

高齢の生活者にとっての愛と性

神 原 文 子*

1 問 題 意 識

本稿では、高齢の有配偶者のみならず、単身者も含めて、彼ら/彼女らの愛と性についての研究動向を確認するとともに、生活システム論に依拠して、高齢の生活者にとっての愛と性の多様なライフスタイルの可能性について提案したい。

夫妻関係¹⁾にかかわる研究は、家族社会学の中心的な主題の1つと言っても過言ではなく、夫と妻との役割分担や日常的な関わり方と結婚生活の満足度との関連など、数多くの実証研究が蓄積されている。とはいえ、少なくとも、日本の家族社会学では、夫妻関係における愛やセクシュアルな関わりについては、それらが極めてプライベートな領域であることもあり、今日まで、正面から取り上げられることなく不問に付されたり、避けられたりしてきた感がある。高齢者の愛と性についてはなおさらである。

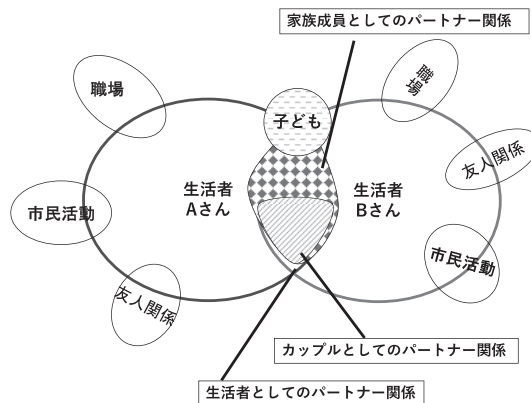
しかし、夫妻関係を調査研究するうえで、夫妻間の愛情やセクシュアルな関係を不問に付したままでよいのかと、個人的には、ずっと不毛感を拭えないできた。

35年以上も前になるが、筆者が夫妻関係の分析に取り組んでいた頃、アメリカにおける結婚と家族に関する文献では、夫妻関係の分析として、役割分業、権力関係、コミュニケーションとネゴシエーションなどの分析とともに、夫妻間の親密性や性的な相互関係についても十分に関心が向けられていた。

アメリカでの夫妻関係の研究に触発されて、筆者は、生活システム論に依拠して夫妻関係の分析枠組を作成した（神原1991）。

生活者にとっての夫妻関係を、カップル・レベルの夫妻関係、家族メンバー・レベルの夫妻関係、生活主体レベルの夫妻関係の三層構造としてモデル化し、その後、図1のように、

* かんばら ふみこ 社会学者



引用元：神原『子づれシングル』2010 より

図1 ジェンダー平等な夫妻関係モデル

「カップルとしてのパートナー関係」、「家族成員としてのパートナー関係」、「生活者としてのパートナー関係」と部分修正して、現在も用いている（神原 2009, 神原 2010, 神原 2016）。

「カップルとしてのパートナー関係」とは、「夫」という地位に就く男性と、「妻」という地位に就く女性とが、「カップルになる」という公的あるいは私的な契約によって形成し維持する共同態的关系を意味する。「家族成員としてのパートナー関係」とは、夫である家族成員と妻である家族成員とが、自分たちの家族を維持し存続させるという合意にもとづいて、家族役割を協力・分担しあう関係である。互いに、ギブ・アンド・テイクに許容できるかぎりにおいて維持される関係である。そして、「生活者としてのパートナー関係」とは、夫である生活者と妻である生活者が、対外的には夫妻関係には違いないが、家族生活以外の個人としての生き方を互いに尊重し、必要に応じてサポートし合いながらも干渉しないという、いわば、「疑似他人関係」を特徴とした関係と捉えることができる。

夫妻関係の三層構造の核をなすのが、「カップルとしてのパートナー関係」であって、パートナーとの共同態的な相互行為によって形成されうる特徴的な結合形態を、互助的結合、共生的結合、エロスの結合、受容的結合と捉えている。

「互助的結合」とは、パートナーとの間で、肉体という、互いの人的資源を共有・共用することによって、新たな生命を産み育てることを可能にし、のみならず、双方の生命維持に関わる、愛他的で相互扶助的な活動を可能にする共同態的結合である。

「共生的結合」とは、パートナーと、共に生きることを共通の目標として、今・ここという時間・空間を共有するだけでなく、時間の連続性、行為の連続性（まさに、生活する営み）のなかで、互いの生を互いの五感によって確かめ合うという共同体験を積み重ねながら、ふたりの歴史を刻んでいく共同態的結合である。

「エロスの結合」とは、互いの肉体的・性的な交わりをとおして、互いの生命エネルギーを生み出し、“生と性”の悦びを体感し合える共同態的結合である。

そして、「受容的結合」とは、パートナーとの間で、誰はばかりことなく、ありのままの自己を解放し、ありのままの存在を確認しあい、受容しあうという実（体）感をとおして、互いの自己解放と自我拡充をもたらしうる共同態的結合である。

ちなみに、筆者のいう「エロスの結合」と「受容的結合」とを合わせると、ギデنزのいう「ひとつに融け合う愛情」と、意味的に近くなると解釈できる。ギデنزによると、「ひとつに融け合う愛情は、対等な条件のもとでの感情のやり取りを想定しており、こうした想定が強まれば強まるほど、個々の愛情のきずなは、いずれも純粋な関係性の原型に限りなく近づいていく。……互いに相手にたいしてどれほど関心や要求をさらけ出し、無防備になれる覚悟ができているかによって、もっぱら進展していく」と（Giddens 1992=1995: 96）。

実は、筆者は、この夫妻関係モデルをふまえて実証研究にとりかかりはしたが、夫妻関係モデルの有効性を実証しきれないまま放置してきたことを認めざるをえない。拙著『現代の結婚と夫婦関係』（神原 1991）の執筆にかかっていた時に、癌を患っていた夫が亡くなり、亡き夫に捧げる思いで必死に原稿を書き上げたものの、夫妻関係の実証研究を続けたいという意欲が徐々に薄らいでしまったことが大きい。その後、筆者の関心は、1990年代のバブル崩壊後に国が打ち出したひとり親世帯支援策の大きな転換（保護から自立支援へ）の流れのなかで、子づれシングルと子どもたちの生活困難の分析と支援へと向かったのだった。

しかし、年齢を重ねるなかで、生きる意味について改めて考えるようになり、人とつながること、そして、人を愛することが、人生にとってなによりも重要ではないかと思いついた。

そこで、自分もそのひとりである高齢の生活者に焦点をあてて、高齢の生活者にとっての愛と性の実態を捉えるとともに、生活システム論に依拠して、高齢の生活者にとってのジェンダー平等で自由な愛と性のあり方について検討したいと考えるようになった。ひとつのきっかけは、興味本位に、松井久子の『疼く人』（松井 2024）、そして、『最後の人』（松井 2025）を読んだことであった。これらは、70代半ばの作者の恋愛経験にもとづく自伝小説であり、性的行為の描写がかなりリアルで、筆者の好みではなかった。しかし、70代半ばの主人公が、恋愛し、セックスを楽しみ、ついには、80代後半の男性と結婚するという結末には驚かされるとともに、高齢者のライフスタイルとして、既存の枠には収まらない可能性がまだまだあると思えたのだった²⁾。

『令和7年度高齢者白書』（内閣府 2025）によると、令和5（2023）年現在、65歳以上の高齢者のいる世帯は2,695万1千世帯であり、全世帯（5,445万2千世帯）の49.5%を占める。夫または妻が65歳以上の夫妻がいる世帯の正確な世帯数は明らかにされていないが、夫妻のみの世帯に限れば8,635千世帯であって、65歳以上の高齢者のいる世帯の32.0%を占める。では、

高齢の夫と妻の間の愛と性の実態や満足度はどうなのだろうか。

また、単身高齢者世帯は8,553千世帯であり（女性64%, 男性36%）、65歳以上の高齢者のいる世帯の31.7%を占めており、こちらも低い数値とは言えない。これら単身高齢者の生活において愛と性はどうなっているのだろうか、同様に、知りたい思いが強まった。

今後さらに超高齢社会を迎える日本において、高齢の男女が、夫として妻として満足度の高い夫妻関係を維持していくことができるのか、一方、単身の高齢の男女が豊かで充実した人生を送ることができるのかと問う時に、生きることと、愛と性とのかわりについて不問に付したままでよいのだろうか、と、疑問が膨らんだ。

そこで、『令和7年度高齢者白書』で取り扱われているテーマを確認したところ、次のようであった。すなわち、高齢期の暮らしの動向として、「1 就業・所得」では、就業状況と世帯収入について、「2 健康・福祉」では、健康状況と介護の現状について、「3 学習・社会参加」では、学習参加と社会参加の状況について、そして、「4 生活環境」では、住まいの現状、安全・安心に関する犯罪被害、孤独死、自殺などについて、それぞれの現状と課題がデータをもとに解説されている。

