

健康文化

独居老人係数の提唱

前越 久

今から157年も昔(1857年)、ドイツの社会統計学者のエルンスト・エンゲルが論文で発表したエンゲル係数(Engel's coefficient)は、経済的な豊かさを表す有名な研究成果として現在でもよく引用されている。すなわち、家計の消費支出に占める飲食費のパーセントのことで、エンゲル係数の値が高いほど生活水準が低い目安となると説明している。このくらいのことは小中学生でも知っていると思われるが、では、現在の日本では、あるいは世界の国々ではそれが何%かと聞かれると即答は出来かねる。Wikipediaによると日本では家族数により若干数値は異なるが約23%(2008年)、世界の統計(2008年)では、米国(19.3%)、英国(24.9)、日本(25.4%)、スペイン(26.9)、韓国(32.9)、トルコ(35.5)と示されている。日本の終戦直後(1946)の統計を見ると66.7%であったので、随分と豊かになったものである。筆者は国民学校3年生から新制中学2年生まで(1944~1949)母子家庭であったため飛騨の小坂町(現在は岐阜県下呂市小坂町)へ疎開していた。当時を振り返ると、終戦直後の食糧難は子供ながらに厳しいものであったと感じていた。恐らくエンゲル係数は70~80%以上ではなかったかと推測される。

ここからは上記のエンゲル係数に倣って、表題に掲げた独居老人係数(η)なるものについて述べてみたいと思う。この係数は筆者が以下に述べる体験に基づき考察した係数である。

平成21年の年末から平成22年正月にかけて次男夫婦と私ども夫婦の4人が初めての海外旅行に出かけた。成田空港からオーストラリア西海岸に位置するパース(Perth)への約13時間の空の旅であった。現地ではパース・フェイマスワインクルーズやバスで往復700kmに及ぶウエーブロック1日ツアーなど、結構ハードな観光を楽しんできた。しかし、こんなに元気であった家内であったのに平成22年4月初めごろから体調を崩し4月下旬から入院しなければならなくなってしまった。病状は日に日に悪化し、原因不明の「特発性門脈圧亢進症」という病名にて平成22年8月に亡くなってしまった。家内は満69歳、筆者は満74歳であった。

結婚以来45年間というもの、家事に関しては一切家内任せであったために家内に先立たれてからは途方にくれる毎日が続いた。一口に家事といっても炊事、洗濯、掃除、買い物、家計管理、等々があり、どう処理するものなのかは私にとっては全く未知の世界であった。中でも‘炊事’は1日のうち手を抜くわけにはいかない事項である。しかも朝、昼、晩と3回も襲ってくるから大変である。これから何年も外食ばかりに頼っている訳にもいかない。朝起きて洗面をすまして食卓に着くと、暖かいご飯とみそ汁が揃った朝食が待っていてくれる生活はもう望めないのである。全て自分でやらなくてはならない。また、当たり前のことではあるが炊事をするにはあらかじめ食材をスーパーに行って購入し、冷蔵庫に保管しておかなければならないんだ。食材の種類や量なども考えておく必要がある。息子が時々来て冷蔵庫の賞味期限切れ食材を始末してくれているから食中毒にならなくて助かっている。調味料だっていくつかの種類があることはTVの料理教室で教えてくれる。これが大変参考になる。ただ、しっかりと頭に記憶されていないため買って来たばかりの同じ調味料をまた買ってくることも屢々である。

以上のように突然襲ってきた独居老人生活も3年以上が経過した今日、独居老人係数(η)なるものを以下のように定義して、これからの自分の生活を評価してみてもどうだろうか考えるようになった。すなわち1日のうち欠かすことができない家事に関わる時間が平均何時間であるかを知り、その割合を知ることにより、自分が趣味などの時間として自由に使える‘ゆとり’の時間を評価できる数値を確認しておこうというものである。睡眠時間(通常は8時間くらい?)は除外し1日を16時間とし、家事に要する時間が1日に占める割合が小さいほど独居老人として家事に縛られない‘ゆとり’がある生活をしているとの判断材料にしようとした。独居老人といっても男と女では異なるだろう。女性の方が家事には慣れていると思われるので男性より独居老人係数は小さくなると推定される。家事のうち洗濯は週に2~3回、買い物も毎日ではないだろうから、炊事に関わる時間が独居老人係数に大きくのしかかってくることになる。因みに筆者自身の独居老人係数を見積もってみよう。朝食、昼食はそれぞれ1.5時間(炊事、食事、食器類の後片付け及び食材の調達時間を含む)、夕食は3時間(今晚は何にしようかなと考え、食材を調達したり揃えたりする時間、調理時間等が朝食や昼食とは違うため少し長く見積もった。)とすると、 $\eta = 37.5 + \alpha\%$ となる(α は炊事・食事以外の家事に要する時間の割合とし1日0.5時間くらいに見積もってみた)。独居老人になったばかりの頃は $\eta = 50 \sim 60\%$ くらいであったと思われるが最近少しは要領がよくなったように感じている。

実際にはいちいち炊事に関係する時間を測るわけにもいかないのが感覚的に‘ゆとり’ある生活を送ることができているかどうかを、現在では大雑把に認識・把握することになっている。

国立がんセンター名誉総長である垣添忠生先生は2007年12月31日に奥様を肺がんで亡くされている。新潮社から発行されている「妻を看取る日」という著書に詳しく経過が書かれており、涙ながらに自分の場合と重ね合わせて読ませて頂いた。2014年8月2日NHK名古屋放送センターで「人が生き、死ぬこと」と題して垣添先生のご講演があり拝聴することができた。ご講演の後、質問の機会があったので「先生は朝ごはんはちゃんと召し上がっておられますか？」と失礼ながらお尋ねしてしまった。先生はニコニコ笑みをうかべながら、ご飯は何食分かをタッパーに入れておき味噌汁その他はご自分で料理されているとのことであった。しかし著書では、一人になって初めて、味噌汁を上手に作るのはなかなか大変なことを知ったと、述懐しておられる。先生は料理はお得意で奥様に「アラ鍋」をご馳走されたとの記述もある。わざわざ本場九州から、高級魚であるアラの身、野菜、ポン酢などが入った鍋セットを取り寄せたとのこと、手が込んでおりとても真似することはできない。

‘後期高齢者’という呼び名は‘末期高齢者’につながりあまり評判がよくないようである。‘長寿幸齢者’とでもしたらどうだろう。同じように、‘独居老人係数’という呼び名も読者の皆様に好かれなくてもいいかもしれない。好かれなくて普及しないので良い呼び名に考え直す必要があるとも感じている。筆者にとって独り身になって以来、家事が非常に負担になる思いからこのような係数を考え出した次第であるが、男性でも世の中には料理をすることを趣味として考えている方も多々おられるであろう。そんな方はきっと家事とは思っていないのかも知れない。しかし、果たして独居老人になっても趣味として続けられるかどうかは疑問である。やはり喜んで食べてくれる人がいるかないかによるのではないかと想像してしまう。一方、女優の若尾文子さんの夫で建築家の黒川紀章さんは台所には一切入らなかったそうである。また落語家の林家たい平さんは掃除を趣味としているとのこと、ある日TVを視聴しているときに知った。とくにトイレの掃除に興味を抱き独特の掃除法を編み出しているようである。世はさまざまである。(2014年11月4日記)

(名古屋大学名誉教授)