

第5章

インタビュー調査からみた 壮年期単身者のライフ ストーリーと展望



第5章 インタビュー調査からみた壮年期単身者のライフストーリーと展望

1. インタビューの概要

本章では、今回インタビューを行った特別区に暮らす壮年期単身者22名のライフストーリーを短い記述で提示し、その内容についていくつかの項目に着目してまとめを行う。

第1章でも示した通り、本インタビューは、性別、居住区、出身地などに偏りが無いよう対象者を抽出した。その結果、様々な生活歴を経て現在特別区に居住している様子、親や兄弟・姉妹などとの家族関係や友人関係、将来への展望を聞くことができた。

さらに、本インタビューは40代、50代を中心に行うことで、特徴ある年代の違いを見出そうとした¹。40代は就職時にいわゆる氷河期を経験している年代であり、一方50代の多くはバブル景気の最中に就職をしている。さらに彼らの親世代の状況を考えると、40代ではまだ自立している親が多い一方、50代の親は後期高齢者として様々な問題に直面していることも想定される。インタビューではこのような違いが東京23区に居住する壮年期単身者に異なる影響を及ぼしているのかを見ることもできると考えた。また、本インタビューは新型コロナの影響が長引く2020年後半に行われたことから、単身で暮らす方たちがどのようにこの状況を捉えているかについてもあらためて聞くことができた。

なお、ストーリーを書き起こすに際しては参加者のプライバシーを尊重し、一部職業、地名などを内容に大きな変化を与えない範囲で変更している。ここでも改めて貴重な時間を割いていただいたインタビュー参加者の皆さまに厚く感謝申し上げたい。

1 22名中、30代が1名、60代が1名含まれている。

2. 22人のライフストーリー

Aさん、40代、男性

Aさんは東京都郊外で育ち、大学に進学し、就職氷河期の真っただ中に卒業した。しかし、氷河期という意識はあまり強くなく、システム系の会社に正社員として比較的スムーズに就職が決まった。しかし5年勤務した後に転職、その後数回の転職を経て現在は派遣社員である。システム系の仕事は非正規で、時間外、長時間労働が多く、次の仕事を探す不安は付きまとうが、好きな仕事なのでできるだけ長く仕事をしていきたいと思っている。

体力のある限り、ずっとやっていきたいんですけども、ちょっとこの先、自分の体力的に今の夜勤の仕事とかが耐えられるかどうかというのは、なってみないと分からないので何とも言えないんですけども、はい、自分の体が大丈夫な限りはずっと続けていきたいですね。
会社同士の契約のタイミングで、もしかして契約が取れなかったときに仕事を失う可能性があるということと、あとは、そうですね、例えば増税とかですかね。当然、今回のコロナで大分お金を政府も使っていますから、今後当然、税金上がるでしょうし、そういった面での不安がありますね。

今の会社では学ぶ機会も多く、同僚とは良好な関係を保っている。友人は少ないが、彼らの多くはAさんと同じ単身者である。

父が数年前に亡くなったために、母が一人暮らしをしており、月に1回程度は訪問をし、正月は一緒にすごしている。家庭を持っている兄とはあまり交渉がない。

〔兄とは〕何かないと会わないですね。何かというのは、法要とか、あと最近でしたら先週会ったんですけども、父の墓がまだ決まっていなかったんですね。お墓の契約をしに、一緒に墓地のほうに行ったという感じで、そういう何か出来事があれば会うという感じですね。

家族からは結婚を勧められているが、あまりその気はない。ネットで出会い、交際している女性もいるが、一人暮らしを気に入っている。職場も独身が多く、都会で暮らすことで、結婚へのプレッシャーは感じていない。

趣味もあるが、一人であることを好んでいる。もっとも老後のためには違う

趣味があるといいな、と思うこともある。収入は低いので節約にも努めている。

趣味がバイクとかキャンプなんですけど、その年になっても続けられるのなら続けたいですし、どちらも割と体力の必要な趣味なので、それが続けられるかどうか、そのときになってみないと分からないんですけども、そうですね、ちょっと違う趣味もこれから探していかないといけないのかなと思いますね。

無理のないような形で生活していると。要するに高いものは買わないということですよ。高級なものは買わない、車とかは持たないようにする、お酒もたばこもやらないという形で、可能な限りの出費を抑えていますので、それで何とかなっている感じですね。

30歳までは親元で過ごしていたが、当時の勤務先に便利だった現住所でマンションを購入した。休日に周囲に出歩くことはよくある。順番なのでマンションの理事もつとめ、何人か顔見知りもマンション内にいる。単身者が多いマンションなので居心地は悪くない。何か困ったことがあったら、隣人と相談して、マンションの管理事務所に連絡をするだろう。そのほか地域の活動に積極的に参加することには興味はない。

会社以外ではあまり他人と社会関係を結ぶことには必要性も興味も感じていない。一人暮らしに現時点では不満はなく、あまり将来起こり得ることに対して不安も感じていない。将来高齢で身体が不自由になった場合は介護付きの施設に入るだろうと思っ

「会社以外で知り合いを作る、付き合いたいということは」特にないですかね。特に、はい、無理に。無理にというか、あえて新しい知り合いをつくっていかうという必要性も感じないですし、はい。

体に不自由が出てきて難しいようでしたら、そういった介護付きの施設に入る必要性も出てくるのかなとは思いますが。そうするしかないようでしたら、もうそうします。

Bさん、40代、男性

Bさんは明るい口調ながらも現在は失業中。新型コロナの影響もあり、就業の見通しも立っていない。もともとは東京で生まれたがすぐに両親が転居したため地方で育った。地元の情報系専門学校を卒業し、そのまま両親の家に同居しながら飲食業や派遣の仕事をしていた。東京に移動したのは30歳の時。役

者にあこがれ東京の養成学校に入学をした。その際、子どものころからあこがれていた東京の中心部に住むことにした。場所が気に入っているので、それ以来ずっとこの地域に住んでいる。

子どもの頃に何となく「現住所」に引かれたというのが一番だったので、何でかは分からないんですが、「現住所」に引かれて、何となく「現住所」に住みたいなというので、じゃあ東京行くな「現住所」周辺から探していこうかなという感じでした。仕事とかが決まったら引っ越さなきゃいけない場合もあると思うので、それはちょっとまだ分からないですけども、気持ちとしては「現住所」に住み続けたいなと思いますね。

しかし数年で役者になることはあきらめた。その後正社員でWeb関係の仕事をしたが、仕事の内容に不満があり退職。ここ2、3年は無職である。今はコロナ禍で仕事もなかなか探せず小康状態。生活は貯金の取り崩し、多少の収入、親からの仕送りなどでまかなっている。落ち着いたら仕事を見つけ、貯金をして、結婚もしたいし、子どもを持ちたいという希望もある。せっかく都心に住んでいて周囲に美味しい店も多いので、結婚をして、相手と一緒に外食をするなどの楽しみがあればよいと思っている。

両親は地方で健在で、母親はよく電話をしてきてBさんの状態をこころがけてくれているようだ。何かあったときにまず相談するのはおそらく母親であろうと思っている。休職中ということもあり、新型コロナの影響がなくても帰省することはあまりない。将来親になにかあったら、現在は離婚をして親元にいる弟が面倒をみるのだろうと考えている。

友人は少なく、仕事関係で知り合った人も仕事を辞めたのちには会うこともない。

「かつての仕事関係の友人とは」連絡取りにくいとかいうよりも、連絡してこなくもなりますし、しにくくなるかな。それで音信不通になっちゃうという感じですね。プライベートまで仲よくなるほど仲よくはならなかったというのもあるのかなとは思いますが。

出身地には連絡を取っている小学校時代の友人がいるが、たまにLINEでやり取りする程度。近所にも顔見知りと呼べるような人はいない。無職であったり、コロナであったり、というネガティブなことをなるべく考えないように努めながら、日々自宅でパソコンでの情報収集やゲームなどをして過ごしている。

手は年齢も上、ということで老後に頼れるとは思っていない。

本当に例えば私も将来自分が仕事をできないぐらい年を取ったときには、正直お金の面はすごく心配なので、それぐらい年を取ったら例えば一緒にもし養ってもらえるんだったら養ってもらって、一緒にそのときには暮らしたらいいかなとは思ってるんですけど、ただ、とはいってもそんなところばかり都合よく願うのは自分勝手でもあるので、そんなにそこを 100% 求めてるわけではなくて、年齢的にも一応男性のほうが寿命が短いとかいうのもあると、そう考えると私のほうが生き残ってしまうと思うので、なのでどうにかこうにか自分が何か老後を生きていけるようにはしなきゃいけないなとかというのはいろいろ考えて、何か積立ての保険に入ってたとか終身保険入ったりとかというのはいろいろ自分なりには頑張ってみてはいるんですね。

Cさんは友人関係も豊富である。お酒が好きで友人と飲みに行くことが多い。たまたま引っ越した後に近所に友人が住んでいることがわかり、気軽に会うことができるなど、現在の住居はその点も気に入っている。また仕事を通して付き合いしている友人も多い。

何か仲よく老後も一緒に楽しく同じ老人ホームなんていったら楽しくて、それはうれしい話なんですけど、実際のところどうだろう。何か人にもよるんでしょうけど、近所に住んでいる何人かの中でも、一番仲いい子は何か老後は沖縄に移り住むとか言っていたりするので、いなくなっちゃうんだろうなと思ったり、でも仕事関係の仲よくしていただいてる先輩は、おばあちゃんになってまで仲よくしてねとかって、よろしくねって言ってくれてる先輩もいたりして、先輩はずっとここに一人でいるかなとか思ったりとか。

その一方で仕事柄休みが不定期で、週末に働くことも多く、地域のお祭りなどには参加が難しく、また子どもがいる人とは付き合いにくい。その結果、友人の多くは同じくシングルか、子どもが大きくなった人に限られてしまう。それでも、気軽に出かけたり、趣味の舞台鑑賞には東京が一番であり、東京生活を楽しんでいる。故郷に帰ることは考えていないようである。

Dさん、50代、女性

Dさんは東京都郊外の出身。高校を卒業後、22歳まで実家で過ごし、その後一人暮らしを始める。きっかけは周囲に一人暮らしが多くなり、自分も、と思ったこと、さらに仕事に近いほうが良い、との考えもあって引っ越しをした。その後結婚、離婚を経て、現在の住居に住むようになった。交通も便利で、公園もあり、エンターテインメントも多く住みやすい。

たまには孤独感を感じたらばそういうふうに感じるときはありますが、なるべくそういうふうにならないように、何かテレビであったりインターネットであったり、そういうのに触れていればまだ紛れるのかなとは。

それでも東京は仕事が多く、都心のマンションは利便性もよく、なかなか故郷に戻る、という選択肢は生まれないようである。

一番は自分がやりたい仕事があるのが東京かなとは思っていて、今は IT 関係の仕事探してるという話をしたと思うんですけど、地元のほうではそういう関係の仕事ほとんどないので、探してもなかなか仕事に就けないのかな、求人自体があんまりないような状況なので。そう考えると東京で探すしかないのかなとは思います。

Cさん、40代前半、女性

Cさんは地方出身。東京の短大に進学するまでは地元の親元で暮らしていたが、そのときから高校を出たら東京に行きたいと思っていた。念願かなって東京で大学生活を送っているときに、イベントのアルバイトで経験した仕事にあこがれ、これを仕事にしたいと思うようになる。卒業後は就職をせずに、アルバイトで経験を積み、少しずつキャリアを重ね、今はその仕事をフリーランスでこなしている。もう仕事としてはこれしかできないだろうし、楽しんでやっているのだから長く続けたいと思っている。しかしフリーランスとして仕事に保証はなく、今年は新型コロナの影響でずいぶん減った。将来受け取れる年金も少ないであろうことは心配している。弟が二人いて連絡もよくするが、将来彼らや甥、姪たちに迷惑はかけたくないと思っている。