しかし、高齢者の生活課題として、高齢者の愛と性といった親密な関係については取り上げられてはいない。日本の高齢者福祉のグランドデザインを担っている厚生労働省においては、高齢者にとって、愛や性といった親密な関係はすでに“終わっている”ので、福祉施策の課題として検討するにあたらないと見なされているということだろうか。

他方、精神科医の内野英幸が紹介している、海外における、性生活と健康との関連に関する研究成果によると、①セックスは一種の筋肉運動および自律神経の刺激であり、心肺機能を高め健康増進につながる、②心臓病患者の回復時、通常のパートナーとの性交は歩行と同じような一種のリハビリ運動とみなすことができる、③性生活での興奮と満足は脳内からエンドルフィンというモルフィン様物質が放出されて、心身のリラックスをきたし、ストレス解消や関節炎、神経痛等の痛みの軽減につながる、④セックスによって、孤独感を緩和し、性的にも精神的にも求められていると感じることで自信や生きがいにつながる、⑤年とともに親密な愛情表現能力が高まるにしたがって、性生活の質がさらに豊かになれば、人間関係としての男女のコミュニケーションが充実し、生きる弾みになって、心身の安寧が得られる、と（内野2005）。また、「定期的な性行為を行う高齢の男女は、そうでない高齢者に比べ、認知機能が優れている傾向がある」といった、高齢者の性行為が精神の鋭敏さを全般的に向上させることを示唆するような研究結果も公表されている³⁾。もちろん、認知機能が優れている高齢者ほど定期的な性行為を行っているとも解釈できるだろう。

高齢者の性行為の頻度と精神的・身体的な機能の高さとの間に関連が示唆されるのならば、今後、わが国においても、高齢者の愛と性の実態と精神的・身体的な機能の高さとの関連につ

いて検証し、必要ならば、支援の課題を明らかにすることは、高齢者のウェルビーイングを向上させるうえで重要な研究課題のひとつと言えるだろう。

高齢者の愛と性のあり方については、あくまでも、個々人の自由意思を尊重すべきであると、筆者自身は考えている。しかし、高齢者に、愛し合いたい、性的欲求を充たしたいといったニーズがあるにもかかわらず、高齢者にとって、愛や性はもはや“終わったもの”、“ないもの”、あるいは、“恥ずべきもの”として、無視したり、抑え込んだりする偏見や風潮があるとすれば、そのような偏見や風潮を放置したままでよいとは思わない。

本稿では、図1のジェンダー平等な夫妻関係モデルを踏まえながら、高齢の有配偶者にとっての夫妻関係のライフスタイルの可能性について検討するとともに、単身の高齢男女の愛と性のライフスタイルの可能性についても検討したい。

2 高齢者の愛と性に関する既存研究

それでは、従来、高齢者の愛や性的関係について、どのような実態が明らかにされてきたのだろうか？

2-1 日本の家族社会学にみる高齢者の愛と性

筆者も会員である日本家族社会学会では、1998年、2003年、2008年、2018年と、これまで4度の「全国家族調査」⁴⁾を実施してきた。日本の家族に関する調査として、他に類をみない、大規模で代表性の高い統計調査であると評価できる。

そこで、2018年に実施された全国家族調査の調査票から、結婚、夫妻関係などの設問を見てみよう。調査票は、若年層（28-47歳）、壮年層（48-62歳）、高年層（63-72歳）の3種類に分けられている。

これら3種類の調査票で共通して捉えることができる夫妻関係のタイプの違いは、現在の配偶関係が法律婚か非法律婚かの違い、ヘテロセクシュアル関係かホモセクシュアル関係かの違い、双方とも初婚か、一方または双方とも再婚かという違いなど、である。そして、配偶者との関わりについては、「(ア) 配偶者は、わたしの心配ごとや悩みごとを聞いてくれる」「(イ) 配偶者は、わたしの能力や努力を高く評価してくれる」「(ウ) 配偶者は、わたしに助言やアドバイスをしてくれる」に「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」「どちらかといえばあてはまらない」「あてはまらない」の4件法で回答を求めている。また、結婚生活の満足度については、「(ア) 子育てに対する配偶者の取り組み方について」「(イ) 家事に対する配偶者の取り組み方について」「(ウ) 配偶者の仕事について」「(エ) 性生活について」「(オ) 夫婦関係全体について」であり、「かなり満足」「どちらかといえば満足」「どちらかといえば不満」「か

なり不満」の4件法で回答を求めている。

しかし、夫妻関係に関する設問として物足りなさを否めない。設問数が少ないこともあるが、別の理由として、配偶者との関わりについての設問において、「配偶者は、……」を、たとえば、「職場の上司あるいは同僚は……」に置き換えても設問としては成立する。親密な関係にある配偶者にしか期待できない、あるいは、配偶者だから期待したい行為について問う設問を追加したり、一部を変更したりできないだろうか、と考える。たとえば、「配偶者は、あなたのことを愛してくれている」、「配偶者は、あなたの体調をいつも気遣ってくれる」、「配偶者は、あなたの生き方や考え方を尊重してくれている」というのはどうだろうか。

結婚生活の満足度については、「パートナーとしての配偶者（魅力）について」などを追加するのはどうだろうか。

ところで、若年層票では、単身者を想定して、「今後、結婚したいと思うか」という結婚の意思を問うている。しかし、この設問は、壮年層票と高年層票には入っていない。壮年層や高年層の単身者には、結婚の希望を問う必要はないのだろうか。実際に、壮年層や高年層の単身者のなかに結婚願望のある人もいるだろう。

また、若年層票と壮年層票では、「現在、配偶者はいないが、特定の交際相手や婚約者がいる」か、否か、が問われている。しかし、この設問は、高年層票には入っていない。63歳以上の高年層の単身者の中にも交際相手や婚約者がいる人はいるのではないだろうか。

全国家族調査では、夫妻間の家事・育児などの協力関係、コミュニケーションのあり方、性的関係の満足度、結婚生活全体の満足度に関する設問は用意されているが、愛や性的関係の具体的、直接的な内容を問う設問は含まれていないこと、また、若年層票、壮年層票には、恋愛や結婚願望についての設問はあるが、高年層票には設問がないことを確認した。

日本家族社会学会では、高年層の場合は、恋愛についても結婚についても、無関係、あるいは、ニーズは低いものと見なされている感を否めない。

次回の全国家族調査は2028年に予定されている。配偶者間のみならず、婚姻外も含めて、そして、若年層のみならず、壮年層、高年層も含めて、愛や性の関係を問う設問についての検討を期待したい。

また、第1回全国家族調査と第2回全国家族調査では、調査対象年齢は28歳から77歳であったが、第3回全国家族調査と第4回全国家族調査では、調査対象年齢は、28歳から72歳へと引き下げられた。この30年間で平均寿命も延びているなかで、高齢者にとっての家族生活の実態を捉えるうえで、65歳から72歳の高齢者を対象にするだけでよいのかどうか、今回の調査に向けて検討いただきたいと、個人的には願っている。

次に、現在の日本家族社会学会を牽引するひとりである筒井淳也の近著『人はなぜ結婚するのか——性愛・親子の変遷からパートナーシップまで』（筒井2025）を取り上げる。

本著は、結婚の意味の歴史的変遷、多様な結婚のあり方、結婚と親子関係、結婚の今日的課題などについて分かりやすく解説された良著である。しかし、その中で、高齢者の結婚について、以下の下線のような気になる記述がされている。すなわち、「結婚している二者も 70 代以上となれば、その関係を性愛関係の言葉で語る人はそれほど多くないかもしれない（注：下線は筆者。以下の下線も同様）。それどころか、子を授かれば性愛的な情緒を重要な要素とはみなさなくなり、信頼や思いやりといった友情的要素を重視するようになるカップルも少なくないはずだ」（筒井 2025: 83）、「法的には性愛関係が条件とはなっていないにもかかわらず、私たちは知り合いが結婚すれば、当然それは性愛関係にある二者なのだと考える。高齢者どうしの結婚などのケースではそうとは限らないかもしれないが、それでも結婚した二者は多かれ少なかれ恋愛感情を抱きあっているのだろう、という判断を私たちはしがちだ」（筒井 2025: 107）。さらに、「性愛の欠如が関係を積極的に破壊するかどうかはケース・バイ・ケースであり、また多くのカップルではいずれ関係において性愛要素は重要な要素ではなくなる」（筒井 2025: 207）とある。

