

高齢者の終活への取り組みとサクセスフル・エイジング

横浜国立大学大学院環境情報研究院 木村由香

老年学リサーチペーパー「社会老年学」2020年 第7号

発行：横浜国立大学 安藤研究室「社会老年学」編集部
(2020年5月31日)

高齢者の終活への取り組みとサクセスフル・エイジング

横浜国立大学大学院環境情報研究院 木村由香

1. はじめに

近年、日本の高齢社会においては、高齢者が自らの老いや死、そして死後について何らかの形で考えておく、あるいは具体的に備える必要性が高まってきたとも言える。そのような高齢社会の現状に呼応するかのよう、「終活」と呼ばれる、主に高齢者が自らの死に備える動きが現れ、マス・メディアにも取り上げられるようになった。終活とは、高齢者が比較的健康的うちに、葬儀や墓、医療や介護についての希望、財産整理や任意後見など、自らの老後や死後への備えを行う現象である（小学館，2020）。今や終活は、市場で様々に展開されているだけでなく、経済産業省といった国レベルから横須賀市のような自治体レベルまで、広く行政でも取り組みが進められており、社会的に重要な動きと言える。さらに、終活に関連する団体や企業によれば、「人生の終焉を考えることを通じて自分をみつめ今をよりよく自分らしく生きる活動」（終活カウンセラー協会，2016）のように、サクセスフル・エイジングを目指す意味を含んだものとされる。

そして今や、独居を含む高齢者のみの世帯の増加、高齢化率が30%を超えかつ団塊の世代が後期高齢者となる2025年問題が迫りつつある。人生100年時代がうたわれるようにもなり、長寿時代の高齢期をいかに生きるかが重要な課題となっている。東京大学ジェロントロジー・コンソーシアムが策定した「2030年超高齢未来に向けた産業界のロードマップ」（東京大学高齢社会総合研究機構，2010）でも、人生100年時代において高齢者自身による長寿社会の「人生設計力」を養う必要性が主張されている。一方終活は、高齢者自身の生活を助け、家族や周囲の人々の支援の助けとなる項目が揃っている。よって終活に取り組むことは、高齢社会の現状と課題を知り、なおかつそれらに「高齢者自身が」向き合うことで、自らの人生を振り返り、これからの人生を捉え直していくことになる。つまり終活は、高齢者自身の人生設計構築に至る手段のひとつであり、ポジティブな人生設計ができればサクセスフル・エイジングにもつながるといって重要な役割があると考えられる。

2. 高齢者の老いや死に対する備えに関する先行研究

終活という取り組みそのものを取り上げた研究や、高齢者自身の人生設計構築という視点による研究は、現状では極めて数が少ない。これまでの先行研究からは、年齢とともに死の備えに対する意識が高まること（経済産業省，2012）、高齢者の約半数が老後や死後の準備をするべきだと感じつつ実行していないこと（日瀧・岡本，2008）などが示されてきた。さらにこれまでの研究では、終活に含まれる個々の何かしらの備え（葬儀、墓、尊厳死等）について、行動をしたかどうかの有無を取り上げるのみであった。よって、終活に取り組むことが高齢者にどのような影響を与えるのか、例えば高齢者の生活に対する満足度と終活との兼

ね合いといった社会学的な検証はされてこなかった。

これらの問題点に対応するために、かつサクセスフル・エイジングにつながるような終活の役割を考察するために、終活という現象について当事者たる高齢者自身の視点で説明することが求められている。

3. 高齢者の終活への取り組みとサクセスフル・エイジングについての研究の意義

前述のように、終活という取り組みそのものを取り上げた研究は、現状では極めて数が少ない。従来の研究では、高齢者の老いや死に対する備えという視点から、医療・看護、介護、福祉、心理、文化等、それぞれの分野における視点で研究がなされてきた。例えば医療では尊厳死等終末期の意思決定について、文化では墓や葬儀の変化について、といったものである。だが、これらを終活という現象に包括して捉えたものは極僅かであった。行政や市場から注目され、終活が社会的な意義を増しつつある現在、当事者たる高齢者にとっての終活をサクセスフル・エイジングにつながるものとして捉え、社会調査を通じて明らかにする終活の研究は、これからの高齢社会に関わる研究において求められている視点と言える。

