

家・職場に続く高齢者の「サードプレイス」の実態 ～日常にある場に注目して

東海大学 健康学部健康マネジメント学科 准教授
澤岡 詩野

1. 高齢期に「サードプレイス」が求められる理由とは？

高齢期は、子育てや仕事を介したつながりや場が縮小していく時期であり、それに代わる「居場所」を再構築する時期とも位置付けられる。ライフコースに照らし合わせて居場所の変化をみていくと(図1)、「家・家庭」(第一の居場所)は、様々なサポートの授受が生まれる重要な場ではあるが、子どもの独立、配偶者や兄弟姉妹との離死別もあり縮小していかざるを得ない居場所といえる。二つ目の居場所に位置付けられる「職場」は、一つのミッションに取り組むことから仲間や有用感が得られやすい場であるが、定年の年齢が延長はされてはいるものの、いずれはなくなっていく居場所ともいえる。

ここからも、歳を重ねるほどに大事になっていくのが、「家・家庭」でも、「職場」でもない、三つ目の居場所「サードプレイス」といえる。具体的には、趣味のサークル、ボランティア活動や地域活動はもちろん、人によっては、いつもの見知った犬友に会える公園の一角や、サウナでのおしゃべりが楽しいスポーツクラブ、なじみの店員さんのいる駅前のコーヒーショップなど、多様な場が挙げられる。

介護予防や孤立化の抑止などの取り組みにおいては、サロンや健康づくりの自主グループ活動など、「生きがいや楽しみ(タイプ)」「交流(タイプ)」「心身機能維持・向上(タイプ)」を目的として自治体や地域の想いある担い手がつくりあげた場に焦点をあてられることが少なくない(図2)¹⁾。しかし、誰かが居場所として意図して作った場には居心地の悪さを感じる高齢者も一定数存在し、この人々を「誘っても出てこない」「つながりを拒む寂しい人」などと位置付けることも少なくない。しかし、見方を変えると、その場で求められる密度の濃いつながりや深い関与の仕方に拒否感を持っているだけで、自分の求める距離感や関わり方が実現できる場には出てくる可能性も否めない。

支えあいやボランティアといった密度の濃くみえるつながりや深い関与の仕方を前提にし過ぎるあまりに、その人のもつ「ゆるやかな」つながりや「少しのできること」を実現している「サードプレイス」に気付いていないだけなのかもしれない。この課題意識から、本項では日常に既にあるタイプ0(図2参照)の場、飲食店や商業施設、スポーツクラブなどに目を向け、高齢当事者が「サードプレイス」と感じる場と第1の居場所「家・家庭」、第2の居場所「職場」との関連を、日本・アメリカ・ドイツ・スウェーデンのデータから明らかにしていく。なお、「サードプレイス」については、共通の定義がないため

に、高齢当事者が「あなたが、家や職場以外に、居心地のよいと感じられる居場所（Q42）」と感じる場に注目していく。

本データにおいては、高齢期の居場所として挙げられることの多い「公民館・習い事、サークル、ボランティア」に加え、飲食店や商業施設や娯楽施設、スポーツジムや図書館なども選択肢に含め、「居心地のよいと感じられる居場所」として当てはまるものを全て尋ねた。結果、「公民館・習い事、サークル、ボランティア」を選んだのは回答者全体の27.3%（アメリカ42.9%、スウェーデン36.2%、ドイツ24.3%、日本11.5%）に過ぎなかった。一方で、飲食店は全体の54.2%（アメリカ82.5%、スウェーデン66.9%、ドイツ57.2%、日本22.6%）、商業施設は全体の40.5%（アメリカ64.5%、スウェーデン57.7%、ドイツ22.4%、日本22.8%）であった。

これらのサードプレイスを一つも持たない人も存在（9.0%）し、割合は日本が16.9%と最も高く、ドイツ8.5%、アメリカ4.9%、スウェーデン2.7%と続いていた。

