

討 論

中年期の危機と飛躍

宮 本 昇 (高千穂商科大学)

Noboru MIYAMOTO (Takachiho College of Commerce)

恩 田 彰 (東洋大学)

Akira ONDA (Toyo University)

岡 堂 哲 雄 (文教大学)

Tetsuo OKADO (Bunkyo University)

上 村 忠 (東京放送)

Tadashi UEMURA (Tokyo Broadcasting System)

昭和56年6月20日、本学会の公開シンポジウムが慶応義塾大学三田キャンパスで行なわれた。

発言者は、表記の通りである。一通り発言者から話題提供が行われた後、参加者を交えて活発に討議が行われた。

なお、本シンポジウムの企画については、兼子宙名誉会員の御協力を得たことを付記して、同氏に感謝したい。

齊藤：私、応用心理学会の事務局長の齊藤です。本日は、多数お集まり戴きまして大変ありがとうございます。それでは今から応用心理学会の主催の公開シンポジウムを始めさせて戴きます。はじめに応用心理学会の常任運営委員をしておられます宮本先生をご紹介します。宮本先生が本日の司会をなさいます。どうぞよろしくお願い致します。

宮本(司会)：唯今ご紹介にあずかりました宮本でございます。本日の公開シンポジウムの司会を勤めさせて戴きます。さて日本応用心理学会では、毎年大会の他に一回、このような公開シンポジウムをひらいてきております。その時々にはふさわしいテーマをもちまして、このようにやっているわけでございますが、本日はご案内の通り「中年期の危機と飛躍」という題で開くことに致しましたところ、大変多数の皆様のご参加を戴きまして心からお礼申し上げます。ご承知の通り我々日本人の寿命というのは戦後急速に延びてまいりました。ところが生まれ出る子どもの数は大変減少してまいりまして、40年近くまでは大体65歳以上の人口は5%位で推移しておりますけれども、それから後、どんどんその比率を増して、今日では約9%、そして更にこれから40年後には5

人に1人が65歳以上の人達になるであろう。その頃世界一の老人大国になるとか、こういうことがいわれております。そういう中で今日、我々の社会は本格的な高齢化をむかえているわけでございます。戦後の復興期、そして高度成長期におきましては、常に若年者の問題が中心でございました。しかし今日この高齢化の時代におきましては、中年の人たちがどのように活力を維持して健闘していくかということが大問題になっていると思えます。人生わずか50年といわれた頃には、この時期は「不惑」などと自他ともに称していたと思えますが、今日ではその年代は人生マラソンの折り返し点をようやくすぎ去ったばかりの年代になりました。「熟年」といったようなことばも今日よく使われておりますが、この人生の段階をどのように生きていくかということは、個人的にも社会的にも大変重要な課題ではないかと思っております。そこで、本日は、本学会では、このようなテーマをとりあげて、これからご紹介申し上げます先生方のお話を戴き、更にその後におきまして、フロアーの皆様方の忌憚のないご意見等を戴いて、意義ある一時をすごしたいと存じます。どうぞご静聴とご活発な討論とをよろしくお願い致します。前置きが長くなりましたけれども、

本日の先生方を簡単にご紹介申し上げます。まず一番手前にお座りの先生は東洋大学の恩田彰教授でございます。皆様方すでにご承知と思いますが、特に「創造性の研究」では大変有名な先生でございます。その次の先生は、岡堂哲雄先生でございます。文教大学教授でいらっしゃいまして、臨床心理学、特に家庭関係のことについては、多数のご著書がおありになりまして、ご存知の方も多いと存じます。一番むこうにおすわりの先生は、上村忠先生です。東京放送調査局の副部長をなさっておられます。大体、最初に各先生方に20分位ずつお話を戴きまして、その後、更にお1人5分位ずつ補足をお願いしまして、その後、若干の休憩をさしはさみ、討論をお願いしたいと存じます。それでは、恩田先生からよろしくお願い申し上げます。

恩田：私が最初ですので、「中年とは何か」ということからお話をしたいと存じます。中年とはだいたい何歳頃頃からかということですが、普通「広辞苑」などをみても、「青年と老年との中間だ」と、だいたい40歳前後の一番元気のいいところで、あるいは壮年ともいうんだ、というような定義がでております。中年の定義や年齢の幅はだいたい似ているけれども、人によって違うようです。例えば成人期を、成人前期、成人中期、成人後期と分ける分け方がありますが、成人前期を22・23歳ごろから30歳あるいは35歳位におく見方ですね。それから成人中期を30歳又は35歳あたりから50歳位、それから成人後期を50歳から65歳位に致しますと大体これは成人中期の30歳ごろから65歳位、成人中期、成人後期ですね。大体40代から50代で、典型的な見方は40歳から65歳位ですね。そこでこれは人生のうちで最も仕事の能率というか、生産性と創造性が盛んな時代でありまして、あるいは創造的な時代とか、人生の刈り入れ時代だという見方もあります。それからお金も地位も、両方できてるということで、比較的自由に動けるというんで、自由な時代だとよべれます。それからもう一つはこの40代ごろからいわゆる老化現象が生じます。最近「加齢」(aging)という、唯老化という衰えるばかりではなくて、だんだんと病気になったり死ぬことも非常に増えてくるので、老衰に向かう時代、未来のない時代といわれる。全く希望のない面もあるし、それからやがて60代になって、いわゆる65歳頃から老年期をむかえることになるので、老化が進行する老年期の準備時代になります。それで一番人生のうちでこの時期が、創造的活動といいますか、生産性といいますか、その量と質において、最高度の発揮が行なわれる年齢は、成人前期とするならば、これを最高度に維持していける時期は成人中期と成人後期を含む

中年期ですね。それから昔からよくいわれているのは、厄年というのがありますね。これはだいたい42歳位、男と女は随分ちがうのですが、ある人は42歳前後か、46歳前後、あるいは55歳から57歳、60歳が厄年といっているが、そのあたりが中年期です。これにはいろいろな見方があるのですが、心身とか、いろいろな面の社会的におかれている状況が、不安定とかアンバランスの時期なんで、これをうまくのりこえれば、安定した、健康で、積極的な生活ができ、それを維持できるのだけれども、下手にすると病気をしたり死んでしまう。そういう時期なわけです。そこで厄年というのは、心身の安定期の前のゆさぶりで、これによって創造的成長への飛躍のステップとなる時期だと考えられます。ですから非常に用心すれば、又十分に元気で活動できるというわけです。それについては例えば、スーパー(D. E. Super)などが、職業生活で人間の職業生活の段階でいっていることによると、中年期は確立の段階、すなわち25歳から45歳、それから維持の段階が45歳前後、それから下降の段階が50歳以降に相当します。すなわち職業生活を確立して、それからずうっと維持して、それから衰えるといった面が含まれてくるわけでありまして。心理的にいろいろ問題がありますが、これは生産的な活動が盛んな時期であると共に、心身の能力が衰え、いろんな問題がおこってくる時期であります。

そこで次は中年期の危機といいますか、中年期の特徴について、簡単に申し述べたいと思います。健康の問題については、また岡堂先生あたりからお話があると思いますが、ちょっとアウトラインだけ申し上げます。この時期はいわゆる身体的精神的な能力の衰えがでてくる。家庭や社会での責任が重くなり、ストレスが多くなり、病気が増えている。例えば心臓病とかガン、脳出血で死んだり、肝臓、腎臓、胃腸などの病気とか、高血圧などの病気になるとか、あるいは、筋肉の力とか、視力、聴力が衰えるとか、白髪になるとか、歯が抜けたり、皮膚はしわができたり、いわゆる老化現象がおこってくる。それから疲れやすくなってくるとか、いろんな問題がでてくるわけですね。中年は働きざかりですが、指導者の立場にあると、頭をつかひすぎ、あるいは頭をつかうということもあるが、気をつかひすぎ、人間関係で気をつかうことでストレスでやられて、いろんな病気を起こす人が少くない。いわゆる心身症が多く出てくるようです。心身症について、いろいろ問題があると思うのですが、例えば本態性高血圧症、狭心症、心筋梗塞とか、十二指腸潰瘍とか、胃潰瘍ですね。それから過敏性大腸とか、気管支喘息、それから自律神経失調症、インポテン