終活に携わる医療・介護・福祉分野の支援において、終活に関する研究の成果は重要な指針となること、高齢者に対する支援の組み立てに寄与することになると考えられる。また、これら高齢者福祉に関する分野だけでなく、経済的な活動においても重要な役割を持つことが予測される。高齢者を対象としたシニアマーケットのうち、特に経済産業省によって「エンディング産業」と名付けられた終活に関わる分野の市場規模は5兆円に至るとも言われる（ワールドビジネスサテライト、2015）。その中で、高齢者の視点に立った終活のモデルを示すことは、より充実し、かつ高齢者主体のサービス展開に寄与するとともに、市場の発展にも役立つものと考えられる。

4. 研究の目的

本研究では、終活への取り組みが主に都市部高齢者にとってどのように位置づけられ、いかにして自らの人生に対するポジティブな視点、すなわち今後の生き方・展望へとつながっていくのかについて明らかとし、サクセスフル・エイジングに資する終活への支援のあり方への提案を行うことを目的として、以下の一連の研究に取り組んだ。

- 研究I 一般の人々にとっての終活とはなにか：マス・メディアにおける終活のとらえ方
- 研究II 終活とは何を指すのか：エンディングノート分析による終活の項目の設定
- 研究III 終活への意識と行動実態・1：エンディングノート作成にみる高齢者の終活への意識と行動
- 研究IV 終活への意識と行動実態・2：高齢者における終活への取り組みと生活満足度との関連
- 研究V 終活への意識と行動実態・3：終活に取り組む独居高齢者の特徴

5. 研究 I 一般の人々にとっての終活とはなにか：マス・メディアにおける終活のとらえ方

日本の社会において、近年の終活という動きはどのように捉えられ広められているのかについて、まずは考える必要がある。マス・メディアは大きな影響力を持つが、彼らが終活をどのようにとらえ扱ってきたのかを知ることで、一般における終活のイメージを伺い知る手がかりとなりうる。そのために、1) 新聞記事においてどのような終活の内容が実際に取り上げられてきたのか、2) それら終活の内容は読者にどのような印象を与える表現を用いているのか（ポジティブな表現なのか、あるいはネガティブな表現なのか）、3) 新聞記事の扱う終活の内容は時間によってどのように変化してきたのか、という3つの視点から新聞記事の分析を行い、マス・メディアにおける終活のとらえ方を考察した。

分析対象は、『朝日新聞』の朝刊・夕刊において「終活」という言葉を含む記事とし、朝日新聞データベース「聞蔵 II ビジュアル」を利用した。新聞記事は、テキストマイニング（計量テキスト分析）による内容分析を行った（使用分析ソフトウェア：NTT データ数理システム「Text Mining Studio 6.0」）。該当記事は、発行日「未指定～2017年5月31日」の期間での検索において、462件であった。

この分析により、終活という言葉はやはり葬儀や墓が中心となりつつも、相続、遺言、エンディングノートと言った内容を主に扱っていることがわかった。同時にこれら終活の具体的な内容はポジティブな表現で語られることが多く、終活の問題点を明らかにするような視点に欠けていた。また終活記事は、徐々にポジティブな表現や日々の生活につながるような表現とともに語られるよう変化していることが明らかとなった。さらに、終活という言葉は今や定着していると言えること、死に備える終活といえどもその内容は必ずしも死ぬということそのものに焦点が当てられてはいないこともあげられる。

新聞記事においては、葬儀や墓についての内容を依然としてその中心としつつ、明るい側面を強調する形で報道されてきたことから、終活に取り組むことを肯定する形でとらえていることがわかった。さらに近年では徐々に生活者の視点を取り込みつつあり、その内容はまさに変化の時期にあることが示唆された。

