

資料

わが国における配偶者を失った高齢者の体験に関する文献検討

前田 晃史*

Experiences of Widowed Older Adults in Japan: A Literature Review

Akifumi MAEDA

Senri Kinran University, Faculty of Nursing

Key Words : 死別, 配偶者, 高齢者, 体験
bereavement, spouse, older adults, experience

要 旨

【目的】本研究の目的は、配偶者を失った高齢者の体験を文献検討によって明らかにし、高齢者への支援を考察することである。

【方法】国内文献を対象とし、配偶者を失った高齢者の体験に焦点を当てた12件を分析対象とした。分析方法は、記述の類似性に基づいてコード化し、サブカテゴリとカテゴリに分類した。

【結果】配偶者を失った高齢者は【死別によって生じる困難な体験】に直面し、【家族・周囲に支えられる体験】を通じて、新たな生活の支えを見出す。【喪失による変化に対応する体験】を重ね、次第に【死を受容して故人とつながる体験】をし、他者を支援するなど新たな役割を得て、【自己成長を感じる体験】へとつながっていた。

【考察】配偶者を失った高齢者へは、【死別によって生じる困難な体験】への理解をふまえた継続的な支援が求められる。地域活動やボランティア活動への参加を通じて新たな役割を得ることが、【自己成長を感じる体験】につながる。

1. 緒 言

わが国の全人口に対する65歳以上の人口の割合は2024年に29.3%となり、今後も増加が見込まれている(総務省統計局, 2024)。2025年以降は、団塊世代がすべて後期高齢者となり、毎年150万人以上の高齢者が死亡する「多死社会」を迎え(日本医師会 生命倫理懇談会, 2018)、配偶者を失う高齢者も増加することが予測される。

配偶者との死別は、ライフイベントの中で最もストレス度が高く(Holmes *et al.*, 1967)、特に長年共に過ごした高齢者にとって配偶者の死は大きな衝撃となり、新たな環境への適応に困難が生じる(渡邊ら, 2021)。配偶者を失った高齢者の心理的变化として、気力の低下、うつ病の発生、孤独感などがあり(Blanner *et al.*, 2021)、これらの心理的变化から飲酒率や喫煙

率の増加など生活習慣の乱れにつながるものが指摘されている(DiGiacomo *et al.*, 2013)。また、配偶者を失った高齢者は孤独感を緩和するため、地域の活動などへの参加を望んでも、身体的機能低下や経済的問題などにより参加が制限され、社会的孤立が深まることがある(多次ら, 2016)。配偶者を失った高齢者は、このような身体的、心理的、社会的変化により入院率の増加、内服量の増加など健康への影響が報告されている(DiGiacomo *et al.*, 2013)。さらに、高齢者は死別による身体的、心理的、社会的問題だけでなく、配偶者のいない実生活の問題を解決し、生活を再建しなければならない(室屋ら, 2013)。生活の変化として、男性は、主に家事を含めた身の回りのことに困難が生じ(浅野ら, 2020; 柴田ら, 2020)、生活を立て直そうと行動するが、自らが納得できるような

*千里金蘭大学看護学部

結果とならず、生活の立て直しに困難を感じていた（白川，2009；生天目ら，2018）。一方、女性は夫を失ったことにより、食事や家事など家庭内での役割を喪失し、生活に張り合いがなく、不規則な食事や不眠につながっていた（梅崎ら，2003）。

近年は高齢者単独世帯の増加に伴い、配偶者との死別後にこれらの困難に一人で向き合わざるを得ない高齢者が増加している（内閣府，2023）。そのため、配偶者を失った高齢者が生活の再構築を図るために、家族や地域住民など周囲からの支援が不可欠となる。しかしながら、核家族や夫婦のみの世帯の増加、近隣住民との交流の減少など社会構造の変化により、家族を支える体制が機能しなくなっており、遺された高齢者が誰からも支援を受けられないことも少なくない（上村ら，2023）。その結果、認知症、セルフネグレクトなどといった深刻な問題に至るリスクも指摘されている（Sadock *et al.*，2014；坂口，2021）。そのため、配偶者を失った高齢者への支援のあり方を考えるうえで、配偶者との死別後の体験を明らかにする必要があると考えた。

