

老年期のセクシャリティ

北川 公路

Sexuality in Old Age

Koji Kitagawa (Gunma Paz Gakuen College)

我が国の総人口は、平成14年(2002)10月1日現在1億2,744万人となっているが、このうち65歳以上の高齢者人口は2,363万人であり、総人口に占める割合(高齢化率)は18.5%となっている。65歳以上の高齢者人口は昭和25年(1950)に5%に満たなかったが、昭和45年(1970)に7%を超え、さらに平成6年(1994)には14%を超えており高齢化が急速に展開している。

さらに、死亡率(人口1,000人当たりの死亡数)は生活環境の改善,食生活,栄養の改善,医療技術の進歩などにより乳幼児や青年の死亡率が大幅に低下したため,昭和22年(1947)の14.6%から約15年で半減した。その後はなだらかな低下を続け,昭和54年(1979)には6.0%と最低を記録している。65歳以上の高齢者の死亡率は戦後一貫して低下傾向にあり,昭和25年(1950)の71.5%から,死亡率の低下に伴い,平均寿命は昭和22年(1947)には男性が50.06年,女性が53.96年であったものが,平成13年(2001)には男性が78.07年,女性は84.93年と大幅に伸びている。今後,平均寿命は引き続き伸び続け,平成62年(2050)には男性が80.95年,女性が89.22年に達すると見込まれている(国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口」平成14年1月推計の中位推計)。

これらのことは,総人口の高齢者が占める割合が増加し,死亡率の低下から平均寿命が伸びて今以上に老年期が長くなることを意味している。その延長された老年期を,いかに充実して生きるかという人生や生活の質(QOL)の問題がクローズアップされてきた。このQOLを高める要因はいくつかあげられるが,配偶者の存在などは老年期の孤独を和らげ,幸福感や生き甲斐をつくりあ

げることが考えられる。

そこで本稿では,男女関係の中核にあるセクシャリティの問題についての研究を概観する。具体的には,男性・女性の性機能の加齢変化,性意識・行動,夫婦間のセクシャリティ,性の欲求不満と解消,性への偏見をもとに,老年期の男女関係について検討する。

男性の性機能の加齢変化

勃起能力

男性の勃起不全(インポテンツ)の原因の8割は心理的な要因によるものといわれている。性行為は生理的要因のみならず,パートナー側の問題も含めた心理的・社会的に様々な要因に影響される。

熊本ら(1992)によると,「セックスまたはマスターベーションで陰茎が硬くならないことがありますか」という質問に対して,「まったく硬くならない」と答えた人の割合は70歳代でも7~13%で,勃起能力はかなりの人が保持しており,50歳代においていえばほとんど低下していないことを報告している。また,性交渉をもたない頻度は50歳を過ぎると徐々に増加し,70歳代後半では50.3%,80歳代では62.5%に達すること報告している。

高年男性の性反応

MastersとJohnson(1966)は,男性の性反応を(1)興奮期-勃起まで,(2)平坦期-勃起の維持,(3)オーガズム期-射精,(4)消退期-射精後の4期に分け,若年男性(50歳以下)と高年男性(50歳代から70歳代)の比較を行っている。

高年男性には四つの特徴がみられることを指摘している。一つ目は勃起まで時間を要し,若年男

性の数倍かかること、二つ目は一度勃起すると長時間その勃起状態を持続し、射精の時間をコントロールできる。これは、射精のコントロールが難しい若年男性に比べて有利な点であること、三つ目は勃起しても性行為中にペニスが萎縮してしまうことがあり、これは若年男性にはほとんどみられない現象である。また、射精直前までペニスの十分な緊張が得られない場合があること、最後に射精後のペニスの萎縮力が非常に速いとともに、再び勃起するまでに長時間を要することがあげられる。

50歳代以上の高年男性の最大の変化は射精欲求の低下である。高年男性でも勃起能力は比較的によく保たれ、性交能力も極端に衰えず性への関心も十分にあるのだが、射精の欲求は著明に下がる。具体的には、パートナーに求められれば性交の回数は保たれるが、自分の欲求を満たすためだけであれば射精の頻度は減少し、マスターベーションの回数は、10歳代、20歳代に比べて激減する。また、射精することなく性行為を中断してもかまわなくなる。

