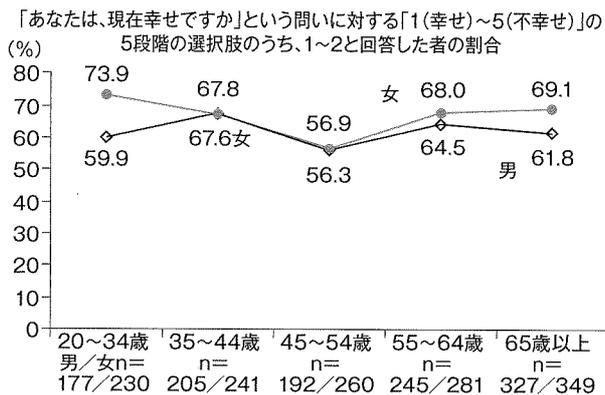


図1 男女年齢別の幸福度

(注)「日本版General Social Survey (JGSS)」調査は大阪商業大学JGSS研究センター(文部科学大臣認定日本版総合的社会調査共同研究拠点)が、東京大学社会科学研究所の協力を受けて実施している研究プロジェクトである。訪問調査の結果である。値は無回答を含む総回答数に占める割合である。2010年の調査結果。  
(資料) JGSS ネススター集計

は、幸せか不幸せかの5段階評価のうち幸せのほうの2つの回答の割合で計算している。幸せかどうかと問われれば幸せのほうに近いと思っている人の割合を幸福度として定義している。また母数は無回答を除く回答数ではなく、無回答を含む総回答数としている。こんな簡単な設問に対する無回答は幸福ではないと考えているからだとの判断からである。

これ以外に、これからいくつかの幸福度の調査結果を示すが、すべて同じ考えで指標化している。幸せと端的に答えた1の回答ではなく、また5段階評価の平均点を取っているわけでもない理由は、後段の国際比較の際に触れる。

図1を見ると、35~44歳を除くといずれも女性のほうが男性より幸福度が高い点、そして女性高齢者の値は69.1%と若い女性(20~34歳)に次いで高い幸福度となっている点が目立っている。女性高齢者の幸福度の対全体比は1.06である。

ここでは掲げていないが念のため1回前(2008年)のJGSS調査の同じ設問の結果をみててもほぼ同様のパターンとなっている。女性高齢者の幸福度の対全体比は、やはり1.06である。

1種類だけの調査結果では心もとないので、もう1つの大規模調査の結果も掲げておこう。図2には厚生労働省が厚生労働白書の作成にあたって実施した意

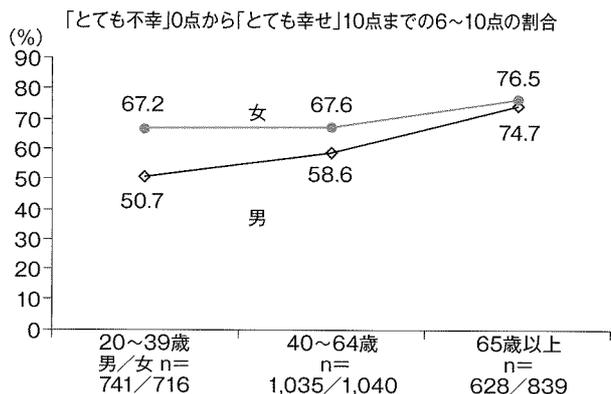


図2 男女年齢別の幸福度(別データ)

(注)株式会社楽天リサーチに登録しているモニターから各地方ブロック毎の416~417サンプルに対して性別年齢別の構成比に応じた割合をした上で計5,000名の回答依頼を実施した調査の結果(2014年2月実施)。  
(資料)厚生労働省「平成26年健康意識に関する調査」(みずほ情報総研株式会社「少子高齢社会等調査検討事業報告書(健康意識調査編)」)