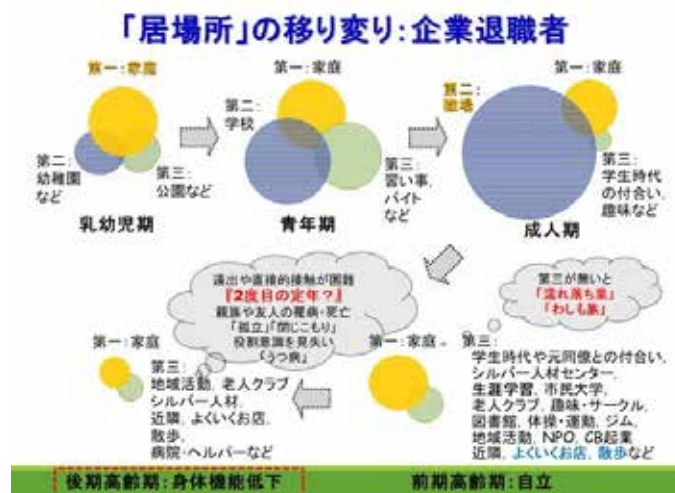


図1 3つの居場所の移り変わり（著者作成）²⁾

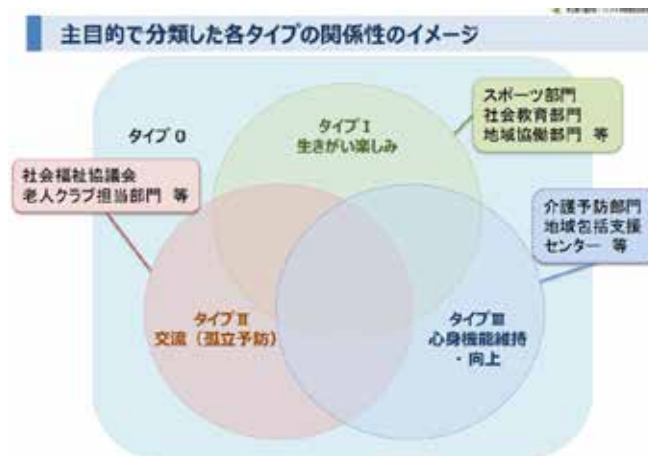


図2 通いの場の類型)¹⁾

2. 「第1の居場所」と「サードプレイス」の関連

第1の居場所として「家・家庭」が挙げられ、現在に一緒に暮らしている人に着目し、「ひとり暮らしか否か」(F4)を分析していく。加えて、「ご家族や親族の方々のなかで、なんらかの役割を果たしているか否か(Q1)」といった家庭内の役割にも目をむけていく。ひとり暮らしの人の割合は、ドイツ(43.1%)、スウェーデン(36.1%)、アメリカ(29.0%)の順番で高く、日本は17.3%と最も低かった。ご家族や親族のなかでなんらかの役割を果たしていると回答した人の割合は、スウェーデン(94.1%)とアメリカ(92.2%)、ドイツ(86.6%)と9割前後であったが、日本は8割弱(77.6%)であった。

加齢に伴って手助けを受けることは増えていく一方で、家族との離死別に直面し、全人的なサポートの源泉となる「家・家庭」という居場所を失う人も増えていく。「家・家庭」のない人の方が、新たな居場所を求めて「サードプレイス」と呼ばれる場を求めるのだろうか？ここからは、「家・家庭」と「サードプレイス」の関連について分析を行っていく。「サードプレイス」は、「飲食店」「商業施設」「娯楽施設」「スポーツジム・温泉施設(以後、スポーツジム)」「図書館」「公民館・文化センター・習い事・サークル・ボランティア(以後、公民館・習い事)」の6つに着目する。