離婚を経験した後に、やはり東京にずっといよう、との思いが強くなり、親の支援もあって5年前にマンションを購入した。

ちょっと正直、もう結婚するかは分からないし、私は願わくばずっと東京にいたいなと思ってもいるから、とにかくもっと前から、本当は家賃のことを考えると、月々払っていくことを考えると、もったいないから買っちゃったほうがいいなというのはずっと思っていたんですけど。

年をとったら最後はこのマンションを売却して老人ホームに入るつもりであり、将来のことはいろいろと考えてはいる。今は交際している年上の相手もあり、何か困ったことがあれば助け合うこともあるであろう。一方で結婚については互いに離婚経験があることから必ずしも積極的には考えておらず、交際相

Eさん、40代、女性

Eさんは東京都心部で生まれ育った。親に促されて高校卒業後に一人暮らしになってからも慣れ親しんだ地域の賃貸に長く住んでいたが、その建物が取り壊されることになり、都心中心部と比べれば価格の手ごろな現在の居住区で中古のマンションを購入。リノベーションをして暮らしている。生まれ育った区の外に出ることには少し抵抗があったが、今は良かったと思っている。かつて長く住んでいた都心部のマンションでは地域の人達とも知り合いだったが、今はまだ日も浅いせいか、あまりそういう付き合いはない。しかし、入院するときに同じフロアの人に食料品を引き取ってもらったりして喜んでもらえた、というような付き合いはある。

〔現居住区に引っ越すのは〕何か最初ちょっと抵抗っていうか、わあ、何かこう〔以前の居住区から離れたところに〕随分来るなみたいな感じがあったんですけど。住んでみたら、本当に今、私がいるところ、住宅地なので静かで、意外と住みやすくて。同じフロアに外人さんとかいるんですけど、私が急に入院することとかもあったので、食べられないフルーツとかを食べてもらおうと思って、ちょっと、食べてもらえますかって言ったら食べれるって言ってくれたので。

両親は、東京を出て、母の故郷である地方に移住している。弟もその近辺で自分の家族と暮らしているため都内にはいない。弟の家族には将来迷惑をかけたくないと思っている。実家には頻繁には帰らないが、親も弟も病気をしてからはいろいろと心配してくれているようである。かつては結婚をすすめられていたが、それも今はない。

多分もう 30 過ぎたあたりから、こいつは結婚をする気ないなって諦めてくれた。多分ね、35 ぐらいからお見合い話を持ってこなくなりましたので、多分諦めがついたんだと思います。

仕事は高校を卒業後、家具や建築設計の仕事をしていた。その後 Web 作成の仕事などをしてきたが、おとし末にがんと診断され、仕事は辞めざるを得なくなり、今は無職である。抗がん剤の治療が続いていて食欲がなく疲れていることが多い。新型コロナにかからないように細心の注意をし、外出なども避けている。

そんな中でも会社の同僚だった友人などが心配して食べ物を届けてくれたりする。比較的近くにそういう友人がいることは心強く、都会に住むメリットを感じている。会社の同僚以外では、かつての趣味を通して知り合った友人などがある。若いころから子どもを産み育てるということに自信も興味もなく、結

〔現居住〕区内に、にぎやかなところにあるにしては公園があったり、いろいろお店もいっぱいあったり、お芝居好きなので、あちこちでやったり。遊ぶとこいっぱいある。

住まいは賃貸のワンルームマンションで、セキュリティもいいが、逆に隣人や地域とのかかわりは薄い。災害の時はどこに避難すればいいのか、不安があるのだが、情報などが回ってこないと感じている。

マンション住んでて、本当に誰とも関わらないんですよ、隣のうちとかも。そういう関わり持てるような何かあればいいなと思います。
うちの隣、いつの間に引っ越してて、またいつの間に新しい人がやってきてる。前、台風が来て、避難しなきゃいけないとき、去年か何かあったんですけど、連絡全然ないんで、実際どこに行ったらいいかも分かんなくて。

仕事は18歳の時に就職したがまもなく倒産、その後結婚をする前にイベント関係の会社に正社員で就職し、今に至る。会社での仕事は楽しく、出張でいろいろな場所に行けるので、なるべく長く続けたいと思っている。新型コロナの蔓延で仕事が減り、現在は在宅。給料は元からあまりよくなく、昇給もないのだが、さらに減らされている。早く元通りに戻ることを願っている。

両親はDさんが若いころに離婚、その後父は亡くなり、母とは会っていない。兄弟もいないため、身寄りはない。病院に入院するときなど、心細いし、保証人がいないと困ることがあった。災害の時も心配である。

〔去年病気になって動けなかったとき〕友達に食べ物だけ買ってきてもらって、うつしたらまずいで、玄関の前へ置きといてもらって。
身内がいらないんで、もっと本当に動けなくなったらどうしようって考えます。再婚できてなかったら老人ホームしかないなって思ってます。それ入るお金もすごいかかるだろうし、考えると不安になっちゃうんで、あんまり考えてないです。
〔災害時に友人と〕連絡は取れるんですけど、ちょっと住まわせてとか、そういうことは言えない。

ただ、趣味の演劇鑑賞（主にお笑い）を通じて女性の友人は多く、東京でイベントなどがあると地方の友人が泊っていくことも多い。離婚した後も、良い人がいれば結婚したいと思い、ネットなどを通して機会を探そうかと思ったこともあったが、なかなか出会わない。周囲も 50 歳を過ぎたころから結婚については言わなくなったし、友人も彼氏がいらない人たちが多い。

婚にはいたらなかった。病気になると、パートナーがいるといいな、と思うこともある。

何だろう。私がすごい、これは結構もう二十歳ぐらいのときぐらいから、なぜか子どもが要らないっていうふうに。私の中で、子どもは私はちょっと育てたくないっていうのがあって。で、多分それを望む、まあ、付き合ってた人っていうのがあまりなくて、やっぱり。家族になったら子どもをつくって家族をつくるっていう人が多かったの。まあそういう、子ども要らないっていう人って、を望む人ってあまりいないだろうなと思ったので、結婚はあんまり考えてなかったんですよ。でも何か、パートナーみたいな人がいたら絶対いいな、年を追うごとに思いますね。[特に病気もしたので] もうそういう人がいたら、もっと何か気楽にいろいろな頼めるのかなとか。そんな、そのために何か召使みたいに使うわけじゃないですけど。

病気のこともあり、金銭面での心配は大きい。この後病気が治っても雇ってくれるところがあるのだろうか、と考えてしまう。今は傷病手当と失業保険でまかなっているが、今後のことは不安である。ただ、病気をしてから、生きようと思う気持ちが強くなってきている。

いや、私も本当にがんになる前は、いつ死んでもいいぐらいなポテンシャルで生きていたのに、いざ、がんです、で、がん治療をこのまましなければ1年ですって言われたときに、いや、生きたいってすごい思っちゃったんですよ。

Fさん、50代、女性

Fさんは会社員だが、都心に近い場所で小さいながらも一戸建てを所有し、1階部分を賃貸に出してローンを返済している。2階の自分の居住部分はワンルームほどの広さであるが、不動産会社にすすめられてこの住居を7年ほど前に購入した。新型コロナの影響で在宅勤務が増えた今となっては、もっと広いところに住めたらよいのに、と思うこともある。

そうですね、本当は預貯金がたくさんあったらもっと広いとこに住みたいんですけど。[将来再雇用になると] やっぱりお給料も下がるって分かってましたので、ちょっとやっぱり将来にお金的に不安なので、いずれ定年退職になった場合、年金だけではちょっと心もとないなっていうことで、少しでも家賃収入が入ればっていうことで、実際、住んでるとこは狭いんですけど、都心に近いですし、お家賃が入るのは、やっぱり安心感があります。賃貸はもう怖いので、[もっと広い家を] 買いたいんですけど、購入したいんですけど、お金がないんです。やっぱり都心の便利さに気づいたんで、あんまり遠くには行きたくないんです。病院もやっぱり、都心はたくさんあるので、便利なんですよ。

この住居のまわりの印象は最初良くなかったが、近くの公園などは気に入っている。見栄をはることなく自然体でいられる地区だと思っている。また隣の住人とはときどき噂話をしたりしている。

隣のおばさんがすごく、いい意味のおせっかい焼きの人です。すごい情報網持っていて、その方とはお話ししたり、ちょっと、いつも掃除もしてくださってるんで、メロンあげたり、お礼に。こういう人が引っ越してきたわよとか教えてもらえるんで、そんなに変な人は、前はもう崩れかけたような家がいっぱいあったんですけど、そこが今、新しく一戸建てになったりして、大分きれいになってきました。そういえば電話番号も教えてもらったんですよ、もし何かあったら。

出身は地方で、大学進学の際に上京。卒業後は親の要望もあり、地元に戻って就職。その後40代に入ったころ、母親が亡くなった時期と転勤の話が重なり、東京に戻ってくることになった。仕事は総務関係の正社員で、定年の60歳以降も再雇用してもらえそうで、経済的な面からなるべく長く勤めたい、と思っている。また、どこかに所属していれば、倒れたりしても気づいてもらえるということもある。休みを取ることを奨励したりするような会社なので、旅行などにも行きやすいことはとてもありがたいと思っている。

故郷にいる弟、弟の配偶者とは折り合いが悪く、ほぼ音信不通の状態で、今後も付き合う気はない。父が亡くなるまで弟夫妻が面倒をみたこともあるので、親の遺産も放棄したし、お墓に一緒に入るつもりもなく、自分のためには樹木葬なども考えている。

それ[樹木葬]にして、友人たちが年に一度、会食しながらお墓参りに行くとかいう話を聞いて、何か現実味を帯びてきたなと思って。でも樹木葬のほうがいろんな人が来てもらえていいのかなとか。

ただ、老人ホームに入るとか、病気の時などに保証人などが必要な場合、甥や姪に頼らざるを得ないのかどうか、心配している。

その一方で、友人関係は豊富で、新年会などの集まり、旅行など頻繁に出かけることが多い。友人の多くは独身か、子どものいない女性で、気軽にでかけている。

[友人はほとんどが] もう女性ですね。あと、結婚しても子どもがいなかったりとか、同じ独身の人ばかりです。やっぱり子どもがいる人だと、ちょっと話も合わないっていうか、まずそっちのほうが大変ですからね、子どもの、いろいろありますしね。

結婚については、かつて見合いをしたこともあるが、縁がなかった。周りで

もDVなどで不幸な人もいますので、これはこれでいいかと思っているが、若い人には結婚をすすめたいとは感じている。一人で高齢者になる、ということついて健康面、経済面とも心配はおおいにある。

よくお年寄りの方がお餅を喉に詰まらせてってありますが、あれ何であんなことって思って、でも自分が、何かちょっと、変な飲み込みが悪いと、うっとなるようなときがたまにあるんですよ。そのとき、どうしよう、このまま息が吸えなくて死んだらどうしようっていうときにそばに誰かいるといいなとは思いました。

Gさん、40代、女性

Gさんは習い事の教室を営む40代、都心近くの賃貸ワンルームマンション暮らししている。実家は近隣県で30代になる前までは両親と暮らしていたが、生活時間も合わなくなり、そろそろ独立をしようと思い、現居住区に引っ越した。その後転居をしたが、便利で、教室として借りる場所にも近く、さらに実家にも帰りやすいこのあたりが気に入っている。ただ、フリーランスという仕事柄、ローンも組めないだろうから住宅購入は難しいだろうと思っている。また両親の家には頻繁に顔をだすが、そこに戻って暮らすことは考えていない。