識調査の結果を示した。女性高齢者はすべての区分の中で最も高い幸福度となっている。すべての年齢で女性の幸福度が男性を上回っている点も図1(35～44歳を除く)と同じである。他方、男性高齢者の幸福度が相対的に高い点が図1との顕著な違いである。

こちらの調査は女性高齢者のサンプルが839人とJGSS調査よりさらに多い点は優れているが、楽天リサーチに登録しているインターネットに通じている者であり、かつ地方ブロックから同数を抽出していることから、地方にややバイアスがかかっている点ではJGSS調査に劣ると考えられる。

この2つの調査結果から、女性高齢者については、男性と比較して、また働き盛りの世代と比較して、かなり幸福度が高いことはほぼ間違いがないという結論が得られる。

それでは、こうした特徴は海外と比較して共通の傾向なのか、それともわが国特有の結果なのかを調べるために、次に、海外の幸福度データと比較してみよう。

## わが国の高齢女性は幸せか

この20年ぐらいで、同一の調査票を使った国際的な共同調査が各国の調査機関の協力で、定期的に、複数、行われるようになった。世界価値観調査、ISSP調査、ピューリサーチセンター調査が代表的なものである。ギャラップ社による世界共通の世論調査はさらに古くから行われているが、近年の国際調査の特徴は非営利団体や大学・研究機関による共同調査の性格が強い点にある。いずれも科学的なサンプル抽出を心掛けており、結果については、かなり信頼性が高い。ただし、サンプル数が各国1,000～2,000票程度であり、細かいクロス集計となると各区分の集計結果にはかなりの標本誤差が生じていることになる。それでも共通の調査票を用いた調査という点で極めて貴重なものである。幸福かどうかについても、何らかの形で設問として取り上げられている場合が多い。

今回、取り上げたのは世界価値観調査(WVS)とはほぼ同じ調査票を使用して実施されている世界価値観調査の姉妹版ともいえるべき欧州価値観調査(EVS)の結果である。なぜこれを取り上げたかといえば、65歳

以上の高齢女性の区分のデータが比較的容易に得られる点、また途上国対象の調査と異なり全体が同じサンプル数規模だとしても、欧州の場合、日本と同じように高齢化しているため高齢者のサンプルも多い点を考慮したためである。

設問は「非常に幸せ(very happy)」「やや幸せ(quite happy)」「あまり幸せでない(not very happy)」「全く幸せでない(not at all happy)」という4択である。幸福度については、「非常に幸せ」だけをとったり、+2～-2で採点したりせず、単純に、「非常に幸せ」と「やや幸せ」の回答率の合計とした(また母数の合計には無回答、分からないを含めた)。これは、各国の言語における「非常に」、「やや」の表現は、ニュアンスが異なり、回答結果に言語表現による差が生じるのに対して、幸せかそうでないか自体の判断は言語上のバイアスを免れやすいからである。また、日本人は断定的な回答を嫌い、「どちらか」というと〇〇」という中間的な回答を選ぶ傾向があることが知られているが、こうした国民性によるバイアスを避けるためでもある。

主要国の結果を図3に示したが、これを見ると、まず、加齢に伴う変化が米国、英国がほぼ横ばいなのに対して、それ以外の国では、若者より中年、中年より高齢者のほうが幸福度が低くなるという傾向が認められる。また、男女の比較では、少なくとも中高年では女性の幸福度のほうが男性より低い国が多い。例外は英国とロシアであるが、ロシアの場合はソ連崩壊による社会混乱の悪影響を大きく被った高齢男性が特段に幸福度が低いためであり比較にはならない。図1で見た日本のパターンと類似しているのは英国であり、それ以外は、男女差、年齢差が日本と大きく異なっている。

幸福度の絶対レベルは日本の値が全体的に低くなっているが、設問が異なるのでこんなに大きな差となっていると考えられる。しかし同じ設問で日本と世界各国を比較した世界価値観調査の国民全体の結果でも、韓国、台湾、香港といった東アジア高所得国と同様に日本は経済発展度が高い割に幸福度は低いという結果が出ているので、そうした側面も影響していると思われる。幸福度全体の国際比較に関しては私がネットで公開している「社会実情データ図録」の図録9480「幸