6. 研究 II 終活とは何を指すのか：エンディングノート分析による終活の項目の設定

これまでの先行研究では、死の備えを指す内容が研究によってまちまちであり、かつ「終活」という現象を意識して設定されたものとは言えなかった。一方で、終活に含まれる項目は、「老いや死を見すえた活動全般を指す」ため、非常に多岐にわたる。よって、終活に関する一連の研究を進めるには、まず、終活に含まれる具体的な項目を明確に定義する必要がある。そこで本研究では、終活に関する項目を載せた書き込み式の本であるエンディングノートに着目し、これを分析し、先行研究でみられた老いや死に対する備えについての項目と比較した上で、終活とされる主な項目はどのようなものが挙げられるのかについて検討し定めることを目的とした。2010年～調査開始時の2013年5月までに発行されていたエンディングノートのうち、入手しやすいと判断できる基準を、価格、発行元を参考に設定し、結果14

冊を分析対象とした^(注)。

調査対象のエンディングノート1冊ごとに、掲載されている項目に対してコーディングを行い分類した。ただし、このままでは各エンディングノート独自の内容が含まれてしまうため、次に、共通性の高い項目として14冊中10冊以上に見られるコードを抽出した。最後に、より抽象度を上げたコーディングを行うことで類似する内容のコードをまとめてカテゴリ化し分類した。

結果、終活の具体的項目とは、「医療・介護の意思決定」、「葬儀・墓の内容決定」、「親しい者への伝言作成」、「財産整理」、「持ち物整理」、「経歴作成」、「連絡先作成」、「相続内容決定・遺言作成」、「自分史作成」の9項目となった(図1)。

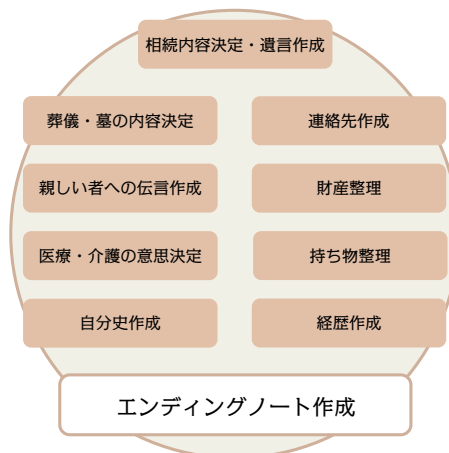


図1 終活の具体的内容

なお、法的拘束力をもつ遺言とエンディングノートは異なるものだが、エンディングノートには遺言の有無についての項目もあることから、「相続内容決定・遺言作成」も本研究ではエンディングノートの項目に含まれるものとして扱った。

なお、これらは、終活における「大項目」としての内容であり、葬儀と墓、医療と介護など、今回ひとまとめとしてカテゴリ分けした項目についても、調査内容によっては分割する必要がある。以降の研究においては、この大項目を維持しつつ、終活についての具体的項目を設定することとした。

7. 研究 III 終活への意識と行動実態・1：エンディングノート作成にみる高齢者の終活への意識と行動

高齢者はどのような項目を終活として捉え行動に移しているのか、またそのきっかけや取り組む理由などの意識について明らかにするため、エンディングノートへの取り組みを通して終活を行う都市部高齢者に対し、終活に関する聞き取り調査を行った。分析においては、質的データ分析方法の一種でコーディングを段階的に行いストーリーラインをまとめるSCAT分析(大谷, 2008、大谷, 2011)と、前述のテキストマイニングによる統計的分析を組み合わせ、信頼性・妥当性を高めた。

調査は2013年12月～2014年2月の期間に行った。調査協力者は、東京都在住の60代以上の男女のうち、エンディングノート作成に取り組んでいる者8名(男性2名、女性6名)とした。調査協力者の選定においては、「エンディングノート作成に取り組んでいる」という特定の条件であるため、高齢者の終活支援に携わるNPO等の研究協力者からの紹介を受けた後、研究の趣旨を説明し承諾を得られた者とした。

インタビューは個別面接とし、基本属性のみインタビュー前に質問用紙に記入をしてもらったうえで、半構造化面接を行った。研究目的に従い、エンディングノート作成に至るプロ