「ひとり暮らし」×「サードプレイス」

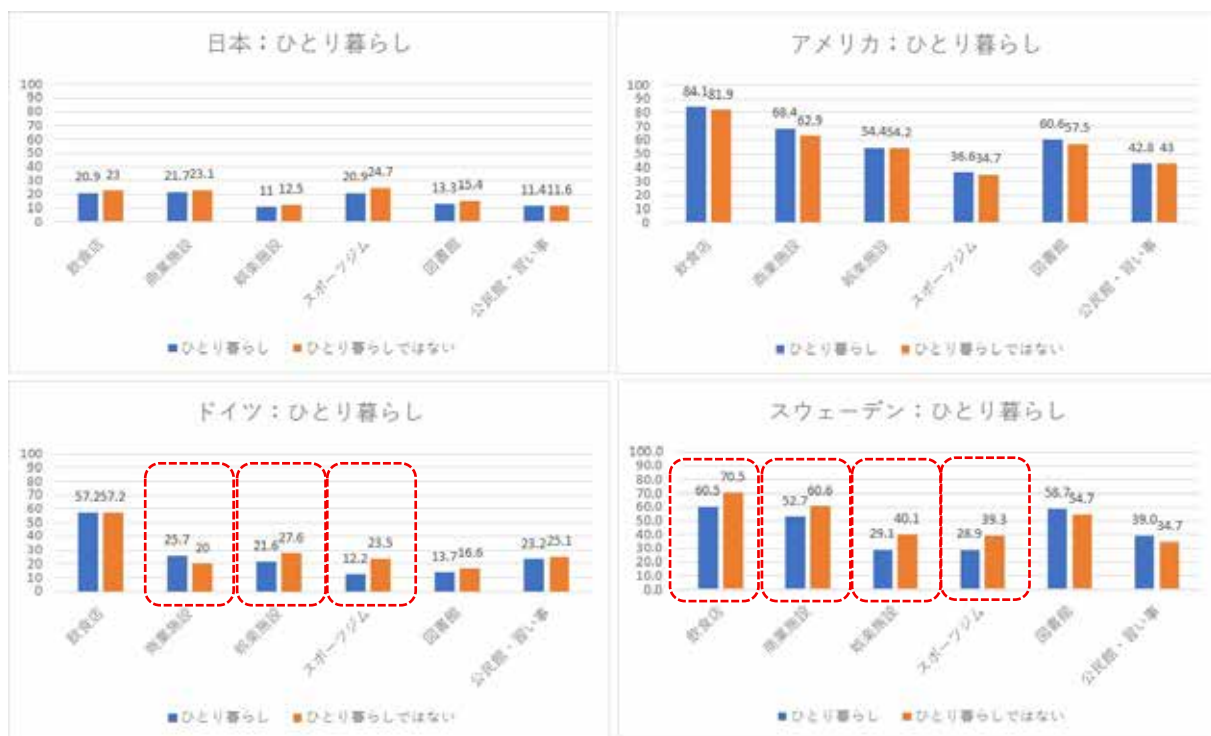


図3 ひとり暮らしか否かとサードプレイスの関連

ひとり暮らしか否かと回答者によって居場所として選ばれたサードプレイスの関連をみていく(図3)。有意な関連が認められたのは、【ドイツ】ひとり暮らし×商業施設(p=0.04)、ひとり暮らし×娯楽施設(p=0.03)、ひとり暮らし×スポーツジム(p=0.00)、【スウェーデン】ひとり暮らし×飲食店(p=0.00)、ひとり暮らし×商業施設(p=0.01)、ひとり暮らし×娯楽施設(p=0.00)、ひとり暮らし×スポーツジム(p=0.00)であった。

「家族や親族のなかで、なんらかの役割を果たしている」×「サードプレイス」



図4 家族や親族のなかでの役割の有無とサードプレイスの関連

家族や親族のなかでの役割の有無とサードプレイスの関連をみていく。有意な関連が認められたのは、以下であった(図4)。

【日本】家族や親族で役割×飲食店(p=0.01)、家族や親族で役割×商業施設(p=0.00)、家族や親族で役割×スポーツジム(P=0.04)、家族や親族で役割×図書館(p=0.00)、家族や親族で役割×公民館・習い事(p=0.00)

【アメリカ】家族や親族で役割×娯楽施設(p=0.03)、家族や親族で役割×スポーツジム(p=0.04)、家族や親族で役割×図書館(p=0.00)、家族や親族で役割×公民館・習い事(p=0.01)

【スウェーデン】家族や親族で役割×飲食店(p=0.01)、家族や親族で役割×商業施設(p=0.05)、家族や親族で役割×公民館・習い事(p=0.00)

3. 「第2の居場所」と「サードプレイス」の関連

代表的な第2の居場所として「職場」が挙げられ、「現在、収入を伴う仕事をしているか否か（Q15）」と「今後、収入を伴う仕事をしたいと思うか否か、収入を伴う仕事を続けたいと思うか否か（Q18）」に目をむけていく。（この設問では「不明・無回答」を除外して分析を行った。）現在、仕事をしている人の割合は、日本（43.8%）で最も高く、ドイツ（31.2%）、アメリカ（27.1%）、スウェーデン（22.5%）と続いていた。今後、仕事をしたい（仕事を続けたい）と思っている人の割合は、日本（50.9%）では5割を超していたが、アメリカ（32.2%）、ドイツ（29.0%）、スウェーデン（24.5%）では3割前後であった。

定年退職にともない、「職場」という居場所を失った後に「家」に引きこもる企業退職者の孤立化が世界中で問題視されている。「職場」という第二の居場所のない人の方が、新たな居場所を求めて「サードプレイス」と呼ばれる場を求めるのだろうか？ここからは、「職場」と「サードプレイス」の関連について分析を行っていく。