1.very happy, 2.quite happy, 3.not very happy, 4.not at all happyのうちの1~2の割合

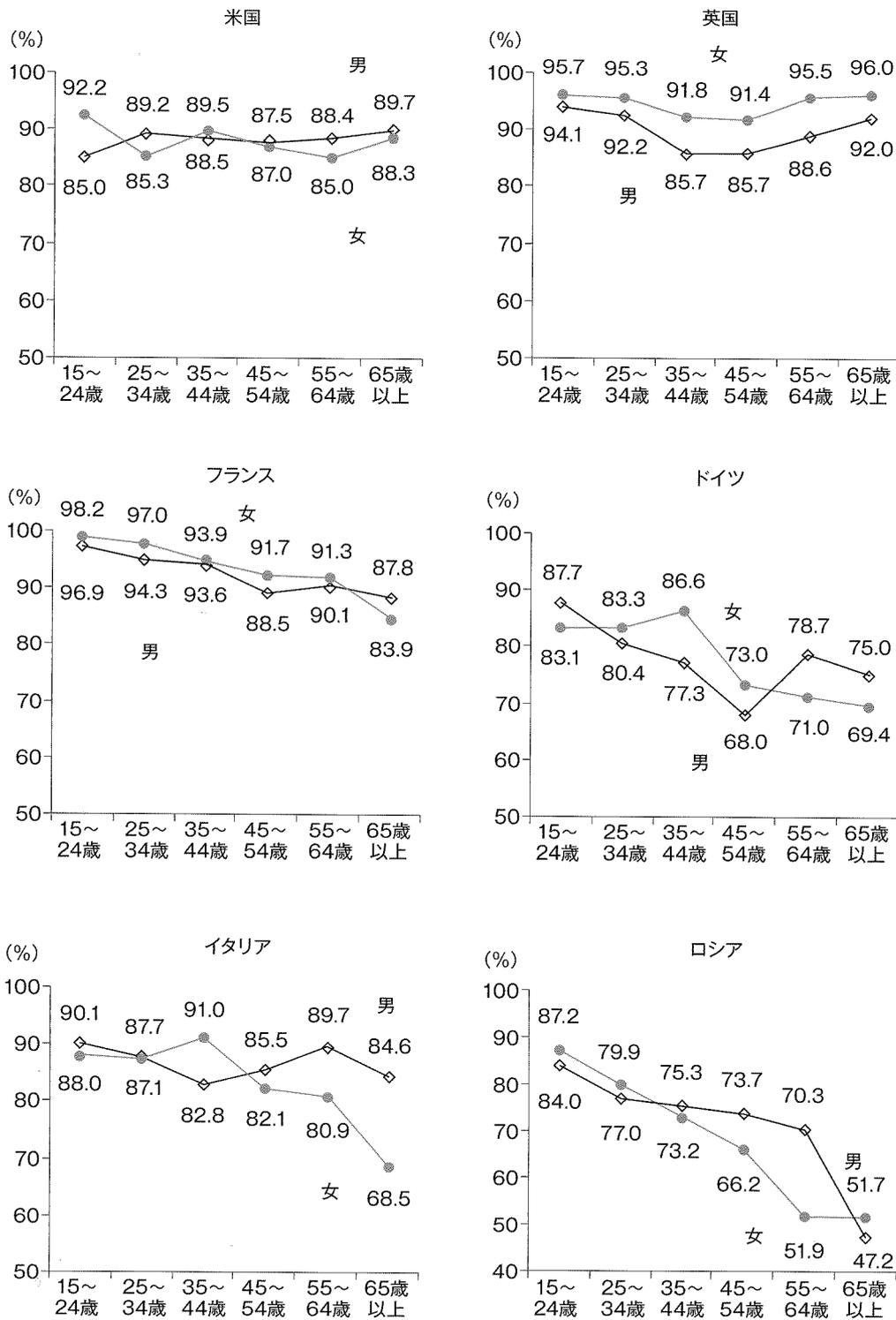


図3 欧米主要国の男女年齢別幸福度

(注) 2008年調査。ただイタリア、英国は2009年、米国は1990年、サンプル数は図4参照。  
 (資料) European Values Study HP