女性の性機能の加齢変化

更年期障害の原因と種類

小林（1982）によると、更年期とは、卵巣から分泌される女性ホルモン的一种であるエストロゲンの量が減少し始めてからほとんど分泌されなくなるまでの時期で、閉経を中心としたその前後の期間を指す。この時期は個人差が大きく、43～45歳ぐらいから53～55歳ぐらいまでと考えられている。更年期は、女性の性機能の自然な加齢変化として妊娠する機能を失う過程である。しかし、この時期は単に妊娠機能が変化するだけでなく、自律神経失調症状などが出現しやすいときでもある（高橋，1982）。これらの症状が高じると更年期障害と呼ばれる。更年期障害は多くの不定愁訴からなり、身体面と心理面の影響が現れる。身体面の代表的な症状は、顔がほてる、汗をかきやすい、腰や手足の冷え、息切れ・動悸、寝つきが悪い、眠りが浅い、頭痛・めまい・吐き気、倦怠感、肩こり・腰痛（林，1992）・手足の痛みなどである。

性機能の変化

Mastersら（1966）によると、一つ目は膣の粘滑化が遅くなり、膣の拡張力も減退する。卵巣

ホルモンの減少、停止に伴い膣壁が萎縮して薄くなり、ヒダも消失するので膣腔全体が萎縮する。二つ目はオーガズム期が短縮し、消退期も早くなる。若い女性ではオーガズムが近づくと膣の開口部から3分の1位にふくらみを生ずるが、高齢女性ではこのオーガズム帯の収縮回数が若年の半分ぐらいに減少する。また、性行為中に発生した性反応は若年女性に比べてオーガズム後急速に消退する。三つ目は性器以外の性反応の変化。乳房全体の膨張がみられないが、性行為の興奮期には若年女性同様に乳頭が勃起する。しかし、オーガズム期に若年女性にみられる乳房および体表のピンク色の斑点の発生はみられない。また、オーガズム時の肛門括約筋の収縮が低下するなどの筋緊張の低下が認められる。四つ目は外性器の性反応の変化。性的刺激によってクリトリスは膨張するし、オーガズムが近づくとクリトリスは上方につき上って露出したクリトリス亀頭が小陰唇の包皮の下に後退していくことは若年女性と同様である。しかし、高齢女性のクリトリスは大陰唇や小陰唇やクリトリス包皮の脂肪の減退による保護作用の消失によって直接的な刺激を受けやすく痛みを生じやすくなる。大陰唇は脂肪組織の減退と弾力性の消失とによってその機能を減少し、小陰唇も興奮期すぎにみられる肥厚化が減退する。また、オーガズム期直前にみられる小陰唇の変色は高齢女性では極めて稀となる。バルトリン腺の分泌量も減少し、その作用速度も減退するので潤滑さを著しく減ずる。

性意識・性行動

高齢者は実際にどのような性生活を送り、またどのような性意識をもち生活を送っているのかを、性交頻度、性的欲求、恋愛感情、望む性的関係から概観する。

熊本（1992）によれば、男性は50歳代後半から性交渉をもたない人が徐々に増加してくる。それでも、60歳代後半までは男性の半数が月1回以上の性交渉を保っており、月1回未満を含めると、70歳代の後半まで半数以上の人が性交渉もっている。女性は閉経後の50歳代後半から性交渉をもたない人が階段状に増加していき、男女の性交頻度の差が50歳代後半から顕著となっている。男性に比べ女性の方がおよそ10年早く性交頻度が少なくなり、性生活を終える結果を示し

ている。性差による理由はいくつか考えられるが、荒木（1990）が首都圏に住む60歳以上の在宅男性151人、在宅女性277人を対象に実施した調査によれば、男性の1割強が妻以外の女性と親しい付き合いをもっており男性の婚外交渉が理由の一つと指摘している。

若年時代と比較した性欲の変化については、男性は60歳代前半に比べ後半になると性欲が顕著に減退するが、その後はあまり変化していない。性欲が「ほとんどない」「まったくない」は20%程度であり、「若い頃に比べ大いに減った」人が多いが、ほぼ80%が性欲を保持している。女性の場合は全体に性欲が乏しく、配偶者のいる人が60歳代前半でやや性欲が高い程度である。ほぼ4人に3人は性欲が「ほとんどない」「まったくない」と答えており、「まったくない」人が加齢とともに増加している。

恋愛感情についてみると、「異性を好きになる感情の強さ」が若い頃に比べてどうであるかを尋ねたところ、男性は約60%が「若い頃より穏やか」としつつも4人に3人は恋愛感情があるとしている。興味深いのは、60歳代前半に比べ後半以降の方が感情が豊かになっていることである。これは、男性の場合、性欲の生理的な充足をせきとめられることによって、かえって女性に寄せる感情も豊かになることを示している。女性は、性欲に比べると恋愛感情の方が豊かであるが、男性よりは乏しく、60歳代前半は約半数が「ある」としているものの、その後、加齢とともに減少していつている。