地元の高校を出て、首都圏の大学を卒業し、教室を始めるまでは秘書などとして働いていた。習い事については幼少のころから祖母や叔母から学び、当初は趣味程度に教えていたのだが、次第に需要がでてきて、6年前に独立した。生活の安定を考えれば秘書をしていたほうがよかったのであろうが、やりたいことを優先し、一念発起した。3年くらい前から収入を補うために個人事務所でアルバイトもしているが、時間もフレキシブルで働きやすい。週末に教室をすることもあるので、休日の概念がなく、自分で管理をしないといけない。

現在生徒は60名くらいいる。新型コロナの影響で4-6月は教室を休んだが、無料でリモート指導をするなど、生徒さんたちをつなぎとめる努力はしている。将来は教室が増えたり、自宅で教えられるようになったりしたら、という希望をもっており、死ぬまでやりたいと思っている。

近隣県に住む両親との関係は密接で、新型コロナの影響がなければよく実家に顔を出していた。父とは特に仲が良い。例えば父が相撲好きなので自分もファンになった。最近自分が料金を支払って両親にスマホを持ってもらったところ、連絡がより増えたと思う。兄がいるが、将来の介護は自分が主にするだろうと思っている。

実家には大体週に1回ぐらい顔出しではいるので、あまり、前、コロナの前はもう例えば日曜日とかお昼ぐらいから行って夜帰ってくるなんてことはよくあったんですけど、コロナがあってからはちょっと時間を短縮して、夕方ぐらいに行って、実家に犬がいるので犬の散歩をして、で、夕飯食べて帰るみたいな感じで。
[両親に介護が必要になったら] 両親との距離、心の距離が私が一番近いので。この間、ちょっと母が中耳炎になって熱が出ちゃったときとかも、親は私にしか連絡をしてこなくて、兄たちは知らなかったっていう、何かそういうのも、やっぱり私なんだろうなっていう感じですね。

二人の兄も実家の近辺に住んでおり、Gさんとも関係は良好である。父も音楽好きだが、特に上の兄の影響で小さいころからGさんも音楽好きになり、趣味はライブ鑑賞である。あるバンドをもう何年も応援していて、一緒に応援する友人たちもいる。都内だけではなく地方にもライブに参加するため出かけるのだが、その点フリーランスで、一人暮らしなのは時間が自由でよい。

学生のときには一緒に行ってた子たちとかがもう今は主婦だったりとかして、多分、あいつまで同じことやってるのかなって思ってるのかもしれないし、逆に、何だろう、いいなって言われることもあるんですよ。子どもがいなかったら行きたいのになとか言われることもあるので。

そのほか幼少からの友人、近所の友人なども多く、困ったときに助けてもらうこともある。

先週も高校のときの部活の友達と、その子は結婚してるんですけど、GoTo イートだしなって言ってランチをして、その後、その友達のおうちにお邪魔して、そしたらお子さんたちが帰ってきて、旦那さんも帰ってきて、みたいな感じなところで、それ、何かお茶して帰ってくるみたいな。

コロナ禍の中、結婚について考えないこともない。今付き合っている人もいるのだが、その人と結婚するとはあまり考えていない。自分は自由人で、一人暮らしの自由さが合っているのでは、と思うし、結婚しでも子どもがいらないなら老後に頼る人はいないだろうが、一方でいい人がいれば、という気持ちもある。将来甥や姪に心配をかけたくはないと思っている。友人の中には将来一緒に暮らそうという人もいるが、どうなのかわからない。なるべく金銭的に困らないように準備をしている。

第 1 章
1
2

第 2 章
1
2
3
4
5
6

第 3 章
1
2
3
4
5
6
7
8
9

第 4 章
1
2
3
4
5
6
7
8
9

第 5 章
1
2
3
4
5

第 6 章
1
2
3
4
5
6
7
8

第 7 章
1
2
3
4
5
6

この年になると周りのいろいろ、結婚した方のいろいろを見てきてしまっている
ので、余計慎重になってしまうのもあって。だから、このまま一人でいたときにどう
すればいいかは考えましたね。
今は全部自分の時間で楽しく過ごせてしまっているの、この時間がなくなるのか
ななんて思ってしまったりもあったり。

Hさん、40代、男性

Hさんは地方出身、近隣の大学では情報系を専攻し、そのまま東京周辺で
就職した。その後数回の転職とともに東京都23区内で何回か転居をした。も
ととは技術系の仕事で入社をしたのだが、その後すぐある業務の担当となっ
た。何社かで経験を積んだ後、会社に縛られずいろいろな仕事をしてみたい、
と思い、その分野でのエキスパートとしてフリーランスになった。

フリーランスになれば複数社の仕事を並行して行えたり、プロジェクト単位で仕事
に携われればっていうところがあったので、新しい経験もできたり、知見とか幅も
広がるかなというところで、フリーランスになってみようかなっていうふうに思っ
て轉身したっていうことですね。

現在は仕事をあっせんする紹介会社に登録しており、独立当初は順調で収入
も増えたが、その後新型コロナの影響もあり、状況が一変し、再度企業に勤務
しなくてはならないのか考えているところである。

一人って自由でいいなっていう反面、よりどころがないんですよね。会社ってある
種安心感がすごいあるんじゃないですか。社会保険だとかいろいろ保障してくるし、
毎月黙ってても給与入ってくるという側面があるので、逆にそこにすごい甘え
てた自分がいたのをすごく今、実感させられてます。なので、ある種、逆に言う
といい経験をしてるなと思うけど、不安感もありつつも、どうやって自分で生きてい
くかっていうところを考えなきゃいけないっていうのはすごく今、真摯に考えてる
ところですね。

住まいについては、以前は賃貸でその都度勤め先に近いところに移り住んで
いた。今の住居は分譲で、投資もかねて古い物件をリノベーションした。通勤
はしやすいが、それよりも資産価値が上がりそう、ということを重視してい
る。

リノベーションをしたいなと以前から思っていて、手頃な中古物件があれば買いた
いと思ってたっていうところと、あとは家を買うって結構、何でしょうね、一生に
一度みたいなのが世の中的な価値観としてあると思って、私はあんまりそう考えて
なくて、何でしょうね、価値のあるところに買えば売れますし、貸せますし、な
ので、ある程度そういった価値が資産価値として落ちない場所に買いたかったって
いうのがあって、たまたま〔現居住区内に〕あったっていう感じですね、はい。

両親は今も故郷におり、姉夫婦と同居している。両親の家はHさんが購入し
て、そこに姉夫婦、姉夫婦のこども、両親が住んでいる。実家から時々荷物が
送られてきたり、連絡も数か月に1回あったりするが、姉、両親ともそこそこ
の距離感があって良い関係であると感じている。親の介護は姉がするであろう
が、Hさんがサポートに入ることもあることは予想している。

30代で一度結婚をし、1年ほどで離婚した。その直後は再婚も考えていた
が、すぐに一人の生活になれてしまい、今では自分で積極的に探すということ
はしていない。良い人がいれば、という程度である。

ああ、離婚した後とかは割とやっぱりこう急に一人になるので、結婚相手を探す活
動をしたこともあったんですけど、時間がたつと、この環境に慣れてきてしまう
とか、そんなに必要性を感じなくなってしまうとか、はい。
もともと結婚願望が薄いついていうのがあったんですよね。なので、元に戻った感じ
です。

今はあまりやらないが、以前は頻繁にスノーボードに行っていて、その仲間
とは今でもたまに飲みに行ったりしている。地元の幼馴染も、大学時代の友人
とも現在は付き合いはほぼないし、職場では友人付き合いはしない。一人で過
ごすのが好きなので、区立の図書館や、体育館などもよく利用し、一人で近く
の喫茶店で本を読むことも多い。

〔仕事をしていないときは〕読書したり、ネットしたり、散歩したり、あるいは割と
一人なんですけど、外に出るのは好きなんです。なので一人で街をうろうろして、
ちょっとお茶飲んでみたいのとか、割と落ち着きますね、はい。

一方で、コロナの影響もあり、仕事がどうなるのか、経済的な不安はある。
しかし、高齢になったときの生活についてはイメージがわからないので、その時
になって考えるしかないと思っている。

また、ちょっと私が高齢になるときに時代が思い切り変わってるような気がする
ので、世の中がどうなってる、また何か新しいコミュニティがあるのかなとちょっ
と思ったりもするので、ううん、ちょっと形も変わるのかなとは思ったりしますね。

Iさん、50代、男性

Iさんは都内で生まれ、現在はその近くの区に住んでいる。都内の商業高校を卒業し、就職。その後就職した会社が経営不振となり、Iさんが債務の一部と従業員を引き継ぐ形で数年前に独立した。これはそれまで仕事で築いてきた信頼関係があってできたことだと思っている。これまでのキャリアには満足しているが、若いころにビジネス関係の資格を取っておけばよかったとも思っている。また、現在は新型コロナの影響もあり、業績は良くない。

20代で結婚をし、東京の郊外、近隣県などで暮らしたが、不便で友人たちとも離れてしまっていたので、都心にもどろうと、23区内に家族で転居。しかし5年前に離婚し、子どもは前妻がひきとったため、一人暮らしとなった。離婚の際近隣県の持ち家を売却し、慰謝料と養育費を支払った。その後、子育てをした地でもあり、その時の父親同士のつながりなどもあって愛着があったため、現居住区に住んでいる。子どもが小学校の時に、知りあった父親たちと強い絆があり、子どもたちの学区は隣の町なので、住んでいるところではなく、となりの町内会の行事などに参加している。

[子どもの小学校の] PTA みたいなもの、おやじの会っていうのに私入ってまして、学校の、その OB、もうみんな卒業しちゃってるから OB なんですけども、代々小学校のお父さんたちはおやじの会っていうのが続いてるんですけども、その OB としてその会のほうに参加して、地域のお祭りとか、餅つき大会とか、そういうなんかのあれに携わったりはしてるんです。

両親はすでに他界している。特に父親はIさんが主に介護をしたが、今思い返すと、もう少し優しくしておけば、と後悔することもある。

私もやっぱりいらいらしたりして、ちょっときつい言葉も最後ちょっと浴びせちゃったりするので、本当申し訳ないことしたなって、今もちょうど目の前に仏壇あるんですけども、いつもお父さん、ごめんねっていう感じで謝っている状況ばっかですね。

兄は都内在住で、必要があるときのみ連絡する間柄である。父方のおじ、おばとやりとりはある。子どもは二人いて、社会人と大学生で、今も関係は良好。前妻とは必要があれば連絡をしている。おやじの会の友人のほかに、小中学校の友人ともまだ付き合いが続いている。彼らは単身者で、結婚していないので小学校がある都内の地元にそのまま残っている。また趣味のゴルフを通して仕事関係の人たちとも付き合いがある。

今後再婚をする気持ちは持っていない。65歳くらいで仕事は辞めたいが、その時にどうなっているかはわからない。現居住区では地域とのつながりも強いので住み続けたいのだが、家賃が高いのはネック。そうすると、また地方へ移ることになるかもしれない。慰謝料などで貯蓄はなくなったので、年金に頼るのだろうが、経済的な不安は大きい。とにかく現状では経営が不安定なのが心配である。

また、孤独死を心配しているのだが、子どもの一人が面倒をみるよ、と言ってくれていて、とても心強く、うれしく思っている。

この間、次男と、つい最近、先週の金曜日に会ったんで、お父さんも会社、今厳しくて、ちょっといろいろやってあげられないけど、ごめんねっていう話はして、お父さんが何かあったら、おまえが助けてくれなって軽い感じで言ったんですけど、任せとけなんて、まだ大学3年生の次男のほうは、まあ任せとけなんて、何かそんな軽い感じで言ってくれたので、どうなるか分かんない、大学生だから分かんないですけども、気持ち的にはつながってるかなってというような感じだと、気持ち的にはうれしかったです。

