

韓國老年學研究

Korean Journal of Research in Gerontology

2007, Vol. 16, 129-137

中高年のセクシュアリティについて

荒木乳根子

田園調布学園大學人間福祉學部

はじめに

日本では人生80年時代を迎え、元氣な老年期が延長された。また、老年期に子ども家族と同居しないで、夫婦のみで、あるいは、単身で生活する人が増えている。そのため、良好なパートナーシップ、性生活の維持は今まで以上に老年期のQOL(quality of life)を左右する大きな問題になっている。しかし、性機能が低下し始める中年期以降に、良好な性的関係を維持することができないまま、性生活から遠ざかるカップルは多い。ここではセクシュアリティ研究會(代表: 荒木乳根子)が實施した“有配偶中高年のセクシュアリティ調査”の結果を中心に中高年夫婦の性生活に関わる問題点をあげるとともに良好な性的関係を維持するために必要なことを検討したい。

A previous version of this article was presented at the 17th Annual Meeting of the Korean Gerontological Research Society, Kwangju, Korea, Nov. 16, 2007. Address correspondence to Professor Chineko Araki(荒木乳根子), Dept. of Human Welfare, DEN-EN CHOFU Univ., 3-4-1 Higashi-yurigaoka, Asao-ku, Kawasaki-shi, Kanagawa,, Japan 215-8542 or e-mail (araki@dcu.ac.jp).

調査対象と方法

調査は1999年から2000年にかけて、40代から70代の配偶者がいる男女を対象に実施した。調査方法は研究メンバー8人がさまざまな機関、団体、個人に質問紙を3025部配布し、郵送により1083部回収(回収率35.8%)、有効回答数は男性419、女性601で合計1020でした(有効回答数33.7%)。質問紙は基本的属性、夫婦の関係性(パートナーシップ)、性に關する意識、夫婦間の性行為などに關する設問62、副次的設問10から成る。回答者の年齢構成では男性はほぼ均等に集まったが、女性は40-50代が多く、70代は少なくなった(<表 1> 参考)。

結果と考察

性交頻度と性的欲求の性差

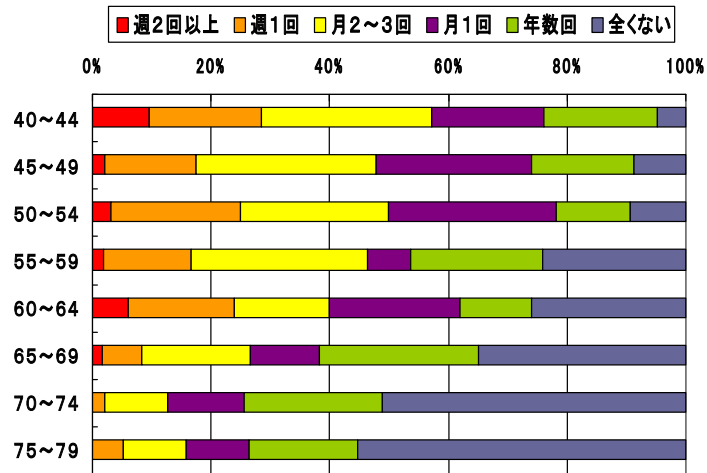
性交頻度についての男性回答は<図1>のとおりである。個人差が大きいこと、50代後半以降減少することが分る。性的接触が月1回未満の場合はセックスレスといわれているので、月1回以上に注目すると、70代になっても4人に1人が夫婦間の性交渉を保持している。

<表 1> 回答者の年齢構成 [n(%)]

	男性	女性
40 - 44歳	43(10.3)	95(15.8)
45 - 49歳	48(11.5)	127(21.1)
50 - 54歳	64(15.3)	144(24.0)
55 - 59歳	57(13.6)	87(14.5)
60 - 64歳	50(11.9)	57(9.5)
65 - 69歳	62(14.8)	43(7.2)
70 - 74歳	53(12.6)	31(5.2)
65 - 79歳	42(10.0)	17(2.8)