ツ(性的不能)とか、それから円形脱毛症といって毛が抜けてしまったり、女の人は更年期障害とかいろんな問題があるんですが、こういう心身症が非常に増えている。これは最近の一つの傾向で、もっとも働きざかりのところが非常に危ないという面があるわけです。それからもう一つはいわゆるこれは精神病の方になるんですが、いわゆる、うつ病ですね。それから神経症ならば抑うつ神経症、うつ病にならないけれどもそういう傾向ですね。これがかかりでているようです。それからもう一つこれはアメリカあたりの、最近の情報によりますと、この心臓病とか高血圧症がアメリカでも非常に多くなっている。しかもこれはいわゆるAタイプといわれて、非常にせかせか動いて、いわゆる猛烈社員とか、猛烈型の人間ですね、一番もっとも盛んに活躍している人が、非常に危い。血圧が高いとか、また心臓病でやられる。それでむしろBタイプののんびり型の方が病気にならず、長生きするといわれる。そこで働き盛りの中年は非常に危険なんですね。ですから非常に注意しなければならない面があるわけです。我々がこの元気があるから、これでいいと思っていると、その裏で我々が気がつかずに、生命が侵食されているという面があるわけです。それからもう一つは、家庭問題で、いろんな問題があると思う。これは岡堂先生からお話があると思いますが、子どもがやがて青年になり、一人前になって、親から離れていく。そうすると親子の間に考え方、価値観がくいちがったり葛藤が生ずるようになります。それから女の人では、家庭の責任をもつので、経済的不安定や子どもの養育などで、うつ病になる人がいるようです。それから定年退職の問題です。まだ十分に活動し得るにもかかわらず、定年退職を迎えなければなりません。そこで、新しい人生をどう生きるか、それから親子夫婦関係でもいろいろ問題が起って来たりします。それから中年期の長所についてのべますと、短所をひっくりかえせば長所になります。中年期にはいろいろ、豊かな経験に基づいた専門化された知性が身につけておりますので、この知性は、若い人の速さの面からの知性とは違った意味でいわゆる身体的な衰えを補って余りあるものがあると思います。すなわちいろいろの今迄の経験からみて将来を見通すことができ、正しい判断をもって動くことができる。そういう経験からの知性、いわゆる知恵(Wisdom)ですね。こういうような面は、中年期のものが、老年期のものを含めて、大いにすぐれているといえますか、あるいは指導力をもつことができると思います。そこで仕事においても長い経験から自信と安定感ができ、生産性も高く、創造性も高度に維持され、それからお金も地位も最高度

に到達します。それからもう一つ中年期の特長を他の面からみますと、いわゆる「人間には三つの年輪がある」といわれる。子ども時代と青年時代と壮年時代です。そうすると中年は壮年、盛んな時期といわれる年に相当します。それから、中年期というのは、青年と老年の中間の時期といういわゆる人生の青春時代と老年時代を橋渡しをする、いわゆる成熟した知性、豊かな経験の時代であるといえます。それから、中年と老化(加齢)<aging>の問題にちよつと触れておきますが、この時期になると、いわゆる老化現象がおこってきます。普通我々は段々としをとつてくると、最も価値の高い創造的業績をあげようになると考えてきた。そういう面で知性というのは、年齢と共に高くなる。経験からくる知性ですね。だから長老といわれ非常に尊敬され、非常にすばらしい人生の知恵をもっている。そして非常に指導力をもっているわけです。ところが現代では若い人達の革新的な独創的な考え、あるいは行動の敏捷性、価値の多様性、こういうものが重んぜられるようになりました。年寄りの人のもつ熟した知性とは別に若い知性が非常に尊重されるようになっていきます。それでこの早さを基準とする知性というのは、30歳位で低下し始めるわけですが、もう一つの経験の蓄積による知能というか、知性というものは、年齢とともに増えていくわけです。こういう面で中年においてですね、こういう面を十分発揮できるっていいですか、そういう知性、経験からくる知性を発揮して、仕事に専心でき、創造的、生産的に活動できるようになっています。また現代の医学の発達によって、老化現象の進みを、遅くすることができ、創造的、生産的な活動できるようになっています。こういう面で中年は、もっと長くしうるといいますかね、いわゆる活動を生産的に高い時期を引き延ばし、老衰に向かう老年期を短縮することができるのではないかと考えられます。中年は若い人達とは違った意味で大切な役割があるように思うんです。

それから中年の創造性の問題なんですが、いわゆる創造的年齢といわれるもっとも創造性が発揮される年齢をみますと、今迄の研究データで、例えば、レーマン(H. C. Lehman)という人が研究をやっていますが、大体、30代から40代位がですね、数学、物理学、心理学、発明とか、音楽とか美術とかは、大体30代から40代で発揮されているようです。しかし文学のようなものは、経験を積むというような面は、30代よりもむしろ40代位に大作を書いています。そこで中年の者は、創造するには、あるいは又、それを維持するには、最適の年齢だということが考えられるわけです。例えば、科学の発明発見などを

みても、だいたい30代から40代、最近では20代あたりから出ておりますが、こういう面が普通非常に長づきすること、維持するということにおいて、この中年期において業績をあげている。特に又指導者としての業績も、あげられている。例えば科学者が創造的活動をやったピークの時期としてペルツ (D. C. Pelz) とアンドリュース (F. M. Andrews) という人の研究によりますと、科学者の一番業績のあがるのは30代の後期と40代の後期の間と、それから第二のピークは55歳頃ということになりまして、大体30代と50代位にでております。それから、ここで一つ大事なことは、最高の科学研究が現われるには、次のような二つの条件があるといわれております。それは一つは叡知ですね。これは経験の畜積から出てきます。それからもう一つは柔軟性ですね。これは状況の変化に応じて、どんどん自分を変えていくことです。こういう二つの条件があるので、若い人は、柔軟性はあるけれども、ちょっと叡知に欠ける。また年配の研究者となると、叡知があるけれども柔軟性がない。例えばこの両面をもつということになると、中年がやや両面をもちうるのではないかと考えられます。ある程度叡知をもちうる、柔軟性もある。そういう面で創造活動は、かなり行なうる時期であろうと考えられるわけです。ただし問題は中年で、我々もそうなんですけれど、問題は、かなりアイディアとかどんどん出てくるんだけど、いわゆる体力がなくて、それをものにするには間に合わないということが出てきます。そこでやはり、心身の健康をですね、何とかこれを若い人以上に努力して、これを維持して、あるいは延ばさなければならぬと感じるわけです。それから最近、達成動機の問題ででてくるのは、やっぱり年齢ではなくて、要するにやる気の問題ということ。その人のやる気があるかどうかによって決まってくる。これはいろいろな社会がそうだし、それから結局その人のいわゆる生活年齢ではなくて、あるいは達成動機の年齢があるかどうか知らないけれども、そういうやる気という問題が、非常に重要なことになっている。これはいろんな面を集約された形でありまして、達成動機の問題を考えてみる必要があると思います。

次に中年のこれからの生き方について話します。まず大きな問題は、やはり体の健康ということですね。こういう面と心の健康、両方があると思うんですが、これは心身に相関があるという意味で、両面からおさなくてはいけないと思います。例えば簡単にいえば食事のことだって、食べすぎないようにすること、食事をいい加減にしたり、抜いてはいけない。やはり、食べ物はキッチン

キッチンと食べることです。栄養の面については、中年はお金があるからいいというのが、忙しくて、いい加減に食事をとるといことはよくないと思います。うまいものを食べればいいというわけじゃないんだけど、栄養的に食事をとらなければいけないと思います。これにはやはり奥さんの努力もあるかもしれません。適当に何かお腹一杯になればいいという考えじゃいけないと思います。それからよく寝るとか、それから休息をとる、適当な運動をする。これも大切だと思います。それから心の健康といえ、情緒の安定をはかり、ストレスをどうやって解消していくかっていうことですね。そういう面で、ますます中年になりますと身体の鍛錬と心の修養、すなわち、心身の健康をはかる、これを若い人以上にもっと努力しなければいけないと思います。これは経験だから出来ると思って、実際にやらなくては、何もならないわけです。それから、ある面で問題が出た場合には、やはり直ちに処置をすることです。例えばカウンセリングを受けるとか、又最近であればエンカウンターグループに参加するとか、まあそういうようなものもあるし、自律訓練法というものもあるし、あるいは東洋的な心身の健康法、あるいはヨーガとか、禅とかいう方法もあります。そういうセルフコントロールの方法ですね、これらのうち自分に合ったものを進んでやる必要があると思います。

時間がきましたので、あとで補足させて戴きます。

宮本：では続きまして岡堂先生、お話をどうぞ。

岡堂：それでは心理的危機と家族関係ということで、お話ししたいと思います。戦後しばらくして青年の問題が起った時、青年期が引き延ばされたからだといわれたものです。それは確かにそうで、かつては12、13歳位で大人の社会へ入ったのが、その後10年位余分に勉強しなくては生きていけなくなったため、つまり青年期がひきのばされたためにいろんな問題がおこったといわれました。今や中年期の問題でこんなに沢山の方がお集りになるということは、やはりそこに引き延ばされて、幾つかの問題がでてきているからではないかと考えます。たとえば、家庭の崩壊、まず離婚でございますが、この前も厚生省の人口動態発表がございましたが、この10年決して減らない。アメリカほど多くはありませんが、アメリカに追いつこうとしています。統計によると、わが国では、15年以上結婚生活を継続した者の離婚が約20%あります。これはまさに中年期以後の離婚ということになるのでありましょう。かなり大きな数です。それに、近頃用いられはじめた「主婦非行」ということばがあります。犯罪統計をみると35歳以上の女性の窃盗が増えてい