福度の国際比較(世界価値観調査)」を参照されたい。

高齢女性の幸福度が国民全体の幸福度との比率でどうなっているかを各国比較したデータを図4に示した。

日本は取り上げた2つの調査結果ともにこの比率は最も高くなっている。日本の高齢女性は他の男女年齢階層との比較で、世界一、幸福度が高い。各国調査のサンプル数はあまり多くなく数字も多くの誤差を含んでいると考えられるが、これだけ多くの国との比較で日本の位置が目立っていることから、この点にほぼ間違いはないだろう。なお、この図からは、英国のほか北欧諸国で値が高く、東欧諸国や旧ソ連で値が低いという傾向が見て取れる。医療、年金などの社会保障の充実度や経済発展度、また体制移行の混乱などが、ど

うしても弱い立場の高齢女性の幸福度を大きく損なっていることがわかるのである。

### 加齢に伴う細かい変化

これまで見てきたような意識調査では、高齢者をさらに年齢別に細分して幸福度がどう変化するかを知ることがサンプル数の限界から不可能である。そこで、意識調査とは比較にならないくらい大規模なサンプルで調査した官庁統計で幸福度に近い指標が得られるものはないかを探すと、厚生労働省の国民生活基礎調査にそうした設問が見つかったので紹介する。

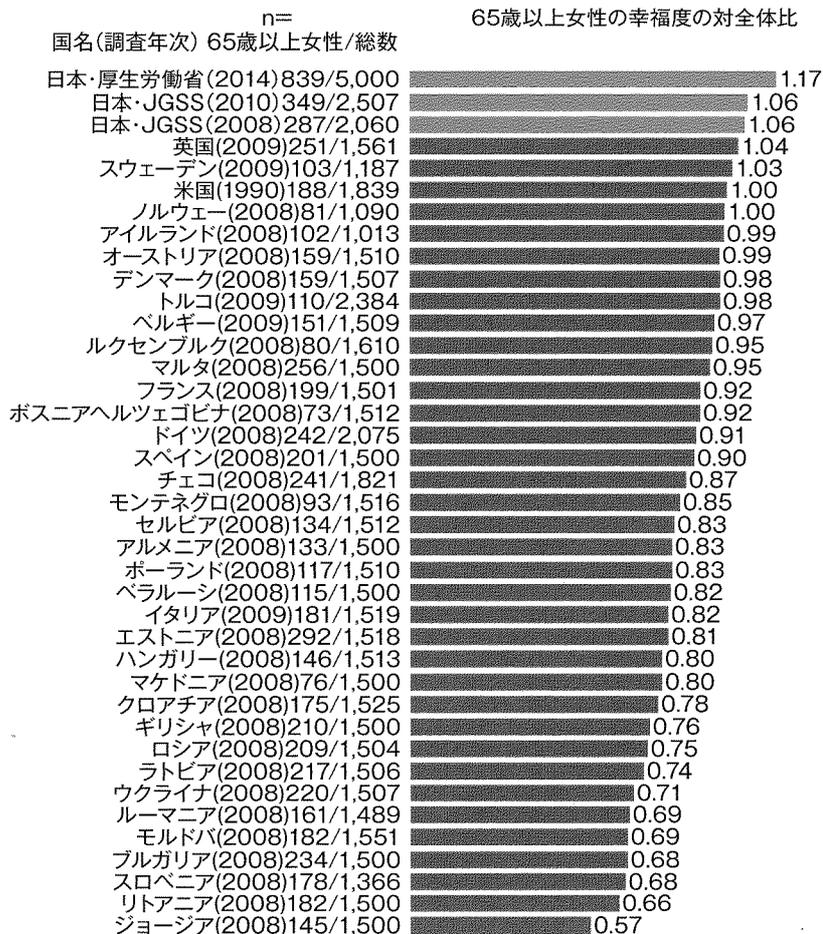


図4 女性高齢者の相対的幸福度(国際比較)