本研究の目的は、配偶者を失った高齢者の体験を文献検討により明らかにし、高齢者への支援について考察することである。

Ⅱ. 方 法

1. 用語の操作的定義

配偶者を失った高齢者の体験

体験とは「自分が身をもって経験すること」、経験とは「人間が外界との相互作用の過程を意識化し、自分のものとする」とあり、「体験」には「経験」の概念も含まれる（新村，2018）。そのため、本研究では配偶者を失った高齢者の体験は、「経験」も含めて「体験」とした。

2. 文献検索方法

国外文献は文化的背景の相違に加え、死別後の宗教的介入の重視（木村，2009；浅川，2020）、保険制度・支援体制の違い（大久保，2021）により、本研究に直接的に活用できる知見は限定的であった。そのため、国内文献に絞り、分析を行った。

書誌データベースは、医学中央雑誌を用いて、対象期間はわが国が高齢社会を迎えた1994年

～2024年とした。統制語（thesaurus；TH）は「死別」、「配偶者」とし、検索式は（死別 and 配偶者）として検索した。

3. 分析方法

対象文献の結果を精読し、配偶者を失った後の体験に関する記述を抽出した。抽出した記述をもとに、類似する内容をまとめ、コードを作成した。作成したコードを比較し、より抽象的なサブカテゴリ、さらにカテゴリに分類した。また、レビューマトリックスを作成し、各文献の研究目的、対象、方法、主な結果を整理した上で、共通点や相違点を明確にした。

4. 倫理的配慮

本研究は、既に公表されている研究文献を対象とした文献検討であるため、倫理委員会の承認は得ていない。文献の利用は著作権を侵害しない範囲で行い、特に先行研究で述べられた結果と研究者の見解を分けて述べるなどし、倫理的配慮に留意した。

Ⅲ. 結 果

1. 文献検索結果と対象文献の特徴

検索の結果、597件の文献が見つかった。その中から、高齢者の疾患、日常生活動作に関するもの、壮年期を対象としたもの、外国人を対象としたものなど、研究目的に適合しない文献を除外し、最終的に12件の文献を対象とした。

研究方法は質的研究10件、症例研究1件、混合研究1件であり、データ収集方法は、インタビュー9件、インタビューと質問紙2件、フォーカスグループインタビュー1件であった。対象者の性別は、男性のみ5件、女性のみ4件、男女3件であり、年齢は60歳代後半から90歳代であった。対象者へのインタビュー時期は、配偶者との死別から3か月から30年であった（表1）。

2. 配偶者を失った高齢者の体験の分類

分析の結果、26コード、12サブカテゴリ、5カテゴリに分類できた。以下は、対象者のコードを〔 〕、サブカテゴリを〈 〉、カテゴリを【 】で示す（表2）。

1) 死別によって生じる困難な体験

【死別によって生じる困難な体験】とは、配偶者を失ったことによる身体的不調、心理的变化、日常生活上の困難などの体験についてのカテゴリである。配偶者を失ったことにより〈喪失に