結婚における性愛は高齢になると重要ではなくなるのではないかという筒井の認識は、今日の日本家族社会学会における認識を代弁しているかのようである。

ところが、日本家族社会学会の会員である高橋幸・永田夏来の編著『恋愛社会学—多様化する親密な関係に接近する』（高橋・永田 2024）の冒頭で、本著の問題意識を次のように記している。すなわち、「現在、離婚や再婚は幅広い年齢層で起こっており、恋愛感情を持ったり恋愛関係を築いたりする『恋愛行動』は、中高年期や老年期にもみられるものとなっています。そのため、恋愛を『若い』世代に限られたものと捉えることはできなくなりました」と明記しており、さらに、「家族社会学は、制度としての恋愛結婚についての充実した研究蓄積を有していますが、結婚形成につながらない恋愛の諸相にはあまり光が当てられていません。…（中略）…結婚にも性にも還元できない親密な関係を成す『愛』について、そろそろ主題的に研究すべきではないでしょうか」（高橋・永田 2024: ii）と。筆者の期待は大いに膨らんだ。

本書では、恋愛と結婚の結びつきについての考察、若者の恋愛と結婚観、そして、さまざまな恋愛の形について論考されており、興味深く読み進めた。

ところが、「おわりに」の文末で、「最後に、本書の『はじめに』で一言触れていた中高年期や老年期の恋愛については、今回採録することができませんでした」（高橋・永田 2024: 196）と断りがされていた。筆者の期待はずれに終わった。

日本の家族社会学会では、高齢者の愛や性については、未だ研究対象として関心が向けられていないのかもしれない。

ちなみに、2024 年の『社会学評論』に、「性行為の社会的分析—儀礼理論からのアプローチ」と題する論文が掲載された（加藤 2025）。一読し、性行為を真正面から取り上げて考

察した意欲的な論文であると評価できた。ただ、性行為の社会学的メカニズムの詳細については、筆者の問題意識からは逸れるので、ここでは触れないでおく。

2-2 中高年の性愛に関する実態調査の先駆け

家族社会学の外に目を向けると、中高年のセクシュアリティに関する調査研究が蓄積されていることがわかった。

今から50年以上も前の1973年、大工原秀子が、60歳以上の男女512人について「老人の性意識調査」を実施し、『老人の性』をまとめている（大工原1979）。

大工原は、保健婦として、「老人問題のいろいろな相談に対応するなかで、その問題の中核に、人間の持つ性的欲求の不满がさまざまな形を変えて、陰険かつ陰湿な問題として日常生活の場に顕在化されている」と認識することとなった（大工原1979: 86）。そこで、老人の性的欲求について文献を探したが見つけることができなかったことから、「老人の性問題は当面している老人に教われば、老人の抑圧されている性を理解できる。そうすれば、きっとその中から保健指導の指標がみつかるのではないか、老人の気持ちを探し当てることができるはずだ」（大工原1979: 87）と、さまざまな壁にぶつかりながら、実態調査を成し遂げた。その結果、老人の性的欲求はほとんど全員が高齢まで持ち続けていること、しかし、性的行為の不满率が高いこと、そして、女子老人では、“性”そのものへの嫌悪感があって十分な回答を得られておらず、社会の抑圧が強く働いていることなどがうかがえた。このことから、老人の性欲や集団欲等への配慮が、高齢社会に突入したわが国の老人問題や老人福祉問題を解決する鍵となるのではないかと推察する（大工原1979: 228-229）。

大工原は、12年後の1985年にも60歳以上の男女500人を対象に、同じ調査票を用いて調査を実施した（大工原1991）。結果として、前回よりも性欲を感じる男女が増えたこと、有配偶の男性の78%が配偶者と性行為を行っており、無配偶の男性の20%は特定の異性と性行為を行っており、そして、有配偶の女性の92%が配偶者と、無配偶の女性の17%が特定の異性と性行為を行っていた。にもかかわらず、男性の58%、女性の81%が性的欲求に不満足であるなど、高齢者の性愛の実態が明らかにされた。ちなみに、性的関係についての不満の理由は、「相手が応じてくれない」「体がきかない」「おっくう」「相手がいない」などであった。

大工原によると、人生50年の時代の、「性が生殖レベルで考えられていた間は、老人の性は枯れるものだ、お年寄りの性欲など不潔だ、といった考え方が一般的で、老人の性はタブー視されていた」と（大工原1991: 64）。しかし、人生80年の時代には、「女性は、結婚後の生殖年齢期間以上に、閉経後の人生を長く生きる。つまり、妊娠の懸念なく夫婦の心の絆を強める、触れ合いの性行為が、死の寸前まで楽しめる」と（大工原1991: 10）。

それゆえ、「老人夫婦のセックスは、生殖に関係するセックスとは違う。夫婦での皮膚への

語りかけがお互いの脳を刺激し、性ホルモンや神経ホルモンなどに作用し、脳が活性化する。年をとっても、夫婦の性的なかかわりがあれば、寝たきりになってもばけても、配偶者が自分を慈しんでくれるという受けとり方をして、その慈しみや、やさしさに支えられて、一生懸命に生きる」と説いている（大工原 1991: 18）。

「お年寄りの性は、子供や財産作りが目的ではなく、コミュニケーションの問題にある。相続問題や、扶養の問題、お墓の問題など、難しい問題がからむなら、なにも入籍する必要はないだろう。籍はそのままにして、同棲するのも、1つの方法だ。一方が一方の家に通ってくる、通い婚という方法も考えられる。どこか、場所を決めておいてデートする、デート婚でもよいと思う。……いずれにしても、お年寄りの性は当然のことであり、お年寄りが愛し合うのも、素晴らしいコミュニケーションの結果だと受け止めることが、なによりも大切である」（大工原 1991: 70）と。

35 年も前の、大工原による、高齢者の性愛関係の多様なライフスタイルについての提案は、まさに先見の明であり、驚きというほかない。と同時に、大工原によってなされていた、高齢社会における高齢者福祉への問題提起が、その後に活かされてこなかったことは“あまりに残念であった”の、一言に尽きる。

荒木乳根子は、1989 年に設置された筑波大学大学院（カウンセリングコース）に入学して目にした大工原の調査結果に触発され、同時に、女性の回答率が非常に低く、女性の性生活の実態がわからないと疑問をいだいたことから（荒木 2020: 2）、1990 年に、自ら、東京、神奈川在住の 60 歳以上の男女を対象に、「老年期のセクシュアリティ調査」を実施した。回答者は、男性 151 人、女性 277 人である。

男女とも老年期になっても無性化することはないとの結果であった。男性は性的欲求も異性への愛情も女性よりはるかに強く、異性との交際も求めている。同時に、本調査において、男女とも半数以上が「性について口にしてはいけない」と回答し、女性の 49% が「いつでも夫の求めに従うのが妻の役割だ」、33% が「女性から求めるのは恥ずかしいことだ」という性規範にとらわれていて、「男性本位で女性に従属的な性関係、女性にとって魅力のない性生活」の実態が明らかにされた（荒木 2020: 3）。また、「性的なコミュニケーションの乏しさが閉経後の女性の性交痛等への男性の無理解に繋がり、女性の性的欲求の減退に拍車をかけたのではないか」と疑問を呈している（荒木 2020: 3）。

荒木は、この疑問に自ら答えるべく、1997 年に、女性の閉経の影響を知るために、30～60 歳代の更年期を挟んだ有配偶女性 309 人を対象に性生活調査を実施した（荒木 2020: 4）。

その結果、女性の場合、特に 50 代後半が性的な意味で転換期となり、50 代後半では、性交渉のあった人の 31% が性交痛のため満足感より苦痛が強く、オーガズムを得る割合も減少していた。また、望ましい性的関係として、50 代以降は性交渉が減り、スキンシップや精神的

な愛情が大半を占めた。一方、「性的コミュニケーション」で「互いに伝え合う」人は性交痛が軽く、最もオーガズムを得られていた。60代で性交を維持している人の場合、性交痛の訴えは減少し、オーガズムを得る割合が高まり、17%は閉経前より充実しているとの結果であった。

荒木は、「子どもが巣立ち二人だけの生活に戻った時期は気兼ねなくカップルが性生活を楽しめる時とも言える」と提言している（荒木 2020: 4）。25年以上も前の、荒木によるこの提言は、今なお色褪せてはいないと評される。

2-3 日本性科学研究会による「中高年のセクシュアリティに関する調査」

1) 「中高年有配偶者のセクシュアリティに関する調査」

荒木は、その後、臨床心理士として、日本性科学会の会員となり、産婦人科医やセックス・セラピストたちと、日本性科学会セクシュアリティ研究会（代表・荒木）を立ち上げた。そして、「中高年のセクシュアリティ」研究をスタートさせ、妻と夫が「よりよい性的関係を実現」するための核心に迫ることを目的として、1999年10月から2000年3月に配偶者がいる男女を対象にアンケート調査を実施した（日本性科学会セクシュアリティ研究会編 2002）。