Jさん、50代、男性

Jさんは地方で生まれ、高校を卒業した後上京し、営業社員として長年同じ会社に勤務してきた。小さな会社で家族的な雰囲気で残業も少なく良い会社だと思っている。ただ新型コロナの影響前からあまり業績は芳しくなく、さらにコロナの影響で給料も4割ほどカットされている。一人暮らしなのでなんとかやっているが、今後は厳しいかもしれないと感じている。

働き続けるとかっていう、一般で言えばもうずっとですけど、ただ、会社っていうことになる、もうそろそろ限界かなっていうふうには思ってますけど。これから多分、子どももそうだけど、人口自体が減ってくるってなれば、ますます不利ですよ、そういうものを売ろうとすること自体がっていうふうにと考えると、ちょっともうって感じですけど。

住まいは賃貸のワンルームで20年近く同じ部屋に暮らしている。その前も同じ地域に住んでいた。会社にも近く、便利なので、特に知り合いが近くにいないわけでもないが、今後も住み続けたいと思っている。大家さんとは月に1回世間話をする間柄で、何かあったら相談できると思っている。

職場の同僚とは長いつきあいで、飲みに行ったりもするし、取引先の人とも付き合いはある。また、自分と同じ地域から東京に出てきた小中学校の友人と

は年に一回同窓会を行っている。また都内にいる親戚ともやり取りをすることがある。

家に一人でいるのはあまり好きではないので、友人と出かけたり散歩に行くが、新型コロナの影響でそれも今はままならず、結局家でネットや映画を見たりという感じである。

父は30年ほど前に他界した。母は80代後半だが故郷におり、家族のいる弟と暮らしている。Jさんも定期的に会いに行くが、母はだいぶ足腰も弱くなってきて、デイケアに週に一回通ったりしている。本格的な介護はまだ必要ないようだが、もし必要になれば、同居している弟一家が面倒をみるのだろうと思っている。弟は母を通して得た仕事をしていて、実家も弟名義なので、家を継いだ、という感覚である。なので、東京にいるJさんが介護を手伝うということはないであろうと考えている。

結婚や子どもを持つことについては、希望は持ってきたが、出会う機会がなかった。自分からも積極的に探すようなことはなく、時間がたった。今後も結婚をしたくないわけではないのだが、チャンスは少ないだろうと思っている。

そうですね。その相手の年齢とかいろいろありますけど、もしできるのであれば、普通に、無理なくできるのであれば「子ども」欲しいですね。
別に僕の場合はそこまでの消極的になっていうことじゃなくて、単に周りにいなかったということのほうが大きいんだと思います。

将来の不安というと、やはり会社にあまり将来性がないので、定年までこのまま勤められるのか、今後は自分で独立してネットなども使ってやっていくか、と考えたりしている。まだまだ具体的には動いていないのだが、経済的不安は大きい。年金も頼れるかどうかかわからず、株取引などを少しやっているが、まだ今は収益があがっていない。今後はもう少しいろいろな手を考えていきたいと思っている。また今は賃貸だが、将来の住まいについても心配はある。

現時点で健康にはあまり不安はないが、何かあったとき、例えば入院など、保証人は弟に頼むしかないか、と思うが、こういう問題は行政で何とかならないものかと思っている。そのほか、社会問題には幅広く意見を持っており、行政には光ネット回線の値段、各種手続きのデジタル化、選挙制度、空き家問題など幅広い問題で対応してほしいと考えている。

「年金への不安は」大きいです、大きいです、すごく大きいです。それは、大きいというのは、ある程度当てにしてるから大きいんであって。
そこ「高齢者の住宅問題」が、そのネックが解決されれば、かなり楽だと思うんですね。年金、その他、仮にうまくいなくても、そこさえ取りあえず何とかなれば。

Kさん、50代、女性

Kさんは地方で生まれ育ち、高校を卒業して地元の企業に就職した。5年ほど働いたが、英語力を身につけ、海外で大学に行きたい、と会社を退職し23歳の時に1年間語学留学をした。その後資金を貯めるためにいったん日本に戻り働いた。そのうち1年は海外で旅行ガイドとして働いた。27歳で海外の大学に入学を果たし、教育学を専攻。卒業後3年間現地で働くが、ビザの問題もあり日本へ帰国した。

帰国後は故郷の近くでしばらく派遣社員をしていたが、なるべく英語が使えるように外国人の上司の元で働く希望を出し続けた結果、数年たって外資系企業で働く外国人のもとで働くことになった。この仕事は紹介予定派遣ということで、3か月後に正社員となった。たまたま会社が東京で支社を開業する計画があり、上司も東京に移るということで誘われて東京に移動することになった。その後様々な業務を任される機会があり、キャリアを築くことができた。今は課長もしくは部長のレベルである。

東京に来た当初は土地勘もなく、勤務先に便利な場所で賃貸マンションに住んでいたが、7年半前に現居住区に中古マンションを購入。独身なので、将来高齢者施設に入るときに売ればいい、という思いがあった。すでにローンは完済しており、今は投資もしている。ただ、老後にどのくらいあればいいのかはよくわかっていない。

「7年半前に」日本の会社でいうと、やっぱり係長レベルの役職になったので、お給料も少し上がりましたし、あと、結婚をしてなくて独身で子どももいるわけではないので、何かこう、何でしょうね、家の一つでも持っかないと将来が結構不安というかっていう形で、ちょっと家も買ってみましょうという形で、その時点で購入しました。

故郷にいる両親のうち父が最近倒れたりしたので、心配はしている。弟がずっと引きこもりで自宅にいたが、最近少しずつ働きだし、また親の世話もしてくれている。しかし、様々な交渉事や経済的支援などは自分の役割だと思っている。

第 1 章
1
2

第 2 章
1
2
3
4
5
6

第 3 章
1
2
3
4
5
6
7
8
9

第 4 章
1
2
3
4
5
6
7
8
9

第 5 章
1
2
3
4
5

第 6 章
1
2
3
4
5
6
7
8

第 7 章
1
2
3
4
5
6

Lさん、40代、女性

Lさんは地方出身で高校卒業後に就職のため状況した。最初は社宅だったが、いくつかの転職にともなって都内の賃貸アパート、借り上げ社宅などに住んできた。仕事はまかされると頑張ってしまう性格なので、一生懸命働いたと思う。

なかなか大変ではあったんですけど、もう結構ガッツでやるしかないっていう、割と体育会系のそういう姿勢があるので、やれない、駄目だじゃなくて、とにかく放り込まれたらやるしかないわっていう格好でやってきたので、何とか乗り切ったは乗り切ったですね。

しかし、数年前に母が亡くなったことと仕事上の問題が重なり、ストレスで体調を崩すことになってしまった。会社には理解がなく退職せざるを得なくなり、その後いくつかアルバイトをしたが体調は悪くなり、区役所に相談して生活保護を受給した。その時は申し訳ないという気持ちがあった。また精神病に対する知識が周囲にも自分にもなく、受け入れることが当初難しかった。

その当時はまだ 2000 何年ぐらいかな、2000、多分 2 年とか 3 年とかそのぐらいだったので、メンタルヘルスとかが全然受け入れられてなかった時期なんですね。なので、全く体調不良とかあっても会社側には一言も言えなくて。

その後区の担当者にすすめられて障がい者手帳を申請。障がい者枠で働くことができるようになった。それでもなかなかうまくいかないこともあり、失業保険を受けたりしていた。しかし最近になってハローワークを通して公的団体の嘱託社員として働くこととなった。福利厚生もよく、職場の人たちも理解があり、雰囲気がよく、ここで就職できてたいへんありがたかったと思っている。これからはできるだけ長くここで働いていきたいと希望している。

私たちの部署って、みんな障がい者枠で採用されてる方ばかり、通院とかの配慮も、すごくもともととしていただけるというふうな話を聞いていて、1 月 1 日時点で有休が初年度から 20 日もフルで付与される、なので、比較的やっぱりこういう取りやすいんですよ、休みも取りやすくて。生活保護も完全に抜けられたので、[これまで恩恵を色々受けてきて] 反面すごく申し訳ない気持ちがずっと続いてたんですけど、今はそういうのが全くなって、自分で全部払ってやりくりする形が当たり前になって、戻ってきて、そういう意味では、変な気疲れもなくやっていけてるのがあったかと。

父は今も故郷に住んでいる。Lさんが精神的に不安定になったときには病気

経済的な部分でいうと、弟より私のほうが安定した生活なので、経済的に恵まれてるので、例えば何か入院をして大きな金額が必要だとかっていったときは、私は東京から送金をするというような形で。病院に連れていってくれたり病院で介護みたいなことをしてくれるのは弟のほうがやってくれていますね。

母は古風な考えの人で、かつては女性は結婚をして子どもを産むもの、と自分に期待していたのであろうが、最近は何も言わなくなっている。留学をしようとしたときは大反対されたが、伯母が理解ある人で応援してくれた。以前は親からお見合いの話をもちかけられたりしたが、東京に出てからはあまりうるさく言われなくなった。友人が紹介しようとしてくれることもあるし、いい人がいれば、とも思うが、これまで付き合った人とは結婚には至らなかった。

[母は] やっぱり古い考えで、結婚して子どもをつくってっていう、一般的な昔の女性の生き方をしてくれる娘なんだというふうに多分思っていたと思うんですね。それが全然そうじゃなくて、語学留学に行くし、[海外の] 大学に行くし、わけの分かんない [中略] 国にも行ったみたいな。ちょっと母は本当に、もう最初の頃はかなり半狂乱というか、電話でももうどなられてばかりでした。

故郷には以前の仕事を通しての友人がいて、30 年来の付き合いである。時には実家にもよらず、彼女に日帰りで会いに行くこともある。また月に 1 回くらいは誰かしらと旅行に行っている。東京にも親しい同僚がいるが、皆単身で、自分と似た経済レベルや価値観をもち、専業主婦ではない人達である。

数年前にがんを患い、手術と抗がん剤治療をしたが、今はもう問題がない。その際に最も困ったのは、病気の説明を受けるのに親族が立ち会わなくてはいけない、という規則だった。自分では十分理解して受け止めていたが、故郷から来た母のほうが動揺してしまい、困ったことがある。

[がんになって心配だったか?] ううん。ちょっと、ほかの方に、皆さんに驚かれますけど、やっぱりあんまり動揺はしなかったですね。しょうがないっていう、もうなったものはしょうがないので、あとはもう治療していくしかないですし、髪の毛も全部、体毛が全てなくなるっていう、カツラもかぶってましたし。何か先生にはその説明はしたんですけど、[母を説明に立ち会わせるために] 連れてくるのはもうしょうがないんですけど、ただ、一番理解もしてきちんとした決断をできるのはもう自分自身しかないと思うので、じゃあ母を東京にわざわざよこす意味が本当にあるのかなっていうふうに、ちょっとそこは本当に独身であるときの何か不便さを初めて感じたときですね。

のことを理解することができずに厳しいことを言うこともあったようである。今はだいぶわだかまりも溶けてきて、時々電話をしたりしている。単身の兄が父と同居しているが、たまにLINEで話をしている。父は年をとっても迷惑をかけたくない、と言っているが、いざとなったら兄と相談して世話しようとは思っている。