(資料)日本・厚生労働省は図2と同じ。日本・JGSSは図1と同じ。それ以外は図3と同じ。

国民生活基礎調査は毎年の簡易調査の他に3年ごとに大規模調査が行われ、この際には世帯票とともに健康票によりサンプル数が30万世帯、74万人まで拡大された調査が行われる。この健康票では、こころの状態を6つの設問で聞いており、精神状態が良好かどうか分かる。精神状態が良好なのはほぼ幸せに近いといえる。

図5にこの結果を掲げたが、精神状態良好な人の割合はどの年齢でも女性は男性を下回っており、幸福度とは逆である点が異なるが、年齢別のパターンには似たところがあるように思える(特に男性)。

精神状態の良好さは男女ともに50代後半から60代

前半にかけてかなり高まる。仕事上の問題や子育てなど生活上の問題に関する悩みやストレスが減るからだと思う。ところが、男性は65～69歳、女性は60～64歳をピークに精神状態は下降に転じるのが目立った特徴である。高齢女性でも前期高齢者と後期高齢者とはやはり幸福度に差があるのではなかろうか。

この理由が健康上の問題であることはまず間違いない。健康票では日常生活に影響するような健康問題を抱えているかを聞いているが、図に示したように60代後半から健康問題ありの人は急が増えていき、これと反比例で精神状態の良好さも失われるのである。健康寿命が大きな課題となるゆえんである。

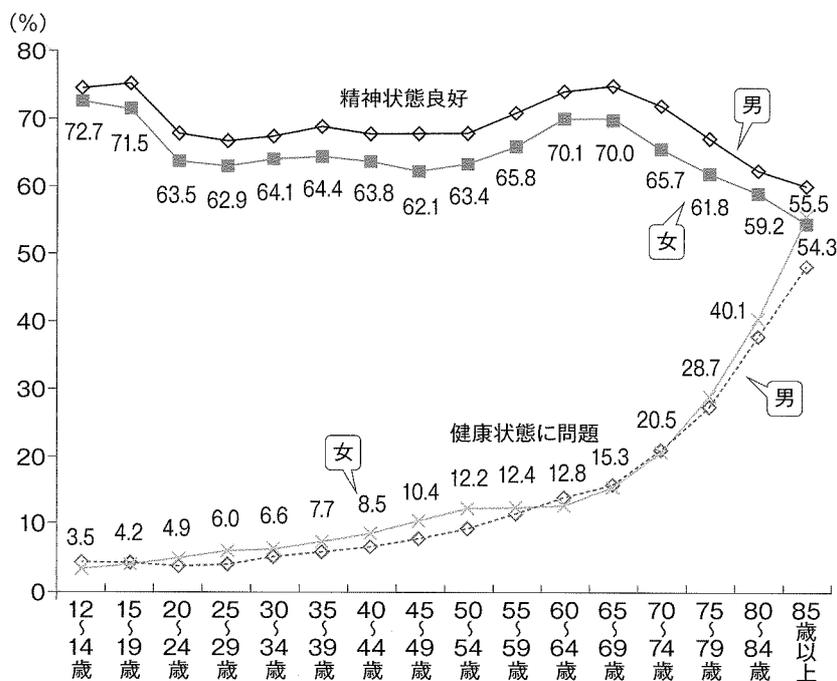


図5 精神状態からみた幸福度(2013年)