調査項目は、性別、年齢、配偶者の年齢、職業、最終学歴、健康状態、病歴、（女性限定に）月経、更年期障害の程度、配偶者との会話や交流、愛情の程度、配偶者以外の異性関係、性に関する意識、夫婦の性生活について、性交渉の満足度、性生活の重要度、身体的触れ合いの方法、性交渉の具体的内容など、62問と副次的設問10問からなる。会合の場や知り合いなどに依頼して、40代から70代の配偶者のいる男女3025人に調査票を配布し、最終的な有効回答は1020名（33.7%）、男性419名、女性601名であった。

多くの知見の中からいくつか取り上げよう。配偶者との性交について、男性では、70代後半でも半数近くが頻度は下がっても性交を保っている。女性では、年齢が上がるほど、性交のある人は減少するが、70代でも1割以上が月2、3回の性交を保っている。

「性交頻度が週に2回以上」の人では、38%が性生活に「満足」しており、回数が減るにしたがって、「満足」の率が下がる。他方、「この1年間に（性交の）ない」人たちの中で、「満足」している率が33%と、「月に2、3回」の人より高い（2002: 86）。この結果は、「性関係の満足度」には、性交渉があることによる満足と、性交渉がないことによる満足が含まれていることを示唆している。

夫婦間の性生活を重要だと考えているのは、女性の62%、男性の72%であり、中高年の多くが、性生活は重要だと考えていることが明らかにされた。

「1年間性交なし」の人の性交停止平均年齢は男性57.0歳、女性52.0歳で、性交停止の最大の理由は「女性側の関心の喪失」であった。その要因として、①夫婦間の会話が少ない、②

男性主体の性関係で、男性が求める性交渉に、女性が気乗りせずに応じることが多々ある、③ 性的コミュニケーションの不足および乏しい性知識ゆえに、加齢によって女性に性交痛が生じやすくなること自体を男女ともに知らない、④ 性交時以外の日常的な愛情表現が乏しい、などである。

「男性は性行為の際、勃起、挿入、射精ができるとそれだけで一応満足するようです。しかし、女性の場合、性行為は身体的快感という要素の他に、二人の関係が良好で、相手に求められ、大事にされ、二人で快感を共有できるということの表れとして重要なようです」と（2002: 102）。すなわち、男性は性交渉自体から満足を得ることを求め、女性はむしろ、精神的に愛されている実感を重視していると解される。

2) 「中高年単身者のセクシュアリティに関する調査」

ついで、セクシュアリティ研究会は、2002年9月～2003年12月に、「中高年単身者のセクシュアリティ調査」を実施した（日本性科学会セクシュアル研究会 2007）。

ここでの中高年単身者とは、結婚による配偶者がいない40～70歳代の男女を意味する。性について踏み込んだ質問が多いことから、データ収集に苦労したという。

1838票を郵送し、有効回収数は408人（男性145人・平均年齢59.4歳、女性263人・平均年齢58.4歳）、有効回収率22.2%である。

そもそも、当研究会による調査は、「たとえ人生の後半生であっても、“〈男〉として〈女〉”として、セクシュアリティをどのように生きるか”は、大きな意味をもって」おり、「だからこそ、たとえ、シングルであっても、その性的欲求をどのように実現していくかは、……人生の後半生のQOLを高め、充実した人生を生きるために大切な課題」になっている（2007: 2-3）、との前提に立つ。

男性の42%、女性の38%は、現在、付き合っている人がいると回答している。過去1年間にセックス経験ありの男性は49%、そのうち、相手は1人が56%、女性ではセックス経験ありは35%、相手は1人が89%である。

性的な感情や欲求を伝え合う「性的コミュニケーション」は、有配偶者より単身者の方がはるかに豊かであり、単身女性は有配偶女性よりもセックスに積極的である。女性の性欲には生理的な要因が働くものの精神的な要素も大きく影響することがわかった、と。

「単身の淋しさや物足りなさを感じている」のは、男性の76%、女性の49%、そして、結婚願望があるのは、男性の57%、女性の25%となっており、男女差は顕著である。とはいえ、男女とも、中年グループ（40～50歳代）よりも高年グループ（60～70歳代）のほうが、はるかに性に重きをおいているという点では共通している。

そして、性は「楽しいもの」「快楽」「コミュニケーション」であるとする人は8割以上となっている。

荒木らは、「セックスは、あくまで『お互いを生かす』ことが基本であり、『男が男性性を確認し、女が女性性を自覚する』対等な関係こそが望ましいセクシュアリティではないか」と説く（2007: 203）。セクシュアリティにおけるジェンダー平等の主張と評される。

代表性のあるデータではないにせよ、男女とも、年を取れば、“枯れる”というのは“神話”であって、高齢単身の男女ともが性に重きをおいているという知見は、有配偶高齢者の知見を追証する結果である。すなわち、高齢の男女とも、有配偶か無配偶かに関係なく、性に重きをおいていることが明らかにされたと言える。

3) 「中・高年齢有配偶者・単身者のセクシュアリティに関する調査」

セクシュアリティ研究会は、およそ10年後の2012年に、再度、ほぼ同じ設問からなるアンケート調査を実施した（日本性科学会セクシュアル研究会 2016）。

調査のねらいは、次のとおりである。すなわち、「中年期や高齢期に焦点をあてた性に関する調査はほとんど実施されていないなかで、調査結果を性に関わる相談・診療などの臨床の場で役立てたい、性生活の実態、性の健康、よりよい男女関係を考えていくための科学的な研究資料として社会に還元していきたい。さらに、前回調査から10年後に再調査をすることにより、性に関する意識や男女の関係性、性行動の変化をとらえることも期している」と（2016: 10）。

今回は、有配偶者と単身者を区別せずに、40歳から79歳の男女を対象に3025部配布し、有効回答は1162人、有効回答率38.4%であった。内訳は、有配偶男性404人、有配偶女性459人、単身男性92人、単身女性207人であった。

結果によると、有配偶者については、夫婦間の性交頻度が顕著に減少していた。特に40～50代でセックスレスの増加が目立った。一方、マスターベーションは男女とも増加し、特に40代、50代の男性において顕著に増加していた。

性交頻度と結婚生活の満足度との関連では、「月1回以上の性交」がある夫婦において結婚生活全体に対する満足度は高い。ちなみに、筆者は、結婚生活の満足度が高いほど定期的な性交が保たれているとも解釈できると考える。

また、「過去1年間に配偶者以外の異性との親密な付き合い」がある割合は2～3倍に増加していた。

他方、単身者のセックスレスは前回調査と大差なかった。そして、今回の調査においても、交際相手のいる単身者の性行動は活発であること、単身女性のセックスによる満足度は高いこと、また、「この1年間に性交をしたと思ったことはどれくらいあるか」という性的欲求についての回答結果は、有配偶者の場合、男性は40代91%、50代89%、60代78%、70代81%、女性は40代72%、50代53%、60代42%、70代33%であった。単身男性の場合、中年90%、高年78%、そして、単身女性の場合、中年74%、高年32%であった。

性的欲求を抱く比率は、男性では高年でも相当に高く、女性の高年では低下するが、高年の

32%という数値は低いとは言えないだろう。

荒木は、以上のようなセクシュアリティ調査からの知見を総括する形で、「長い人生の後半人生の QOL を思えば、触れ合いを取り戻す努力が必要なのではないか。そのためにはまずは会話のある豊かな関係性を築くこと、性生活をセックス＝挿入ではなく、性的な触れ合いを重視し、女性のセクシュアルプレジャーをもっと大切に考えること、女性も主体的になり、協力して双方が満足できる性生活を作り上げること、が求められる」と提言している（荒木 2020: 11）。非常に説得力のある提言である。

日本性科学会セクシュアル研究会のメンバーたちは、その後、これらの調査結果をもとに、『中高年のための性生活の智慧』（日本性科学セクシュアル研究会編 2019）をまとめている。ただし、性的欲求の満足度と QOL との関連はどうなっているのか、筆者が知りたい点については、開かれたままである。

2-4 医師たちによる中高年期のセックス礼賛？

試みに、高齢者の性（生活）についてネット検索してみた。その結果、あまりに多くの情報があふれていることに驚かされた。個別に詳細にチェックしたわけではないが、多くは、高齢者が性行為による満足を得るためのテクニック、治療法などに関する情報であった。医師たちによって書かれた文献や Web 上にアップされている情報も少なくない。