最初、父親が全く理解してくれなくて、何ていうんですかね、やっぱり私も最初は自分がそういう精神的にちょっと、体の不調は精神からきてる、精神の、というのが信じられなくて、[中略] 父親ともその話を一応自分なりにしたんですけど、やっぱり何か最初受け入れてもらえなくて、いつになったら治るんだみたいな感じなんです。今はちゃんと仕事も安定してきてる、状況もこういう形できてるので、あとは結構テレビとかで取り上げてくれることが多くなって。父親のほうが、この間テレビでね、そういう何か精神とかやってたから、おまえ、こういう感じなんだろうみたいな。こんなのがあるのかみたいな感じで、結構歩み寄ってくれることが多くなって。

東京には趣味の音楽を通しての友人が多くいる。ライブや夏フェス（コンサート）で知り合った友人の中でも東京近郊にいる友人とは親しくしている。半年ほど前に足を痛めたときはその友人が助けてくれた。友人には恵まれていると自覚している。

みんな割と話に付き合ってくれたりとか、あとは病気の影響で一時期ご飯が食べられなくなったんですけど、そういうのもちょっとした外食に行って、私が本当にスープ1杯でちょっと、したりしたときがあったんですけど、根気強く話をしながら、ちょっと、一口でいいから飲んだらみたいな感じで何人か付き合ってくれた友達がいて、それで結構回復が地道にできた。

結婚についてはあまり真剣に考えていなかったが、病気になって余裕がなく、考えることはなかった。今は、一人では困るのではないか、と思い、縁があれば、という気持ちはある。ただ一番親しい友人とは将来お金をためて共同で家を買って住もうか、という話が時々出たりする。

Mさん、50代、男性

Mさんは大学卒業まで地方で過ごし、その後就職のため上京した。バブル景気最後の時期で、就職先は多く、なんとなく東京に行ってみようということで選んだ職場であった。仕事はIT関係だが、これまで数回、ヘッドハンティングなどを通して転職。2008年には退職して仕事を探そうとしていた矢先にリーマンショックで不景気になり、派遣で仕事をつないだこともあった。今は

正社員として働いている。仕事は多忙だが、コロナ禍でも仕事があることはありがたいと考えている。

当時はバブル全盛期だったんで。そんなえり好みしなくても、大体どこでもどうにかなるかなという、そんな軽い気持ちで。東京とかは1回住んでみたいなって希望があったんで、あんまり当時は深くは考えずに東京に来たという感じですね。

東京にきて最初の数年は会社の寮で暮らし、その後23区内に賃貸マンションを借りた。15年ほど前に生活時間の相違から隣人から苦情がきて、そのときにマンション販売のチラシをみて、それならば、と購入をした。

とにかく隣の人とは、何かそういうトラブルがあるとやっぱ自分は嫌なんで、もうさっさと動けるんだったら動いちゃおうといったときに、もうそれが来たから、もういいやというか、結構、勢いで買っちゃった部分がありますね。

故郷は台風や洪水の被害が多い土地なので、そのことが気になって、突風で物が飛んでこないような物件を選んだ。災害への備えもしているので、多少の停電や断水ならやっていけると思っている。

3年ほど前から大型バイクに乗り始めた。マンション近くには工場跡地などにつくられたガレージがいくつかあり便利。サークルに入り、新型コロナの前は山や海などヘツーリングにでかけていた。サークルのメンバーとは暗黙の了解で会社の話はしない。どこで働いているかも知らないが、趣味を楽しんでいる。学生時代の友人も3人ほどいるが、家族がいるので日常的に親しいわけではない。

私が入ってるサークルの中では、相手の何ですか、勤めてるところとか、そういう情報は詮索しないというほうが何かおきてじゃないですけど、紳士協定で結ばれてる。みんな、相手がどこに勤めてるか大体知らない。どういう業界かは知ってるんですけど。

結婚については35歳くらいまでは結婚相談所に登録もしたりしたが、良い経験がなく、今に至っている。会社内ではセクハラ規定などもあるので、親しくなるのは難しいし、もうそういう機会はないと思っている。基本的には家族のある人とは生活や話題が違っている。

みんなバイク、私は一人もんだからいいんですけど、妻帯者とかでどっか連れていけないときは、もう何かみんなオートバイ整備して、朝から夕方まで、今日、嫁さんと子どもに愚痴られたとか、何、それを私に愚痴られても知らんよって感じですけど。

母親が故郷で一人暮らしをしているが、兄二人が比較的近くで暮らしているし、母はしっかりした人で、人の世話になるタイプではないので、自分も正月に帰るくらいである。

「帰ってこいと言われないか？」 それは言わないですね。やっぱり私が三男だということもあるし、男は出ていったら、基本帰ってこないよみたいなこと言う人ですから。[その地方]の女性はあんまりこういうこと言ったらどうなんですか、やっぱりちょっと気は強いというか。ああだ、こうだって世話焼くと、あんまりそれをうつとうしいと感じるほうの人なんで、適当なところで切り上げとかなないと、もう結構文句を言ってくる人ですから。

特に自分の老後についてあまり今は心配していないが、過去に知り合いが孤独死のような亡くなり方をして、その発見をしたことがあるので、それは怖い。退職したら誰も気が付いてくれないかと思うと、行政でそういう、あまり立ち入らないが、見守り的なことをしてくれるといいと考えている。女性はおしゃべりが得意な人も多いが、男性は閉じこもりがちになりそうだと。一方で死んだ後はどうなっても良いと思っている。人の世話になって生きていくよりは尊厳死を選びたいと思っている。

確認とかメールとか、何か SNS とかでそういうのが飛んできて、1 日返事がなかったら、何かこれはとかいうのがあったら便利、今の時代は多分そっちの、スマホとか私たちの世代以下とかだと、もう大体みんなスマホ持ってるんで、何かそういうので飛んできて、ワンタッチで生存確認のタッチっていったら変なんですけど、何かそういうのがあれば、多分お互いに過干渉しなくてもいいかなと。

〇さん、50代 男性

〇さんは地方出身で大学もその県内だった。卒業時はバブル景気で、就職口には不自由せず、給料が良い東京の金融機関に就職をした。配属は地方勤務だったが、あまり社風になじめず、また投資で失敗もして、精神面からも体調を崩してしまった。そこで退職し、前から興味があった調理について勉強しようと、学校で1年学んだ。その後仕事を転々としたが、あまりうまくいかず、精神的な状態も改善しなかった。病気の関係で知り合った人から勧められて、ある法人で仕事をするようになった。社会的意義は感じるが、収入が少なく経済的な不安がある。障がい者手帳を持っており、手当が支給されているが、区によっては扱いが違い、現居住区は手厚いと感じている。

「[法人の仕事は] 社会的にも意義がありますし、今までの仕事よりもやりがいとしてはかなりあるかなとは思っています。ただ、収入は追いつかないんで、なかなかそこは現実的には厳しいかなとは思っています、はい。」

現在の住まいは古い賃貸アパートで老朽化が進んでいるが、周囲は便利な住宅街にある。アパートの人たちとはあいさつ程度。地域に関する活動は煩わしいという気持ちを持っている。

本当は例えば大きな災害が起きたときなんかは近所で協力し合うというのが非常にいいだろうなとは思うんですけども、うん、今のところ、日常生活の中では特に不便は感じていないので。逆にちょっとその、人間関係が煩わしく感じることも多かったでするんで、はい、あまり自分から積極的に関わりを持とうとはしていないですね。

両親は故郷にいて、二人とも持病や手術歴がある。2、3か月に1回親から電話がくる程度。妹が同居しているが、あまり生活力はない。弟は家族がいるが、もう何年も連絡をとっていないのでどう接してよいかわからない。年をとってきて、故郷に帰ってのんびり暮らすことも良いな、と思うことはあるが、まだわからないし、難しいこともあると思っている。

「ちょっと同居している妹には若干荷が重いかなという気はします。ちょっと状況を見てですけど、私もいずれはちょっと[出身地]に帰らなければいけないかなというの少し思っはいて。ただ、仕事を考えると、すぐにはやっぱり移れないんですね、はい。なので、ちょっと少しずつ考え始めてはいますが、ちょっと具体的なものはまだ見えてない状況ですね、はい。」
「[東京は] 物事が目まぐるしく動くのと、人が多いことで、だんだん疲れてもきますので、のんびりと[出身地]に戻って暮らすというのは、もしかしたら年を取ってからはいいかなとは思っています、はい。」

〇さんはゲイであることから、パートナーと結婚することはなかなか難しく、住んでいる自治体によって状況が違うことも認識している。それでも相手がいれば良いとは思っているが、現在は交際相手はおらず、日々の生活に追われている。特に現在は新型コロナの影響もあって、人と知り合う機会はネットに限られ、関係をきちんと作ることは難しいと感じている。

「全く一人でいるのか、誰かお互いに支え合う人がいるのかでは、大分状況は変わるかなとは思いますが、現時点では現実一人なので、一人でどう安定した生活を送るかってことを考えるほうが現実的かなとは思って、そういう方向で今、考えていますけれども、まあ、もしその支え合えるような人がいれば、もうちょっと見通しが明るくなるかなとは思いますが、はい。」

第 1 章

1
2

第 2 章

1
2
3
4
5
6

第 3 章

1
2
3
4
5
6
7
8
9

第 4 章

1
2
3
4
5
6
7
8
9

第 5 章

1
2
3
4
5

第 6 章

1
2
3
4
5
6
7
8

第 7 章

1
2
3
4
5
6

学生時代の友人などとは連絡もなく、友人という趣味の音楽関係でいる人が、ネット上で知り合った人、もしくは仕事を通じて知り合ったりする人である。しかし、病気になったときに助けを求められるような間柄ではない。一方で数年前に10日間ほど入院したときは友人たちが見舞いに来てくれた。

普段も休日は一人で過ごす。新型コロナの時は電子ピアノを買って一人で弾いたりする。一人でいることは自由でもあり、不安もある。悪いことばかりが次々とやってくるような感じである。今は安定した生活を続けられるよう、コロナが落ち着いたら副業などもしていきたいと思っている。

その時代の流れに従って、例えば収入もずっと落ちていくし、メンタルの部分もやっぱりちょっとずっと落ちていくような状況が続いていて、年齢も重ねてくるので、年を重ねることによって出てくるいろんな問題もありますし、あとはちょっと親のこともあったりしまして、ちょっと大変な時期を今過ごしてるかなとは思いますが、はい。

Pさん、40代、男性

Pさんは地方で生まれ育った。高校を出て地元の会社に就職をし、転職もしたが、結局続かず、仕事をするのがいやになって引きこもった時期もあった。しばらくしてネットで知り合った人を頼りに上京し、友人宅に居候しながら彼らのつてでいくつかの仕事をした。

ちょっと3年、何年かな、えっと、19、22、ちょっとその後大分、もう何か仕事するのが嫌になって、もう籠もっちゃって、半分引きこもりみたいになって、始まった頃っていうか、ネットで知り合った人に何か仕事手伝ってって言われて上京してきたんですけど。
いろいろやったんですけど、結局何かもう、そんなに言うほど、生活できるほどの稼ぎじゃなかったの。
[その後] 別の友達っていうか、そこへ遊びに来てた友達に、家に来ればとかみたいな感じで軽く言われて、また仕事もらえるのかなって移って、やっぱり1年か2年ぐらいかかっちゃって、で、次が警備員の仕事やるまでに大分空いちゃいましたね。

紹介された仕事は長くは続かず、景気も悪く、東日本大震災などもあって、住居もなかなか定まらなかった。仕事でいらいらが続き、切れやすくなっていた時期である。会社員は無理かと感じ、その後、政府がすすめていた、個人で事業を立ち上げるという制度を利用して、空き店舗で店を開き、人から頼まれた商品を販売している。ただ、あまり身も入れておらず、十分な収入を得られ