表1 対象文献の概要

番号	タイトル	著者(発行年)	目的	死別からの期間	年齢	性別	人数	研究方法	データ収集方法	結果
1	高齢者における配偶者死別後の悲嘆過程: 農村社会での調査結果を踏まえて	澤田愛子, 他 (1998)	農村部に住む高齢者を対象に、配偶者との死別後の悲嘆過程を明らかにする。	7か月から8か月	65歳以上	男女	35名	混合研究(質的と量的)	インタビュー、質問紙	高齢者の死別後の悲嘆過程は、一般的に若年者と比べて緩やかである。しかし、死別後に独居となった高齢者の場合は、家族や友人からの支援が得られにくく、また配偶者が予期せず亡くなった場合には心の準備ができていないことから、より一層の社会的サポートが必要とされる。
2	配偶者と死別した在宅高齢者の思いの分析	杉本知子, 他 (2004)	配偶者と死別した高齢者を対象に、死別体験の思いを明らかにする。	6年から22年	70歳代から80歳代	男女	6名	質的研究	半構造的インタビュー	対象者の思いとして【死者への思慕】、【苦しみからの解放】、【看取りをめぐる権いの継続】、【あきらめ】の4つカテゴリがあり、時間の経過により【自己存在の意義の確認】、【人生パターンの再構築】、【自己の死に対する認識の深まり】の3カテゴリが抽出された。
3	夫と死別した高齢女性の悲哀の仕事: サポートグループにおける参加者の語りから	池田紀子, 他 (2004)	夫と死別した高齢女性を対象に、悲哀の仕事 (grief work) を明らかにする。	3か月から10年	65歳以上	女性	9名	質的研究	フォーカスグループインタビュー	対象者の悲哀の仕事として【夫の介護と看取り】、【夫への思慕、罪悪感、怒り】、【抑うつ】、【家族や友人の中での孤独と傷つき】、【あきらめから受け入れへへ】、【これからの人生に向けての生活の再構築】の6カテゴリが抽出された。
4	配偶者と死別した高齢者の悲嘆のプロセスと悲嘆への援助	加藤和子, 他 (2010)	配偶者と死別した高齢者を対象に、悲嘆のプロセスを明らかにする。	14か月から32か月	60歳代後半から80歳代	男性	10名	質的研究	半構造的インタビュー	対象者の悲嘆のプロセスは【心のゆらぎ】を体験し、【心のゆらぎに対処しよう】と努力することを通して【配偶者の死に区切りをつける】、【解放される】、【余生を自分らしく生きる方法を見出す】へ至っていた。
5	夫との死別体験をした高齢女性の生きなおしの過程	澤野りき江 (2011)	夫と死別を体験をした高齢女性を対象に、自己成長の過程を明らかにする。	9か月から11か月の間に5回の面談	60歳後半	女性	1名	症例研究	半構造的インタビュー、質問紙	対象者の自己成長として【人間関係の再認識】、【自己の成長】、【死への態度の変化】、【ライフスタイルの変化】、【生への感謝】の5カテゴリが抽出された。
6	福祉の現場から 配偶者を亡くした高齢期女性の語りにもみる生活の支え	中川美子, 他 (2017)	配偶者と死別した高齢女性を対象に、生活の支えを明らかにする。	9か月から3年7か月	70歳代から80歳代	女性	4名	質的研究	半構造的インタビュー	対象者の生活の支えとして【アイデンティティの再構築】、【夫とのつながり】、【他者とのつながり】の3カテゴリが抽出された。
7	配偶者と死別したひとり暮らしの男性高齢者が食を通じた交流へ参加したきっかけと継続していくプロセス	生天目慎子, 他 (2018)	配偶者と死別後に交流に参加したきっかけと継続していくプロセスを明らかにする。	2年8か月から13年	81歳から90歳	男性	6名	質的研究	半構造的インタビュー	死別後の悲嘆や家事など新たな生活への【立て直しの難しさ】を体験し、身近な人からの食を通じた交流への参加の【誘いに乗ってみる】ことを通じ、【迷いや納得の繰り返り】のなか参加を続けることで、【食事と人の温もりによるいやし】により、悲嘆からの回復や生活を整えるための【ひとり暮らしを支える助け】を得るプロセスが明らかとなった。
8	都市部においてがんの妻を看取った男性高齢者が生活を再構築するプロセス: 2事例の分析から	森實詩乃, 他 (2019)	都市部に住むがんに罹患した妻と死別した男性高齢者を対象に、死別後の生活再構築のプロセスを明らかにする。	3か月から1年	60歳代後半から80歳代後半	男性	2名	質的研究	半構造的インタビュー	対象者の死別後の生活再構築のプロセスとして【死別後の生活を意識した生活をおくる】、【家事は分担していたので苦にならない】、【妻の生前から自ら近所付き合を行う】、【別居の家族や親族の訪問を時々受け、身の回りの世話をしってもらう】、【生前の妻の付き合いの良さを思い出される】、【買い物や知人と会う時間をつくり出かける】、【死別後、自分の健康面を気にかけてくれる存在がいる】と安心できる【7概念】が抽出された。
9	配偶者と死別した独居高齢者のソーシャルサポートに着目した悲嘆の適応過程	柴田りさ, 他 (2020)	配偶者と死別した独居高齢者を対象に、どのようなソーシャルサポートを受けて悲嘆の適応にたどるのかを明らかにする。	1年1か月から4年9か月	平均 85.6歳	男女	9名	質的研究	半構造的インタビュー	対象者の悲嘆の適応過程は、【家族などごく身近な他者から日常生活のサポートを受けること】で何とかが生活が営める【友人や同じ境遇の他者と互いの苦悩体験を共有すること】で現状から脱しようとする【さまざまな他者から御生話を支えられること】によって安心しやすくなる【3段階】が明らかとなった。
10	配偶者と死別した男性高齢者の対処と心理過程	室屋和子, 他 (2021)	配偶者と死別した男性高齢者を対象に、悲嘆の対処と心理過程を明らかにする。	1年から30年	70歳代から90歳代	男性	9名	質的研究	半構造的インタビュー	対象者の悲嘆の対処として【妻を偲ぶながら夫婦の絆により再生される】、【これまでの役割を死別後に意味のあるものとしてつくりかえる】、【死別から立ち直り妻のいない新たな生活へ踏み出す】、【夫として妻の命に責任を持つ】の4カテゴリが抽出された。
11	夫を看取り終えた高齢女性のその後の対処	室屋和子, 他 (2022)	夫を看取った高齢女性を対象に、死別後の対処を明らかにする。	1年6か月から9年	70歳代から90歳代	女性	3名	質的研究	半構造的インタビュー	対象者の死別後の対処として【あの世の夫と繋がりとうとする】、【介護中の妻としての役割を意味づける】、【夫婦中心の生活から周囲の人たちとの結びつきへと変えていく】、【夫のいない新しい新たな生活へ踏み出していく】、【自分の経験や人々のために役立てる】の5カテゴリが抽出された。
12	都市部に暮らす配偶者と死別した男性高齢者の死別後の体験	白川あゆみ (2022)	都市部に暮らす配偶者と死別した男性高齢者を対象に、死別後の体験を明らかにする。	2年から6年	平均 75.3歳	男性	3名	質的研究	半構造的インタビュー	対象者の死別後の体験として【配偶者との死別による孤独感】、【知人・顔見知り程度の者からの誘い】、【新たな活動と交流】、【旧来からの交流】の4カテゴリが抽出された。

