

米国のマレッジエデュケーションプログラム“ELEVATE” の日本人シニアへの活用：日本人シニアの現状とニーズ

Applying “Elevate,” an American Marriage Education Program, to Mid-life Japanese Couples:
The Current State and Needs of Mid-life Japanese Couples

多屋 淑子* 泉 光世**

Yoshiko TAYA

Mitsuyo IZUMI

要約 本研究は日本人シニアの QOL 向上を支援する「シニアのためのマレッジエデュケーション (SME)」プログラムの開発のため、60 代以上の男女 20 名を対象とし、夫婦関係の現状や SME の学習内容を明らかにすることにより、米国のマレッジエデュケーション (ME) が活用できるかについて検証した。シニア達は夫婦関係に満足していても、実際は自分が望む夫婦関係ではなく、配偶者への不満や価値観の相違等を意識し、行動は別々でも精神的な繋がりを求めている。SME の上位3項目は、①夫婦間コミュニケーション法、②夫婦が理解しあっているかを確認する方法、③夫婦の時間の上手な過ごし方等であった。シニア達は夫婦がお互いの価値観、人生観等について話し合い、違いを尊重して精神的に満たされた関係性を築く知識とスキルを学ぶ必要があり米国の ME の学習内容を活用できることが確認できた。日本人シニアのためのコミュニケーション法や相互理解する方法に重点を置いた教材開発が求められる。

キーワード：日本人シニア，QOL，マレッジエデュケーション，シニアマレッジエデュケーション，夫婦関係

Abstract To ascertain the current state of marital relationships involving 20 men and women age 60 or over and to ascertain what information needed to be taught in marriage education in order to develop marriage education to help improve the quality of life (QOL) of mid-life Japanese and to verify whether American marriage education could be used in Japan. Although mid-life participants were satisfied with their marital relationships, they were also aware that their marital relationships were not what they wanted them to be. Participants were dissatisfied with their spouses and they had different values. Although participants acted separately, they wanted a mental connection to their spouses. The top 3 topics needed in marriage education for the mid-life were: 1. marital communication techniques, 2. ways to check for mutual understanding, and 3. good ways to spend time together as a couple. Mid-life Japanese couples need to be taught the knowledge/ skills to understand and discuss their values and views on life to create an emotionally satisfying relationship that respects their differences. Results indicated that the information taught in American marriage education can be used in Japan. Educational materials need to be developed for mid-life Japanese couples with an emphasis on communication techniques and methods of fostering mutual understanding.

Key words : Japanese mid-life, OQL, Elevate,
Marriage education for the mid-life,
Marital relationship

* 被服学科
Department of Clothing

** 被服学科学術研究員
Researcher, Department of Clothing

I. はじめに

日本は超高齢社会に突入し、平均寿命・健康寿命共に世界で一番となり、定年退職後の夫婦二人の生活の時間がこれまで以上に長くなっている¹⁾。本研究は、定年退職後の日本人シニア夫婦が QOL を高め、より豊かで互いに自立した健全な夫婦関係を築き、生き抜くための知識とスキルを学ぶ米国で開発されたマレッジエデュケーション (ME) を活用し、日本人に適した「シニアマレッジエデュケーション (SME)」教材の開発を目指している。

前報²⁾では、日本人シニア夫婦の社会的背景と QOL 向上の必要性から課題を明らかにし、その解決方法として米国の“ELEVATE”等を活用して日本人用のシニアマレッジエデュケーション (SME) の教育内容とその方法の開発の可能性について言及した。“ELEVATE”とは米国の専門家によって開発され、米国でも数少ない権威あるマレッジエデュケーションの教育プログラムである。これは、オンライン等を通して無料で誰もが学ぶことができる米国連邦政府承認のエクステンション教育であり、全米で広く実施されている^{3) 4)}。

そこで、本研究では、実際に、定年前後の日本人シニア夫婦を対象に、マレッジエデュケーションプログラム“ELEVATE”の教育内容と教育方法を活用し、その結果から、その教育手法が日本人夫婦の QOL 向上に寄与できる内容かどうかを検討する。さらに、日本人シニアの夫婦の実態を把握し、日本人向けのシニアマレッジエデュケーション (SME) の開発に向けた課題や学習のニーズを明らかにする。

II. 研究方法

本研究は、米国で開発された夫婦間のより良いコミュニケーションの取り方や、夫婦間の問題解決方法を学習するマレッジエデュケーション (ME) プログラムの学習内容が、日本人シニアの夫婦関係の実態とシニアマレッジエデュケーション (以下、SME と記述する) の学習内容のニーズに適合しているのかを知るためのニーズアセスメントとして、無記名のアンケート調査を実施した。