るようです。さらに、昨年、この学会のシンポジウムでとりあげられた家庭内暴力があります。多くの研究によれば、母親の過保護と無力な父親というパターンが報告されています。

このように家族がかかえる問題はきわめて深刻な様相をみせていますが、まだ明解な対応がなされていないのが現状なのです。ところで、最初に引き延ばされた中年と申しましたが、そのように考える理由はこうです。かつては40歳で惑わず、50歳になると隠居の生活に入ったものです。隠居の身になると、若い者が失敗しても遠くからみていればよかった。ところが今や50では仕事からretire（退職）できません。60まで働け、多分あと10年たてば、65まで働けということになるのではないかと思うんですが、それはもうご承知のように、出生率が下って若い働き手がふえないわけですから、いつまでも今の中高年は働かされるのではないか。これはかなり確実にいえるんじゃないかと思えます。このように中年期が引き延ばされてきたため、ひずみがでてくるのではないのでしょうか。やはり、引きのばされたミドルエイジをどんなふうに生きるかの模範が見つからないために、さまざまな問題が生じると思うんですね。とくにその模範の欠如は女性において厳しいのではないかと思うんです。

それから先程、恩田先生も指摘されましたが、中年の一番の問題は体の問題でありましょう。ちょうどその青年期の問題が、体の問題からスタートするのにとってもよく似ています。思春期2年間の急激な体の成長が、自分が何者であるかを見失わせやすく、その中で親との戦い、あるいはまわりの人との戦いの中で自分を形成し始めるわけですが、それと同じように40代になると（非常に個体差があると思うんですが）自分の体の老化に必らず誰でも気がつく。ある人は頭がはげること、白髪、ある人は顔に消すことのできないしみをみつけます。このしみをみつけて、そのしみを消そうとしてお化粧をあつく塗るといった努力をする人達もいるでしょう。ボーヴォワール(S. del Beauvoir)という有名なフランスの婦人がいますが、あの方が42歳の時、鏡をみて、自分のほほに消すことのできないしみのあることをみつけ、その後16年かかって名著「老い」というのを書きます。つまりしみをみつけて自分が年をとっていったらどんな老人になるんだらうか、まわりを調べてみると女の老人のいいモデルはない。でてくるのは皆、魔法使いのおばあさん、あるいは魔女、いや笑いごとではないんで、これは勿論、いろいろ調べますと、父系社会ができた時、男が女を管理するために、おばあさんに早く死んで欲しいから鬼ババアを作ったんだというもっともらしい説明がご

ざいますが、それはともかく、彼女はそういう形で、まあ自分の体の老化にたちむかっていった。

どういう形で、身体の変化にとり組み始めるか。スポーツをやることで体の老化にたち向っていくのも一つの方法でしょう。様々の方法があるように思います。スポーツならともかく、社会的に非難されるような老化への対応も生じやすいのです。児童期から成人期への移行期としての青年期にさまざまな危機があるように、老年期への移行期としての40代には、もっと重要な危機があります。社会的に非難された最近の実例は、非常に生真面目だった裁判官が様々な問題をおこしたことなど、ご承知の通りです。

社会生活上の経験も豊かで、職業上も管理職につきながら、信じられないような非行に走る中年の事件をみると、深刻な心理面の危機をみることができます。中年であれ、熟年であれ、ネーミングは何であれ、先程恩田先生のお話がありましたように、自分が今迄努力して得た果実をうる非常に重要な時期であるはずなのに、若者のような無分別さで、あまり価値があるとは思われないことがらのために、失敗し、名誉も地位も失ってしまうのはなぜでしょう。不思議ですね。大方の方はご承知だと思いますが、私はやはりアイデンティティ（同一性）の問題ではないかと思うのです。つまり私はこういう人間です。今迄会社のためにこうしてまいりました。しかし考えてみるとあと数年で放り出されます。放り出されたらどんな生き方をするか、妻の顔をみます。妻はダンスや水泳にうつつを抜かし、楽しそうです。自分の後輩をみると、後を追いかけてきて、追い抜こうと頑張っています。そして子どもをみると、如何に沢山のお金をもらって出ていこうかと作戦をねています。あるいは、2、3人のわずかな兄弟が親の財産をめぐって深刻な争いをしている。その数が増えていることは、新聞、報道でご承知の通りです。ですからそういう風な状況を見ますとき、自分は妻や子らにとって一体何であったのか、まさにアイデンティティの問題です。これからどう生きたらいいのか。

40代の方は、少くともこれから40年位の人生を生きなくてはなりません。この間どう生きていくかを手探りにみつけていく努力のなかで、本当にその人のもっている身体的能力あるいは精神的な能力、それらにもっともふさわしい道を選択できた方が、この中年期の心理的な危機を克服なさるのではないかと考えます。中年は自分自身について思いなおしをしていく大きな機会なんです。ところがその大切な機会なのに、男性の場合は、これから仮にですね、会社にお勤めであるならば、55なり65な

りの5年ないし10年先の定年後に何をしていくかということを考え始めるだろうか。40歳になったとき、まだ考えないではないでしょうか。むしろそれよりもよく言われているように、日本の特徴といわれているように、会社人間、仕事中毒、一生懸命仕事をしてれば、必ず会社は助けてくれると思ひこんで、子どもや妻のことを考えずに、体の老化が感じられても必死に仕事に逃げていく。逃げていくといういい方はあまりよくないのですが、仕事に専念させる。その結果、ちょっと腰がいたい、頭が痛いということになるとドリンク剤を飲む。そういう形で瞬間的にやすらぎを得ながら、働きつづける。立ち止まって考えることをしない。

立ち止まる機会は、体の病気とか、疲労に気がついた時です。そこで軌道を修正する努力がなされることが重要であると思われます。それがなかなか、私達の勤労文化の中ではできない。それが直ちに家庭の問題と結びつくのであります。妻たちも同じように、中年の危機に直面しています。女性の中年は35歳から始まるというアメリカの定説があります。アルコール中毒なり、女性の犯罪の曲線が若干あがり始めるのは35歳とすれば、やはりそうなのであります。妻達が同じように今迄夫と子どものためにつくしてきたということは、一体なのか、私って何なのかと疑い始める。妻たちのアイデンティティの問題です。

妻たちも自分の生きているというしっかりしたあかし、生きがいと死にがいと、その両方を知りたいのではないのでしょうか。女性は男性とちがって閉経現象があるので必ず成人期の終わりを自覚できる。その閉経の期間には、情緒的な混乱をおこしやすくなるといわれます。その時夫達がどんや風にとり組むか、恐らく夫婦の間で両方とも体が弱ってくる人間、支えあって生き始めることをこのあたりでやり始めると、老後の40年位はとてもうまくいくのではないかと思うのですが、そういうことをしない。奥さん達は婦人科に行き、お薬をもらおうと同時にカウンセリングを受けている。男はひたすら働いている。定年後、老人になると男は早く死ぬ。女は男よりも5年以上も長く生きる。これは僕の毒舌ではありませんで、アメリカの心理学者でジェラード(Jourard, S. M.)という人が、何故男は早く死ぬかについて「透明なる自己」という本の1章で述べています。そこでは人間関係に対する配慮が女より少ないことが問題なのだといっています。

青年が立ち止まって過去をふり返って、「おれは親に甘えすぎたぞ、このまま続けていったら大変だ」と気がついたときに、親に甘えるのをやめるでしょう。かなり

家族関係がギクシャクしても、その青年はやはり自立の道を歩めるのではないのでしょうか。

今から16年程前に、中年の親と青年期の子どものいる家族は二つの反抗期(10代の第2反抗期と40代の第3反抗期)が衝突するからややこしいんだということを申し上げたことがあります。

要するに中年になって自分は今迄こういう人間であった、これからこういう人間になっていくという修正ですね、それから子どもも、親にいい思いさせているのは、今迄小学生の時まではいい子であったけれど、それは都合が悪いんだ、見方をかえてくれ、というアピールだというように、親が考え、そこで子ども達に次第に自分の後の仕事をわたす気持ちに転換できるかどうか、勿論すぐわたすわけにはいかないから、当然そのための訓練がいるわけですが、その訓練の準備ということになるのでしょうか。そういうことが必要になってくるが、この中年の夫婦とその家族関係と思うわけですね。