「収入を伴う仕事」×「サードプレイス」

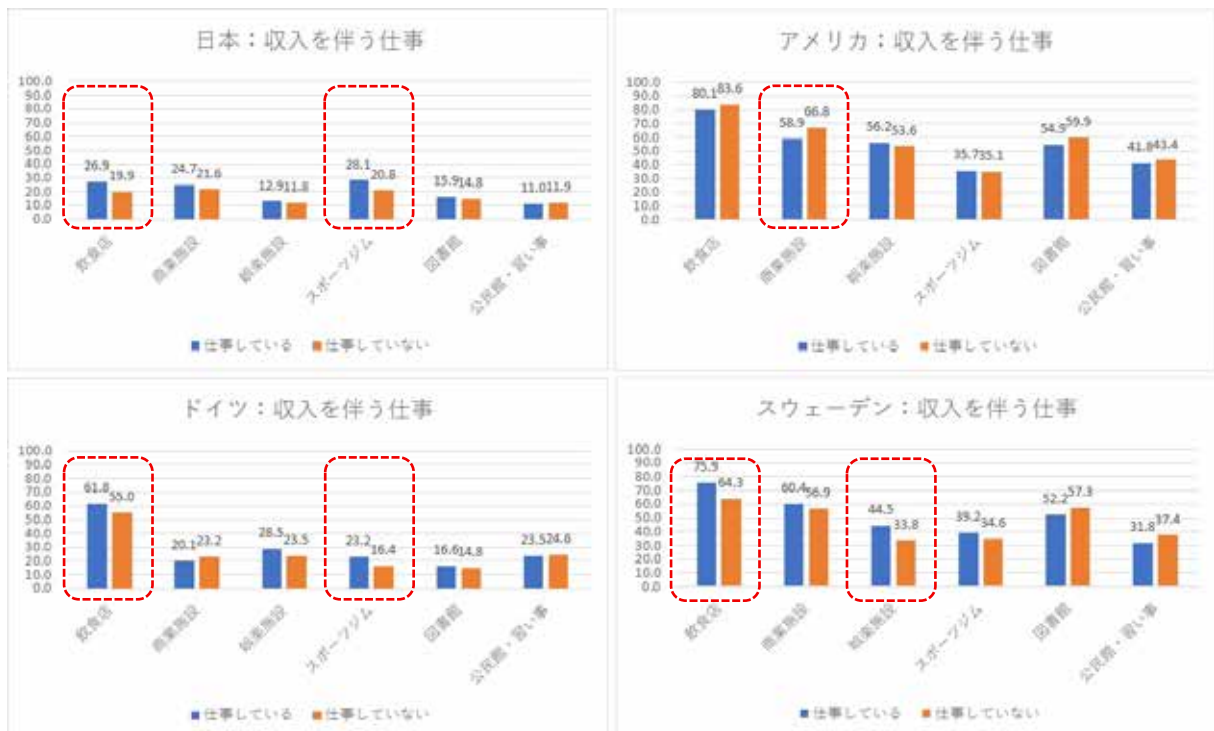


図5 仕事をしているか否かとサードプレイスの関連

現在、仕事をしているか否かとサードプレイスの関連をみていく（図5）。有意な関連が認められたのは、【日本】仕事をしている×飲食店(p=0.00)、仕事をしている×スポーツジム(p=0.00)、【アメリカ】仕事をしている×商業施設(p=0.02)、【ドイツ】仕事をしている×飲食店(p=0.05)、仕事をしている×スポーツジム(p=0.01)、【スウェーデン】仕事をしている×飲食店(p=0.00)、仕事をしている×娯楽施設(p=0.00)であった。