最後に、高齢者が望む性的関係についてみると、井上ら（1992）によると、望ましい性的関係「現在どのような性的関係が望ましいか」については、男性は「性交をもつ」がもっとも多く、「肌の触れ合い」も含めると約60%が性的行為を求め、年齢が高くなっても変化はみられない。これに対し、女性は「精神的な愛情やいたわりのみ」が半数以上を占めている。「性交」を求める割合は60歳代前半で14%あるものの、後半には半減している。しかし、女性も60歳代でほぼ80%、70歳代で65%は何らかの性的関係を求めている。これらの男女差とその要因は、もはや異性への関心が認められないというのは男性の5~6%、女性の20~30%に過ぎないということである。この時期の男性は性交頻度、性欲、恋愛

感情など女性より活発である。しかし、女性も異性への感情が存在している。現実的な積極性は乏しいものの、観念的に望ましい男性イメージをもち、そのような男性の愛情に包まれたいという気持ちを保持している。男性は性欲が活発で何らかの性行為を求めるのに対して、女性は精神的なつながりを求めている。

夫婦間のセクシャリティ

石田（2000）によると日常生活、そして性的情性と倦怠の淵からどのようにして這い上がるかについては、中年夫婦の多くが経験し悩む問題である。互いに身体も心も知り尽くしたつもりで、さらに深く知ろうとしなかった結果、溜まった種々の沈黙物を除去するために夫婦関係をあらためて見直し、再調整する努力こそが老年期に向けて必要であると指摘している。

女性には、更年期があるが、心身に激しい障害を起こす場合その内容と程度は男性の想像を超える。子どもが独立し夫も定年を迎え、再び2人だけの生活に戻るこの時期には、女性の心身に空疎感が生まれることが多いことが指摘されている。それがさらに膨大すると、夫婦としての存在自体を否定して「家庭内別居」あるいは「定年離婚」という破局につながる場合もある。

セクシャリティの性差という点からみると、性交そのものが欲求であることの多い男性と、愛されている実感を何よりも希求する女性の性に対する意識の差が表面化してくることが多いのが中年以降である。それ以上に、女性の心と身体に対する男性の無理解や誤解、さらに心と身体で語り合うコミュニケーションの少なさが索漠とした夫婦関係が生じる。

男性の性的満足が、女性の性的満足と同じであるという基本的誤解に男性は気づく必要がある。多くの場合、女性が2人の関係性の中で何を望み、何を不満と感じているかを男性は積極的に知ろうとしないため、女性の性的満足が心のコミュニケーションの土台に立って初めて深められていくことに思い至らない。中年以降の夫婦の心の食い違いを少しでも正すためには、バラエティのある心と身体での対話こそが大切であり、夫婦関係を見直す時期であると指摘されている。

性の欲求不満と解消

高齢者の性は、「いい年をして」「嫌らしい」「色呆け」など蔑みや嘲りの視線にさらされがちである。その背景には、“年をとると性欲は枯れるものだ”という考えが存在する。特に自分の親や祖父母の性愛は受け入れることができず拒否的になりがちであり、老婚などは家族の反対によって実現しない場合が多い。また、高齢者自身が伝統的な性道徳のもとで育ち、性についてはタブー意識が強い。男女が同じフロアで共同生活を営む老人ホームなどでは入居者同士が好意を抱き合うこともままあるが、熊本ら（1997）の老人福祉施設を対象にした調査では、入居者同士のカップルに対して男性入居者側は38.2%、女性入居者側は63.4%の施設が「どちらかといえば否定的」「否定的」であるとみなしている。

井上ら（1992）の60歳以上の在宅男女を対象にした調査によると、「性的欲求不満がある」「少しはある」と答えているのは男性53%、女性12%であった。また、性的欲求不満の解消方法としては男女ともに「趣味やスポーツ、友人との会合など他のことをして解消」が最も多いことを示した。次に「自然に解消」が多い。3番目に、自慰も「性的欲求不満がある」と答えている男性の22%、女性の10%があげていた。性は非常にプライベートなものであり、性的欲求の発露もその解消方法も多様である。また、年を重ねるに従って性欲は部分的（性器的）欲求から全体的（全人的）欲求へ、肉欲から精神的なつながりへと重点が移行していくため、より多様な性欲の解消が可能となってくる。趣味や運動、友人とのおしゃべりや食歩きなどさまざまな楽しみの中で性欲を昇華することもできると指摘している。