セス、影響について知るために、インタビューガイドを用意しインタビューに臨んだ。内容は、①書くきっかけとなった出来事、②書き始めた際の目的とその後の目的の変化の有無、③取り組むことが易しかった内容、難しかった内容、④エンディングノート作成について、もしくは死に関する話題について、身近な人と話をしたか、その後会話の量や内容に変化はあったか、⑤エンディングノート作成についての感想、としたが、それ以外にも自由に話してもらった。

結果、高齢者にとっての終活とは、他者に迷惑をかけないために何をすればよいだろうかという思索の結果、自分のできることを選択し残す行為であることが明らかとなった。高齢者は終活を行うことで安心感や達成感を得てはいたが、これは他者が困らないよう手立てを講じたことによるものであった。よって終活は、事務的項目への取り組みを中心とした現状整理と問題把握の促進、および他者へ迷惑をかけるという不安からの解放につながると言える。

終活は、自らの死が他者にどう受け容れられるのか、という推測のもと行われる。他方、死の経験が終活につながるプロセスとは対照的に、死について他者と語りことや、終活から自身の自我の消滅としての死をとらえることへの影響は、本研究ではほとんどみられなかった。すなわちここでは、自らの老いや死の社会的側面に対する意識が強く働いていることになる。ただしここでは、他者と死に関して話すことは現状では前提とされておらず、むしろそれが難しいからこそその終活という構図がうかがえた。

8. 研究Ⅳ 終活への意識と行動実態・2：高齢者における終活への取り組みと生活満足度との関連

研究Ⅰ～Ⅲにおいては、高齢者の終活や、一般の人が捉える終活を明らかとしてきた。ただし、従前の研究では、高齢者の終活についてはインタビュー調査にて限られた人数を対象とした調査にとどまっていた。そこで本研究では、研究Ⅰ～Ⅲの成果を受け、より広範囲の高齢者終活の実態に迫るため、質問紙調査を実施することとした。

本研究では、高齢者を対象とした終活に関する質問紙調査を行い、終活に取り組んでいる層と取り組んでいない層との比較を行った。そのうえで、両者の相違点を明らかにし、また取り組んでいる層の実態を明らかにすることを通して、終活が高齢者に及ぼす影響、及び高齢者が終活を進めていく上での課題について考察を行った。

調査期間は、2017年6月～7月、首都圏および周辺都市を中心とする都市部に在住の高齢者（65歳以上）男女を対象とした。終活は、都市化と核家族化、地域社会の衰退、医療の発達などの要素がからむと推察されること、終活に関連する情報やサービスの充実度を考慮し、都市部在住者を対象とした。また、本人が能動的に備えるものとしての行動をとらえるため、自記式質問紙に回答できる高齢者を対象とした。回答者を募るにあたっては、自治会、老人会、NPO、及び市民団体などに協力を依頼した。

質問内容は、基本属性及び終活に関する質問（①終活だと思う項目 ②終活への取り組みの

有無 ③すでに取り組んでいる項目 ④取り組む目的 ⑤取り組むきっかけとなったできごと ⑥取り組んで感じたこと ⑦重要だと思うが取り組みづらいと感じる項目 ⑧取り組みづらい理由)を設定した。さらに、主観的経済感、主観的健康感、及び主観的幸福感についても設問を設けた。主観的幸福感を測定する尺度として、生活満足度尺度 K (LSI-K) (古谷野・柴田ら, 1989、古谷野・柴田ら, 1990) を用いた。

配布数合計 307 部、うち 252 名から回答を得た (回収率 82.08%、男性 109 名、女性 133 名、平均年齢 73.45 ± 5.93 歳)。うち、終活に取り組んでいる層は 142 名 (男性 64 名、女性 78 名、平均年齢 73.75 ± 6.33 歳)、取り組んでいない層は 100 名 (男性 45 名、女性 55 名、平均年齢 73.02 ± 5.33 歳) となった。

分析方法は、主に終活に同居人の有無及び取り組んでいる層 (以下、終活あり層) と取り組んでいない層 (以下、終活なし層) の比較を中心に、それぞれの基本属性や各種質問項目と、生活満足度との関係进行分析した。