中高年のセクシュアリティ

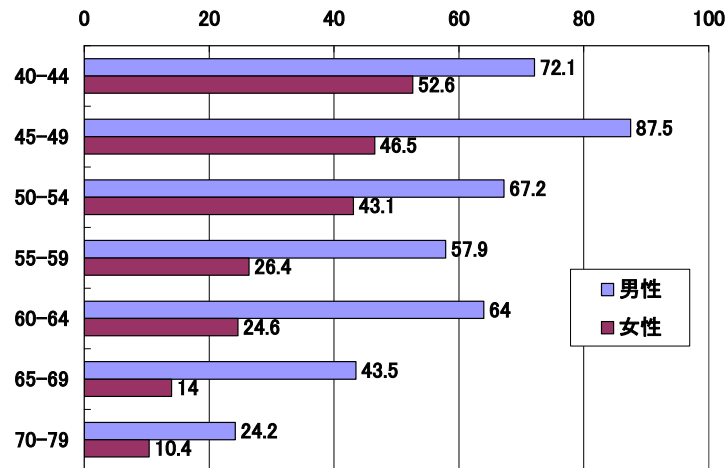
<図1> 男性の性交頻度



しかし、問題なのは夫婦の欲求が一致した結果としての性生活ではないということである。“若い頃と比較した性的欲求”は、女性は50代での減少、男性は60代後半での減少が目立ち、女性の50代後半は男性の70代に相応していた。この差は、<図2>のように配偶者との“性交渉を伴う愛情関係”を望む人の割合の違いにも示されている。男性は配偶者との性交渉を望む人が多いのに對し、女性は50代後半には性交渉を望む人がほぼ4人の1人に減少し、“愛情のみでよい”という回答が半数を占める。ニーズの乖離についてはその調整が必要だが、このずれが夫婦間の葛藤を生み出してもいる。

自由記述欄に記載された例を示すと、ある54歳男性は“妻から性交を拒否されそれが原因でEDになった。悩んだあげくに別居を経て離婚。自分と同じような男性が増えています。”と書き、また、59歳の女性は“性交渉自体には関心がなく…心を通い合わせることもの方が大切なように思う…夫は性を重要と思っているようで、その不一致が夫婦関係がしっく

<図2> 望ましい性的関係: 性交渉



りっていない原因になっている。”と書いている。もちろん、これは全体的傾向で、少数(4.6%)だが、夫の性欲が弱すぎて悩む女性もいることを付け加えておきたい。

閉経後の性障害

女性の性欲が減退し、性交渉を望まなくなる要因のひとつとして、閉経後のホルモン分泌の変化や性交痛など生理的变化をあげることができる。実際、性交渉をもっている50代の女性の6～7割、60代女性の8割近く多少とも性交痛があると回答していた。問題なのは女性の3割、男性のほぼ4割が加齢によって性交痛が生じやすくなることを知らず、対処方法も知らないことである。性交痛を防ぐには夫の理解と配慮が大切だが、互いに性について話し合う習慣がないことも相まって、ハードルを乗り越えられず、性生活から遠ざかる結果にもなっているようだ。中高年に對

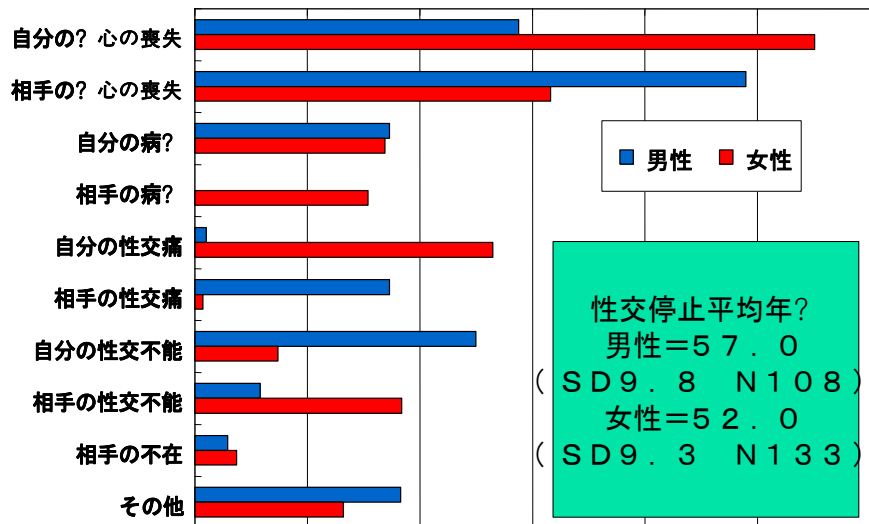
中高年のセクシュアリティ

する性教育が必要だと思ふ所以である。しかし、實は夫婦間で性交をしていない人に性交をやめた理由を聞くと(<図3>), 性交停止の最大の理由は女性の性交痛や男性の性交不能ではないことが分る。最大の理由は關心の喪失で、特に女性の關心の喪失が大きい。女性はなぜ、關心を失くすのだろうか。