宮本：どうもありがとうございました。ひき続いて、上村先生お願いします。

上村：私は民間放送で調査をやっていますが、そちらの方の立場から、なるべくオリジナルデータを中心にお話をさせて戴きたいと思います。中年については一つは非常に暗いイメージがあるんです。しかしマーケティングの方でいいますと、最近非常に中年というものが注目されている。応用心理学会ということで、マーケティングの話も少し入れさせて戴きますけれども、西武のパルコで出している雑誌の「アクロス」というので、多くのシンボルイメージについて、ここ10年間の上ったシンボルイメージと下ったシンボルイメージとの対比をとっておりますけれども、その中で上った方のトップが、この中年であります。それで実は、若干うら話になりますけれども、かつてニューファミリーと盛んにいわれた時期があります。これは、アメリカの社会学の方から聞いたんですが、とくに日本に入って、マーケティングの方でニューファミリーというのが論じられた。大体1974~76年頃だったと思うんですが、いわゆる日本の戦後、第一次ベビーブーム層、この人々がだんだん世帯を形成していくと、それで新しいライフスタイルでもって非常に革新的な日本の消費行動・消費文化を中心とした新しい階層として注目されるというようなことで、私共、ニューファミリーの分析をしてみたんです。ただニューファミリーの分析をしただけでは特色がつかめませんので、ニューファミリーということで20代の家族と、比較対照群として一番に、そのまあやぼで、ネガティブ・イメージのかたまりであったところの中年世代とい

うものですね。40代世帯主の中年世代というものを比較対照群としていろいろデータを比較してみたところ、あにはからんや、そのライフスタイルの騎手となるべきニューファミリーよりむしろ、やぼでダサイ（どろくさい）、中年世帯の方がいろんな意味でそのイノベティブであると。革新的な消費パターンをおくっているということが発見されました、それで、私自身も中年に足を踏みかけておりましたので、中年イメージの再興をやるということで、雑誌で「中年マーケット論」というのを特集にくみまして、それでやったわけですね。その時本屋さんは、中年というのはイメージが悪い、この名前をかえてくれっ、ミドルエイジとか、アダルトとか、もうちょっとうまい名前はないかというんですが私はまあ中年は中年でそのアイデンティティを確認したいのである、まあ、ひらきなおった感じで中年でやって下さいということでやったんですが、本の売れ行きとしては、その前のニューファミリー特集に比べると非常に落ちたそうです。やはり中年というのはどうしても通りが悪かったんですが、実はこれが76年のことでありまして、それから、しきりと中年中年といっている間に、段々と中年ご三家が出てきたりなんかして、最近ようやくイメージアップしたシンボルの一つとして中年がでてきたというようなことがいわれております。それからこういうイノベティブな消費行動、一種の家庭文化をもっているということは、当然のことで、所得が20代よりはるかにある、それから中年世代というのは、あとでお話しますが、その中にヤングを含んでいるわけですね。中学生、高校生という非常にイノベティブなグループが世帯の中におりますから、そういう形で世帯としてみた場合の中年世帯というのは、なかなか多層的であって、それは夫婦二人あるいはせいぜい赤ん坊がいるあたりのニューファミリーよりはむしろ、いろんな意味でバラエティに富んでいるというような面があるということの指摘をしてきたわけです。考えてみれば、江戸時代はどちらかという、たっぴり太った小太りに太った年配とか中年とかは、いいイメージで通っていたわけですね。女性の場合は、どうかしりませんが、男性の場合は、中年というのは割合いいイメージであった。それが戦後、ヤング文化の時代になってきて、マーガレット・ミードによりますと、何ですか、pre-figurative, co-figurative, post-figurative という三つの文化パターンがあるそうで、post-figurative というのは例えば、伝統文化、中国のようですね、あの古典中国のような儒教道徳に支配された古典中国のように非常に、前の世代の文化を踏襲していくというのが post-figurative であると。それから、co-fi-

gurative というのは同時代、同世代の人間が、一つの文化のパターンをつくっている。それから pre-figurative というのは若い世代、より新しい世代が文化のパイロットになっていくという、その三つの文化パターンがあるそうで、だんだんその技術革新その他、文化文明の進歩のテンポが早くなっていきますと、どうしても若い世代が先どりをしていく。モラトリアム文化論なんて、いわれておりますけれども、そういう風に特にマイコン、IC、LSI というような新しい技術革新の分野は典型的でありまして、今真空管時代の研究をした方は、どんなすぐれた業績をした人でも、今のマイコン時代にとってもついていけないと、というようなことがいわれております。それからもう IC 時代も古くなっていると、今や超 LSI の時代で、その世界では20代後半位の連中が一番活躍する、それから、ソフトウェアの会社では30歳停年ということをいわれている。というような形で、非常にこういう技術革新の早さというものが、どんどん pre-figurative 的な状況を作っているわけですが、しかしそうはいつでも、生活文化全般にそういうことがあるのだろうか、まだまだそういうもんでもないんじゃないかということで、中年イメージの復権ということを少しやってきたわけです。それで、これから主として、私どもがやっております、総合嗜好調査という調査から、いろいろとデータをご紹介してみたい。あるいは JNN データ・バンク、この二つは JNN データ・バンクは主として全国データ、総合嗜好調査は、東京、大阪の両地区で、それぞれ総合嗜好で1500名、データ・バンクで3000名のデータ・ベースでの分析であります。それでまあ、中年をもって何と定義すべきか、これもいろんな概念があるわけですが、一応クラシックに、中国の古い古典の「礼記」「檀弓編」にある40歳をもって中年とするということで、40代を一応中年代表とする。50代も含めてもいいんですが、ここで考えなくてはいけないのは、具体的なデータを論ずる場合に、どうしてもある特定の年代をひろってくと、40代という規定をしますと、これは年代、一種のなんていうんでしょうか、Chronological age といいますか、要するに物理生理的な年齢の問題に、世代ですね、一種の文化年齢の問題があるわけです。だからどうしても年代と世代の両面から考えていかないといけない。それで、50代を入れてしまいますと、これははっきり戦前世代なので、いろいろな面でそれは差があるんです。唯、その差があるというのか、50代という生理的物的年齢、あるいはライフ・ステージ用の問題なのか、それとも、そういう戦前派の教育を受けたという、文化的な世代の面を反映したのか、

ちよつとわからなくなる面がありますので、一応40代ですと、現時点では主として戦後教育を受けてきているというようなことなので、若干そのへんは救えるんじゃないだろうかということで、20代と40代の比較ということを中心に申し上げてみたいと思います。あと若干数字が入りまして恐縮なんですけど、軽くお聞き戴ければいいんですけども、まず一番 basic なところから、40代というのは既婚率が96%、それに対して20代は既婚率が26%、ですから40代というのはほとんど結婚しているということです。いずれも男性です。男性を base にしてみています。結婚後何年位かということですが、これは大体4割が15年から19年ということですね。それが majority です。これに対して20代は当然のことながら、長くて5年位ということでありまして。それから次に、世帯主40代は当然40代前半と後半で半々位の構成になっておりますが、奥さんの方はどうかというと、35歳~39歳が1/3、40歳~44歳1/3、40代後半1/3だいたいそれ位の感じですね。だから同年齢から5歳下位までが、ほぼ1/3、1/3、1/3とまあ分布しておるというパターンであります。それから次に、家族数ですが、大体40代の場合には4人が一番多くて約4割、つづいて5人が22%、3人が18%、まあそんな分布です。それから第一子の年齢、第二子の年齢も大体3つに分かれておまして、18~22歳という大学生、これが27%、15~17歳という高校生が22%、12~14歳という中学生32%、まあ、この辺が40代の場合の majority であります。これに対して20代の場合には、子どもがいる場合には0~3歳が7割ということです。それから次に職業であります。職業でいいますと、40代の特色がまず、ホワイトカラーが約2割、19%、それからブルーカラーが26%、管理職が18%、商工サービス業、自営が20%ということなんですけど、これに対して20代の方は、ホワイトカラーが同じく19%です。ついで技術系が非常に多くて15%、40代の中には5%しかいません。けれども、20代技術系が15%、次にサービス系が多くて17%、つまりサービス系40代の場合には商工自営者に当るのが20代の場合にまだ、サービス系の従事者である。それから、ブルーカラーはちよつと40代より少なくて、40代26に対して、20代22ということですね。管理職は0であります。という形で、まあ40代というのはホワイトカラー、ブルーカラー、管理職、商工自営という四つの層が中心になって構成されている。これに対して20代は、技術系、ホワイトカラー、それからサービス系ブルーカラー、ブルーカラーで、サービス系が増えているのは、そういう風に商工自営、まだ自営業種になれないということもあるわけですが、同時に産業社会のサービス化を反映したものだと