てはいない。そこで生活に困窮し、役所に相談したところ、精神科にかかったほうが良いということになり、結果として生活保護も受けられた。役所とはお店からの収入をめぐって、生活保護費との関係で争いもあるが、最近はもうあきらめている。

何か[仕事として]お使い頼まれてね、やるっていったって、もうだから、もうそのたびに大げんかですよ、区役所と。だから、何ていうのかな、だから、仕事の準備金でもらったお金も結局、区役所に報告しないと駄目とかって言われちゃうと、それならって言って、仕事で使う金だって言ってるだろうがよって大げんかになっちゃって。

故郷には高齢の母が一人暮らしをしている。もともと一人親、母子家庭で父はいなかった。母との関係は良いが、それは離れていればこそ、であろうと感じている。今はコロナの影響で会いに行くことは難しい。よく電話で長話をしていて、電話代の負担が大きい。今のように病気で無職の状態では故郷に帰ることは難しい。引っ越しをすると生活保護をもらえるか不安もあるし、金額も変わってしまうだろう。特に関西の自治体は財政が厳しいと聞いているので心配である。帰るなら自立してからだと思っている。現在障がい者手帳を持っている。生活保護を受給すると様々な制限を受けるのだが、役所とのやり取りなどは煩雑でやる気がなくなる。抜け出せるような支援なども、自営業をやっているからか、何もしてもらえないと感じている。

ガイドラインがちゃんとあればいいんですけど、何かそのたびに聞かれちゃう。そのたびに何か言ったら、えっみたいな感じで言われちゃうと、それはちょっと困るかな、うん。だから、仮に幾ら稼いでたら保護から卒業ですよとかって言われちゃうと、言われたら、それ目指して頑張ろうとか、そういうふうなやりがいも出てくるんだろうし、何ていうのかな、自信がなかったらそれはそれなりにまた考えようとかできるんだけど、ただ単に報告して、取りあえず稼いだら報告してくださいって言われちゃうと。

友人はアプリで知り合った人たちや、高卒後に入学してのちに除籍となった大学の通信教育を通じた友人。地域に知り合いはいないのだが、町内の行事を手伝うことはあるので顔見知りくらいの人たちはいる。

高校時代に女性との間で嫌なことがあって、それ以来女性には興味はなく、結婚するつもりはない。高齢期のことは考えたことはなく、介護が必要になったらヘルパーを雇うのだろうかと思うが、それにはお金を貯えないといけないと思っている。

他の住人とはあいさつをするくらいで、あまり付き合いはない。

父母は離婚しており、父は数年前に亡くなった。母は一人暮らしだが定期的にメールをし、何かあれば会いに行ったり、食事に行ったりしていて、必要な時には経済的な支援もしている。母と、横浜にいる祖母の面倒は将来自分が見るだろうと思っている。母と祖母は関係が薄いので、祖母には一人で会いに行っている。母はマンションを所有していて、相続する可能性が高い。古いマンションだが、自分が住むかもしれない。最近生命保険に入って、母を受取人にした。健康には気を付けていて、食生活にも気をつけている。お酒が好きだが、少し減らした方がいいかもしれないと感じている。

結婚はしたいという希望を持っている。50歳までには結婚したいし、子どもも欲しいと思っている。過去に付き合った人もいるし、知り合いに紹介されることもあったが、うまくいかなかった。性格が臆病なこともあるし、経済的な心配もあった。今はそういう思いはない。相手について特に強い希望があるわけではないが、妻が不満を持たないようにも、子育てや家事を一緒にやりたいと思っている。

もちろん [女性とは] 付き合っておったんですが、ちょっとやっぱりそこに至らなかったのと、私自身が結構臆病な性格なのか、今の自分の給料、環境で結婚できるのかなというのは常に思っていたので、何かそこで尻込みしている自分がいたと思います。何かしてしまえばしっちゃたで進められるのでしょうかけども、何か当時そういう話になったりすると自分でそういうことが、何だろう、生活できるのかなという不満を持ったりとかしていて、機を逃してしまったというのはあります。また今はちょっとそういう感情とは別になってきてはいるかなとは思っていて、何とかなるだろうっていうふうなものなんで、自分が満足いくほど今稼いでいるかっていうとちょっとそこはまた違うんですけども、結婚に対する気持ちが以前思っていた、自分の、何だろう、稼ぎとかっていうこととは今ちょっとまた違う感情ですかね。

もし結婚しても住む場所は現居住区にこだわっている。

もう7歳からおりますので、私としてはやっぱり、ほかに住んだことがないのでちょっと比べにくいんですけども、やっぱり、むしろ離れたくないなという気持ちはあります。

学生時代の友人、特に高校との友人とは今も親しく、モータースポーツを一緒にするグループもできて、週に一回程度は集まっている。彼らはほぼ全員が単身者。飲み会もよくあったが結婚や家族の話などはしない。自分は人と話をするのも得意だし、友人とは仲良くやっていると思う。旅行も好きで、10年

今は特に考えてないですね。今生きるので精いっぱいっていうか、うん。だから、もう最悪、お手伝いさん雇うしかないかなぐらいな、そのために稼ぐかっていう、そっちしか考えてないですよ。というか、まあ、取りあえず生活を自立しないとどうにもならないんで、うん、ずっと今の状態で、今の状態でっていうか、一旦保護から離れて、年いったときに戻るのはいしょうがないとしても、それまでに世話にならなくてもいいぐらい稼げるんだったら稼ぎたいなっていう感じですよ、今。

Qさん、40代、男性

Qさんは都心の母の実家近くで一人っ子として生まれ、その後幼いころに都内で数回引っ越しをしたが7歳からは現居住区で暮らし、都内の高校、専門学校を卒業した。その後営業の仕事をしていたが、待遇が良くなく、趣味を通して知り合った友人の紹介で転職をした。その後も異なる業種での転職を数回し、現在の職場では12年間働いている。会社はシフト制だが30分ほどで行けるし、そんなに追われている感じはない。自分と一緒に仕事をしたい、と顧客に言ってもらえるような仕事をしたい。

あんまり上昇志向がないんですけども、自分と仕事がしたいというふうに思われたいっていうのは思っています。要は、例えば会社に発注をするんですけども、でも、[Q]と仕事がしたいとか、[Q]の仕事だったらっていうふうに思われるような仕事の仕方をしたいなとは常々思っている。

ただ収入はあまり上がらないので現在転職を考えている。モータースポーツが趣味だがお金がかかるのであまり余裕があるとは感じていない。将来への不安はあるが、投資は怖いのでやっていない。

30歳までは実家で暮らしていたが、母からも独立を勧められ、一人暮らしになった。

これは私は特に離れるつもりはなかったんですが、本当に個人的にはこちらの事情なんですけど、母がちょっと生活感を持ったほうがいいんじゃないかっていうことを急に言ってきました、そうですね、本当それがきっかけで、それもいいのかな、すごく不安はあったんですけども、実家から隣の駅ということもありますので、一旦一人で住んでみようかなというぐらいのきっかけでした。

現在は1Kのマンションに住んでいる。住人の中に会社の人が一人いるが、

ほど前から気に入って台湾によく旅行をしている。日本と違うリズムが心地よい。友人と行くことも多い。英語も学んでみたいと思っている。

Rさん、50代、女性

Rさんは30代で離婚を経験し、その後シングルマザーとして二人の息子を現居住区で育てた。今は一人で、子どもたちと住んでいたアパートにそのまま住んでおり、その期間は28年ほどになる。子どもたちは家を出て独立していて、たまにLINEで連絡をする程度。男の子なので、あまり口も出さないし、こっちからはお金もださないという主義。子どもたちの結婚や人生に口をはさむ気はない。面倒を見てもらう気もない。ただ、次男は優しいのか、言い訳をしながら様子を見に来ることがある。

次男は、2か月ぐらい前にふらっと夜中に来たかなという感じです。終電がなくなっただってって、うちのほうが若干近い、駅からも近いのと電車の本数が多いので、電車がなくなったら。
長男よりは次男のほうが、気が回るといいますか、ちょこちょこ様子は見に来る感じでは、まあ数か月に1回だけなんですけど、終電なくなったとか言いつつも、まあ様子を見に来てくれてるんだろうと。

実家は近隣県で田舎だった。高校までは地元だったが、ずっと東京に出たいと思っていた。高校の時に大型バイクの免許を取ったので、それに乗りたくてバイク便のドライバーをやった。その後退職。派遣社員として様々な会社で事務をしてきた。派遣なので同じ場所で働くのは長くても3年まで。2020年は4月から仕事を始めるとことだったが、新型コロナの影響で契約が終了となり、今は無職である。失業保険もないので親の遺産を取り崩している。コロナは心配なので在宅で仕事をしたいと思うが、家のパソコンにはオフィスのソフトが入っていないのでそれがネックとなっている。今はハローワークに通いながら簿記などの勉強をし、資格試験も受ける予定。希望としてはずっと同じところで落ち着いて仕事をしたいと思っている。3年で仕事が変わると職場での友人は作りにくい。

そうですね、ずっと派遣でしか仕事をしてなかったのが長いので、まあ入れて3年、マックス3年っていう縛りがあると、やっぱりこれから。例えば、60まで頑張っても、3年ごとでまた何回か替わるのも厳しいかなとは思ってはいるので、できれば、簿記の資格とか取って、一応ちょっと携われるようなので長く、パートなりなんなりでも長くできるような職場があればいいかなぐらいで。

両親はすでに他界し、故郷には妹が残っているが、ほとんど連絡は取っていない。地元は不便なところで自分は戻りたくないが、妹は自分と違って地元を知り合いもいるから将来もそこにいるほうがいいのであろう。母が存命の時、たつての希望で墓と一緒に購入した。先に亡くなっていた父も一緒に入っているが、自分はその墓に入ることにあまり興味はない。

私は、お墓に入るのは全然考えてないので、できれば、ちょっとやっぱり〔両親の墓は〕山奥、奥でもないんですけど、そっちのほうなので、子どもらが通うのが大変になっちゃうので。

趣味はスポーツ観戦で、コロナ前はよくスタジアムに行って応援していた。同じ趣味の友人がいて、コロナ禍でもテレビをつけながらビデオ会議システと一緒に応援するなど工夫をして楽しんでいる。また音楽も好きで、あるバンドのファン。これも今はライブに行けないので友人に教えてもらってオンラインで鑑賞している。友人は多いが、一方で再婚はあきらめており、今は気楽にすごしている。

〔今はコロナでスポーツ観戦に〕行くまでがちょっと厳しいかなっていうので。何か拍手するだけとか聞いてたので、つまらないなっていうのもあって。で、地上波じゃないか、BSとかテレビでやってるときは、やっぱりオンライン飲み会も兼ねつつ、テレビ見つってっていうような。〔友達と〕一緒にわあって。

去年から猫を飼い始めた。猫のことはとても大切に思っていて、健康にいいペットフードを探すなど大事に飼っている。子どもは放っておいても大丈夫だが、猫の世話はやかないといけない、と強く思っているようである。

人間はもうカップラーメンとかで食べてればいいやとかちょっと思っちゃうけど、猫は結構好き嫌いとかも出てきてるみたいなのと、おやつしか食べないときとかもあるのね。人間よりよい物を食べてると思うので、本当はちゃんと働いて、食い扶持を稼がないと。

年金もあまり期待できないので60歳くらいまではしっかり働かないと、と思っている。とはいえ、体力もなくなってきているし、視力もよくないので短時間労働がいいと思っている。東京は車やバイクがなくてもふらっと歩けるところがある。すぐデパ地下などに行けるので今の住居には満足している。