産婦人科医や精神科医による著作は、おしなべて、高齢者のセックスの礼賛であり、セックスのすすめであり、セックスで満足できるための指南書といった内容である。

石川隆俊は、東京大学医学部を定年退職後に、高齢者の性生活はどうなっているのか、また、セックスが肉体的・精神的にどのような影響を及ぼすかを知りたいとの思いから、東京近郊在住の 50 歳代半ばから 93 歳までの 80 人近い男女に対してインタビューを実施した。その結果を、『なぜヒトだけがいくつになっても異性を求めるのか』（石川 2013）にまとめている。本著では、厳密な科学的調査ではないと断ったうえで、55 歳から 90 歳代の高齢者のうち、男性の約 8 割、女性の約 7 割が性的にアクティブであることが明らかにされ（石川 2013: 127）、「セックスは必ずしも性器の結合がなければならないものではないこと。男と女が優しく抱き合うだけでもいい。そうやってパートナーといっしょに過ごすだけでも、心も体も十分に満たされるのだ」と説く。そして、人は何歳になっても性に関して現役であり、またそれが生きがいになっていることを確信し、セックスは老年期世代にも不可欠なものであり、生涯持続するという結果を得たと説く（石川 2013: 5）。

石川は、続編の『東大名誉教授の私が「死ぬまでセックス」をすすめる本当の理由』（石川 2016）においては、高齢の男女がどんなセックスをしているのかについて、多くの事例を通して、「セックスを日常的に楽しむことによって、ドーパミンが大量に分泌されます。その結果、

すべての行動が意欲的になるのです。つまり、セックスは、年を取ることによって失われがちな『生きる力』を、私たちに与えてくれるということです」(石川 2016: 25)と説く。そして、「高齢者にとってのセックスは、深い癒しを味わうためにあり」、「セックスこそ、残された人生を豊かにしてくれるもの」であり、「この世の最大の喜びは、人を愛すること」であり、そして、「セックスは、愛する相手と、今という瞬間を分かち合う行為にほかならない」と結論づける(石川 2016: 129)。

性科学の専門医である大川玲子・今井伸の『人生 100 年時代をなかよく生きるシニア世代の愛と性』(大川・今井 2020)では、セックスレスになっているシニア夫婦をターゲットにして、男性向けと女性向けのセックスレス解消法を具体的に紹介し、セックスの意義と効用を説く。

「セックスは大切なコミュニケーションです。相手の気持ちをおしはかり、体調を気遣い、心と体の両方で存在を確かめ合う行為です」(大川・今井 2020: 112),「シニア男性は、セックスで女性を満足させることで男としての自信を取り戻すでしょう。女性も愛し愛されることで女としての幸福を取り戻すでしょう。こうした満足感は必ず表情に出ます。全身からにじみ出て肌も若々しくなるというものです」(大川・今井 2020: 125),「シニアのセックスは、……裸で抱き合って素肌の感触を味わう。その気持ち良さや安心感は何にも代えがたいものがあります。これは愛し合う者同士でなければ得られない究極の癒しです」(大川・今井 2020: 125)。さらに、具体的に「男女ともに年を取ってきたら、『勃起しなくてよい』『挿入しなくてよい』と思うことで、様々な呪縛から解放され、お互いにストレスを感じる事が少なくなる」とも説く(大川・今井 2020: 126)。

精神科医の和田秀樹は、『熟年からの性』(和田 2025)において、精神科医の立場から、「高齢者の性は、『最期まで人間らしく生きる』という意味で、とても大切なこと」(和田 2025: 2)であり、「健康で長生きするためにも、高齢者ほどセックスしたほうが良い」と説く(和田 2025: 165)。その背景として、海外での研究結果を引用しながら、近年、セックスと心身の健康の関係、セックスと脳との関係が少しずつ明らかになってきており、具体的には、性交渉のあるパートナーをもつことは精神的な安定にもつながり、更年期の情緒不安定や鬱の予防にも繋がること(和田 2025: 167)、セックスの頻度が高齢者の認知機能を向上させる可能性があること(和田 2025: 173)、といった研究結果を紹介している。

ほかに、富永喜代の『女医が導く 60 歳からのセックス』(富永 2023a)では、「『性』は『生』、自分らしく生きる力の源」であり、「適度なセックスは、いくつになっても人生に張り潤いをもたらしてくれ」る(富永 2023a: 4)ものであるにもかかわらず、「熟年の性が古い価値観によって抑圧されてきたがゆえに、これまであまり語られてこなかった」(富永 2023a: 5)として、とりわけ、女性を対象に、60 歳以上になってもセックスを楽しむために知るべき知識と方法を解説している。また、『死ぬまで「性」を愉み尽くす本』(富永 2023b)では、女性の

みならず、男性についても、ともにセックスを愉しむための具体的方法が解説されている。

これら医師たちは、高齢者がセックスによって満足を得ることは望ましいことだという前提にたって、セックスで満足を得ることに特化した指南を行っている。しかし、セックスの満足度が個々人の精神的、身体的、さらに生活全体にどのような影響を及ぼしうるのかという科学的根拠を必ずしも示しているわけではない。

2-5 高齢者の愛と性をめぐる近年の動向

ルポライターの篠藤ゆりは、『ルポ シニア婚活』（篠藤 2019）において、近年、長寿化とともに、高齢シングル人口が増加しているなか、婚活に前向きなシニアが増加している状況に着目し、シニア世代の婚活の様相、実際に婚活を実らせた人々の生活の変化、シニア婚活の現状と課題について、取材をもとに伝えている。近年、40 歳以上に顧客を限定している結婚紹介所やマッチング・アプリもあるという。

試みに、Yahoo! Japan で、中高年の婚活について検索してみると、“ラス婚”，「人生最後の婚活」という見出しの記事が眼に飛び込んできた。記事によると，「2022 年に離婚した夫婦のうち，同居期間が 20 年以上だった『熟年離婚』の割合が 23.5% と，統計のある 1947 年以降，過去最高を記録した。そんな中，人生最後の婚活『ラス婚』市場が盛り上がりを見せている。40 代以降のミドル・シニア世代を対象にした婚活アプリは，運営開始から半年で登録者数が 10 倍に……」，とあった（集英社オンライン編集部 2025. 05. 17）。

その他にも，ネット上に情報が溢れているが，これ以上は触れないでおく。

他方，昨今，高齢者福祉の現場では，高齢者の性的欲求の存在を認めながらも，その対応の困難に直面している実態が報告されている。社会保障政策が専門の結城康博は，「高齢者によるヘルパー・介護士へのセクハラ問題とともに，介護施設における利用者間の性行為などタブー視される風潮は否めず，福祉従事者の多くは悩みながら仕事をしている。利用者の性的ニーズに福祉専門職として，専門家として，どのように対応していくか思考錯誤（または等閑視）しているのが現状である。……しかし，高齢者・障害者の要介護者の『性的なニーズ』に関する課題は，今後，マジョリティ化され社会に顕在化せざるを得ない」と指摘する（結城 2018）。福祉の現場では，高齢者の「性的ニーズ」への対応について，ようやく問題意識がもたれるようになった段階のようである。

このような状況のなかで，坂爪真吾は，さまざまな生きづらさを抱える「性的マイノリティ」の人たちが，「安心できる暮らしと高齢期」をつくりだすための相談支援活動やコミュニティづくりなどを行ってきた民間支援団体の代表として，これまで置き去りにされてきた高齢者の性の問題について，個人の視点と社会の視点から問題提起する（坂爪 2017）。

すなわち，性的欲求はあっても，配偶者との間ででも，婚活によってでも，その他の方法に

よってでも、性的満足を満たすことができないでいる多くの高齢者の現実を踏まえて、個人の視点として、『老後の性生活はかくあるべき』という世間の固定観念や偏見、そしてメディアが振りまく軽薄な幻想に惑わされてはならない。たとえ他人や世間からみて惨めな状態、滑稽な状態に見えたとしても、誰を（何を）パートナーとして選ぶかを決めるのは、あくまで自分自身だ。『私の性は、私が決める』という性の自己決定原則は、生涯を通して不変である」と主張する（坂爪 2017: 141）。そして、社会の視点として、「要介護や認知症の状態にあるとしても、健常者と同様の性的な存在として処遇されること、すなわち、日々の生活の中でのプライバシーの確保、自慰行為の支援などの『性に対する合理的配慮』を通して、その人が最期まで人間らしく生きていくために必要な、最低限度の性の健康と権利がきちんと守られるような仕組みを作っていくこと」が、介護福祉の現場ですべきこと、と説く（坂爪 2017: 181）。そのうえで、超高齢社会の中で、行き場を失って漂流し、場合によっては孤独の中で爆発しがちな高齢者の性を包摂できる社会とは、「高齢者の性的行動や性的失敗を受け止め、いくつになっても性的冒険や性的探求を飽かずに繰り返すことを、そっと温かく見守るだけの寛容性がある社会。高齢者の『声なき声』＝性的苦悩や煩悩を受け止め、たとえそれらを解決することはできなくても、そっと寄り添って共感的傾聴を続けるだけの配慮がある社会」と結論づける（坂爪 2017: 213-214）。だれもが、死の瞬間まで、「人間らしく」あり続けることを支援する仕組みづくりが必要という彼の主張は、前述の医師たちによる楽観的なセックスのすすめとは一線を画して説得力がある。