いうふうにも思われます。学歴ですが、40代の場合にはまだ、新中、旧高小卒というのが約2割おります。それに対して20代、それはほとんどない。逆に在学中、大卒というのが卒業も含めると、非常に大きなパーセンテージになってくると、4割近くになってまいります。という形で高学歴化というのはヤング世代において顕著である。運転免許は、20代に約8割、40代が約7割。それから収入ですが、収入につきましては、40代、20万円代が約3割、30万円代が37%、40万円以上が28%、これに対して20代は10万円代が約半分、46%、20万円代23%ということで、それ以上はほとんどない。まあそういう形で、収入、所得に関しては、はっきりした落差があります。しかし小遣いはどうかというと、小遣いはそれ程の差はないと、20代、2万円代が18%、40代同じく2万円代、21%、3万円代は20代が20%、40代17%、4万円以上、20代24%、40代32%、この場合ちよつと40代が多いですけども、収入程の差はないということなんであります。次に身長、体重ですが、現代の40代は、160~165cm というのが34%で一番多いと。これに対して20代は165~170cm が33%、170cm 以上が約40%で、はっきり身長は20代の方が高いと。ところが、体重の方は必ずしもそうではありませんで、70kg以上に関していいますと、40代が約15%、20代は8%ということで、身長が低い割には40代は体重が多いという、典型的な中年男のイメージがそれからでてまいります。それから次にメガネの具合なんですけど、すでに40代で老眼の人が23%という形でだんだんと老化が非常にはっきりとしてきている。老化世代ですね。まあ参考までに50代になりますと60%の人が老眼。メガネをかけている。タバコですが、20代も40代も大体7割の人がタバコをすっています。その中で一番多いのが、20代はセブン・スターなんですけど、40代はハイライトであります。及びマイルド・セブンですね。このへんが世代差という、いいのいかどうかわかりませんが、20代のセブン・スター、マイルド・セブンに対して、40代はハイライト、マイルド・セブンというようなことですね。それからお酒ですが、大体毎日飲むという人が20代29%、40代は54%でありまして、大体2人に1人以上が40代になりますと、毎日酒を飲んでいる。一番酒を飲む世代は40代です。50代になりますと、又ちよつと下がりまして48%ですね。ですからこれも世代なのか年代なのか、ちよつとわかりませんが、酒のみ世代ということのようです。それから政党支持、若年層の保守化ということがいわれておりますが、確かにそういうような面がありますけれども、自民党支持者、40代50%、20代では28%というようなところ

ですね。10代になりますと又自民党支持が増えまして、36%ということですから、このへんが若年層の保守化ということでありましょう。次に健康のために何かしているかということ、20代の場合、やっているのはテニス、山登りなどのスポーツ、それから散歩、ランニング、体操等というように体をうごかすことが割合中心であります。ところが40代になりますと、定期的な健康診断をうける、食事や睡眠に気をつける。保険薬、漢方薬などを愛用している、というような形で非常に受動的になってまいります。このへんが忙しいということもあるんですが、健康に対して関心はあるのだが、どうもちゃんとやっていないというような傾向ですね。次に日常身の関心事。20代を先に申し上げますと、恋愛、結婚、レジャー、人生の問題、職場の仕事、勉強と、これに対して40代の方は健康、病気、老後の問題、子どもの教育、しつけ、商売、事業等、物価、土地、住宅という形で、やはり老後とか健康というのが非常にでてまいります。それから社会生活の関心事、20代で特徴的なのは、犯罪、事件、非行、国際外交問題、若者の意識行動等、これに対して40代の方は医療教育問題、インフレ、国の経済、国の政治、土地住宅問題等、それからやはり不況とか失業とかについて、関心はでていました。それから次にライフ・スタイルというか、物の見方ですけれども、20代で一番多いのが「ユーモアや遊びのない人生は退屈だと思う」と、それから2番目は「いろいろな人と知りあって、いろいろな事を話あってみたい」、それから「カセットか、FM ラジオ、ステレオなどで毎日音楽を聞く」というのが彼らのライフ・スタイルの典型であります。それから「地位や財産にこだわらず自身の趣味や好みにあった生活をしたい」これが4番目、これに対して、男40代は、どういうことかということ、「健康なうちはできるかぎり働きつづけたい」というのが1番で67%であります。それから「毎日毎日楽しく健康で平凡な暮らしがしたい」、52%。3番目は「老後は子どもに頼らず、独立した生活をおくりたい」51%、それから4番目は、「自分の子どもは無理をしてまで、有名大学、大会社に入りたいと思わない」46%、5番目、「人生真面目に生きていけば、まちがいないと思う」45%という形で、非常に20代の「ユーモアや遊びのない人生は退屈だと思う」に比べると、かなりちがうパターンであります。次に、すきな諺というのを聞いてあります。まず20代の方です。特徴的なもの「明日は明日の風が吹く」「にわたりの頭になっても牛のしっぽにはなるな」「運は天まかせ」「正直者はバカをみる」「あたってくださる」「虎穴に入らずんば虎児を得ず」「勝てば官軍」と

いうのが20代です。40代「寄らば大樹の陰」「天は自ら助くるものを助く」「正直者の頭に神宿る」「後悔先にただず」「勤勉は成功の母」「残りものには福がある」「玉みがかざれば光なし」「冬来たりなば春遠からじ」「ならぬ堪忍、するが堪忍」「石の上にも3年」あたりであります。それから次に、現在不安に思っていることは何かという不安調査。20代1が病気、2がエネルギー危機、3が物価、4が地震、5が恋愛結婚、恋愛結婚を不安に思っているのは男のくせにどうかと思うんですが。それから次に40代1が物価41%、2が失業不況37%、3が地震33%、4が病気31%、同じく同率でエネルギー危機というがあります。ここまでで、ベストファイブ、5番目が増税で30%。割合20代に比べると現実的ということになります。次に好きなことばというのを聞いてあります。まず20代、特徴的なもの、純潔、男のくせになぜか純潔が増えているんです。純潔、良妻賢母、女らしきなんてのが割合多いですね。それから神秘、冒険、フィーリング、青春、出会いなんていうようなのが、つづきます。それから次に40代。特徴的なのは、礼儀作法、根性、義理人情、親孝行、故郷、度胸といったものです。城下町なんてのもあがっています。小柳ルミ子のイメージでしょう。あと40代との比較で、前にやったのですが、いわゆる一連のオカルトですね。これを信じているというのは、10代が多く、40代の男が一番信じていないんですね。そういう点で親子の意識の違いがあるようです。それからライフ・スタイルのクラスター分析というのを、中年男性に関してやりました。まず数量化理論3類でデータ・リダクション、つまりデータの圧縮を行いまして、その後で、再配置法によるクラスター分析をやっているわけですが、最初に数量化理論3類で、でてきた軸が3つあります。1つは努力派対ずばら派軸であります。2番目はファッション派对生活埋没派軸であります。3番目はアスピレーション・レベルに関するもので、現状満足派对向上派という、その3軸がでてまいりまして、この3軸を使い、クラスター分析をしましたところ、努力型で非常にまじめに生きていくという努力・真面目派が38%、それからまさに生活埋没派といいますが、非常に非ファッション的に生活・日常生活に埋没しているというのが46%、この2つが中年のマジョリティであると。若干のパーセンテージで個性派等もありますけれども、ほとんどその努力真面目派と生活埋没派によって、今のマジョリティは形成されているということで、なかなか中年文化論を出そうと思って、ちょっとあまりその辺は、いいデータはなかったんですが、そんなようなことです。

宮本：これで一応先生方のお話をうけたまわったわけですが、あと約5分位ずつ補足をお願いしたいと思います。

恩田：それでは先程の続きを致します。中年期になりますと、まずお金もある程度余裕もでき、それから暇も、時間と申しますか、それも使いようによっては出来るわけで、要するに自分で目標をもって実現して、生きがいをもたらすことができるわけです。いわゆる自己実現をしていくということですね。中年になると主体的に仕事や余暇に精力と金を投ずることができるようになります。そこで自分を打ち込めるようなことを見つけて、それにとりくむことです。それは仕事であってもかまいません。それから次は、中年は青年と老人の両方に接しうる立場にあります。そこで非常に広い人間関係を保っていくことができるわけで、こういう面で、まず指導者としての責任もありますけれども、若い人の集りに積極的に参加して、いわゆる助言する。しかし時々うるさくなるわけですね。うるさがられないようにやる。これは非常にむずかしいところなのですが。それからもう1つ、若い人達からいろいろ学んでいくという態度が必要なのではないか。勿論若い人もまた年配の方から学ぶ面が多いんですけども、むしろ若い人からいろいろ教わる面があるんじゃないか。要するに広い人間関係から、いろいろ学びながら、むしろ学ぶというより人生を楽しむという、遊ぶことが大切ではないかと思えます。仕事も遊びになったら本物なんで、私も遊べるような人間になりたいと思うことがあります。いわゆる人生を楽しむというか。こういう面は中年において、大いにもう一度。子どもは無意識にやっていますが、中年は意識して遊んではどうかと思うわけでありませう。

それから次は年をとるにつれて、非常に仕事の速度は遅くなってまいります。しかし時間の制約から解放されると。質の高い創造的な仕事が出来ます。要するに、自分で時間とか労力を配分して、自分のペースで生きたらどうかと思えます。自分のペースというのは、自然や季節にリズムがあるように、自分の心身には一定のリズムがあります。これを知ることによって、自分のリズムで生活していくのです。いわゆる going my way といえますか、そういう面が大事なんではないか。それからもう1つは、我々は体力は衰えておりますけれども、経験に基づく知性は、さらに向上進歩します。知能の速さの面は、若者とくらべて遅くなるかもしれませんが、それを補うのにいろいろな技術、機械が進んでおりますから、そういうものの情報処理の技術。こういうものを大いに使って、これを補っていくとよいと思えます。それ