「今後、収入を伴う仕事をしたい、続けたい」×「サードプレイス」

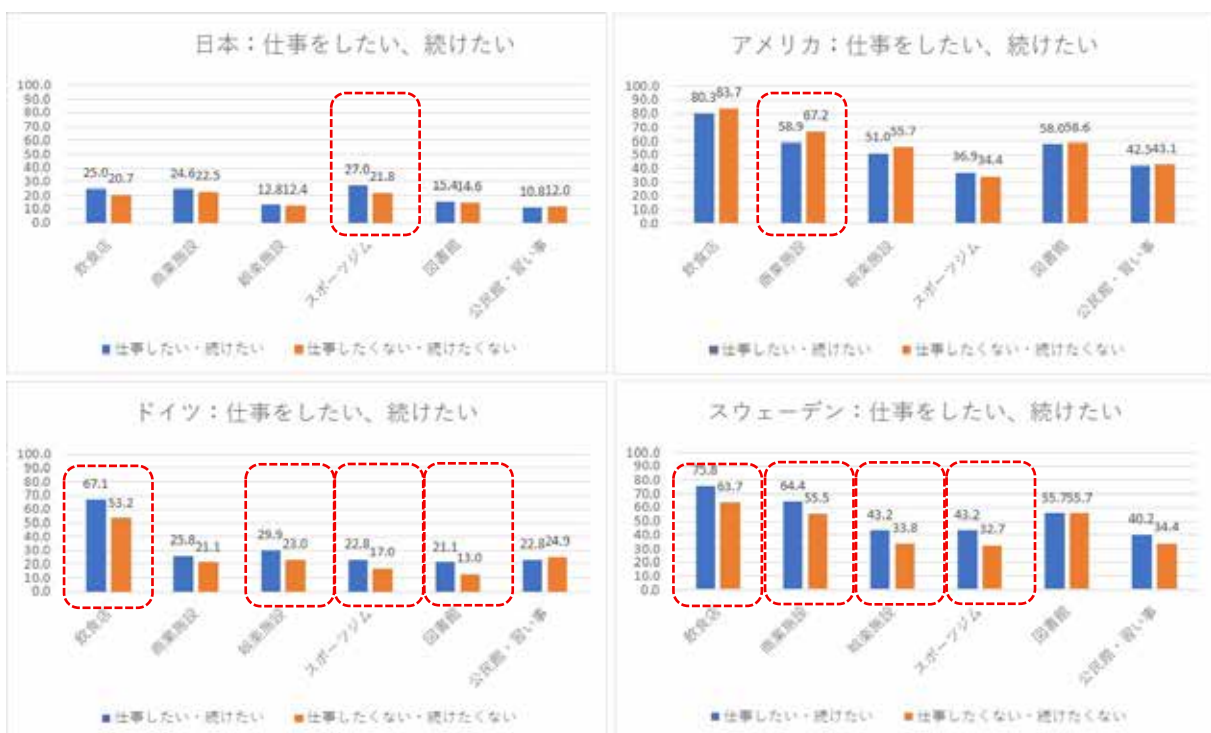


図6 仕事をしたい、続けたいか否かとサードプレイスの関連

今後、仕事をしたい、続けたいか否かとサードプレイスの関連をみていく（図6）。有意な関連が認められたのは、【日本】仕事したい・続けたい×スポーツジム(p=0.02)、【アメリカ】仕事したい・続けたい×商業施設(p=0.01)、【ドイツ】仕事したい・続けたい×飲食店(p=0.00)、仕事したい・続けたい×娯楽施設(p=0.03)、仕事したい・続けたい×スポーツジム(p=0.03)、仕事したい・続けたい×図書館(p=0.00)、【スウェーデン】仕事したい・続けたい×飲食店(p=0.00)、仕事したい・続けたい×商業施設(p=0.01)、仕事したい・続けたい×娯楽施設(p=0.01)、仕事したい・続けたい×スポーツジム(p=0.00)であった。

4. 「サードプレイス」がない人の特徴

サードプレイスがないと回答した人は9.0%と僅かであったが、スウェーデン2.7%、アメリカ4.9%、ドイツ8.5%であったのに対し、日本は16.9%と多かった。

サードプレイスの存在と、第1の居場所（「ひとり暮らしか否か」、「ご家族や親族の方々のなかで、なんらかの役割をはたしているか否か」）、第2の居場所（「現在、収入を伴う仕事をしているか否か」、「今後、収入を伴う仕事をしたいと思うか否か、収入を伴う仕事を続けたいと思うか否か」）との関連を、性別、年齢の変数を統制したうえで検討するために、「家や職場以外に、居心地のよいと感じられる居場所があるか否か」に従属変数とするロジスティック回帰分析を行った（表1～4）。

この結果、4か国で異なる結果が得られた。【日本】では、「ひとり暮らし」、「ご家族や親族の方々のなかで、なんらかの役割をはたしていない」で、サードプレイスを持たない傾向が認められた（表1）。【ドイツ】では、「ひとり暮らし」と「ご家族や親族の方々のなかで、なんらかの役割をはたしていない」、「現在、収入を伴う仕事をしている」と「今後、収入を伴う仕事をしたいと思わない、仕事を辞めたい」で、サードプレイスを持たない傾向が認められた（表3）。【アメリカ】と【スウェーデン】では、「ご家族や親族の方々のなかで、なんらかの役割をはたしていない」で、サードプレイスを持たない傾向が認められた（表2、表4）。