性への偏見

高齢者人口は平成32年（2020）まで急速に増加し、その後はおおむね安定的に推移すると見込まれている。一方で、総人口が平成18年（2006）にピークを迎えた後減少に転ずることから、高齢化率は上昇を続け平成27年（2015）には高齢化率が26.0%、平成62年（2050）には35.7%に達し、国民の約3人に1人が65歳以上の高齢者という本格的な高齢社会の到来が見込まれている。また、一人暮らし高齢者の増加は男女共に顕著で

あり、昭和55年（1980）には男性約19万人、女性約69万人、高齢者の人口に占める割合は男性4.3%、女性11.2%であったが、平成12年（2000）には男性約74万人、女性約229万人、高齢者人口に占める割合は男性8.0%、女性17.9%となっている。今後も一人暮らし高齢者は増加を続け、とくに男性の一人暮らし高齢者の割合が大きく伸びることが見込まれている。

高齢社会を迎えて一人暮らしの中老年が増加している。老年期の結婚には二つの意味があり、一つは老年期の夫婦関係、つまり老年期に夫婦であることの機能や関係を意味しており、もう一つは老年期になって結婚することである。ここでは後者の意味で用いる。老年期の配偶関係の大きな特徴は、男女間で大きな違いがある。総務庁の1995年の国勢調査によると、65歳以上の男性の大多数は妻がいるのに対して、女性の半数は未亡人である。一般にどの社会でも男性の老婚率のほうが圧倒的に高い。その理由としては、男性は年をとっても若い女性と結婚する傾向が強く、母親の再婚には子どもが反対することなどが考えられる。

Schoneら（1998）の研究によれば、老年期に結婚している人ほど男女ともに日頃から健康に気をつけ、病気にかかりにくい行動をとっていることを指摘している。また、五つの健康に関わる行動様式を取り上げている。一つ目は血圧などに気をつけて医師にかかる、二つ目は運動を心がける、三つ目はタバコを吸わない、四つ目は車ではシートベルトを着用する、最後にきちんと朝食をとることである。結婚している高齢者とシングルたちとを比較して、既婚者ほど社会的、心理的、身体的環境に対して防衛的に行動していることを証明したのである。

このように、老婚を目指す人々にはいくつかの共通の資質がある。年をとってもいつもおしゃれを心がけている、食事や運動に気を配っている、話題や関心の幅が広い、とりわけ異性に対する興味を持ち続けているなどの資質がそれである。

しかしながら、性への偏見も存在するため、我が国の性道徳の変遷を踏まえて老婚、性について検討する。以下、米山（2000）による。

儒教思想と伝統的性道徳儒教は孔子を祖とする中国の伝統的な政治・道徳の教えであるが、日本に伝来し、長い間日本の上流社会や武士階級を支

配するものとなった。儒教を基盤とする封建社会の要は「家」の存続である。結婚は両家の婚礼であり、血統継承者の男児を生むことが最優先の義務であった。父系の血統尊重は、男性の支配的立場と女性の隷属的立場という男尊女卑の道徳を生み、性道徳においても女性の処女性や貞節は厳しく求めるが、男性には血統維持という名目で妾の存在を認めるなどダブル・スタンダードであった。江戸時代の貝原益軒が著した『女大学』には当時の女性観がよく示されているが、「婦人には三従の道がある。父の家には父に従い、夫の家には夫に従い、夫が死んでからは子に従う」とした。また、夫婦関係を規定するものとして「七去の制」があり、妻に、①舅姑の面倒をみない、②男子を産めない、③不倫を行う、④嫉妬するなど七つの欠点のうち一つでもあれば離縁できるとした（渡辺、1996）。以上のような儒教に基づく性道徳は・明治以降、キリスト教の禁欲的な性道徳とも混交しつつ庶民の間にも普及していき、伝統的な性道徳を形成した。

「家」の維持を目的とする結婚は家格のつりあいを重んじたので、見合い結婚を本道とした。そして、「男女七歳にして席を同じうせず」と未婚の男女がともに学んだり交際することを禁じた。伝統的な性道徳が支配的だった高齢者たちの思春期時代には、異性に手紙一通出しても停学処分になりかねなかったという。このように、男女の交際を危険視しタブーとしたのは、それだけ性の力が強大で自由な恋愛を認めれば「家」の存続が脅かされかねないからである。

伝統的な性の考え方には性を不潔とみる考えが強いが、これも性が人間の幸不幸に大きな影響をもつため、性をタブー視し、避けて通らせようとしたためといえよう。また、性の目的は生殖にあるという考えから、夫婦といえども子どもを産むことを欲しない性行為は避けるべきものとされ、性を楽しむのはふしだらとされた。さらに、夫を亡くした婦人は「貞女二夫にまみえず」と、その性が否定された。高齢者の性への偏見性の本質を生殖に求める考え方のもとで、女性の閉経後は性生活は慎むべきものと考えられ、また、その夫も性を自制し性生活から遠ざかることが高齢者らしい生き方だと考えられた。伝統的な性道徳のもとでは、このように高齢者の性は抑圧され、老いれば性は枯れるとみなされてきた。