1. 調査時期、調査対象者、調査票

調査時期は 2018 年 7 月であり、調査対象者は関東圏内の協力を得られた公民館のサークルや団体

(計 2 団体) に所属する 60 歳以上の 20 名の男女であった。性別は、男性 18 名、女性 2 名であり、年齢は、全体の平均が 71.2 歳、男性の平均 70.9 歳、女性の平均 76 歳であり、最頻値は 67 歳、年齢幅は 64~93 歳であった。職業の有無は、有職者が 11 名、無職者が 9 名であり、配偶者との同居の有無は、同居有りが 15 名、同居無しは 5 名であった。このうち、配偶者以外の同居有りは 5 名、同居無しは 15 名、独居者は 5 名であった。

本研究のアンケート調査票の質問項目は、Table 1. に示す 14 項目から構成した。質問項目は、日本人シニアの社会背景や課題を具体化した内容とするために、備考欄に示した関連資料を参考にして作成した。

2. 分析方法

Table 1. の調査票によるアンケート結果は SPSS 統計分析ソフトを使用して解析した。その結果から、日本人シニアの夫婦関係の実態や課題、および、SME で学びたい学習内容を明らかにし、日本人シニアに適した SME の学習内容について検証した。

III. 結果と考察

1. 日本人シニアの夫婦関係の実態と課題

(1) 現在の自分自身の人生において一番重視している役割

有効回答者数 19 名中 7 名が、現在の自分自身の人生において一番重視している役割として、「夫又は妻としての役割」を選び、次いで 6 名が「自分の子どもの親としての役割」と回答した。このことから、シニア夫婦は、夫と妻の役割を重視する者と親の役割を重視している者が回答者の約 69% を占めており、地域社会や職業人としての役割よりも家族としての役割を重視していることがわかる。

(2) 現在の余暇時間の使い方

現在の余暇時間の使い方は、有効回答者の 83% が「自分のため」に使うと回答し、次いで「家族全体のため」、「成人した子どものため」であった。「夫婦のため」「仕事のため」「老親のため」「社会・公共のため」と回答する者はいなかったことから、調査したシニア夫婦においては、自分のために余暇時間を使っている者が多いことが明らかとなった。

Table 1. Summary of questions for Japanese mid-life

質問項目	備考（質問項目の内容作成に関連した参考資料）
1 年齢	
2 性別	
3 職業の有無	
4 配偶者との同居の有無	
5 配偶者以外との同居の有無	
6 現在自分の人生で一番重視している役割	「エムプティネスト(空の巣)期」の生活構造と夫婦の生きがいに関する研究－実態調査による実証研究－(石川, 2000) ⁵⁾
7 主に、余暇時間を誰のために使うのか	
8 理想の夫婦関係	高齢者の結婚生活の質と心理的適応及び余暇活動：関係性ステータスの観点から」(宇都宮, 2014) ⁶⁾ で使われている評価尺度および調査内容
9 現実の夫婦関係	
10 配偶者に求めること	石川(2000) ⁵⁾ の研究, および, 「定年退職後夫婦の結婚満足度」(袖井と都築, 1985) ⁷⁾
11 夫婦間の重要な話題	Empty Nesting: Reinventing Your Marriage When the Kids Leave Home (Arp, D., Arp, C., Stanley S., & Blumberg S., 2001) ⁸⁾
12 夫婦関係の幸せ度	評価尺度は, “ELEVATE”開発者からの許可を得て, 日本語に翻訳して使用
13 夫婦関係の満足度	
14 SME で学んでみたい学習内容	1. “Elevate”: Taking Your Relationship to the Next Level (the Alabama Cooperative Extension System & the University of Georgia Cooperative Extension, 2014) ⁴⁾ 2. Empty Nesting: Reinventing Your Marriage When the Kids Leave Home (Arp, D., Arp, C., Stanley S., & Blumberg S., 2001) ⁸⁾

Table 2. Significant Roles

人生の中で重要な役割	度数(人)	%
1. 夫/妻	7	37
2. 自分の子どもの親	6	32
3. ボランティア・地域	2	10
4. 職業人	1	5
5. その他	3	16
合計(有効 19)	19	100

Table 3. Uses of Free Time

余暇時間の使い方	度数(人)	%
1. 自分のため	15	83
2. 家族全体のため	2	11
3. 成人した子どものため	1	6
4. 夫婦のため	0	0
5. 仕事のため	0	0
6. 老親のため	0	0
7. 社会・公共のため	0	0
合計(有効 18)	18	100