女性が性交渉への關心を失くす理由

女性が性交渉に關心を失くす理由の一つとして、性交渉自体が女性にとってあまり魅力的なものではなかった、ということが推察される。性交渉によって肉体的満足感が得られるかどうかを聞くと、男性はほぼ満足感を得られているのに對し、女性は3~4割が不満足を表明している。性交渉の際の前戯の有無や性交渉に要する時間についての回答からは前戯の乏しい男性本位の性交渉が伺われた。女性にとって“妻としての役

<図3> 性交停止年齢の性交停止の理由(複數回答)



割”以上の魅力がないとしたら、閉経を良いきっかけに性交渉をやめたいと願うだろう。“男性本位の性交渉”は男性が女性の喜びに充分配慮してこなかったこと、とともに、女性が主体的に性を楽しむ意識を持ち得ず、自分の欲求を男性に伝えてこなかったことも原因だと思われる。

さらに、もっとも大切なこととして夫婦の関係性がある。配偶者への愛情では、全体に男性の方がホットで女性の方がクールであるが、特に、60代には女性の愛情の低下が認められた。この時期は夫が定年退職を迎え、子供も独立し、夫婦がまた2人だけの生活のスタイルを模索し、夫婦関係を築き直す必要がある時期である。夫婦関係自体が揺らぐ時期とも言えよう。

<図4>は配偶者と“日常どのような交流をもとめているのか”である。男女とも7割前後が日常的な會話を求めている。さらに、男女とも半数余は家庭のことを相談し合い、外出などの楽しみを共にすることを求め、女性の3人に一人は感謝やいたわりの言葉を求めている。日本の男性は仕事中心の生活で、ワークライフバランスという点ではワークに比重を置きすぎている。そのため、共にいる時間、會話が少ないと感じている夫婦が多いのが分かる。まずは共にいる時間を増やし、會話のある夫婦関係を築く努力が求められる。

性生活に関して配偶者に望むことでは、“日常的に愛情を示す”が最も多く、特に女性はほぼ6割が望んでいる。さらに、女性の方がより望んでいる項目として“性交以外の愛撫を楽しむ,” “性交の後、余韻を楽しむ”が上がっているのも興味深い。日本の男性には“あうんの呼吸で分かるはず,” 言葉で表現しなくても分って欲しい、というタイプが多い。日頃妻に感じている感謝や愛情を言葉や形にして表現したら夫婦関係は必ず変わるだろうと思われる。

乏しい身体的触れ合い、および、性についての保守的な考え

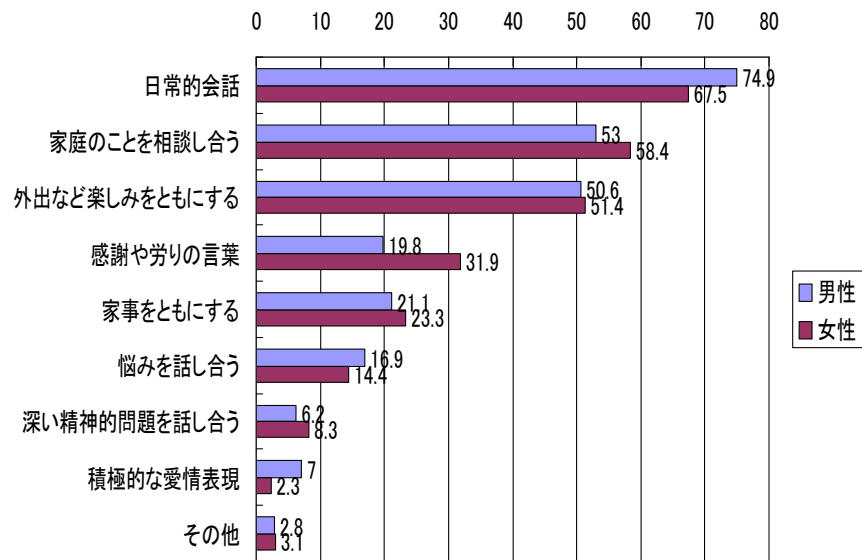
身体的触れ合いは愛情表現の一つだが、“性交渉以外で日常よくする身体的触れ合い”は<図5>のとおりである。年代が高くなるほど身体的な触れ合いがある割合が少ない。日本の文化は離れてお辭儀をする文化で、

中高年のセクシュアリティ

身体に触れるという習慣がないからだろうか、日常生活での身体を通しての愛情表現がとても乏しいことが分る。一番多いのは直接的な愛情表現とちょっと一線を畫す“肩もみ、指壓”だった。3割前後はほとんどない。“會話や触れ合いが乏しいのに、セックスを求められても気持ちがついていかない”という女性の聲があったが、そのとおりであろう。なお、性交渉がなくなった人のみ抽出すると、ほとんどない人が45%に増える。