しかし、保健・医療・心理・福祉の専門家たちによる多くの文献を読んで気づいたことは、高齢者の性的欲求の存在とその充足の仕方について、そして、性的満足度との関連については詳細な調査が蓄積されて問題提起がされてきたが、パートナーとの愛情関係については、ほとんど触れられていないことである。坂爪も、“愛”については一言も言及していない。

極論すれば、たとえ、“愛”はなくとも、だれもが性的欲求を充足できればよいのだろうかという大きな疑問が、筆者には浮かび上がった。

3 ベビーブーマーによる「性の実験」——ジェフリー・ウィークスより

今度は、海外に目を向けてみよう。

筆者が着目したのは、Weeks, J. による“THE WORLD WE HAVE WON”（2007）（邦訳ジェフリー・ウィークス『われら勝ち得し世界：セクシュアリティの歴史と親密性の倫理』赤川学監訳 2015）である。

本書の概要は以下のとおりである。

「1950 年代以降、親密生活に『大転換』が生じ、伝統的な生活様式が崩壊した。つまり家族、

宗教、厳格なヒエラルキー、適切な性行動の要素となるのは主として一夫一婦制・異性愛・生殖に関連したセクシュアリティであるという偏狭な観念を基盤に作られていた生活様式が崩壊した」と（ウィークス 2015: 3）。

1950年代、女性の性的ポテンシャルを開発するのは男性の義務であり、性の快楽は徐々に認識されてはいたが、結婚の枠内に厳しく制限されていた。

1960～70年代の大変動により、世代間の力関係および、男女間の力関係が変化した。そのなかで、第1に、産児制限が容易に利用できるようになった結果としてのセクシュアリティと生殖の分離、第2に、婚前セックスや婚姻を伴わない同棲（同居）の増加、離婚の手軽さ、ひとり親の増加に伴うセクシュアリティと結婚の分離が可能となった。

1960年代半ばから1970年代後半にかけて、女性に対する国家と共同体の支配はかつてないほど後退した。避妊の自由、中絶に甘い法律、議論のしやすさ、平等賃金、性差別の規制など。女性はこれまで以上に個性を主張し、自分の人生語りを再形成する自由を得つつあった。

1990年までにイギリスは、束縛によって特徴づけられる社会から、道徳多元主義と大きな寛容によって特徴づけられる社会へと完全に変化し、ライフスタイルの多様性、エスニシティと信仰の多様性、ライフコースの多様性をもたらした。ライフスタイルの多様性は、性のライフスタイルの多様性をも含んでいる。

ウィークスは、ライフスタイルの選択について、「自己アイデンティティと日常活動の構築にとってますます中心的な位置を占めるようになっていく。私たちは選択する以外の選択肢はなく、選択という言葉の核心には『いかにして私たちは生きるべきか』という問いがある。その問いのもとで、生きることと愛することが緊密に結びついている」と説く（Weeks 2007: 110=2015: 191）。「生きることと愛することが密接に結びついている」という指摘は、筆者の心に強く響いた。

この指摘を補完するように、「ベビーブーマーたちこそが、発展にいたる道のりを先導してきた。ベビーブーマーたちの『望みをすべてかなえる』という野望が、年をとることの明確な遅延を可能にしたが、それは新たな関係性によるものかもしれない」として、タイムズ誌2006年7月19日号「性教育が必要な“性的に自由な（swinging）”年金受給者」という見出しの記事を引用している。そこには、「人々が高齢でより多くのパートナーと頻繁に性的な関係を持つようになり、新たな性の実験を試みるようになっていく」というコンサルタントのコメントが掲載されている（Weeks 2007: 122=2015: 210）。「年を重ねて生きるとは愛することなのだ」というウィークスの主張を代弁している記事と解される。

ウィークスによると、「セクシュアリティは単なる個人の特徵ではなく、自己や他者との関係、個人の人間性そのものを定義するに至っている」、「肯定的自由（自由なプライバシー、合意に基づく性行為、個人の自律性、自己身体への統御への権利、様々な生き方の承認、関係性や『愛の権利』

における選択の自由)は、他者の権利と矛盾せずそれに害を及ぼさない限り、価値ある生の材料となっている」(Weeks 2007: 222=2015: 368)、そして、最広義には、「愛はケアや責任、尊重、そして相互の知識を含んだ多様な感情——『平等な主体間の相互承認と、互恵の関係における必要性の認識と心遣い』——を含む」と(Weeks 2007: 195=2015: 329)。筆者はこの愛の定義に首肯する。

また、ウィークスは、現在の不確実性を、「私たちに価値について創造的で発明的であるよう強いる価値の時代である」(Weeks 2007: 223=2015: 369)と肯定的に捉えており、そのうえで、「差異は現代世界における連帯の構築について考える出発点だとし、連帯は他者に対するケアと責任、他者の尊厳という確信、そして、公的制度、私的関係ともに暴力と支配を減らそうとする者を支援する意志を意味する。……連帯は、他者の痛みと屈辱感を漸進的に認識することを通じて作られるべきである」と主張する(Weeks 2007=2015: 370)。

1940年以降の、エロティックな、親密な生活の「大転換」を生きてきたウィークスがたどり着いたのは、「変わることなくあったのは、個人と個人、世代と世代とを結びつける愛と喜びの可能性であり、それこそが、過ぎ去った過去を、われら勝ち得しこの世界とをつなぐ黄金の糸なのである」という境地であった(Weeks 2007: 224=2015: 371)。

イギリス社会において、過去50年間のセクシュアリティの歴史的な大転換を経ても、不変であったのは、「愛と喜びの可能性」であったというウィークスがたどり着いた境地は、筆者にとって十分に納得できるものであった。誤解を怖れずに言えば、セクシュアリティのあり方には大きな転換があったが、生きること、そして、愛することは不変であったという歴史認識が、彼のたどり着いた到達点であったのだ。

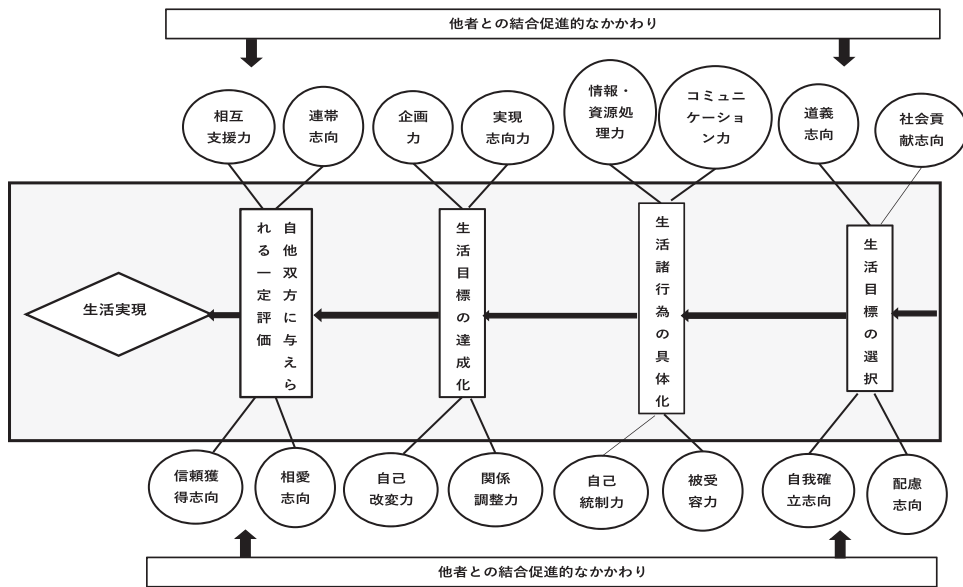
4 高齢の生活者にとっての愛と性のライフスタイルをモデル化する

ウィークスの歴史認識は、高齢の生活者にとっての愛と性の関連を探究するうえで、筆者の大きな後押しとなった。と同時に、筆者自身の、かつての研究を振り返るきっかけともなった。

40年ほど前から、筆者は、生活システム分析に強い関心を抱き、生活者にとって生きる意味を考えるなかで、図2のような、日々、生きていることを喜びとできる人生を全うすることを、「生活実現」と名付けて人生目標に位置づけたのだった。そして、「生活実現」を達成するための可能性や能力を「自立」要素とみなし、いうなれば、「自立」を、生活実現を達成するための手段と捉えて、16種の自立要素を想定した。その中でも、とりわけ重要な自立要素として、「連帯志向」と「相愛志向」を位置づけた(神原1991, 神原2025)。