第1章

1
2

第2章

1
2
3
4
5
6

第3章

1
2
3
4
5
6
7
8
9

第4章

1
2
3
4
5
6
7
8
9

第5章

1
2
3
4
5

第6章

1
2
3
4
5
6
7
8

第7章

1
2
3
4
5
6

Sさん、40代、女性

Sさんは地方出身、地元で高校を卒業後大学進学のため上京。学びたい専攻があるため選んだ大学だが、東京に来たいという気持ちもあった。学生時代は都内の学生寮に住んでいた。就職氷河期にあたったので仕事を選ぶというよりも、内定をもらったらそこにいく、ということでそのまま東京で就職をした。国内各地で仕事があり、拠点は東京に置きながらも各地のウィークリーマンションに住んで行ったり来たりという生活だった。その後転職をし、5年ほど働いたが、その間に近隣県でマンションを購入。さらに現職に転職する際、通勤に便利な今の場所買い替えた。便利な場所で気に入っているが、もし何かあればまた買い替えることもあるかもしれない。

最初の仕事は大手で安定はしていたが、男性社会で保守的だったため、女性として活躍は難しいと感じ、今はベンチャーで、小規模の会社で仕事をしている。現在の職場で給料は下がったが、管理職として働き、雰囲気良く満足している。会社の同僚とも良い関係を築いている。年齢を重ねてきて、お金を稼いで出世をするということよりも、仕事の充実や感謝されるようなことを無理なくしていくことに軸足を移そうとしているところである。

だから偉くなるとかっていうよりは、何か誰かに認めてもらうとか、認めてもらうってのは何か役職をもらうっていう意味じゃなくて、何か誰かにありがとうって言われるとか助かったって言われるとか、あなたがいてくれてよかったって言われるとか、そういうような何かそれだけでもすごく意義があると思うんで、そういうことをしていきたいなとは思ってました。

両親は故郷で暮らしており、持病などもある。車がないと不便な場所だが、高齢になり免許返納もしていて次第に生活に支障がでてきている。連絡はLINEなどで週に1回はしている。普段は夏と冬に帰省しているのだが新型コロナの影響もあり今年は帰省できていない。仲の良い親戚もいて帰省すれば会えるのだが、家庭を持っている弟は地元ではない県に住んでおり、あまり会うことはない。将来は自分が親の面倒を見るのだろうが、故郷に帰ることは考えられず、そうなると親を東京に呼ぶのか、悩んでいる。

やっぱり距離が離れてると、ちょっと様子を見に行くっていうのがハードルが高くて、せいぜいできてもやっぱり年に数回なんですよね。だからやっぱり近くにいたほうがいろいろ面倒は見えてあげやすいけれども、父にとっても母にとってもそれがいいかどうかっていうのはちょっと私も相当疑問ですし、私も、じゃあ、近くにいればどの程度サポートしてあげられるのかっていうのがやっぱりちょっと自信のない部分もありますし、ちょっとそこは何とも言えないですね。

仕事関係の集まりで知りあった男性と現在交際しており、週に2、3回は会っている。信頼をしている人が近くにいるのは大きく、安心感がある。

ポイントとなるのは信頼関係であって、この人は絶対私を裏切らないっていうような安心感があります。それは日々の言動だったり何かあったときの行動、考え方、そういうことから今に至ってるわけなんですけれども、絶対この人は裏切らないなっていうのがあるから安心感につながるのかもしれないですね、はい。

災害などがあれば助け合えると思う。ただ結婚や同居、ということは話に出てはいないし、考えていない。若いころから自立して生活したいという気持ちが強かった。周囲がどんどん結婚していく中で考えないこともなかったが、具体的に結婚生活のイメージを描けず今に至っている。

どういう結婚生活がしたいとかっていう答えも自分の中で自問自答しても見つからなかったし、じゃあ、私はどうしたいのかって考えたときに、私は別に結婚イコール誰かに経済的に頼るってことではないんですけれども、やっぱり自立して生きていきたいなっていうのはすごく自分の中の強い気持ちとしてありました、常に。

友人たちは仕事を通じて知り合う単身者が多い。家族を持っている人とは話も合わないし、環境も違う。趣味はスポーツ観戦で、日本中で開催される試合を見に行くこともある。コロナ前は観戦仲間と盛り上がるが多かった。

将来については漠然とした不安感はある。何が不安かと聞かれると答えられないのだが、社会全体の不透明感を感じている。それを一つひとつ少しでも明確にしようと思っている。経済面でなるべく収入はあった方が良さと思うし、高齢期になっても社会と接点をもっていることは大事だと考えている。

何かもっと先がある程度見通しがつくのであれば、もうちょっとはっきりした目標とかもちやすいと思うんですけど、何かそういうはっきりした道筋が立てられるイメージが全くない。それは社会全体もそうだし、私個人もそうですし、個人、個人もそうですし、そうですね、なので、自分がどういうふうに使っていか、どういうふうにするというのは、このままずっと勤めるのか勤めるってことを辞めて何か別の形で働くのか、どうなるのかっていうことも全く分からない。

Tさん、50代、女性

Tさんは東京都心部で生まれ育った。大学まで実家で暮らし、卒業後は事業をしていた両親の元で家事手伝いとして、習い事を教えたり、父の事業を手伝ったりしたこともあった。しかし両親が50代の若さで相次いで亡くなり、弟と親戚が事業を継いだので、その後自分は家業には関わっていない。仕事としては最近までボランティア団体の仕事を手伝っていた。

3年ほど前に大きな病気を経験して、自宅で療養中なので今は仕事をしておらず、所有している資産で暮らしている。病気のことについては弟に心配をかけたくないの、あまり詳しく話していない。

[弟には] 心配させるようなことは伝えたくないので、いいことは伝えたいんですけど、心配の種は言わないようにしているので、昔から。

都心で暮らしていた期間が長かったが、7年ほど前に当時仕事をしていたボランティア団体のメンバーと近いところに、ということで現居住区に越してきた。最初は家族名義の家だったが場所が気に入らず、今は賃貸に住んでいる。前の家より狭いが、掃除も楽でよい。現居住区に移った直後は、都心と比べるとどこに行くにも時間がかかり、遅刻ばかりしていた。今は空気もいいし、公園や美術館、図書館も充実していて気に入っている。環境問題に興味があり、車を使わないようになった。

ハイヒールをやめました。駅まで行けない、たどり着けない。つまずいたり、スニーカーを買い、ローヒールの靴を買い、腰に優しい生活を。[現居住区]ライフはローヒールなんだなというのが分かりました。

同窓会の幹事もしていたので、学生時代の友人とは今でもつながりがある。習い事を教えていた時の生徒さんとも友人として付き合っている。そのうちの一人は近所にいるのでよく合う。いとこが近くにいて月に2、3回は会う間柄で親しい。ときどき地方に住んでいる友達が東京にきて泊っていくこともある。

いとも近所にいて、先ほど申し上げたお稽古のお友達、生徒さんがお友達に昇格した方と、仲よくしていただいてる方も、比較的歩いて行ける範囲。会えなくても親戚や知り合いが歩いて行ける範囲にいるというのは心の支えになってます。

結婚については25歳のころに婚約をしていたが、その時期に父が亡くなって、話は立ち消えになった。両親がいない、ということがその当時は足かせになっていたかもしれないと今は思うし、両親から結婚しろというプレッシャー

もなくなってしまったので、その婚約以降は結婚の話にはならない。自分と価値観、死生観が合う人というのは難しいのかもしれないと感じている。

[早くに両親が亡くなったので結婚については] せかされないですし、またいいことを人に言えない時代が長かったので、ちょっと、何か隠してるふうな生き方をしてたのかなと思います。[今は] そこで色眼鏡で見ることがない時代になってきましたので、楽に、楽な時代になってよかった。
[自分の死生観と] 同調しなくても、相手の考え方を理解できるという方じゃないと、パートナーとしては難しいのかなと思います。

今後も弟は彼の家庭もあるので自分のことで心配はかけたくないと思っている。将来また病気になっても治療はしてもらわなくていい、延命措置は拒否する、と伝えてある。葬式もしなくてよいし、お墓にも入りたくはない。死んだら自然に帰りたい。仏教的な生死観に影響を受けていると思っている。これは両親が早くに亡くなったことも影響があるのだろうと感じている。

治療してまで生きたい、生きないといけない理由は、何か研究の途中とかっていうのであれば、それをやり遂げたいっていう気持ちがあるんですが、それもないので、それが自然界の定めた寿命と捉えてるんで、無理な治療はね。
あとは自分の痕跡をこの世に残したくないんで、お墓や樹木等も。

もし自分が一人で、自宅で死んだときには処理をしてもらわなければならないと思うのでその費用と、家の鍵は弟に預けてある。体調も回復しつつある中、今後は日本文化と海外の架け橋になるようなことを少しずつやっていきたいと思っている。

Uさん、50代、男性

Uさんは地方出身。別の地方の大学に進学した。その後大手企業に就職し、しばらくして東京に転勤となった。会社では長時間働くこともあったが、そんなものだろうと当時は思っていた。会社から派遣されて海外留学をしたこともある。

周囲にはびっくりされたが、50代前半で早期退職し、現在は無職。企業年金は選択すれば50歳からもらえるので、受給し、残りは貯金を取り崩している。コロナ以前は一人で海外旅行をしたり、ウォーキングやジョギング、山歩き、趣味のカメラを楽しんだりと気ままにすごしている。

第 1 章
1
2

第 2 章
1
2
3
4
5
6

第 3 章
1
2
3
4
5
6
7
8
9

第 4 章
1
2
3
4
5
6
7
8
9

第 5 章
1
2
3
4
5

第 6 章
1
2
3
4
5
6
7
8

第 7 章
1
2
3
4
5
6

どうしてるかと聞かれると困るんですが、何もすることないんですけど、朝早く、4 時か5 時ぐらいには起きてまして、その後、ウォーキングとかジョギングとかちょっと体は動かすことにしてまして、あとは食材の買い出しなんか、9 時頃から行きまして、それ以降は特に決まってないんですね。

[海外旅行は時に一か月くらいいくことがあるので] そうなるとなかなか人と一緒にというのは難しいですよ。恐らく誘わないです。あとは結構、何ていうんですか、気ままっていうんですかね、向こうに行って見てて、あれっと思ったとこをさささっ行って見てくるとか、自由にできますので、1 人はいいいんじゃないですかね。

父親はすでに亡くなっているが、80 代の母が故郷で一人暮らしをしている。最近耳が遠くなっているようで、年に3 回くらいは会いに行っていたが、今年は新型コロナの影響で訪問できていない。実家は山がちの場所なので、母も移動が難しいだろうと心配している。兄は他県に住んでおり、その子どもはもう独立しているのだが、母親の面倒をみるのは自分ではないかと思っている。そろそろ母と一緒に住んだ方がいいのか、と思うこともあるが、まだ具体的には考えていない。

大学時代のクラブ活動を通じた友人、会社の元同僚などとは今も付き合いがあり、コロナ以前はよく飲みにいっていた。何か困ったときは、どうしても必要があれば友人を頼ることはできるかもしれない。結婚をしたいとは特に思っていない。若いころは相手を探したこともあったが、男性中心の職場だったし、いい人に出会わなかった、ということ。住まいは分譲のマンションに住んでいる。商店街があり、カメラ撮影で行く公園も近く、よく散歩もしている。ただ周囲に友人がいるわけではなく、マンションの住民とは挨拶くらいはするが名前は知らない。孤独死はいやだが、あまり気にはしていない。

[東京は結婚しなくても様々な人と柔軟につきあえる、と言われているが、その考えは] 僕はないですね。あんまり、僕、興味、人間ってものすごい興味があるんですけど、人間に対して、だけど、人との付き合いにはあまり興味ない、それほど興味はない。