(3) 夫婦関係の現実と理想

現実と理想の夫婦関係の在り方に関する質問への回答結果は, Fig.1 に示すとおりである。調査対象者における夫婦関係の在り方は, 現実も理想も「認め合い違いを尊重し別行動」を選択する者が 57% を占め, 過半数が夫婦で別々のライフスタイルを楽しみ, 自立した夫婦関係を築いていることが明らかとなった。理想の夫婦関係として, 次に多い項目は, 「認め合い尊敬し共に行動」であった。一方, 現実の夫婦関係については, 4 つの質問項目のすべてに回答が見られたが, 理想の夫婦関係については, 「干渉し合わない」を選択する者はゼロであった。このことは, 現実の夫婦関係は「干渉し合わない」という者も, 理想の夫婦関係では, 「干渉し合わない」という関係ではなく, コミュニケーションのある夫婦関係を望み, 努力していることが示された。

以上から, 本研究で調査対象とした日本人シニアは, 夫または妻としての役割が人生の中で重要であると意識し, 夫婦が認め合い尊敬し合うことを前提として, 互いに自立して別行動または共に行動する夫婦関係を大切にしている者が現実には 78% を占め, 理想の夫婦関係になると, それは 93% にも及ぶことがわかった。

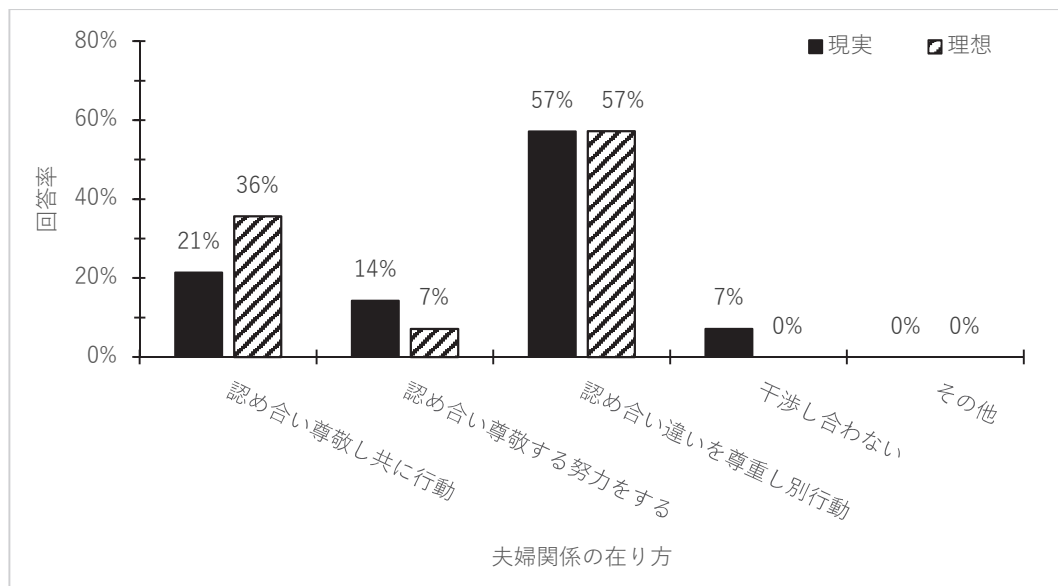


Fig.1 Reality and Ideal of Marital Relationship

この結果から、日本人シニアの夫婦関係の在り方に関する意識として、現実と理想には差異が見られる事例があることがわかった。QOL 向上のためには、今後、その差異を最小化していくことが望まれ、その支援策として、日本人シニアのためのマレッジエデュケーション (SME) による学習は有用であると考えており、今後、SME プログラムの構築と活用方法の検討を行っていく計画である。

(4) 配偶者に求めること

Table 4 は、調査対象者 20 名に、配偶者に求めることを尋ね、22 項目の中から 5 項目を選択して順位付けを行い、5 位までを順位別にまとめた結果である。1 位の要求項目は「第二の人生を精神的に支えて欲しい」(7 名) となり、2 位は「共に出かける機会を増やして欲しい」「自由に使えるお金を増やして欲しい」「自由な時間を増やして欲しい」(各 5 名) であり、3 位は「感謝や謝罪の気持ちを言葉に出して伝えて欲しい」(4 名) であった。