期せずして、ウィークスの「つながり」と「愛」は、筆者の「連帯志向」と「相愛志向」に相当する。ウィークスの到達点は、まさに、「我が意を得たり」の感があり、本書を読み終え

高齢の生活者にとっての愛と性（神原）



（注）○は自立の構成要素を意味する

図2 生活実現と生活自立

て、言葉にできないほどの感動を覚えたのだ。

とはいえ、現代社会を生きることと愛することが密接に結びついているとしても、個々の生活者が日々を生きること、すなわち、日常生活の営みと、愛することや性的な関わりとがどのように結びついているのか、個々の生活者の日常生活の営みの中に、愛することや性的な関わりがどのように位置づけられうるのか、さらに、個々の生活者にとって、愛と性の意味づけの違いによる多様なライフスタイルの可能性がありうるのではないかなど、検討すべき課題がまだまだありそうだ。

ここからは、高齢の生活者にとっての愛と性の関わりにおける多様なライフスタイルの可能性について試論を展開したい。なお、筆者は、愛情表現の一部として、性的な関わりを捉えている。そのため、“愛”とは無関係な性的欲求の充足については、ここでは触れない。

改めて、なぜ、筆者が高齢者をターゲットにするのか？それは、ウィークスも指摘しているように、戦後生まれのベビーブーマーたちは、戦後のセクシュアリティの大転換を先導し、「のぞみをすべてかなえる」べく、高齢になった今、生と愛を結びつけた、新たな「性の実験」を試みているのであれば、日本のベビーブーマーのひとりとして、日本における「性の実験」を、この眼で確かめたいという思いに突き動かされたことも大きい。

旧態依然とした性意識や性規範を取っ払えば、高齢の生活者にとって愛と性の多様なライフスタイルの選択はハードルが低いのではないかと考える。なぜなら、①性交による妊娠の可

能性から解放されている。すでに高齢女性の生殖機能は終わっているからである。② 高齢になって性的機能が落ちているのなら、むしろ、愛情表現として、性交にこだわることなく、性交へのプレッシャーから自由になり、自分（たち）らしい愛情表現を開拓すればよいからである。③ 法的な婚姻から自由である。婚姻するメリットは高くないだろうからである。④ 同棲することから自由である。たとえ配偶関係であっても、これから先も無理に同棲を続ける必要はないし、単身者が今から無理して同棲する必要もなく、双方が自分のプライベートな生活を尊重した居住スタイルを選択すればよいからである。⑤ 男性優位と性別役割分業規範にいつまでも囚われる必要はないからである。我慢できそうにないなら、年金分割をして熟年離婚をすればよい。

高齢者こそが、ジェンダー平等の、心地よい、自分（たち）に合ったパートナー関係を、時代の先駆けとして切り拓けばよい。自分に合わなければ関係を解消することも難しくないはずだ。

そこで、前述した図1の「ジェンダー平等の夫妻関係モデル」をもとに、図3のような、「高齢の生活者にとっての愛と性のパートナー関係モデル」を描いてみた。

図3において、生活者Aと生活者Bは、いずれも高齢者である。AとBは、異性か同性かを問わない。法律婚か非法律婚かを問わない。また、同居か別居かを問わない。

AとBとの親密な愛と性のパートナー関係の核となるのは、「カップルとしてのパートナー関係」である。この関係は、図1におけるカップルとしての夫妻関係と差異はないとみなしている。

カップルとしてのパートナー関係の特徴を、双方のニーズに応じて、時間・空間を共有しながら、互助的結合、共生的結合、エロスの結合、そして、受容的結合という共同態的关系を再

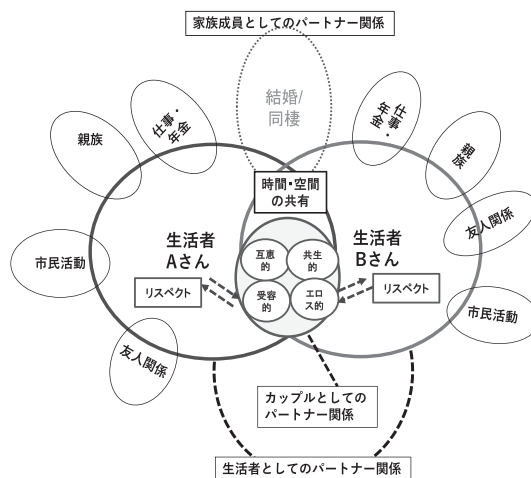


図3 高齢の生活者にとっての愛と性のパートナー関係モデル

構築したり、新たに形成したりすることと捉えている。

狭義の「愛する」とは、パートナーとの、互助的結合、共生的結合、エロスの結合、そして受容的結合への願望であり、このような願望を抱けることが、愛することの喜びなのだろう。性的欲求はエロスの結合への願望の一部と言える。エロスの結合は、自分だけが性的欲求を充足することではないからである。

そして、これらの願望がパートナーに受け入れられ充たされると、愛することの喜びが増幅し、共に生きていることが何にも代えがたい悦びとなるのではないだろうか。

図3において、AとBは、たとえ婚姻関係であっても、「生活者としてのパートナー関係」として、それぞれ、個人としての生活を営んでおり、互いの個人としての生活に踏み込んだり干渉したりしないことが、カップルとしてのパートナー関係を安定的に維持するうえでの必要条件と捉えている。とはいえ、AとBにとって、相手の生活はまったく無関係ではなく、互いにリスペクトしあえる関係であることがカップルとしてのパートナー関係を成り立たせ、存続させるうえで重要な意味をもっているだろう。なぜなら、Aにとっても、Bにとっても、生活者として、自らの生活システムを組み立てて欲求充足を図るうえで、相手とのカップルとしてのパートナー関係に満足するだけではなく、相手との生活者同士のつながりも重要な意味をもちうるはずだからである。言い換えれば、互いに、生活者としてのパートナーの生き方を尊重し合い、そして、応援し合いたいと思えることが、カップルとして愛し合いたいと願う大きな動機の1つになりうるからである。

図3の「家族成員としてのパートナー関係」については、結婚していたり同棲していたりする場合、「家族成員としてのパートナー関係」が、この先も、ジェンダー平等になりそうになら、必ずしも、現状のままの関係を続けなくてもよく、パートナー関係を解消してもよい。家族成員としてのパートナー関係は、同棲しなければ限りなく小さくなる。当然ながら、経済的にも財布は別々だ。

同居の場合は、日常生活における対等な協力関係を構築することが原則である。とはいえ、同居であっても、日常生活において、パートナーと「できるだけ一緒に過ごす時間を大切にしたい」凝集志向に限らず、パートナーと、「お互いに干渉しないで、別々に過ごす時間を楽しみたい」個別志向もありだし、あるいは、凝集志向かつ個別志向もありであって、同居の過ごし方についても選択の余地はある（神原 2004: 126-130）。

これらの組み合わせだけでも、高齢のAとBの生活者としての愛と性の関わりについて多様なライフスタイルを想定できる。

結婚40年以上の夫と妻が、子どもたちが独立した後に、愛と性の関係をいかに再構築するかが問われるだろう。これまでの夫妻関係を部分修正するにしても、さまざまな選択肢があるだろうし、それまでの結婚生活を解消して、新たに単身生活をスタートすることも選択肢のひ

とつである。あるいは、婚姻関係は解消しないままに、家庭内別居や“卒婚”して、夫と妻とが別々に、自由に好きな場所で、自分らしい生活をスタートさせるという選択肢もありうるだろう。

単身高齢者が、単身のままに、単身生活を謳歌するのもありだし、“ラス婚”することも選択肢の1つなら、だれかと、婚姻せず、同棲もせずに、時々、時間と空間を共有しながら、カップルとしてのパートナー関係を育み、同時に、互いに生活者として尊重し合いながら、それぞれが、生活者としてトータルな生活を充実させるというライフスタイルもありうるだろう。

高齢の生活者にとって愛と性の関係におけるライフスタイルの可能性については、まだまだ“実験”が続くことだろう。

5 今後の分析課題

最後に、高齢の生活者にとっての愛と性の関係モデルをもとに、明らかにすべき課題を確認しておきたい。

本稿で紹介した日本性科学会セクシュアリティ研究会が行った調査は、性的欲求の実現が、人生後半のQOLを高め、充実した人生を送るうえで重要に違いないという問題意識からデータが蓄積された。そして、性的行為とその満足度との関連について明らかにされた。とはいえ、調査の中で、個々の回答者のQOLは測定されておらず、性的欲求の満足度とQOLの高さとの関連については検証されてはいない。