主観的健康観、主観的経済感の結果からは、分析対象者の多くは比較的健康で自立した高齢者と考えられる。分析対象者の基本属性を、全体及び同居人の有無間において、終活への取り組みの有無ごとに比較したところ、いずれも違いはみられなかった。なお、内閣府による「令和元年版高齢者白書」(内閣府, 2019) によれば、独居高齢者世帯の占める割合は 26.4% であり、本研究の 26.45% とほぼ一致している。このことから、本データは独居高齢者について考察するにあたり一定の妥当性を持つものと考えられる。

結果、終活と生活満足度の関連においては、終活に取り組んでいない独居高齢者層において、生活満足度の値が有意に低いことがわかった (図 2)。一方で、終活に取り組んでいる独居高齢者の生活満足度は、同居人のいる高齢者と同程度であった。また、同居人がいる高齢者においては、終活の有無による生活満足度の違いは見られなかった (表 1、表 2)。つまり、終活は独居高齢者層に対して影響を与えやすく、独居高齢者が終活に取り組むことで生活満足度が上昇する可能性が示唆された。また終活には、将来に対する不安を軽くしたり、家族や友人との会話・交流が増えたりといった可能性があることが明らかとなった (表 3)。

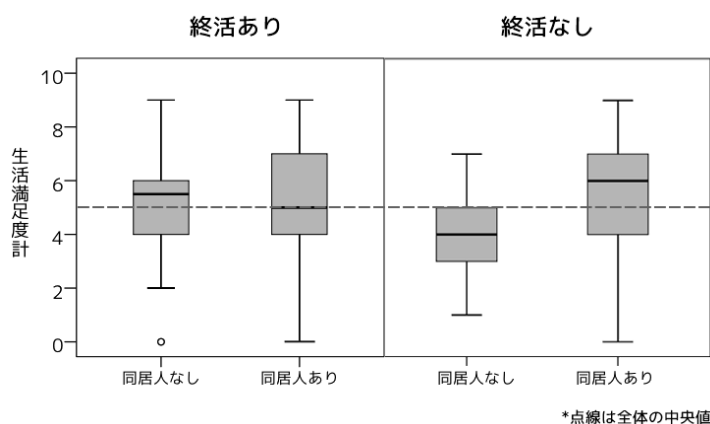


図 2 終活の取り組み・同居人別 生活満足度

表1 終活有無×同居人有無別
生活満足度比較

	N	生活満足度 上：平均 下：中央値 (四分位範囲)	Mann- Whitney U
終活あり	同居人あり	96 5.53±2.10 5.00 (4.00-7.00)	.384
	同居人なし	44 5.09±1.96 5.50 (4.00-6.00)	
終活なし	同居人あり	77 5.49±2.11 6.00 (4.00-7.00)	.005**
	同居人なし	20 4.10±1.68 4.00 (3.00-5.00)	

表2 終活なし×同居人なしと
それ以外の群間 生活満足度比較

	N	生活満足度 上：平均 下：中央値 (四分位範囲)	Mann- Whitney U
終活なし×同居人なし	20	4.10±1.68 4.00 (3.00-5.00)	.003**
それ以外	217	5.43±2.06 6.00 (4.00-7.00)	

** p<.01

表3 独居高齢者 終活に取り組んでみて感じたことと生活満足度の関連

	生活満足度			下位：人生全体			下位：心理的安定			下位：老いへの評価		
	N	相関係数	p	N	相関係数	p	N	相関係数	p	N	相関係数	p
将来に対する不安が軽くなった	38	.317	.052	38	.245	.139	38	.121	.468	38	.332	.042*
家族や友人との会話・交流が増えた	37	.167	.323	37	.390	.017*	37	.171	.312	37	-.091	.593
老後に関する知識が深まった	39	-.166	.313	39	.017	.30	39	-.345	.031*	39	.048	.773

これらのことから、終活には、高齢者、こと独居高齢者において、将来への展望とこれからの人生をいきいきとしたものとするサクセスフル・エイジングを実現するための可能性が見いだされた。