次に、3 位までの項目と、「人生で夫または妻の役割を最も重視している」質問との回答との関係を Table 5 に記すと、「第二の人生を精神的に支えて欲しい」を選択した 7 名中 3 名と「共に出かける機会を増やして欲しい」を選択した 5 名中 3 名が、「夫または妻としての役割」を選択していた。また、

Table 4. What One Wants from One's Spouse

順位	配偶者への要求(有効 20) 上位 5 位まで	度数 (人)
1	第二の人生を精神的に支えて欲しい	7
2	共に出かける機会を増やして欲しい	5
2	自由に使えるお金を増やして欲しい	5
2	自由な時間を増やして欲しい	5
3	感謝や謝罪を言葉で表現して欲しい	4
4	愛情表現して欲しい	3
4	気持ちを理解して欲しい	3
4	短所を受け止めて欲しい	3
4	第二の人生の経済支援して欲しい	3
5	共通の友人や知人と過ごして欲しい	2
5	ボランティアに共に参加して欲しい	2
5	人生の目標の相談に乗ってほしい	2

「自由に使えるお金を増やして欲しい」を選択した 5 名中 2 名と「自由な時間を増やして欲しい」を選択した 5 名中 1 名も、現在の自身の人生において一番重要視する役割として、「夫または妻としての役割」を選択した。しかし、「感謝や謝罪の気持ちを言葉に出して伝えて欲しい」を選択した 4 名においては、「夫または妻としての役割」を人生で最も重視している役割として選択した者はいないことが明らかとなった。

Table 5. What One Wants from One's Spouse & Important Roles

順位	配偶者への要求項目	上位3位までの回答者 (人)	人生で夫または妻の役割 を最も重視している(人)
1	第二の人生を精神的に支えて欲しい	7	3
2	共に出かける機会を増やして欲しい	5	3
2	自由に使えるお金を増やして欲しい	5	2
2	自由な時間を増やして欲しい	5	1
3	感謝や謝罪を言葉で表現して欲しい	4	0

Table 6. Important Topics for Husbands & Wives

順位	夫婦間の重要な話題(有効16)	度数(人)	回答率 (%)
1	健康問題	10	63
2	自分達の老後の過ごし方	9	56
3	夫婦間の意見や価値観の相違	4	25
4	親戚付き合い	3	19
4	経済的問題	3	19
4	お互いの余暇時間の使い方	3	19
4	食生活	3	19
4	住生活	3	19
5	衣生活	2	13
5	その他	2	13
6	不公平な家事分担	0	0

Table 7. Scales for Marital Happiness & Satisfaction

「幸せ度」の評価尺度	「満足度」の評価尺度
0. どうしようもないほどの不幸せ	1. まったく満足していない
1. 非常に不幸せ	2. 満足していない
2. かなり不幸せ	3. やや満足していない
3. 不幸せ	4. やや満足している
4. 少し不幸せ	5. 満足している
5. 少し幸せ	6. 非常に満足している
6. 幸せ	
7. かなり幸せ	
8. 非常に幸せ	
9. 完璧なくらい幸せ	

(5) 夫婦間の重要な話題

Table.6 は、夫婦間の重要な話題について、11項目から上位3項目を選び、有効回答者16名の回答から順位付けを行った結果である。夫婦間の重要な話題の1位は63%が「健康問題」であり、2位は56%が「自分達の老後の過ごし方」を選び、3位は25%が「夫婦間の意見や価値観の相違」を選択した。

以上から、夫婦間で健康問題に関心を持つ者が全体の約6割を超え、また、自分達の老後の過ごし方や夫婦関係の問題に関心を持っている者を合わせると、回答者全体の約8割となり、調査対象者はこれ

らの項目に大きな関心を寄せていることが明らかになった。

(6) 現在の夫婦関係における幸せ度と満足度

Table 7に示すように、「幸せ度」はリッカート尺度による10段階の評価尺度を用い、「満足度」は6段階の評価尺度を用いて評価を行わせた。

Fig.2 から、夫婦関係の「幸せ度」については、調査回答者の約90%が評価尺度の「幸せ」から「完璧なくらい幸せ」であると答えているが、約10%のシニアが夫婦関係の幸せ度が低いことが示された。

また、Fig. 3の夫婦関係の「満足度」については、調査回答者の69%が「満足している」と回答しているが、「やや満足していない」者が6%、「やや満足している」者が25%となり、調査対象者の約30%が夫婦関係に不満を抱えていることが観察された。このような状況から、日本人シニアのQOLを向上させるには、「幸せ度」を高める工夫や「不