表2 配偶者を失った高齢者の体験

カテゴリ	サブカテゴリ	コード
死別によって生じる困難な体験	喪失による悲嘆	喪失による深い動揺と無気力
		喪失による長期間にわたる悲しみと孤独感
		一人遺された寂しさ
		特定の時間や時期に強まる感情の波
		配偶者の死を認められない
		配偶者がいないことを実感する
	新たな困難や課題が生じる	人生の有限性と向き合う
		生活上の困難や負担
		看取りと介護における未練と罪悪感
		忙しさに追われ配偶者の死と向き合えない
喪失による身体的不調	喪失による身体の不調	
喪失による変化に対応する体験	健康を意識する	健康への関心が高まる
		健康を意識し日常的に体を動かす
	喪失感への対処	喪失感を和らげるために意図的に配偶者を遠ざける
		流れに任せて気が済むまで悲しむ
	社会との交流を調整する	社会とのつながりを調整する
		他者がきっかけとなり社会と交流を図る
死を受容して故人とつながる体験	喪失を受容する	介護と看取りに対する達成感
		追悼行事が区切りとなる
		配偶者の死を受け入れる
	故人と精神的につながる	故人と精神的なつながり
故人に対する愛情	故人への愛情	
家族・周囲に支えられる体験	家族・周囲に支えられる	家族や周囲の存在が支えとなる
		周りに助けられ生活を送る
自己成長を感じる	新たな役割を得る	他者への支援を通じて役割を意識する
	他者との交流により自己成長を感じる	交流を通じて自己成長や生きがいを発見する

よる身体的不調〉が生じており、[喪失による身体の不調]として、頭痛や食欲不振、睡眠障害などを体験していた。〈喪失による悲嘆〉は、高齢者は[喪失による深い動揺と無気力]、[喪失による長期間にわたる悲しみと孤独感]、[一人遺された寂しさ]などを感じていた。また、高齢者は夜間や一周忌など[特定の時間や時期に強まる感情の波]を体験していた。

〈新たな困難や課題が生じる〉は、配偶者との死別を契機に、実存的な課題として[人生の有限性と向き合う]、日常的な困難として[生活上の困難や負担]が生じていた。また、配偶者への過去の看取りや介護に対して[看取りと介護における未練と罪悪感]を抱くことや[忙しさに追われ配偶者の死と向き合えない]体験があった。