9. 研究Ⅴ 終活への意識と行動実態・3：終活に取り組む独居高齢者の特徴

研究Ⅳでは、高齢者の中でも特に独居高齢者に対する終活の影響が認められた。その結果を受け、独居高齢者に対し、生活満足度を高める終活の要因をより具体的に検討・整理するために、質問紙調査及び聞き取り調査を実施した。

調査は2019年2月から5月に実施した。調査対象者は、終活を行う独居高齢者とし、研究Ⅳで使用した質問紙調査の回答者のうち、引き続き独居であり、かつ聞き取り調査に協力しても良いと答えた独居高齢者の中から調査開始時に連絡が取れ、再度協力の意思を示した者とし、最終的に7名（男性2名、女性5名）を本調査対象者とした（平均年齢は、80.4±5.6歳）。

本研究では、独居高齢者への終活の影響をより深くかつ客観的に測るため、質問紙調査と半構造化面接をあわせて行うこととした。質問紙調査で用いる調査票は、「外出頻度」「近所付き合いの程度」「家族つきあいの程度」「未来展望尺度」（未来に対する見通しの度合いを測る尺度）から構成した。なお、未来展望尺度（FTP）とは、未来に対する知覚、すなわち未来に対する見通しの度合いを測る尺度であり、FTPの得点が高ければ高いほど、自らの将来をより開けたものと感じていることになる（池内・長田，2014）。研究Ⅳにおいては、生活

満足度と終活との関連を探った。生活満足度は、現在と過去に対する自身の生活・人生への評価であった。そこからは、両者の関連性を推測させる結果が得られた。だが、終活に取り組むことでの将来への不安の軽減することが、生活満足度の下位尺度である老いへの評価につながるはずかながら伺えた程度にすぎなかった。そこで本研究では、終活と未来展望との関連を探った。未来展望は、生活満足度とは異なり、現在から将来にかけての主観的な評価となる。よって、生活満足度では結果が出づらかった終活の影響について、未来展望という視点を用いることで、より明確になるのではないかと考え採用した。

また、半構造化面接では、あらかじめ設定した終活への取り組みに関する質問内容をまとめたインタビューガイドを作成し用いた。

本研究の質問紙調査について、 $n=7$ と小規模ではあるが、統計的な分析を行った。各質問項目、および研究 IV で得た LSI-K や取り組み終活数のデータと合わせ、項目間の関連性を探った。FTP の得点と、今回の調査で設定した質問紙調査の項目、研究 IV で用いた生活満足度 (LSI-K) の得点および取り組んでいる終活の数 (取組終活数) について、それぞれ関連を探った (表 4)。結果、FTP と取組終活数との間に、表 4 に示すとおり、有意な正の相関が認められた (相関係数: 0.823、 $p<.05$)。なお、生活満足度については、LSI-K と FTP 間、および LSI-K と取組終活数においては、相関は認められていない。

表 4 FTP と LSI-K および終活取組数との相関

	LSI-K	終活取組数
相関係数	.260	.823*
有意確率 (両側)	.574	0.023

* $p<.05$

次に、相関の見られた FTP と終活取組数について、FTP を従属変数、終活取組数を独立変数とした単回帰分析を行った (表 5)。結果、決定係数は .678、調整済み決定係数は .613、FTP と終活取組数との間に $p<.05$ で有意な関連が認められた。

表 5 FTP と終活取組数との単回帰分析

	β	標準誤差	t	p
切片	29.039	4.762	6.098	.002
終活取組数	3.530	1.088	3.244	.023*

$R^2=.678$ 調整済み $R^2=.613$ * $p<.005$

面接調査は、語りの文脈を重視しストーリーラインをまとめるナラティブ分析と前述のテキストマイニングによる統計的分析を組み合わせ、信頼性・妥当性を高めた定性分析を行っ