満度」を解消する方策が必要であることが明らかとなった。そのためには、日本人シニアの夫婦関係の「満足度」や「幸せ度」を高める手段としてのシニアマレッジエデュケーション（SME）を推進することは意義があることから、日本人向けのSMEプログラムの開発の検討を行っていく計画である。

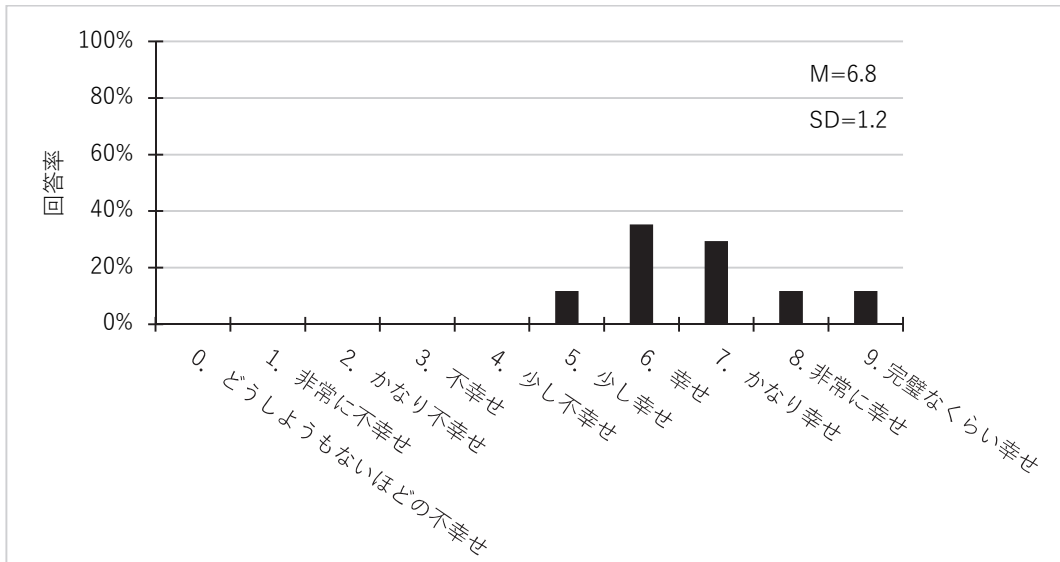


Fig.2. Marital Happiness

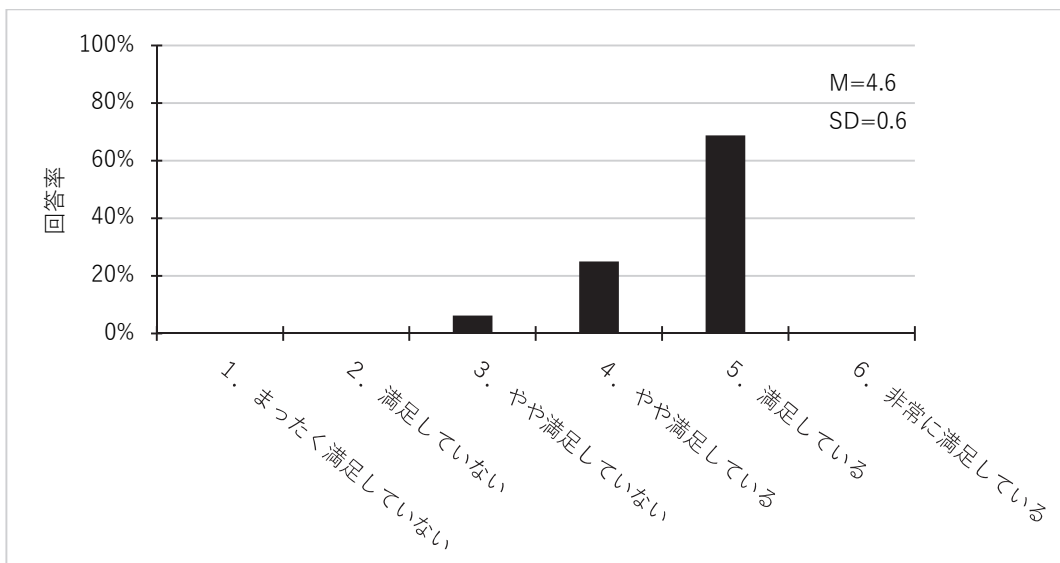


Fig.3. Marital Satisfaction

Table. 8. Educational Information Needed in Marital Education for the Mid-life

順位	SME で学びたいこと(有効 19)	度数(人)	回答率(%)
1	コミュニケーションの方法	8	42
2	相互理解の確認法	5	26
3	夫婦の時間・お金・家事分担	4	21
4	夫婦間問題解決法	3	16
4	成人した子どもとの付き合い方	3	16
5	愛情表現	2	11
6	老親との付き合い方	0	0
6	その他	0	0