からもう1つは、やっぱり頭を使わなくては行けないと思うんですね。しかし気は使うなということが大事だと思えます。そうすれば、そうして自分の知性を開発し、それから創造的に生きていくと、そういう面が非常に大事なんではないか。要するに自分で人生はつくっていくんだと、こういうような姿勢が必要で。それから知性を磨いていくために、新しい知識や技術をたえず学ぶことですね。生涯教育の面で、これからもう少し、新しい事何かやろうかという勉強ですね。しかし唯、それだけでは足りませんから、自分で足りない面を創り出していくという生き方が必要ではないか。そして中年がのぼされたという面について、いろいろ問題があるけれど、中年において、心身共に健康で、生産的、創造的に活動できるようにになれば、中年をのぼして行って、老年期をだんだん短くして、それで中年期のまま健康で長寿を保ち、短い老年期をへて、あの世にいきたいなあという感じをもっているわけです。

岡堂：それでは、心理的危機のことで、1つだけ、ある研究報告をご紹介しておこうと思えますが、これはアメリカの心臓病学者で、心理学者ではありませんが、心臓病の専門医フリードマンとローゼンマン (Friedman, M. and Rosenman, R. H) が、1974年「Type A Behavior and Your Heart」(A型行動とあなたの心臓) という本を書き、大変にアメリカでは読まれているそうです。この報告はかなり恐ろしいことをいっております。39歳~59歳までの男性3000人を調べています。そして心臓発作で死ぬ傾向をみるわけですが、今迄心臓発作で死ぬ傾向として3つのことがあげられていたといえます。コレステロールが高い食事をする。2番目、高血圧3番目、タバコを沢山吸うこと、この3つの条件がそろると心臓発作にかかりやすいといわれていたんですけども、心臓病学者達が患者をみてみると、この3つの原因よりも、もっと違ったいわゆるタイプA (A型) 行動が問題だといっています。このA型行動の特徴をノーマントであげておきます。競争的、達成動機が激しい。進取の気性に富む。せっかちである。短気である。休みなく動く、気をはっている。時間に追われる。責任感が強い。これらをあげまして、アメリカの開拓者の伝統を受けついでいる人達が、心臓発作をおこしやすい。真面目でよく働く人ということですね。その時一緒にあわせて調べた女性の方では、タイプAが少い。しかしフルタイムで働いている女性の中にはタイプAがいるから、同じようにこういう人達は心臓発作予備軍ではないかといっています。そして40代からこのような心臓発作で、入院している指導を受け、時間に追われる仕事をやめ

なさい。締切りのある仕事をやめ、ゆうゆうと、今恩田先生がいわれたように、仕事を楽みなさいといってももうダメである。従って、こういう心臓病にならないようにするには、10代から30代の間に、よく教育しなければならぬというのが結論です。これは要するに、窓際族の話ではございませんが、まじめ人間は死に急いでいるという事なんでしょうね。ところが、つい先だっただの人口動態統計によっても、日本はガンと心臓発作病による死亡が、死亡率の2、3位を争っています。真面目人間が日本人には多いから、もっと増えるのかなと思うんですが、個人的なコメントを言えば、僕はそれ程は心配していません。何しろ日本という国は何となく、それなりに生きている人が多いのでございますから、まあアメリカ人程、心臓発作が増加することはありえないのではないかと思います。

上村：とくにつけ加えることはありませんけれど、先程のつづきを申しますとどういふ歴史上の人物に興味をもつか、ヒーロー像みたいなものを、男性のホワイトカラーの未婚層、それから2、30代既婚層、それから40代50代既婚層という3つの層についてちょっと調べたので、ご紹介しておきます。つまりヒーローイメージですね。これから投影的にそれらの人々のライフスタイルが探れるんじゃないか、同じくデータベースは私共の総合嗜好調査です。それでまず男性ホワイトカラー未婚層の特徴というのは、非常にスペシャリストに興味をもつ。かりにある歴史上の、日本歴史上のヒーロー像を経営者型、管理者型、即ち家康型とか、頼朝型、秀吉等、それから次にスペシャリスト型、これは宮本武蔵とか、上杉謙信とか、源義経とかいうような、剣の名人か戦争の名人ですね。それからその中間型、信長とか、信玄とかいうような3つ位に分けてみると、ホワイトカラー未婚層というのは非常にスペシャリスト、剣の名人とか、戦争の名人に強い関心をもつ。即ち、宮本武蔵、柳生十兵衛、沖田総司、千葉周作、坂本竜馬、上杉謙信、織田信長、山本五十六、武田信玄というような戦争の名人ないし剣の名人、非常に実践に強くて、しかも秀吉みたいに遠まきに攻めるんじゃなくて、電光石火の用兵というような特異なタイプ、これが非常にヤングに好まれる。ヤングホワイトカラーに好まれる。一方、40代50代既婚層はどうかというと、逆に管理者、経営者タイプの人間ですね。既に源頼朝、徳川家康、豊臣秀吉等というあたりですね。これが非常に支持をされる。それで、一匹狼のスペシャリストにはどうも関心がない。この世代になりますと、非常に歴史回帰がありまして、興味をもつ時代の幅が広くなりまして、幕末明治から、源平鎌倉に及ぶ

まで幅広く興味をもつ。これに対して、ヤングの場合には、明治維新に集中する。で、まん中の2、30代既婚層はどうかというと、これは未婚層と40代50代既婚層の中間型パターンでありまして、両者の断絶をつなぐ橋わたし的な役割を果たしております。その特徴は、坂本竜馬、勝海舟、西郷隆盛というように、歴史の背後でやや裏方的な活躍したスタッフ的な人物、まあそれも対立した2つ以上の勢力にはさまれながら、調停とか、斡旋に努力した人々に非常に関心が強いと、そういう形で、なんとなくこの世代は会社の中で、非常に上下の板バサミにあっているというところから、特に勝海舟なんか非常に親近感をよせているわけですね。そんなような形で、それぞれの年代層、そういうヒーローに仮託した心像イメージというのが、何かでてきているような気が致します。

宮本：これで一応先生方のお話は終わります。

(10分間休憩)

宮本：それでは再び始めたいと思いますが、3先生のお話を私流にちょっと簡単にまとめさせて戴きます。恩田先生は、中年とは人生の段階でどういふふうな時期なのかということ、その特徴などを、ご指摘になりました。そういう中で、この中年が若い頃の柔軟性、又高齢者の叡知、そのちょうどまん中の時期にもあたり、大変創造性発揮の時期ではないか、というようなお話を戴き、それにつけても、心身の健康が、大変重要なのだと指摘され、自律訓練、坐禅、等々そういうおすすを戴き、更に、自己実現、広い人間関係、更に頭をつかっても気を使うなというような、いろいろ私共の生活における心がけを戴いたわけでございます。又岡堂先生は、中年期がかって若年者の問題の時、ひきのばされた青年期といわれたように、今日引き延ばされているという状況が、今日のいろいろな問題家庭の崩壊とか、主婦の非行とか、そういうような問題をひきおこしているのではないかと、いったご指摘があり、この時期においてはアイデンティティの確立ということが重要であろうと、このようなご指摘を戴きました。第3反抗期などというような、お言葉も出され、中年期のいろいろな心理的危機のご指摘があったわけでございます。尚、補足のところでは、A型行動というお話がございましたが、休憩の時に、先生にご質問上げましたところ、A型というのは、血液型のA型ではない。とこういうことでございますので、念のため申しそえておきます。その次の上村先生は、そのお仕事のご関係から、特に若い世代と中年の世代、これを比較なされ、そして中年世代の特徴をいろいろとおあげ下さいました。とくに中年世代は、そ

の家庭の中にヤングを含んでおるといので、非常に多様的であり、イノベティブであるというようなご指摘を戴いたわけでありです。そしてその実際の調査の結果をご発表下さって、そしてこの中年の、類型というようなものを結論としておっしゃって下さったわけでございますが、大体、努力真面目型、あるいは生活埋没型、そういったような方々が大半をしめるんだというご指摘がございました。大変拙劣で、十分にまとまっておられませんけれど、ひとまず形式的にまとめさせて戴きまして、フロアーの皆様からのお話を戴きたいと思ひます。

板倉：適性研究所の板倉でございますけれども、恩田先生にお伺い致します。創造性という言葉がでておりますので、中年期の創造性の素材はどのようなところにあるかを、そこをお話し願ひたいと。