井上ら（1992）の調査で、高齢男性の6割が「性について口にしてはいけない」、4.5割が「老年になったら性欲はなくなる」と教えられてきたと報告されている。そのために、高齢者自身の中に性についての偏見があり、自らの性的欲求をありのままに認め、性欲の実現を求めることをためらう傾向が強い。では、高齢者に比べてはるかに性について解放的な環境の中で育ってきた若い世代が、高齢者の性について理解があるかといえれば必ずしもそうではない。われわれの中には自分を可愛がってくれた祖父母や物語で馴染んだおじいさん、おばあさんのイメージがあり、その高齢者像は性愛とはなかなか相容れないのである。しかし、高齢になったからといって異性への関心が失われるものではない。喪失期である老年期は、静かな性としてのスキンシップがより求められるのである。

戦後、「家」制度が廃止され、男女平等、男女共学が認められ、結婚は男女の合意によると定められた。その中で、女性も社会に進出し経済力をつけてきた。女性が家存続のために子どもを産む道具のように考えられた思想から解放され、ようやく1人の人間として生きることが認められるようになってきたのである。性解放は、このような女性解放とともに進んできたといえる。性解放の思想とは、女性蔑視や男性中心の考え方、あり方から解放され、男も女も性を人間らしい幸福生活の中で求めることができるという思想であり、性の放縦とはまったく異なるものである。個人が尊重される社会へと変わるに従って、性も生殖としての性だけではなく、快樂としての性、連帯としての（コミュニケーションとしての）性へと多様化しつつある。

ま と め

以上のことから、男女ともに老年期になっても「性は枯れない」といえるのではないだろうか。しかし、男性側の「性」と女性側の「性」では、強調される側面が異なっていることが様々な研究結果から示唆されている。つまり、男性が求める「性」と女性が求める「性」の間に開きがあることが明らかになった。具体的には、男性は何らかの性行為を求めるのに対し、女性は精神的なつながりを求めている。

この開きは埋めるには、相手の立場を理解して

愛情をもって接すればよいということになると考えられる。また性交においては、お互いの加齢による生理的変化を理解し、相手に心身共に苦痛を与えない配慮が必要であると考えられる。

最後に一人暮らしの高齢者が増加してきたなか、自然に第二のパートナーを見つけられた高齢者が老婚、あるいはそれに類似した形態をとって生活をするようになったときに「いい年をして…」という社会的な抑圧により、高齢者が萎縮しない理解のある時代になることが望ましいと考えられる。

参考・引用文献

- 林 泰史 1982 更年期の肩こりと腰痛 からだの科学, **107**, 77-82.
- 井上勝也・荒木乳根子(編) 1992 現代のエスプリ 301. 老いと性.
- 小林拓郎 1982 更年期とは からだの科学, **107**, 34-38.
- 熊本悦明・青木正治 1992 加齢と男性性機能低下 *Gerontology*, **4**(1), 31-40.
- 熊本悦明 1994 日本男女の性生活実態調査 第3回性差医学シンポジウム.
- 熊本悦明・塚本泰司・佐藤嘉一・堀田浩貴・井上勝也・石井岱三 1997 老人福祉施設内における“性”全国アンケートを中心に 高齢者のケアと行動科学, **4**, 9-3-16.
- Masters, W. H., & Johnson, V. E. 1966 Human sexual response. Boston: Little, Brown (謝国権・ロバート・Y・竜岡 (共訳) 1980 「人間の性反応」 池田書店).
- 奈良林祥・荒木乳根子・竹内孝仁 1993 座談会「身勝手な文化が生む“年寄りのくせに”」セクシャルサイエンス, **2**(7), 34-43.
- Schone, B. S., & Weinick, R. M. 1998 Health-related behaviors and the benefits and of marriage for elderly persons. *The Gerontologist*, **38**(5), 618-627.
- 高橋克幸 1982 更年期障害の症状・診断とホルモン療法 からだの科学, **107**, 47-51.
- 上野千鶴子 1991 性愛論 河出書房新社.
- 渡辺吉鎔 1996 韓国語言語風景—揺らぐ文化・変わる社会 岩波書店.
- 米山淑子・井上勝也・大川一郎(編) 2000 高齢者の「こころ事典」 中央法規.