2. 日本人シニアのQOL向上を支援するシニアマレッジエデュケーション(SME)の学習内容

日本人シニアが学んでみたい SME の学習内容については、調査対象者に、Table.8 の 8 項目の中から 6 項目を回答させた結果、「老親との関係」と「その他」を選択した回答者はいないことが明らかとなった。この中で、上位 3 項目の順位は、1 位は「夫婦間の上手なコミュニケーションの方法」(42%)、2 位は「夫婦がどれだけ理解しあっているか確認する方法」(26%)、3 位は「夫婦の時間・お金・家事分担の仕方」(21%)であった。

以上から、「夫婦間の上手なコミュニケーションの方法」を選ぶ者が、回答者全体の約 4 割を占め、「夫婦がお互いに理解しあえているかどうか確認する方法」は、回答者数全体の約 4 分の 1 となり、これらが SME における学習内容の中で関心の高い事項であり、SME プログラムの開発に際しては、重点的に考慮する内容であることがわかった。

IV. 総括

1. シニア達の夫婦関係の実態

(1) 「自分」中心で、夫婦別々のライフスタイルを好むシニア達

本研究の調査結果によると、調査参加者である 60 歳以上の日本人シニアは、現在の人生における重要な役割として、夫または妻としての役割を重視している傾向が強いが、日常の余暇時間は自分自身のために使うと回答した者が大半を占め、夫婦のために使うと回答した者はいなかった。また、理想の夫婦関係のタイプとして「お互いに認め合い尊敬し合いながらも別々のライフスタイルを楽しむ夫婦関係」を選択した者が最も多かった。これらの結果か

ら、自らの人生において夫婦関係に重きを置いているが、実際の生活では夫婦単位より「自分」中心の生活を望む傾向があるシニア像が明らかになった。

(2) 夫婦関係の在り方に対する意識は現実と理想とは異なる

本研究で調査対象とした日本人シニアは、夫または妻としての役割が人生の中で重要であると意識し、夫婦が認め合い尊敬し合うことを前提として、別行動または共に行動する夫婦関係を大切に生活をしている者が現実には 78%であったが、理想では 93%にも及ぶことがわかった。この事例のように、理想と現実の夫婦関係の在り方の意識には差が見られることが明らかとなった。QOL 向上のためには、今後、その差を少なくしていく必要があり、その支援策として、日本人シニアのためのマレッジエデュケーション(SME)は有用であると考えられる。

(3) 二極化する夫婦関係

調査回答者の中では、夫婦関係が二極化する傾向が観察できた。その二極化を「きずな重視型夫婦」と「疎遠不満型夫婦」と呼称することができる。

1) きずな重視型夫婦

調査回答者 20 名のうち、最も多くの 7 名(全体の約 3 割)の者が配偶者に対して、第二の人生の目標を達成するための精神的支えを求めていた。この結果は、本研究では調査参加者の 9 割が 60 歳以上の男性であったため、日本人シニアの男性が定年退職前後に、配偶者に対して、自らの第二の人生を送るうえで精神的支えを期待している傾向があるということを表している。また、回答者 20 名のうち 5 名(1/4)の者が、夫婦で共に出かける機会を増やすことを希望し、そのうち 3 名(約 6 割)の者が

「夫または妻としての役割」を自らの人生の中で重視していると報告しており、夫婦で共により多くの時間を過ごしたいと思う者ほど、人生の中で夫婦としての役割に重きを置いている傾向が見られた。

2) 疎遠不満型夫婦

調査回答者20名中、その4分の1にあたる5名の回答者が、夫婦別々に行動する自由な時間を増やして欲しいと希望し、そのうち1名しか人生の中で夫婦としての役割を重要視していると報告していなかった。また20名中4名の者が、感謝の気持ちや謝罪の気持ちを言葉で表現して欲しいと報告し、夫婦としての役割を重要視している者はいなかった。言い換えると、より多くの時間を夫婦別々に過ごしたいと望んだり、配偶者に対する心情的な不満を抱く者は、人生における夫婦としての役割に対する重要度を軽視する傾向があることが明らかになった。