た。そこから、家族や近い人の死や、これらの人々に加え自身も含めた人々の深刻な健康の問題といった実体験は、終活へとつながる原動力であることがあらためて明らかとなった。だが、それが終活の行動につながるには、終活にはどのような選択肢があるのか、どのように取り組めばよいか、といった疑問に答える場が必要となる。本調査では、多くの場合、それは終活講座のような機会であった。そして、高齢者が終活を進めていく上での課題は、前向きな知識を手に入れることであった。終活は「必要」という強い意識や、そう思うに至った貴重な経験を、実際の行動へと移すための場の提供ということになる。それは、終活講座のような場であることが多い。本研究の対象者たちは、出かける機会を作るよう心がけている点で共通していたが、独居高齢者の中には、外出頻度の低い層も当然ながらある。そこでは、出かけるといいことがある仕掛けは一つ有効に働くかもしれない。あるいは高齢者が終活を「必要」「やるべき」と捉えていること、終活の取組数が少なくとも安心は覚えていることを考えると、終活講座などでは達成したことによる喜びが得られる内容（ちょっとしたことでも「取り掛かった」と実感を得られる内容）が求められているとも言えよう。そのうえで、代表的な終活である「財産の整理や記録」「物の片付け」といった身辺整理から、さまざまな終活につなげていく仕掛けが必要となると思われた。

10. 高齢者の終活への取り組みとサクセスフル・エイジングについての研究のまとめ

筆者のこれまでの研究から、高齢者にとって終活とは、家族などの他者に迷惑をかけないために、かつ自身のことは自ら決定したいという心理の上に成り立つことが明らかとなった。同時に、必ずしも「死」を見つめるばかりではなく、これからを考え、今を整える行為と捉えられていることがわかった。

また、終活が及ぼす影響として、特に以下の2点を明らかにした。

- ・終活に取り組むことで、高齢者のうち、特に独居高齢者の生活満足度が上昇する可能性
- ・独居高齢者にとっては、終活への取り組みを充実させ、さまざまな備えを進めることで、未来展望が開けていく

また、サクセスフル・エイジングにつながる終活とするためには、終活講座など知識を得られる機会を提供し、財産整理や物の片付けを最初のステップとして終活の促進を図ることが効果的であること、不安を煽り終活につなげるのではなく高齢者ひとりひとりが抱える悩みに対応した終活の内容を提案していくことが重要であること、という示唆が得られた。

その上で、独居高齢者の終活に取り組むプロセスと影響についてまとめると、図3のようなモデルが得られた。

11. 今後の展望

従前の研究では、都市部高齢者の終活についての全体像にとどまっており、独居高齢者と終活のより具体的な関連と効用については明らかとなっていない。例えば、独居高齢者の中でも特に、どのような属性を持つ層が、終活によって生活満足度や未来展望の上昇を得てい

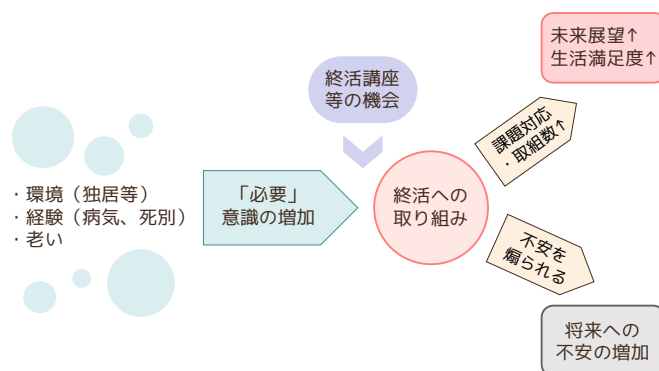


図3 独居高齢者の終活プロセスモデル

るのか。また、終活の中でも具体的にどのような内容の備えが、どのような属性に対して効果をもたらすものなのか。そして、終活を必要としつつもなかなか取り組めないという層が、終活の行動に踏み出すために必要なものは何なのか。これらをより詳細に分析し考察することで、高齢社会におけるサクセスフル・エイジングについて、終活を通じたより具体的な支援策を検討する事が可能となるであろう。

本稿は、下記論文として発表されたものを抜粋、一部改定を行ったものである。

・博士論文

木村由香 (2020). 高齢者の終活への取り組みとサクセスフル・エイジング 横浜国立大学

・論文

木村由香・安藤孝敏 (2015). エンディングノート作成にみる高齢者の「死の準備行動」
応用老年学, 9, 43-54

木村由香・安藤孝敏 (2018). マス・メディアにおける終活のとらえ方とその変遷—テキスト
マイニングによる新聞記事の内容分析 技術マネジメント研究, 17, 1-19