男性は高齢になっても性交渉を望む人が多いとはいえ、現實には50代後半から性交困難の人が増えていた。性交渉すなわち挿入と考えたら、不能になった時点で性生活は終わりである。しかし、筆者は要介護高齢者の性に關わる事例をまとめるなかで、肌の触れ合いがいかに老年期の孤獨感や疎外感、死への不安等をいやし、安心感をもたらすか、実感した。高齢者にとっては挿入の有無は問題ではない、肌の触れあい、互いの

図4 配偶者と日常どのような交流を求めているのか



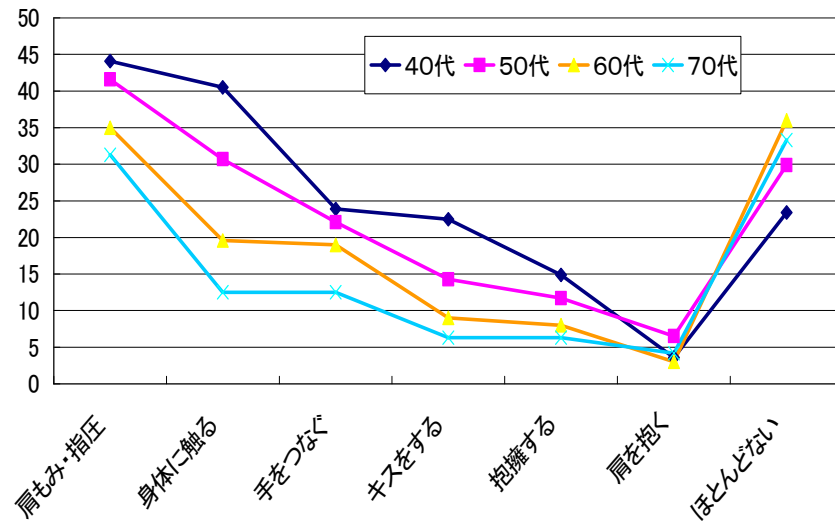
ぬくもりを愛おしむことこそ大切と考えれば、女性も受け入れやすく、男女ともが生きている限り互いの性を慈しみあえるのではないだろうか。

性についての考え方も女性が性交渉を望むかどうかにも関連していた。“女性から求めるのは恥ずかしい,” “口にはしてはいけない”といった考え方をする女性は性的に消極的であった。もっとも、性についての考え方では、“男性がリードするもの,” “応じるのが妻の心得,” “女性から求めるのは恥ずかしい,” “口にはしてはいけない”という伝統的、保守的な考え方をする人は年代ごとに減少し、40-50代はかなり減少していた。その意味では、今の40-50代が老年期を迎える時には今まで述べてきたような問題にも変化がみられるかもしれない。

成熟した性関係に向けて

中高年の成熟した性関係に向けて、大切だと思うことを以下にまとめてみた。

- ① 夫婦が会話のある関係、豊かな関係性を築く。女性にとっては、男性のちょっとした思いやりが広い意味での前戯になる。
- ② 仕事中心の生活で、夫婦の絆が細くなっている場合、女の更年期、男の更年期といった危機は関係を作り直す好機でもあるととらえ直し、互いを思いやって絆を強める。
- ③ 同衾しても、ピロトークを楽しみ、“愛撫・触れ合い”を性生活の主人公にして、いわゆるセックスには拘らない。二人がその氣になればそこまで求め合う。そんなスローセックスを選択すれば、人生の終わりまで性生活を維持することができる。
- ④ 性について話し合う習慣をもち、互いの心身の変化についての理解し、また、積極的に知識を得る。
- ⑤ “あうんの呼吸で分かるはず”でなく、愛情を言動で示す努力をする。
- ⑥ 女性も性については男性のリード任せ、という意識ではなく、主体的に性生活を楽しむための努力をする。



<図 5> 性交以外での身体的触れ合い：女性

参 考 文 献

- セクシュアリティ研究会(代表: 荒木乳根子). (2002). *カラダと気持ち*. 東京: 三五館.
- 荒木乳根子 (1999). *在宅ケアで出会う高齢者の性*. 東京: 中央法規.
- 荒木乳根子・井口数幸 編集 (1995). *性と愛, セクシュアリティ* [井上勝也監修, 事例集・高齢者のケア]. 東京: 中央法規.

(논문접수일: 2007년 10월 25일)

(수정논문접수일: 2007년 11월 14일)

(논문게재승인일: 2007년 11월 22일)