(4) 健康問題と老後の生活と夫婦の問題への関心

最も多かった夫婦間の話題は、回答者数全体の6割を占める健康問題であった。また、自分達の老後の過ごし方や夫婦間の意見や価値観の相違について話し合うものを合わせると全体の8割を占め、夫婦二人の老後の生活及び夫婦関係の在り方について、夫婦間で高い関心を寄せていることが推察される。

(5) 夫婦関係の幸せ度と満足度

夫婦関係の幸せ度については調査回答者の約半数強の者が「かなり幸せ」「非常に幸せ」「完璧なくらい幸せ」、夫婦関係の満足度については約7割が「満足している」と報告していることから、夫婦関係に対する幸せ感や満足感を感じている者が多いという傾向が明らかになった。

2. シニアの夫婦関係に関する課題

日本人シニアは意識の上では現在の夫婦関係に満足し、幸せ感を感じている傾向が見られることがわかったが、実際には自らの希望する夫婦関係ではなく、配偶者に対する不満や、老後の夫婦間の問題や、価値観や意見の相違を意識し、また夫婦の行動は別々であっても、精神的なつながりを求める傾向にあることが明らかになった。この結果から、日本人シニアの課題は、QOLを高め、互いに精神的な絆を強め、健全で自立した夫婦関係を構築していくことであることが明らかになった。この課題を解決す

ることをサポートするために、日本人シニアに対してSMEを実施することの意義が示唆された。

3. シニアがSMEで学んでみたい学習内容

全体の約4割の回答者が「夫婦間の上手なコミュニケーションの方法」、約4分の1が「夫婦がお互いに理解しあえているかどうかを確認する方法」、さらに全体の約2割が「夫婦の時間・お金・家事分担の仕方」をSMEで学んでみたい項目として選択していた。この結果は、上記に述べたように日本人シニアが意識上では夫婦関係に満足していても、実際には自分が望む夫婦関係ではないことや、配偶者に対する不満や、価値観や意見の相違などを意識していたことに関連していると考えられる。さらに、夫婦の行動は別々であっても精神的つながりを求め、より良い夫婦の在り方を築いていくことに関心を示していることが推察される。

つまり、本研究の調査対象であるシニア達は、これらの課題を解決するために、以下に整理された3点を十分に意識しながら生活をする必要があることがわかった。

- ①夫婦間のコミュニケーションを上手にとることが非常に重要である。
- ②夫婦がお互いに、現状よりもさらに理解し合うことが必要である。
- ③夫婦間の精神的距離を縮めるために、時間の上手な過ごし方やお金と時間の使い方などの具体的な対処法を積極的に学ぶことが必要である。

4. 日本人シニアのためのSME学習内容

本研究における夫婦関係の実態から、シニア達は概ね夫婦関係に満足していても実際には自分が望む夫婦関係ではなく、配偶者に対する不満を持ち、価値観や意見の相違を意識している等、夫婦関係に何らかの問題を抱え、夫婦の行動は別々であっても精神的な繋がりを求める傾向があることが明らかになった。また夫婦別々の時間を増やして欲しいと望むシニアは人生の中で夫または妻としての役割に対し重きを置かない傾向があった。さらに、日本人シニアが望む上位3つのSMEの学習内容は、①夫婦間のコミュニケーションを上手にとる方法、②夫婦がお互いにもっと理解しあう方法、そして、③夫婦での時間の上手な過ごし方やお金と時間の使い方

あった。これらの学習内容は先行研究で明らかになった日本人シニアに求められる学習内容『①夫婦関係の認識の違いを自覚し認め合う、②理解しあうための上手なコミュニケーションスキルを学ぶ、③互いに満足できる心身のサポート・ケアをしあう方法を学ぶ』とほぼ一致していることが認められた。

以上のことから、日本人シニア達は、コミュニケーションを上手にとることで、夫婦がお互いの価値観、意見、人生観、好みなどの違いについて理解し合い、その違いを尊重し、互いに留意しながら、上手な時間とお金を使い、夫婦間の信頼関係を築くための絆を強め、お互いが満足いく関係性を築くための知識とスキルを学んでいく必要性が示唆された。

以上の本研究の結果から、先に述べた米国で開発されたMEプログラム“ELEVATE”¹⁸⁾のコミュニケーションスキルの習得を主体とした学習内容の中の項目 2.Lay the foundation (夫婦の関係性の礎を築く)、項目 3.Enlighten (相手のことを理解する：趣味・好み・生まれた家族・過去の経験・価値観・意見・時間とお金の使い方)、項目 4.Value (相手と二人の関係性に価値を置いていることを相手に上手に伝える方法)、項目 5.Attach (ふれあい：愛情表現や相手を思いやる方法)、項目 6.Tame (意見の違いや葛藤を温和に解決する方法)等の教材を活用できる可能性があることが明らかになった。特に、コミュニケーションスキルを習得することを主体とした、相手を理解し違いを認め合う方法に重きを置き、より良い夫婦の在り方について学ぶことのできる学習プログラムの開発が望まれる。