(注)「精神状態良好」は「こころの状態(精神的な問題の程度)」に関する6設問の点数合計が0～4点の割合(以下の解説を参照)。「健康状態に問題」は「健康上の問題で日常生活に影響がある」と回答した者の比率である。なお、「健康状態に問題」の場合12～14歳ではなく10～14歳の結果。数字は女性の値。

こころの状態(国民生活基礎調査の「用語の解説」から)  
 こころの状態には、K6という尺度を用いている。K6は米国のKesslerらによって、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発され、一般住民を対象とした調査で心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として広く利用されている。「神経過敏に感じましたか」「絶望的だと感じましたか」「そわそわ、落ち着かなく感じましたか」「気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じましたか」「何をしても骨折れだと感じましたか」「自分は価値のない人間だと感じましたか」の6つの質問について5段階(「まったくない」(0点)、「少しだけ」(1点)、「ときどき」(2点)、「たいてい」(3点)、「いつも」(4点))で点数化する。合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられている。

(資料)厚生労働省「国民生活基礎調査」

## 長期的な変化

高齢女性の幸福度の高さは旧来からの天性的なものなのだろうか、それとも最近になって実現したものなのだろうか。この点は幸福度調査が最近やっと始まったものなので知ることができない。ここでは長期的な幸福度の変化をうかがい知るために自殺率のデータを取り上げた。自殺と幸福は逆ベクトルでかなり密接に関連していると考えられるが、自殺の統計なら長い時系列の観察が可能なのである。

図6には65歳未満と65～74歳の前期高齢者、75歳以上の後期高齢者の3区分で男女別に自殺率の戦後の変化を示した。自殺率については、時代や年齢にかかわらず、男性の自殺率が女性を上回っている点が大きな特徴である。図5で見たような精神状態、あるいは今回は触れられなかったがうつ病患者の患者率では、どの年代でも、女性が男性よりマイナスが目立つのはまったく逆であり、自殺率は、幸福度と同様に女性のほうが男性より好ましい状況にあるのである。

年齢別には高齢者ほど自殺率が高いのが目立っている。日本も、経済的に貧しく、また社会保障がまだ充実していなかった時代には、病苦や厄介者視から高齢者ほど自殺率が高いという世界共通の一般傾向が顕著であったが、戦後、一貫して高齢者の自殺率は着実に低下し今や65歳未満との差は非常に小さくなっている。全国的な医療アクセスの改善や年金制度の充実がこうした低下の大きな要因となったことは確かであり、自殺率低下に端的に表れている高齢者の生活の質の向上は戦後日本の最大の成果といっても過言ではなからう。

男女の比較では、全般的な女性の自殺率の低さだけでなく、社会問題としてクローズアップされた1990年代末からの自殺急増に関して男性ほどの大きな変化を女性の場合は被らなかつた点も注目される。どうして男性ばかりが自殺してしまうことになったかの理由是不明であるが、同じ理由から、上述のように、女性高齢者の幸福度ばかりが目立つことにもなっているとはいえるのではなからうか。