2) 喪失による変化に対応する体験

【喪失による変化に対応する体験】とは、配偶者の喪失による身体的、心理的、社会的変化に

適応しようとするなどの体験についてのカテゴリである。〈健康を意識する〉は、配偶者を失ったことで高齢者は[健康への関心が高まる]、[健康を意識し日常的に体を動かす]体験があった。〈喪失感への対処〉は、[喪失感を和らげるために意図的に配偶者を遠ざける]体験をしていた。〈社会との交流を調整する〉では、家族や友人との関係においては、高齢者が自らの心理状態に応じて、他者とのつきあいを閉ざす、また制限するなど[社会とのつながりを調整する]体験があった。また、家族や友人、地域の支援者からの誘いや勧めを受けて、徐々に交流の場に参加し、[他者がきっかけとなり社会と交流を図る]体験をしていた。

3) 死を受容して故人とつながる体験

【死を受容して故人とつながる体験】とは、高齢者が配偶者の死を受け入れて故人を大切に思い、心の支えとして存在するなどの体験につい

てのカテゴリである。〈喪失を受容する〉は、配偶者を介護し看取ったことに対して〔介護と看取りに対する達成感〕を感じ、墓参りや一周忌など〔追悼行事が区切りとなる〕体験をしていた。また、日常生活の中で配偶者の不在を実感し、時間経過とともに〔配偶者の死を受け入れる〕体験があった。

〔故人と精神的につながる〕は、日常生活の中で故人の存在を感じて、故人に語りかけ、思い出を振り返ることにより〔故人と精神的なつながり〕を感じていた。〈故人に対する愛情〉は、配偶者の死後も変わらない〔故人への愛情〕を抱く体験があった。

4) 家族・周囲に支えられる体験

〔家族・周囲に支えられる体験〕とは、高齢者は家族だけでなく、亡くなった配偶者の友人、亡くなった配偶者と関係のあった医療者、交流会で出会った仲間など周囲に支えられる体験についてのカテゴリである。〈家族・周囲に支えられる〉は、高齢者は〔家族や周囲の存在が支えとなる〕体験を通じて、喪失感を和らげていた。また、日常生活においても、〔周りに助けられ生活を送る〕体験をしていた。

5) 自己成長を感じる体験

〔自己成長を感じる体験〕とは、他者との交流を通じて、楽しみや生きがい、また、新たなコミュニティで役割を得るなど自身の成長を感じる体験についてのカテゴリである。〈新たな役割を得る〉は、高齢者はこれまでの自分の体験を他者にアドバイスするなど〔他者への支援を通じて役割を意識する〕体験があった。〈他者との交流により自己成長を感じる〉は、交流会などで新たな知識や技術を身につける、他者との関係性の中で新たな責任を担うことにより〔交流を通じて自己成長や生きがいを発見する〕体験をしていた。

IV. 考 察

本研究において、配偶者を失った高齢者は【死別によって生じる困難な体験】に直面し、【家族・周囲に支えられる体験】を通じて、新たな生活の支えを見出す。【喪失による変化に対応する体験】を重ね、次第に【死を受容して故人とつながる体験】をし、他者を支援するなど新たな役割を得て、【自己成長を感じる体験】へとつ

ながると考えられる。これらのカテゴリをもとに、配偶者を失った高齢者への理解と求められる支援について考察する。

1. 配偶者を失った高齢者への理解

配偶者を失った高齢者は、慢性疾患の悪化 (DiGiacomo *et al.*, 2013)、孤独感 (Blanner *et al.*, 2021)、日常生活上の困難 (室屋ら, 2013) など身体的、心理的および日常生活上の困難が報告されている。本研究においても【死別によって生じる困難な体験】として、〈喪失による身体的不調〉、〈喪失による悲嘆〉、〈新たな困難や課題が生じる〉の身体的、心理的および日常生活上の困難が明らかとなった。これらの体験を経て、高齢者は【喪失による変化に対応する体験】の中で、悲嘆を和らげるために他者とのつながりを閉ざす、関係を制限するなどの行動をとっていた。このような対応は、心理的安定を図る一方で、社会的孤立のリスクを高める可能性もある。社会的孤立とは、他者との関わりやつながりが著しく少ない状態を指し (村山ら, 2024)、社会的孤立を引き起こす要因として、近親者の死別がある (Urbanik *et al.*, 2023)。社会的孤立は、死亡や疾患の罹患のリスクを高めるため (Leigh-Hunt *et al.*, 2017)、その予防に向けた支援が必要である。