夫婦間での重要な話題として、健康問題を最も多くの回答者が選択していた。これは“ELEVATE”の項目 1.Empower yourself (自分を元気づける)の中で扱われている内容に相当している。しかし、この項目に関しては医学的・栄養学等の専門的知識を持つ者から正しい専門的な指導を受けることが望ましいと考えられ、日本におけるSMEの学習内容として含むかどうかは、今後検討していく必要がある。日本人シニアのQOL向上を推進するには、今後、SMEの教育とこれらの分野との連携を考慮して進めていくことも十分に考えられる。

V. 今後の課題

本研究は、日本にSMEを導入するためのパイロットスタディーとして、日本人シニアの夫婦関係

の実態及び、SMEにおいて学びたい学習内容を明らかにするためのニーズアセスメントを実施し、米国のMEプログラム“ELEVATE”を活用できるかについて検証した。今後は以下を検討する。

1. 本研究で得られた結果は、調査参加者数が20名と少なく、日本全体のシニアの傾向として一般化はできないことから、今後、より多くの調査参加者を募り、より正確で信頼性のある結果を得るため、長期的に継続して研究を続ける必要がある。
2. 参加者の大半が男性で、女性のサンプル数が極端に少ないため、男女の比率が均等になるように調査参加者を募る必要がある。
3. 本研究では、調査参加者の全体の傾向をつかむことはできたが、今後は、より詳細な個人の夫婦関係の実態やSMEに求める内容に関するアンケート調査による質的な研究が求められる。
4. 調査対象者により、個々の夫婦関係の状況やニーズが違うことが予想されるため、SMEを実施するごとに、対象者に対するニーズアセスメントを行い、個々に適した教材を活用し、より効果的な教育を提供していく必要がある。
5. 日本人シニアにより適したSMEプログラムを開発するため、各SME講座実施直後の本プログラムに対する印象や評価、及び、学習効果を検証するための講座から3か月後にアセスメント調査の長期的・継続的調査の実施を積み重ねていく必要がある。

最後に

この調査を実施するにあたり、米国の“ELEVATE”の教育方法を日本人シニアに用いることに関しては、開発者であるDr. Ted Futris & Dr. Francesca Adler-Bederから、直接許可を得て実施している。

また、調査に際しては、日本女子大学倫理審査委員会の承認を得て実施している。

引用・参考文献

- 1) 内閣官房人生100年時代構想推進室：人生100年時代構想会議資料（2017）
http://www.cao.go.jp/wlb/government/top/hyouka/k_42/pdf/s3-1.pdf（2019年1月21日）
- 2) 多屋淑子・泉光世：日本人シニアのQOL向上を支援するシニアマレッジエデュケーションプロ

- グラムの必要性について, 日本女子大学大学院
紀要家政学研究科・人間生活学研究科紀要, 第
25号, 165-175 (2019)
- 3) Futris, Ted & Adler-Beader, Francesca: *The National Extension Relationship and Marriage Education Model: Core Teaching Concept for Relationship and Marriage Enrichment Programming*, GA:University of Georgia Cooperative Extension (2013)
 - 4) Futris, Ted & Adler-Beader, Francesca: *Elevate: Taking Your Relationship to the Next Level*, Alabama Cooperative Extension System, GA: Alabama Cooperative Extension System & the University of Georgia Cooperative Extension (2014)
 - 5) 石川実:「エンプティネスト(空の巣)期」の生活構造と夫婦の生きがいに関する研究 -実態調査による実証研究-, 平成10・11年度科学研究費補助金〔基礎研究(C)(2)〕研究成果報告書(2000)
 - 6) 宇都宮博:高齢者の結婚生活の質と心理的適応及び余暇活動:関係性ステータスの観点から, 高齢者のケアと行動学, 19, 45-62 (2014)
 - 7) 袖井孝子・都築佳代:定年退職後夫婦の結婚満足度, 社会老年学, 22, 63-77 (1985)
 - 8) Arp, D., Arp, C., Stanley, S. & Blumberg, S.: *Empty Nesting: Reinventing Your Marriage When the Kids Leave Home*. Jossey-Bass, A Wiley Company, San Sisco (2001)