木村由香 (2018). 高齢者が終活を進めるうえでの課題と支援のあり方に関する研究 損
保ジャパン日本興亜福祉財団ジェロントロジー研究報告, 13, 73-89

木村由香・安藤孝敏 (2019). 独居高齢者における終活への取り組みと生活満足度との関
連 技術マネジメント研究, 18, 1-17

注 分析対象エンディングノート

- 1) 尾上正幸 (2010). 実践エンディングノート 初版 共同通信社
- 2) コクヨ (2010). もしもの時に役立つノート
- 3) 本田桂子 (2011). 明日のための「マイ・エンディング・ノート」 初版 技術評論社

- 4) ダイヤモンド社 (2012). 葬儀 相続 エンディングノート 2012年版 特別付録 エンディングノート 週刊ダイヤモンド別冊 2012年7月29日号
- 5) ライフ・アンド・エンディングセンター (2012). もしもノート 第3版 宮下印刷出版部
- 6) 新潟県見附市 (2012). マイ・ライフ・ノート
- 7) 大阪府堺市南区 (2012). エンディングノート
- 8) ワーカーズ・コレクティブ生活クラブFPの会 (2012). エンディングノート 初版 ゆうエージェンシー
- 9) 藤原快行・中村麗子・照本夏子ほか (2013). 「生きる」ノート「引き継ぐ」ノート 初版 ザメディアジョン
- 10) 神奈川県横浜市磯子区 (2013). 磯子区版 エンディングノート 第2版
- 11) オフィスシバタ (2013). アクティブノート
- 12) ら・し・さ (2013). ラスト・プランニングノート
- 13) 東京都府中市 (2013). 未来ノート
- 14) トータルライフサポート (2013). その日のために一旅立ちノートー

文 献

- 小学館 (2020). 終活 デジタル大辞林 (Japan Knowledge) : <http://japanknowledge.com>
(2020/5/10 参照)
- 終活カウンセラー協会 (2016). 終活フェスタ in 東京 2016 開催にあたって. 終活フェスタ
ホームページ: <http://www.shukatsu-fesuta.com> (2020/5/10 参照)
- 東京大学高齢社会総合研究機構 (2010). 2030年超高齢未来 東洋経済新報社
- 経済産業省 (2012). 安心と信頼のある「ライフエンディング・ステージ」の創出に向けた普及啓発に関する研究会 報告書 : <https://www.asagao.or.jp/sougi/link/keisanhoukoku.pdf> (2020/5/10 参照)
- 日瀧淳子・岡本祐子 (2008). 中年期の時間的展望と精神的健康との関連 —40歳代, 50歳代, 60歳代の年代別による検討 発達心理学研究, 19(2), 144-156.
- ワールドビジネスサテライト (2015). 市場規模5兆円“終活”フェア
http://txbiz.tv-tokyo.co.jp/wbs/news/post_102463/ (2020/5/10 参照)
- 大谷尚 (2008). 4ステップコーディングによる質的データ分析方法 SCAT の提案—着手しやすく小規模データにも適用可能な理論化の手続き— 名古屋大学大学院教育発達科学研究科紀要, 54 (2) , 7-44
- 大谷尚 (2011). SCAT : Steps for coding and Theorization —明示的手続きで着手しやすく小規模データに適用可能な質的データ分析手法 感性工学, 10 (3) , 155-160
- 古谷野亘・柴田博・芳賀博ほか (1989). 生活満足度尺度の構造; 主観的幸福感の多次元性と

その測定 老年社会科学, 11, 99-115

古谷野亘・柴田博・芳賀博ほか (1990). 生活満足度尺度の構造 ; 因子構造の不変性 老年社会科学, 12, 102-116

内閣府 (2019). 令和元年版高齢社会白書 : https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2019/zenbun/01pdf_index.html (2020/5/10 参照)

池内朋子・長田久雄 (2014). 未来展望尺度の作成 : Future Time Perspective Scale 日本語版 老年学雑誌, 4, 1-9.