【家族・周囲に支えられる体験】は、高齢者の適応を促進する重要な体験であると考えられる。柴田ら (2020) の配偶者を失った高齢者の適応過程では、死別初期には身近な家族から日常生活のサポートを受け、最終的には、地域社会、医療者、宗教団体などさまざまな人々に支えられて適応していた。分析文献の研究対象者は、配偶者の死別後3か月から30年と幅広い期間であったが、いずれの時期においても【家族・周囲に支えられる体験】は、配偶者を失った高齢者が喪失体験を乗り越え、生活を再構築するうえで不可欠であることが示唆された。

【喪失による変化に対応する体験】は、〈喪失感への対処〉、〈健康を意識する〉、〈社会との交流を調整する〉をし、身体的、心理的、社会的変化に対応していた。配偶者を失った高齢者の悲嘆の過程において、心の揺らぎに対応し、配偶者の死を受容しており (加藤ら, 2010)、高齢者は身体的、心理的、社会的な【喪失による変化に対応する体験】を重ねて、時間の経過と

ともに【死を受容して故人とつながる体験】へと進むと考える。

【死を受容して故人とつながる体験】において、[介護と看取りに対する達成感]は、喪失を受容する上で重要であると考えられる。しかしながら、配偶者を介護してきた高齢者の中には、死別後に[看取りと介護における未練と罪悪感]を抱え、それを乗り越えるという〈新たな困難や課題が生じ〉ていた。高齢者は、配偶者への介護が家族や医療者などの重要な他者から承認されることで、介護に対する達成感や自信を持ち、それを肯定的に捉えることができる(加藤ら, 2010)。したがって、高齢者の[看取りと介護における未練と罪悪感]を緩和するためには、医療者や家族が、高齢者が配偶者に行った介護や看取りを承認するとともに心理的支援が重要であると考えられる。

心的外傷後成長(Post Traumatic Growth; PTG)は、近親者との死別などきわめて大きな困難をもたらす状況と格闘した結果もたらされる肯定的な心理的变化であり、「スピリチュアルな変容」、「新たな可能性の発見」などとして現れる(Tedeschi *et al.*, 2004; 大岡ら, 2022)。【死を受容して故人とつながる体験】において、高齢者は、故人の記憶を大切に、故人への感謝の気持ちや生前に交わした言葉を肯定的に捉え、人生の支えとするスピリチュアルな変容がみられた。また、配偶者を失った高齢者は、困難を乗り越える過程で、支えてくれた家族や周囲の人々の役に立ちたいという気持ちが芽生えていた(室屋ら, 2022)。このような変化は、【自己成長を感じる体験】として表れており、高齢者は他者への援助を通じて〈新たな役割を得る〉、〈他者との交流により自己成長を感じる〉ことで、生活の充実感や生きがいを見出していた。特に、同じような喪失体験を持つ人々との交流や支援活動への参加は、自らの体験を意味づける機会となり、他者とのつながりの中で自己の成長を実感する重要な体験となっていた。

以上のことから、喪失体験を肯定的に再構築し、社会とのつながりを通じて役割を見出すことが、配偶者を失った高齢者の自己成長へつながる可能性が示唆された。

配偶者を失った高齢者に対する支援

配偶者を失った高齢者への支援には、家族や

地域社会が高齢者の【死別によって生じる困難な体験】への理解をふまえた継続的な支援が必要である。本研究で明らかとなったように、高齢者は【家族・周囲に支えられる体験】によって配偶者のいない日常生活に適應していた。また、【喪失による変化に対応する体験】として、〈社会との交流を調整する〉過程では、高齢者自身が心理状態に応じて他者との関わりを制限しながらも、周囲からの誘いや支援によって交流の場へと踏み出していた。先行研究においても、家族や友人、地域の支援者による働きかけが、高齢者の社会的なつながりの再構築に寄与することが示されており(室屋ら, 2013; 森實ら, 2019)、他者との交流が促されることで、社会的孤立の予防につながると考えられる。

さらに、【自己成長を感じる体験】において、高齢者は〈新たな役割を得る〉、〈他者との交流により自己成長を感じる〉など、他者への支援や社会貢献活動を通じて役割を得て、生活の充実感や生きがいを感じていた。そのため、同じような経験を持つ高齢者との語り合い、地域のボランティア活動への参加など、自己の体験を意味づける機会を設けることが効果的である。したがって、配偶者を失った高齢者への支援としては、身近な家族や友人による日常的な支援に加え、介護や看取りを行った高齢者に対する承認と心理的支援、地域社会や支援機関による交流活動やグループ活動への参加支援、さらに地域活動やボランティア活動を通じて新たな役割を得られるような支援が求められる。