恩田：素材とはどういう意味ですか。

板倉：環境グループをいろいろね。精神的にね。いろいろな環境がありますね。それから経験がありますね。30～40歳までの経験があります。その素材になってるんです。全部ね。若い人とちょっと違いますね。まあそのへんのところを詳しく。それから岡堂先生にですが、家族関係と申しますと今、男の方だけをお話しになつたと。男と今度逆に、女の方、これは違うんですよ、家族というものは、女が主体であるのですから、この中の女性の方が立って女はこうだと申して戴きたいと実はそう思ひます。

恩田：それでは気がついたことを申し上げます。すでに今迄中年期の創造性の特徴については、若干いろんなところで、ちょっと説明申し上げましたんですけども、整理しながら申し上げてみたいと思ひます。まずいろんな面で、中年期というのは、例えば経験ということになりますと、やっぱり経験を つんでいて、しかも経験にしばられないという、そういう面があるわけですね。そういう面で、例えば年寄りでは先程申しましたように、年配者はいわゆる経験の蓄積からくる叡知ですね。気づきからくる、いわゆる Wisdom こういうものがあると。そして若い人はいわゆる柔軟性がある。その両面を備えているという面が中年期の特徴であろうかと思ひます。それから日本では、人の上に立つというのは大体年とっている人です。そういう時期です。但し、問題はですね、先程ちょっとふれましたんですが、中年期というのはアイデアとか、いろいろ考えが非常によくでるんですね。但し、問題はそれについて、心身のエネルギーとか、そういう条件がそろわない。例えば、あつても自分で一人でできるわけじゃない。それで人にやらしていくということになります。研究面でも、

主任研究員とか、あるいは、室長とか人にやらせて仕事をしていくことが非常に大事なわけですね。両面ないと若い人が育っていかないし、自分でも創造的な仕事をしながら、人にもやらせるという面ができるわけで、自分がどっちをとるかということなんですね。ある人は部長クラスの方で、いろいろとアイデアがでて、これを人にやらせる。しかし、その自分のある専門の研究はむしろ部下の方が非常に優れていると、そういう場合にはその人を指導者として、研究の面においてはその人について一緒にやる。むしろ部下をリーダーにするわけですね。管理面ではそういう面でもやり、そういう二つの役割をとっている。そんなようなことも考えられると思ひますね。それから中年の場合には、環境がよければ、非常にのびるわけですね。いろいろな面で忙しかったり、非常に暇がなくなつてしまつたり、そういう面では非常に仕事ができないという面があるんで、環境を整理していくというんですね。積極的に。そして自分が仕事しやすいような環境を作っていくかなくてはいけないんで、若い人なら、イイワ、イイワで、流されても結構やれるんですけど、中年ではちょっと無理だろうと思ひますね。自分で作っていくという環境、そういうような面もあるし、それから何といつても、やっぱり健康の問題で、心身を含めた健康が大切です。セルフコントロールと申しますか、健康管理っていうものも、いわゆる情性じゃだめだと思ひます。非常に創意工夫とそれから根気をもってやっていかなきゃいけない。これは非常に重要な条件です。要するに活力すなわち、心的エネルギーがあれば、できるんで、それができないためにできない場合がよくあるんです。あと家庭問題の処理とかいろいろ問題もあると思ひます。家庭もやっぱり整えなくてはけませんし、その面で夫婦や子どもとの人間関係においても、ただほっとけばいいというわけではなくて、父親不在であつてはいけないし、夫不在であつてもいけない。父親の役割も、あるいは夫の役割もやっぱり努力していかなきゃいけないんじゃないか。こんなことが、積極的に自分の環境をつくっていくということが、中年期の創造性をのばすには必要じゃないかと思ひます。

板倉：その場合にですね、とかく中年になりますと、創造性の素材が、固まってくるんですよ。いわば固くなってくる。柔軟性がないわけですね。ですからやっぱり幼児にたちかえてね。柔軟性をプラスして創造性をのばすことです。放っておくとかたまつちまうんです。そのところを気をつけてもらひたい。

恩田：それは私も申し上げましたように、年とつた人は叡知があるし、若い人は柔軟性がある。だから逆に年

配の人は若い人のもつ柔軟性を学びとっていき、あるいは、それを心がける。それから若い人はむしろ年寄りの叡知ということから学んでいく。人から学ぶこと、それから自分自身が努力することですね。そういう面は必要だと思います。おおせの通りだと思います。

大矢：私は中年にやっと入ったところです。中年になったんですけど、身近に感じた問題で、A子さんをB子さんという人の比較を、ちょっとお話ししてみたいと思います。A子さんの家は、親が生きている間に……申し遅れましたが、訓練の準備をしていくと、岡堂先生がおっしゃいましたね。そういうことに関係したことです。A子さんは両親とも健在で、そして自分の遺産とかそういうこと、わかっているんですね。で、B子さんという人は親が亡くなった後で、伝達されてないもので、揺れ動いているんですね。そういう二つの立場において、私は本当に親が生きている間に、子どもに伝達して欲しいと思うんです。例えば男性では仕事とか、金銭的な面とか、いろいろあると思うんですけど、女性の場合は兄弟がいなかった場合、姉妹ばかりだと、そういう伝達が遅れていくんです。そういう面では是非、ここに出席していらっしゃる方々、共々、本当に親子の伝達をしっかりとやってきて欲しいと思いました。以上です。

岡堂：今伺ったのは、ご夫婦そろって子どもに大切な価値観や文化などを、伝えていった方がいいという、そういうご意見でございましたが。一つつけ加えさせて戴くと、結婚生活をどうみるかということが係ってくると思うんですが。例えば、まあ大体今60歳以上の日本の男性というのは、男は稼ぎ手、女は家庭の守護者というイメージで、ずっとやってまいりましたし、それから大体、今の40代の終りから50にかけても、経済成長の政策の虜になって、家より仕事、と引っぱっていかれた人達が多いと思います。その結果、結局60歳以上の方々と同じように、家庭生活をおくっているけれども、妻との相互交流、精神的な意味での相互交流の機会が少なかったこと。これと同じことが子どもとの相互交流の機会が少なかったこと。だからそれはどうにもならないことでもありますけれど、やはり老いて助けあう場合、お互いの気持がわかりあえることが大切になるわけで、例えば、大矢さんがおっしゃったように、子どもに何を伝えるかにしても、古い伝え方の通りだと子ども達に伝わらない。拒絶されてしまうでしょうね。お母さんが子どものことをよく知っているならば、伝え方を夫に助言するというようなことだって考えられるでしょう。つまり問題なのは、男は稼ぎ手、妻は家庭という役割分業をやってまいりますと、両方で責任のなすりあいをする危険が非常に

多い。今、大矢さんがいわれたように、伝えなければならないことを夫は気がついてはいるけれど、自分が親からいわれたような形では伝えられないという問題がある。やはりお父さん自身はかなりよく感じているし、それに情報もおもちです。しかしうまく伝えられないのです。日本は家族主義で、家族の問題はなるべく家の中で、処理しようとしすぎるきらいがあります。アメリカでこの10年間、専門職業の中で、8倍もふえた職業があります。それはファミリー・セラピスト (family therapist) です。家族治療家の団体が、2つの団体ができあがってまいりました。それは、個人のカウンセリングやグループカウンセリングが家族問題の解決には無力だからです。この10年間その職業が増えたというのは、実際に親子げんかがおこって、前みたいに、隣の人がきても仲立ちができない。あるいは、その兄弟が車で跳んできて、仲に入っても、親と子どもの間の葛藤を解決できない。夫婦の問題はもっとそうです。したがって専門家が入りこんで行くことが必要だと、いわれるようになってきたわけですね。ですからこれは単に、幼児期からの家族教育の再建などということが、一般に行政のレベルではいわれているようですが、それも勿論大切ですが、それでも

ともかく20年一緒にいたから、こういう人間だというきめつけをやめることが、特に中年期の夫婦にとって重要ではないかと思うんですね。ですからどうしても、体のことかが問題になりますから、恩田先生がおっしゃったように、どちらの方にも夫の方にも妻の方にも、体の若干の衰えとか、思い通りにならないところがありますから、それは夫婦の重要なテーマになるでしょうね。ですからこういう接触が多くなってきて、接点が多くなってくると、例えば子どもの問題で、こういうことをいって欲しいという妻の言うことがわかるようになる。ところが自分が出来ないから出来ない。この忙しい俺に押しつけるというふうになってしまう。一方的につまり、聞き手の側のこと、子どもの事を考えなくて伝えようとするから拒絶されるという、そういうダイナミックな力が働くんじゃないかなーというふうにも実際のケースをみていると感じます。

川合：川合といいます。普通のサラリーマンです。最近中年のうつ病ということが、よく目につくんですけども、その心構えとか、いろんなことをあわせて書いてあるような気がするんですが、ちょっと又話が飛躍するんですけど、北杜夫さんは、随分そううつ波の振幅が大きいように聞いておりますし、あの方は、精神科の専門医でも、自分で意識してあいつの振幅を作っていたりするのかも、その辺は知りませんが、いわゆる