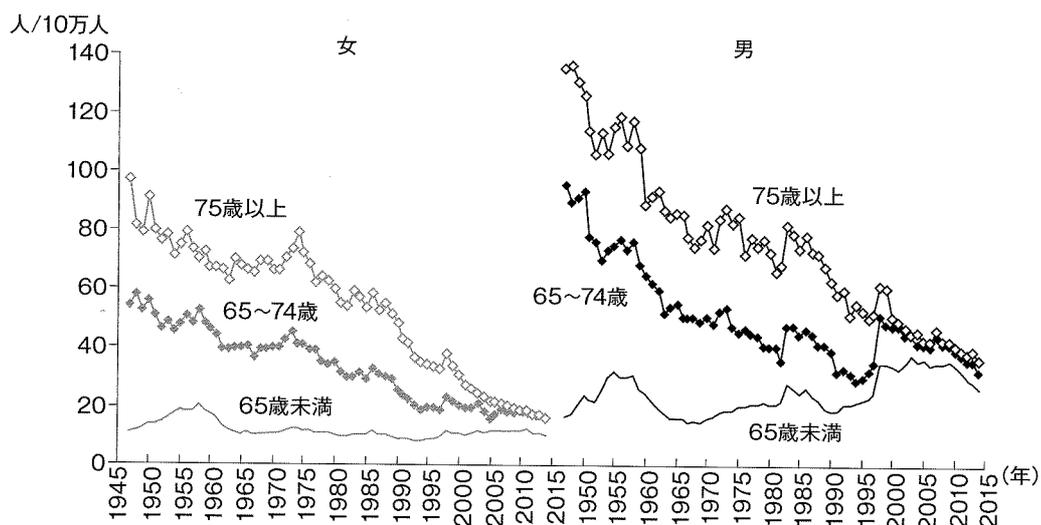


図6 男女年齢別自殺率の推移

(資料)厚生労働省「人口動態統計」

おわりに

最後に、これまで見てきた男女・年齢別の幸福度と関連指標を概観して締めくくりにする(図7)。

65歳以上の女性高齢者の幸福度は男性のどの年代より高く、女性の他のどの年代と比べても高い(20～34歳の若い世代を除き)ことは最初のほうで触れたとおりである。

幸福度と精神状態のレベルは男女で食い違っている。男性の精神状態は女性より悪くないが幸福度は高くない。女性の精神状態は男性よりよくないが幸福度は高い。それが、男性の自殺率が女性より際立って高い理由となっていると思われる。

なお、年齢別の自殺率は男女ともに比較的フラットであるがこれは世界的な傾向、すなわち、高齢者ほど自殺率が高い傾向の中では珍しい状況だということを理解しておく必要がある。

年齢別の幸福度と精神状態を見ると男性の場合は精神状態の起伏と幸福度がほぼ平行しているが女性の場合は食い違いが目立つ。65歳以上の女性高齢者は精神状態の割に幸福度が高い点が若年女性とともに特に目立っている。考えてみれば、国民生活基礎調査における精神状態についての設問はマイナスがあるかどうかを聞いているだけでプラスの精神状態があるかは聞いていない。女性の場合は、若い世代と高齢世代ではマイナスを越えたプラス志向が付加されるのだといってよいだろう。私の個人的な感想であるが、若い女性と高齢女性には、何か特別に、人生の悩みや病苦のストレスを跳ね返し、幸福感をもたらすような天からの贈り物が与えられている感じがする。

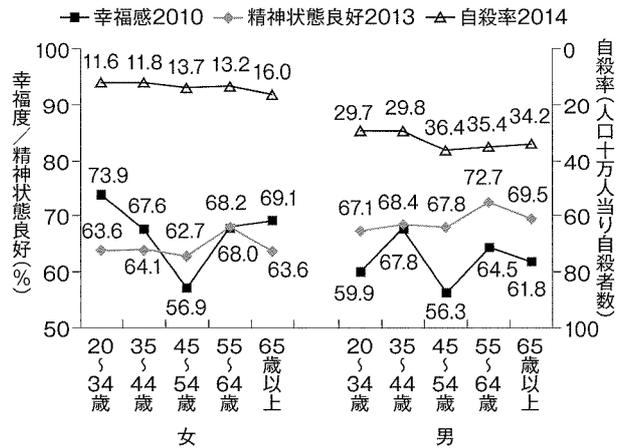


図7 幸福度と関連指標

(注) Y軸は上方がプラスとなるように配置するため自殺率は軸を反転させた。幸福度以外のデータは年齢区分にあわせて再集計した結果である。  
 (資料)厚生労働省「平成26年健康意識に関する調査」(みずほ情報総研株式会社「少子高齢社会等調査検討事業報告書(健康意識調査編)」)