研究の限界と今後の課題

本研究は、配偶者を失った高齢者の体験について、国内文献をもとに検討した。その結果、身体的、心理的、社会的困難に直面しながら生活を再構築する体験、家族や地域社会による支援の重要性が明らかとなった。一方で、本研究にはいくつかの限界がある。近年、高齢者単独世帯が増加しており、配偶者の死別後に独居生活を送る高齢者への支援の重要性が高まっているが、本研究では独居に特化した分析には至らなかった。また、分析対象の多くは、ある程度配偶者との死別を予測できた高齢者を対象としており、予期せぬ死別を体験した高齢者に関する知見は限定的であった。予期せぬ死別は、高齢者にとって身体的、心理的影響が大きく、適

応過程も異なる可能性がある。今後は、独居高齢者や予期せぬ死別を経験した高齢者に焦点を当て、より具体的な支援策の検討が必要である。

V. 結 論

1. 配偶者を失った高齢者は【死別によって生じる困難な体験】に直面し、【家族・周囲に支えられる体験】を通じて、新たな生活の支えを見出す。【喪失による変化に対応する体験】を重ね、次第に【死を受容して故人とつながる体験】をし、他者を支援するなど新たな役割を得て、【自己成長を感じる体験】へとつながる。
2. 配偶者を失った高齢者へは、【死別によって生じる困難な体験】への理解をふまえた継続的な支援が求められる。地域活動やボランティア活動への参加を通じて新たな役割を得ることが、【自己成長を感じる体験】につながる。

利益相反

本研究に関して、開示すべき利益相反はない。

文 献

- 浅川澄一 (2020) : 幸せな死に方 —欧米諸国と日本の違い—, 家族社会学研究, 32(1), 69-82.
- 浅野志保, 古瀬みどり (2020) : がん終末期の妻と死別して独居になった高齢男性の新たな日常性構築プロセス, 家族看護学研究, 26(1), 14-24.
- Blanner C., Elliott A., Hjorth P., *et al.* (2021): Experiences of becoming widowed in old age - a cross-countries study with qualitative interviews from Denmark and quantitative measures of association in a Swedish sample, *Int J Qual Stud Health Well-being*, 16(1), 1871181, DOI: 10.1080/17482631.2020.1871181.
- DiGiacomo M., Lewis J., Nolan T.M., *et al.* (2013): Health transitions in recently widowed older women: a mixed methods study, *BMC Health Serv Res*, 13, 143, DOI: 10.1186/1472-6963-13-143.
- Holmes T.H., Rahe H.R. (1967): The social readjustment rating scale, *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218.
- 池田紀子, 奥野茂代, 岩崎朗子 (2004) : 夫と死別した高齢女性の悲哀の仕事 : サポートグループにおける参加者の語りから, 老年看護学, 9(1), 36-43.
- 加藤和子, 百瀬由美子 (2010) : 配偶者と死別した高齢者の悲嘆のプロセスと悲嘆への援助, 日本看護福祉学会誌, 15(2), 55-68.
- 木村有伸 (2009) : 「異文化適応」論の中の日本人特殊論について, 立命館国際研究, 22(2), 415-436.
- Leigh-Hunt N., Bagguley D., Bash K., *et al.* (2017): An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness, *Public Health*, 152, 157-171.
- 森實詩乃, 諏訪さゆり (2019) : 都市部においてがんの妻を看取った男性高齢者が生活を再構築するプロセス : 2事例の分析から, 千葉大学大学院看護学研究科紀要, 41, 101-108.
- 村山洋史, 須田拓実, 中本五鈴 (2024) : 成人期, 高齢期における社会的孤立, 孤独感の分布と規定要因 : 文献レビュー, 医療と社会, 34(1), 37-48.
- 室屋和子, 田渕康子 (2021) : 配偶者と死別した男性高齢者の対処と心理過程, 日本看護福祉学会誌, 26(2), 107-113.
- 室屋和子, 田島司 (2013) : 配偶者と死別した男性高齢者の心理過程と社会生活への再適応, 産業医科大学雑誌, 35(3), 241-246.
- 室屋和子, 田渕康子, 熊谷有記, 他 (2022) : 夫を看取り終えた高齢女性のその後の対処, *International Nursing Care Research*, 21(2), 51-60.
- 生天目禎子, 水野敏子, 坂井志麻 (2018) : 配偶者と死別したひとり暮らしの男性高齢者が食を通じた交流へ参加したきっかけと継続していくプロセス, 日本在宅ケア学会誌, 22(1), 74-81.
- 内閣府 (2023) : 令和5年版 高齢社会白書 (全体版), <https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2023/html/zenbun/index.html> (参照2025年5月22日).
- 中川由美子, 鈴木圭子 (2017) : 福祉の現場から 配偶者を亡くした高齢期女性の語りにみる生活の支え, 地域ケアリング, 19(10), 104-107.
- 日本医師会 生命倫理想談会 (2018) : 第XIV次生命倫理想談会答申 超高齢社会と終末期医療, <https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-10901000-Kenkoukyoku-Soumuka/0000202653.pdf> (参照2025年5月22日).
- 大久保豪 (2021) : 日本, ドイツ, フランス, イギリスにおける患者自己負担制度の違いについて, 医療と社会, 31(1), 45-59.
- 大岡友子, 清水研 (2022) : 大切な人との死別を経験した遺族の「成長」に関する一考察—死別を経験することにより人は成長し得るのか, 精神医学, 64(12), 1597-1604.
- Sadock B.J., Sadock V.A., Ruiz P. (2014) / 四宮滋子, 田宮聡 監訳 (2016) : カプラン臨床精神医学テキスト DSM-5 診断基準の臨床への展開, 1511-1518, メディカルサイエンスインターナショナル, 東京.
- 坂口幸弘 (2021) : 超高齢社会における死別とグリーフケア, 老年看護学, 25(2), 16-20.
- 澤田愛子, 塚本尚子, 中林美奈子, 他 (1998) : 高齢者における配偶者死別後の悲嘆過程 : 農村社会での調査結果を踏まえて, 富山医科薬科大学看護学会誌, 1, 9-21.
- 澤野りき江 (2011) : 夫との死別体験をした高齢女性の生きなおしの過程, 四国大学紀要, 35, 15-20.