自分の心構えで、ないしは薬とか何かで、そういうことは何とかコントロールできるものなのかどうか。もしおわかりになったら教えて戴きたいんです。

恩田：うつ病について、ちょっと申し上げましたので。これは青年期にかなり多いんですね。それから中年ですね。それから老年にもあるわけですけど。この中年期のいわゆるうつ病、それからもう1つは心身症があります。あれはどういうのかというと、仮面うつ病といって、うつ病の状態が体の方にてでくるんですね。そういう面で、慶応病院の伊藤斉、そのほかの先生たちが、内科の先生にお願いして、実は、内科のいわゆる体が悪いといってこられた場合に、心身症みたいのがあるんですが、その病気の原因はうつ病の方からくるとい場合がかなり多いそうです。そういう面で、内科のお医者さんにも、精神科的な面までよく考慮して欲しいというふうな運動をなさっているそうです。うつ病がどういうきっかけで出てくるかという、やはり環境が非常に変わってくる。例えば転勤とか、転任とかですね。あるいはいろいろ自分の思うようにいかない。例えば昇進がうまくいかないとか、あるいは中には、ある自分のやっている仕事が完了してやる事がなくかつちゃったとかですね。あるいは近親者が死んだとか、昇進したために、非常に責任を感じてそうなったとかですね。そういうような問題がある。ある人は、先程ありましたように、真面目で責任感が強く、几帳面な人、いわゆる融通がきかないっていいですか、そういう人に多いっていられてますかね。どんな治療法があるかという、最近抗うつ剤っていうのがでて、非常にうつ病にもきく薬がでて、いわゆる薬物療法ですね。かなりこれは非常に効果があるようです。もう1つは環境調整ですね。いろいろ自分で環境をかえるという面と精神療法ですね。非常にソフトな精神療法、こういう面で併用したりして、かなり効果をあげるし、もし、中にはそういう方は是非、専門医とか専門家にかかってですね、早くなおした方がいいと思うし、あるいはほとんど気がつかず、その方向をしらないで、非常にうつうつとしていわゆる問題をおこしている人がかなり潜在的にも顕在的にも多いのではないかと思います。そういう面でいい治療法がありますので、気がついたらおすすすめとかそういう面が非常に大事です。あるいは内科にかかってなかなかおられない場合には、心療内科とか、心身医学、精神科のお医者さまあたりが、かなり治せますので、そういうところにかれるように、おすすすめになることが必要なのではないかと思ひます。

川合：北杜夫さんなんか、ああいふ専門家でも、自分

のコントロールがきかない状況の振幅を重ねていらっしやるんで、だからそういう心に対する不信感なんです。

恩田：結局これは治すというよりは、この場合ではですね、自分でコントロールされていると思うんですね。ある面ではうつの中には、いろいろ自分の資料を集めたり、勉強したりする。それで躁の状態には一生懸命仕事をするとか、それからお薬で調整するとか、例えば、外国に行く時はうつ状態じゃ困るからその薬で調整するとか、そういう面では自分の性格を知りながらコントロールされていると思うんでこれを治すということは、本当の意味でなおすということは難しい場合もあるんです。しかしそういうセルフコントロールという形で、自分で知りながらなると、生活に適應できるのではないでしょう。

川合：じゃ利用していらっしやると考えていいわけですか。

恩田：そうですね。だから場合によっては利用しているところがあります。当然、例えば躁の状態は、非常に仕事しやすいわけです。だから非常に創造的で生産的にもあがるわけです。うつの場合は、実はいろんな偉い方でもねあるんじゃないかということを知って、弘法大師は、精力的に創造的な仕事をしましたが、それでもいつ何をしているのかわかんない時期があったようです。その時はうつ状態ではないかと、いう見方がされています。そんな時には勉強したり、修業したりするわけです。それで躁の時はいろいろできて、猛烈な修業をしたり、布教をしたり、あるいはものを書くとかしてそういう面をセルフコントロールしていたように思ひます。そこで自分の性格を知りながらそれをやれば、いわゆる適応ということで、問題性をもちながら、この世の中の生活を適当にやっていくことができるのではないかと。そういうことを「北杜夫」さんもやっておられるんじゃないかと思うんです。

H氏：ちょっとあの、私、躁うつ病なんです。私の経験をですね。これをちょっとお話したらよくわかると思うんです。私は75歳の第一線を退いた外科の医者でございます。私の家系にどうも、躁うつ病の素質があったように思ひます。今から45年前にひどい肺結核になりました、なったとたん死の宣告を受けまして、「何か遺言はないか」といわれ、血を吐いて、丸3年寝ておりました。その間にまあ外科の医者なものですから、結核の知識もない、誠にこれははずかしい話でございますけれども、段々ひどいことになりまして、3年間の闘病生活に2回の自殺未遂をやっております。その後軽い躁うつ

つをくり返しまして、まあ外科の医者ですからメスもちますから、それに差しつかえることがあってはなりませんけれども、そういったことは一切ない。そのような状態になりまして、50をすぎる頃から、これはどうしたらいいだろうかということで、バカになることをやらなくてはならないということで、バカになることを50の声をきいたところからやり始めました。今から25年前から、号を「フーテン」と、私のことは、フーテンドクトルで通っております。で、大分それで自分のこの躁うつが、やや抑制されたように思いますけれども、とにかく煩惱の多い非常にダメ人間でございまして、若い頃は、芸者買いをやったり、バー遊びをしたり、もうさんざんデタラメばかりをやっております、ダメ人間の極でございまして、まあバカになることもなかなか難しい。到底なかなか、徹底させることはできませんが、70の声をきくに及びまして、これはもう自力ではなかなかダメじゃないかということで、「南無阿弥陀仏」を少し、何にも私、宗教的なものはありませんけれども、唱えることがいだろうと、そうしたらますますこの躁うつ状態が転換されていくんじゃないかということでございまして、段々やっていきますと、なかなかできませんねー。こうやって皆様方から講演を聞いて、あー有難いことだと。糞、小便ができるときには、私「南無阿弥陀仏」がいえますようになりました。こうしているうちに、段々と躁うつも軽くなってきたのでございます。けれども、まだ一番大事な患者さんの命を救うということは不可能でございます。若い時には、患者の命を助けたとか、救ったと、うぬぼれておったのでございますけれど、70をすぎて、いや、大変な間違いをしておったと、一時延命しただけじゃないかと、自分の力というものを過信するなというようなことが段々わかってきたりしまして、それで近頃は「南無阿弥陀仏」は「あー有難い」に、今日もここで皆様方の講演を聞かせて戴いて、有難い、それから「すみません」と、こういうバカで、躁うつの人間を75年間も生かしておいて戴いて有難いと、この「すみません」「ありがとう」というこの言葉が、私は何も宗教のことはわかりませんが「南無阿弥陀仏」ではないかと一遍上人の教えがそうではないか

と思ひまして、そういった意味で、躁うつの方でも、あるいは、先程恩田先生が再々おっしゃられておったノイローゼやあるいは心身症に致しましても、このセルフコントロールというところ、今の質問の方の間わんとするところは、私、そこにあるんじゃないかと思ひましたので、年寄の冷水、まことに大変、講師に対して無礼だと思ひましたけれど、一言話させて戴きました。

川合：すみません。バカになるとおっしゃったんですけど、それをもうちょっと少し具体的にね。(笑う)

H氏：だから、例えばですね、私は75歳ですけども、非常に若いと。人魚を食べているんじゃないかと、あるいはホルモンの注射とか、ビタミン・ブドウ糖の注射しているんじゃないかとか、若い女の子がいるんじゃないかとかいうんです。けれども、そうじゃないんで、自分がバカだと思うことですね。そう思わなかったら、私はその人はおかしいと思うのです(笑い)私、人間だったらですね。悩んだり苦しんだり、不安だったり、ノイローゼになるのが本当の人間でノイローゼや心身症にならない人の方が私は変だと思ふんです。だから私はひどい躁うつ病ですが、非常に正常な人間だと思っております。おわかりですか(笑い)

川合：50になったらそう思うようになられたわけですか。

H氏：イヤ、だんだんって、50頃はこれ、到底こんな人間は救われないと、だからバカになることをやろうじゃないかと、昔からの偉い坊さん達が、皆いっていますね。狂とか愚とか、愚禿親鸞とか、みんないろいろいっているでしょう。しかしですね。自分がバカだということがわかればですね、背伸びをしなくなるんですよ。ところが私なんかいまだにまだ、背伸びをしたくなる。今日ちょっとこうやって、おせっかいはやっているもの(笑い)背伸びなんですよ。私が如何にバカだということを皆様方に発表しているわけです。

(注) 討論はさらに続き、定刻の5時まで活発に展開されましたが、紙面の都合で、あとの部分は残念ながら省略させていただきます。