全ての国で、サードプレイスを持つことに関連が認められたのは、第1の居場所を現わす「家・家庭でなんらかの役割をはたしている」ことであった。

表1 居場所があるか否かを従属変数としたロジスティック回帰分析：日本

	B	標準誤差	Wald	自由度	有意確率	Exp(B)
女性	.047	.152	.094	1	.759	1.048
年齢	-.003	.011	.086	1	.769	.997
ひとり暮らし	-.448	.185	5.897	1	.015	.639
家族・身内で役割を持っている	.826	.171	23.327	1	.000	2.285
働いている	-.214	.213	1.015	1	.314	.807
働き続けたい・働きたい	-.188	.207	.826	1	.363	.829
定数	-1.110	.838	1.753	1	.185	.330

表2 居場所があるか否かを従属変数としたロジスティック回帰分析：アメリカ

	B	標準誤差	Wald	自由度	有意確率	Exp(B)
女性	-.544	.310	3.073	1	.080	.580
年齢	-.042	.023	3.380	1	.066	.959
ひとり暮らし	-.094	.307	.094	1	.759	.910
家族・身内で役割を持っている	1.119	.311	12.973	1	.000	3.062
働いている	.220	.418	.278	1	.598	1.246
働き続けたい・働きたい	-.460	.400	1.323	1	.250	.631
定数	-.262	1.656	.025	1	.874	.769

表3 居場所があるか否かを従属変数としたロジスティック回帰分析：ドイツ

	B	標準誤差	Wald	自由度	有意確率	Exp(B)
女性	.261	.239	1.192	1	.275	1.298
年齢	.007	.016	.185	1	.667	1.007
ひとり暮らし	-.743	.244	9.278	1	.002	.476
家族・身内で役割を持っている	.786	.247	10.125	1	.001	2.195
働いている	.668	.303	4.872	1	.027	1.951
働き続けたい・働きたい	-1.163	.360	10.441	1	.001	.312
定数	-2.860	1.179	5.883	1	.015	.057

表4 居場所があるか否かを従属変数としたロジスティック回帰分析：スウェーデン

	B	標準誤差	Wald	自由度	有意確率	Exp(B)
女性	.767	.415	3.417	1	.065	2.153
年齢	-.037	.027	1.862	1	.172	.964
ひとり暮らし	.144	.416	.119	1	.730	1.154
家族・身内で役割を持っている	1.217	.421	8.346	1	.004	3.378
働いている	.475	.522	.830	1	.362	1.609
働き続けたい・働きたい	-.972	.609	2.549	1	.110	.378
定数	-2.001	2.013	.988	1	.320	.135

5. 多様な居場所の必要性

これまでは、高齢期の居場所として、サロンや地域活動といった高齢当事者以外の第三者によって作られた場に視点がいきがちだった。今回の調査では、飲食店や商業施設、スポーツクラブなど、高齢者の日常に既にある場、食事をする、買い物をする、身体を動かすといった、交流を目的としない多様な場が居場所として挙げられた。

「家・家庭」や「職場」との関連を分析した結果、「家・家庭」という居場所に同居者がいる、役割をもっていることと、「職場」という居場所を持っている、持ちたいと思っていることと、これらのサードプレイスを持つこととが関連していた。

近年では、離婚率の上昇などにより高齢期に単身化する人、定年年齢の延長で70代に近づいてから職場から離れる人が増加している。そうなる前から居場所として作ら

れたサロンや地域の活動に入っていくことに壁を感じる人も少なくないなかで、これまでの生活の延長にある場を居場所とし続けられること、ここを住んでいる地域とつながる起点としていくための働きかけなどを、民間企業と連携³⁾して行っていくことが求められている。

参考文献

- 1) 植田拓也,倉岡正高ほか,介護予防に資する「通いの場」の概念・類型および類型の活用方法の提案,日本公衆衛生雑誌, 69(7) 497-504(2022).
- 2) 澤岡詩野, 後期高齢期の「居場所創り学」のすすめ: サードライフへの軟着陸のために, 生活福祉研究, (83)17-28 (2013) .
- 3) 厚生労働省老人保健健康増進等事業,地域包括ケアシステムの資源としての民間企業と連携した多様な高齢者の「居場所」の利活用のあり方に関する調査研究報告書,サーベイリサーチセンター(2024) .