医師たちによる、高齢者のセックスのすすめでは、セックスから得られる満足が、生活者としての生活満足度に影響することを主張している。すなわち、性的欲求が充たされることが、図3のA、Bそれぞれのカップルとしての満足度、および、生活者としての満足度を高めるということである。ただし、いずれの主張も、統計的データによって検証されたわけではなく、仮説の段階である。

高齢者にとって、性的関係を持ち続けることが高齢者のQOLを高めるという仮説、および、性的欲求の充足がカップルとしての満足度や生活全体の満足度を高めるという仮説を、統計データによって検証することが今後の1つの課題である。

次に、筆者は、カップルとしてのパートナー関係の構成要素を、互助的結合、共生的結合、エロスの結合、そして、受容的結合として捉えてきたが、実のところ、この分析モデルの有効性について実証的に確かめることはできていない。また、これらの構成要素が想定されるならば、相互にどのような関連にあるのかという点についても確認する必要がある。これらの関連を明らかにすることは、愛と性との関連を明らかにすることにもつながるはずである。

さらに、カップルとしてのパートナー関係と生活者としてのパートナー関係との関連につい

ても、生活システム論を提唱する立場としては、実証する必要がある。

神原の分析によると、長年、結婚生活を続けてきた高齢の夫と妻の場合は、かつて、子どもの養育期や教育期に、どれほど夫と妻とが協力して困難な時期を乗り越えてきたかという経験が、今日の結婚生活の満足度に影響していることが示唆された（神原 1991, 神原 2004）。すなわち、子育て期を互いに協力して乗り切ってきた夫と妻の場合は、子どもたちが独立した後に、再び、夫と妻として向き合うことができる。他方、子育て期を妻ひとりで乗り切ってきた場合は、子どもの独立後に、妻はもはや夫を必要としなくなるかもしれないということだ。図3の、家族成員としてのパートナー関係の満足度とカップルとしてのパートナー関係の満足度との関連である。図3の、共生的結合の満足度とエロスの結合の満足度との関連として捉えることもできるが、さらなる検証が必要であることは言うまでもない。

高齢の生活者にとっての愛と性の関わりにみられる多様なライフスタイルの現状を確認すること、そして、高齢の生活者にとっての愛と性の充足と、精神面、身体面、そして、生活全体のQOLとの関連を実証することは、超高齢社会に向かう日本において、高齢者のウェルビーイングをさらに高める施策を講じるうえで、重要な研究課題に違いない。

註

- 1) 筆者は、「夫婦関係」に変えて、「夫妻関係」を使っている。「夫」と対になる言葉は「妻」であり、Husband and Wife relationship をそのまま翻訳すると「夫妻関係」となる。ただし、文献からの引用箇所や本のタイトルなどについては、原文どおり「夫婦」としている。
- 2) 著者の松井久子は76歳で、89歳の日本思想史研究の子安宣邦と再婚した。
- 3) “An active sex life improves brain power in older adults”, *News & Events*, University of Oxford. 23 JUN 2017. <https://www.ox.ac.uk/news/2017-06-23-active-sex-life-improves-brain-power-older-adults> (2025年11月20日閲覧)
- 4) 「全国家族調査」(NFRJ)の詳細については、HPを参照のこと。<https://nfrj.org/>
ちなみに、筆者は、第1回目のNFRJ98と第2回目のNFRJ03に、全国家族調査委員会の委員のひとりとして関わった。

引用文献

- ・荒木乳根子 2020 「中高年のセクシュアリティ —— これまでの研究から見えてきたこと ——」『高齢者のケアと行動科学』第25巻, 2-24.
- ・大工原秀子 1979 『老年期の性』ミネルヴァ書房.
- ・大工原秀子 1991 『性ぬきに老後は語れない：続・老年期の性』ミネルヴァ書房.
- ・Giddens, A., 1992 *THE TRANSFORMATION OF INTIMACY: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*, Polity Press. (松尾精文・松川昭子訳 1995 『親密性の変容：近代社会におけ

- るセクシュアリティ、愛情、エロティズム』而立書房).
- 後藤宰人 2018 「高齢者と性風俗」結城康博・嫁村美奈・武子愛・後藤宰人 2018『福祉は「性」とどう向き合うか——障害者・高齢者の恋愛・結婚』ミネルヴァ書房, 35-53.
- ・石川隆俊 2013 『なぜヒトだけがいくつになっても異性を求めるのか』かんき出版.
 - ・石川隆俊 2016 『東大名誉教授の私が「死ぬまでセックス」をすすめる本当の理由』マキノ出版.
 - ・神原文子 1991 『現代の結婚と夫婦関係』培風館.
 - ・神原文子 2004 『家族のライフスタイルを問う』勁草書房.
 - ・神原文子 2010 『子づれシングル：ひとり親家族の自立と社会的支援』明石書店.
 - ・神原文子・杉井潤子・竹田美知編著 2016 『よくわかる現代家族 第2版』ミネルヴァ書房.
 - ・神原文子 2025 『子どもの人権を尊重するってどうするの?』解放出版社.
 - ・加藤慶一郎 2024 「性行為の社会的分析：儀礼理論からのアプローチ」『社会学評論』75(2), 133-149.
 - ・内閣府 2025 『令和7年度高齢社会白書（全体版）』https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2025/zenbun/07pdf_index.html (2025年11月3日閲覧).
 - ・松井久子 2024 『疼くひと』中央公論新社.
 - ・松井久子 2025 『最後のひと』中央公論新社.
 - ・日本性科学会セクシュアリティ研究会編 2002 『カラダと気持ち——ミドル・シニア版』三五館.
 - ・日本性科学会セクシュアリティ研究会 2007 『カラダと気持ち シングル版』三五館.
 - ・日本性科学会セクシュアリティ研究会編 2016 『セックス時代の中老年性白書』harunosora.
 - ・日本性科学会セクシュアリティ研究会 2019 『中老年のための性生活の智慧』アチーブメント出版.
 - ・大川玲子・今井伸 2020 『人生100年時代をなかよく生きるシニア世代の愛と性』平原社.
 - ・坂爪真吾 2017 『セックスと超高齢社会——「老後の性」と向き合う』NHK出版.
 - ・篠藤ゆり 2019 『ルポ シニア婚活』幻冬舎.
 - ・高橋幸・永田夏来編 2024 『恋愛の社会学——多様化する親密な関係に接近する』ナカニシヤ出版.
 - ・富永喜代 2023a 「女性が導く60歳からのセックス」扶桑社.
 - ・富永喜代 2023b 『死ぬまで「性」を愉み尽くす本』永岡書店.
 - ・筒井淳也 2025 『人はなぜ結婚するのか——性愛・親子の変遷からパートナーシップまで』中央公論新社.
 - ・内野英幸 2005 「高齢者における性と健康」『老年精神医学雑誌』16-11, 1225-1231.
 - ・結城康博 2018 「福祉専門職の悩み——現場からの報告」結城康博・嫁村美奈・武子愛・後藤宰人 2018『福祉は「性」とどう向き合うか——障害者・高齢者の恋愛・結婚』ミネルヴァ書房, 1-17.
 - ・和田秀樹 2025 『熟年からの性』アートデイス.
 - ・Weeks, J., 2007, *The World We Have Won*, Routledge. (赤川学監訳 2015『われら勝ち得し世界——セクシュアリティの歴史と親密性の倫理』弘文堂).

要 旨

本稿では、高齢者の愛と性についての研究動向を確認するとともに、生活システム論に依拠して、高齢の生活者にとっての愛と性の多様なライフスタイルの可能性について提案する。

日本の家族社会学では、夫妻関係における愛やセクシュアルな関わりについて正面から取り上げられてはこなかった。他方、家族社会学の外では、40年以上も前から、保健・医療・心理・福祉の専門家たちにより、中高年のセクシュアリティに関する調査結果が蓄積されてきた。それらの調査結果から、高齢になっても性的欲求は存在すること、男女ともに性的関係を重要と考えていること、性的な不満が多いこと、などが明らかにされた。とはいえ、保健・医療・心理・福祉の専門家たちの場合、高齢者の性的欲求を充足することに主眼がおかれていて、パートナーとの情愛関係については、ほとんど触れられていなかった。

Weeks, J. “THE WORLD WE HAVE WON” に出会った筆者は、「年を重ねて生きることは愛することなのだ」というメッセージに背中を押されて、本稿において、生活システム論に依拠した、「高齢の生活者にとっての愛と性のパートナー関係モデル」を作成し、高齢の生活者にとっての愛と性のライフスタイルの可能性について提案している。

とはいえ、今後、高齢の生活者にとっての愛と性の充足と、精神面、身体面、生活全体の満足度との関連を実証すること、高齢の生活者にとってのパートナー関係モデルにおける、それぞれのパーツ相互の関連を実証することなど、検討課題は少なくない。

キーワード：高齢者，生活，愛，性，ライフスタイル