- 柴田りさ, 堀口和子, 鈴木千枝 (2020) : 配偶者と死別した独居高齢者のソーシャルサポートに着目した悲嘆の適応過程, 日本在宅ケア学会誌, 24(1), 81-90.
- 新村出 編 (2018) : 広辞苑, 895, 1745, 岩波書店, 東京.
- 白川あゆみ (2009) : 過疎地域に暮らす配偶者を亡くした女性高齢者の死別後の体験, 日本地域看護学会誌, 11(2), 87-92.
- 白川あゆみ (2022) : 都市部に暮らす配偶者と死別した男性高齢者の死別後の体験, 家族看護学研究, 27(1/2), 42-50.
- 総務省統計局 (2024) : 統計からみた我が国の高齢者—「敬老の日」にちなんで— (統計トピックスNo. 142), <https://www.stat.go.jp/data/topics/pdf/topics142.pdf> (参照2025年3月3日).
- 杉本知子, Imai K.K. (2004) : 配偶者と死別した在宅高齢者の思いの分析, 香川医科大学看護学雑誌, 8(1), 37-44.
- 多次淳一郎, 北岡英子, 渡部月子, 他 (2016) : 大都市における一人暮らし高齢者の外出による社会参加の頻度と関連要因 地縁組織活動への参加に焦点をあてて, 東海公衆衛生雑誌, 4(1), 103-109.
- Tedeschi R.G., Calhoun L.G. (2004): Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence, *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- 上村由似, 高橋恵, 矢部紘志, 他 (2023) : 来院時心肺停止にて救急搬送された患者家族への死別後支援のあり方の検討 —グリーフカードの活用状況の検証から—, 日本臨床救急医学会雑誌, 26(2), 71-79.
- 梅崎薫, 益島茂, 関根道和, 他 (2003) : 高齢女性の配偶者死別とライフスタイル, 日本公衆衛生雑誌, 50(4), 293-302.
- Urbaniak A., Walsh K., Batista L.G., *et al.* (2023): Life-course transitions and exclusion from social relations in the lives of older men and women, *Journal of Aging Studies*, 67, 101188, DOI: 10.1016/j.jaging.2023.101188.
- 渡邊章子, 諏訪さゆり (2021) : 配偶者と死別後1年以内のアルツハイマー病高齢者における喪の過程 —環境要因と夫婦の関係性に着目して—, 文化看護学会誌, 13(1), 28-37.

受付日：2025年1月9日

採択日：2025年5月19日