将来について特に計画などはない。プランがあって退職したわけではなく、仕事をしていた時代を懐かしく思いだすときもある。こんな暮らしでそう思うのは申し訳ないかもしれない。暇すぎると思えばアルバイトくらいするかもしれないと思っている。将来は施設などに入った方がいいのかもしれないがまだ真剣に検討はしていない。

何かプランがあって辞めたわけでもなくて、それこそ、友達なんかには何もしないために辞めるっていうような言い方、何かやる気は基本的にないんですね。それで、よくそんなこと言ってたって、みんな何か月かしたら暇で暇でやり切れなくなるんだぞなんてことも言われたんですけど、そういうこともなくて。

客観的に見れば、[早期に退職して] やっぱり何をやってるんだろう、僕って思いますよね、客観的には思いますよ。でも、主観的にはとても僕には自然なことで、何か今の生活も性に合ってるなと思って。

将来的なことは、確かに嫌だなと思うのは、孤独死みたいなね、マンションで死体で発見、何か見つけた人にも迷惑になるだろうし、嫌だなとは思ったりするんですけど、ただ、それで気がめいっちゃうとか、そういうような感じでは今のところはないんですね。だから、あまり具体的じゃないですけど、ちょっと考えたのは、さっき言ったように、将来的に1 人で、それこそ死んじゃう、孤独死とかなんとかというふうなことをもし真剣に考えるんなら、元気をうちから入れる施設みたいなのが今あるじゃないですか。見回りしていただいて、ちょっと不自由が出てくれば介護みたいなのもしてくれるような施設があると聞くんです。

Vさん、30代、男性

V さんは東京の下町で生まれ育ち、そして現在も同じ地域で賃貸マンションに暮らしている。両親が暮らす実家も同じ町内にあり、週に1 回程度顔を見に行っている。二人の兄もこの地域の周辺でそれぞれの家族と暮らしている。大学在学中に海外留学、その後就職し、結婚。結婚後も数年は実家で両親と暮らしていたが、いったん別の区に家族で引っ越した。しかし9 年前に離婚して、二人の子どもたちは元妻の元で暮らすようになり、地元にもどって一人暮らしとなった。現在交際している人がおり、再婚を考えているような関係である。結婚前に今の自宅でその交際相手と同棲を始めるかもしれない。前の結婚の時の子どもたちともこれまでどおりうまくやっていきたいと思っている。また将来は新しいパートナーとの子どもを持つことも考えている。

現居住区には愛着がある、というよりは、とても馴染みがある場所で他の土地に行く特別な事情がないかぎり、ここにいるのだろうと思っている。

まず一つは、やっぱりちょっと人間なんで慣れちゃっているんで、なかなかほかで暮らすという、何というんですかね、勇気がないと、想像がつかないというのと、車も持っているんですがどこか出かけるにしても電車でも出かけるにしても、やっぱり何となくこう行って、ああ行ってという想像が付きやすいので、いろいろ神奈川だったりどっかだったり、ちょっと遊びに行った先に魅力を感じて引っ越してみたいなという気持ちは生まれたりはしますが、なかなかやっぱりなれ親しんだところというのがあるのと、やっぱりずっとなかなかほかに行くというあれがないですね、きっかけが。

長く同じ地域に住んでいるので、実家の近所の年配の人たちとは会えば挨拶をするような付き合いはある。町内会の行事を手伝ったり、防災訓練にも参加したりしている。また、母親のすすめで、地元で神輿をかつぐ会に参加していて、多い時には月2回くらい集まっていてよい気晴らしである。小中高校時代の友人ともまだ接点はあり、そのうちの数人とは会うことが時々ある。区の情報誌などにも時々目を通していて興味があるイベントや教室などもあるのだが、平日だと参加できない。

やはり、小さい頃から生まれたときから住んでるので、まだ一応その当時の人たちはご健在でいらっしゃるんで、会えば挨拶するという感じですかね。あと、神輿を担ぐ会に入っているのもそこで年長者の人とか町内の人と関わることもあるので、それですれ違ったら挨拶したりとかというレベルですかね。
私の母とそのお神輿の会の人を知り合いで、やっぱりなかなか特殊な世界なので飛び込んで来る人が少ないので、会員が減っているというところで僕が男3兄弟なんということで、取りあえず来てみてというので行ってみてそのまま。

休みになると、出かけることが多く、一人で街歩きや、ショッピング、ディズニーランドなどに行くこともある。今は新型コロナの影響であまり人と会えないのが残念である。

大学を卒業後は海外留学をし、その後就職をし、現在も同じ会社に勤務している。新型コロナの影響は会社としては若干あるものの、自分の仕事では今までと変わらず出社している。以前はよく職場の友人や、取引先の人たちと飲みに行っていたが、それはなくなった。会社は入社当時よりずいぶん組織が大きくなり、やや戸惑っている。今後は転職もあるかもしれないと思っている。新たに勉強していることもある。それでも今の仕事にはおおむね満足しており、プライベートとのバランスもとれていると思っている。経済的にも現在あまり不満はない。

両親の介護が必要になった場合は、親と仲の良い次兄を中心に兄弟3人で面

倒をみることになるだろうから、あまり心配はしていない。父方の墓が都内にあり、両親はそこに入ることになるだろう。しかし自分はそこに入るかどうかはわからない。散骨などでもいいと思っている。自分の老後については年金に不安があるので、投資なども考えていかないと、とは思っているがまだ漠然としている。できれば高齢になっても現居住区に住んでいたいと思っている。人生の方向としては、経済的に豊かであることも大事だが、それよりも健康で、楽しく過ごしたいと考えている。

一応今、やっぱりいろいろ世間でも年金の問題とかというのはよくよく目にしてるので、何か確実にできる投資というのがあればというのは考えているんですけど、やっぱりちょっとそういうのでただただ何となく調べているだけでとどまってしまうので、特に何か備えとかというのはまだしてはいたいですね。
何をやっぱり満足して一日一日過ごしたいなというのがあるので、それがお金ありきなのか、心のゆとりありきなのかはちょっと難しいですけど、必要最低限生活ができていれば何よりも健康で笑顔でいればいいなという気持ちですかね。

Wさん、60代、男性

Wさんは地方出身。大学卒業後就職で東京近郊に移動した。最初は会社の寮に暮らし、その後都内の賃貸マンションに移った。しばらくして、家賃を払い続けるなら買った方がよいのでは、と会社に近い現居住区にマンションを購入した。

50代半ばまでは同じ会社に勤務していた。40代後半に過労や年齢などのせいか体調を崩し鬱状態となり、2年間の休職を経験した。復帰はしたが、その後50代半ばになって、会社が提案していた早期希望退職に応じた。

〔最初の会社では〕今の基準で言ったら過労死する水準も1年ぐらい続けて働いていました。なので、今、生きているのは非常にラッキーだと思います。何というんですか、体がけがしたとかいうのじゃなくて、本当に鬱病、そんな感じなので、本当に自宅療養みたいな感じです。〔その後会社に〕戻ったんですけども、その後やっぱり会社としては扱いにくかったんだと思うんですね。
担当役員が来て、君にはもう仕事はないと言われました。こちららそこまで言うなら応募してやろうということで〔希望退職に〕応募しました。

退職後少し休んだが、その後再就職し、最後は取締役まで務め60歳で退職。結果としては恵まれていて、充実した人生だったと思っている。現在はこれまでの経験を生かして、非常勤で法務関係の案件調査をしたり、執筆請負をした

りしている。法務関係の仕事は調べものも多く、勉強しないといけないという意味でとても楽しんでいる。ほかには区の環境ボランティアというものにも参加している。もっと忙しくてもいいかもしれないと感じている。

故郷の実家では、母親は亡くなったが父親が存命で、独身の弟と一緒に暮らしている。故郷に帰っても仕事もないだろうから、戻ることはないと思っているが、普段は盆と正月に帰省しているし、弟とはメールなどで連絡をしている。

やっぱり東京のほうがいけると便利なのと、刺激がありますね。知的好奇心を満足させる刺激になる。

父親は優しく、理解もある人である。弟が面倒をみているが、Wさんは東京にいて、離れていると死に際などでできないこともあるかもしれないと考え、数年前に父の生前葬というのをWさんが提案して行った。父が元気なうちに故郷で親戚を集め、会を催した。親戚も高齢者が多いので、集まるときに集まろうという趣旨であったが、やってよかったと思っている。

弟と父親と相談して5年前に生前葬をやりました。私がこういうふうにしたいんだけどというので、そうしたら父親がいいよというのでやりました。
結局、私が離れているんで、何か起きたときに多分間に合わないんですね。父親に。それであれば知り合いが元気なうちに顔見せしておこうということで生前葬式、この後の葬儀はやりませんよということで皆さんにお伝えしてあります。

友人はこれまでの仕事を通して知り合った人がほとんどで、一人元同僚とは特に親しくしている。狭く深く付き合うタイプなので、あまり人数は多くない。結婚は30代のころに機会があったのだが、事情で立ち消えとなり、その後は仕事が忙しく考えることもなかった。母親も悲しんでいたし結婚はしておきたかった、という気持ちは今でもある。

現在の住居にはすでに30年ほど住んでおり、管理組合の理事をしているため知り合いもいる。町内会はお年寄りばかりでありあまり参加しようと思わないが、近所の行きつけの店にはよく顔をだしている。

趣味は国内を旅行することで、それもガイドブックに頼るのではなく、なるべく人の知らないようなところでおいしいお店を発見するのが楽しい。親しい友人と行くこともあるし、一人で行くこともある。知的好奇心が強いと思っているので、雑学を学ぶことも楽しい。知的好奇心を満たすことを大切にしている。一方で、自転車で近所を1、2時間走ることも気分転換になって楽しい。

現在は健康面でも問題はなく、経済的にも安定しているので、さしあたっての心配はないが、漠然とした不安はある。認知症は怖いと思っているし、食生

活など健康にも気を付けてはいるが、どうしようもないことは多い。かといって、行政にそこまで頼るものではないと考えている。

行政にこれを要求したらバンクしちゃうでしょう。してもらえたらありがたいですけど、そこまではお願いするものじゃないと私は思っています。

政治、地方行政についてはほかにもいろいろと意見があるが、地球温暖化問題、社会保険制度などにもっと取り組んでもらって次の世代を支えてほしいと感じている。

やっぱりこれからの世代の人のことを考えていかないと、日本が駄目になっちゃうじゃないですか。それ何で偉い人たちは考えないのかなというのが残念ですね。

3. インタビューからみた壮年期単身者の生活歴

今回のインタビューはコロナ禍という状況の元、オンラインで実施された。したがって、そのようなオンライン環境を持たない方たちにはアクセスすることができなかった。また、インタビューを受けてくださった方たちは、調査会社に自ら登録し、もともとインタビューに抵抗のない方たちであることも注意したい。さらに22名という人数は、これをもって東京の単身者像全体を捉えることにはならない。

しかしこのような事情を考えても、今回の、様々な立場、状況、そして人生の展望を持つ方たちのストーリーは、東京23区に居住する壮年単身者の多様性を示唆していると考えられる。その中からいくつかポイントとなる点をまとめてみたい。

前章までに指摘されているように、壮年単身者は多様な地域から特別区に流入、もしくは特別区内で移動をしている。今回のインタビューでは近隣県（神奈川、千葉、埼玉）を含む北海道から九州までの地方、東京都郊外からの移動、そして出身も現住所も23区内というケースが見られる。世代別には40代では地方での就職が難しく東京に必然の結果として移動したケース（Sさん）、50代ではバブル景気の中仕事の選択が幅広く、東京で働きたいという希望で流入してきた人たち（Mさん、Oさん）が見受けられる。いずれにしても、（第6章で指摘されるように）進学、仕事によって地方から都内に流入し、定着している様子がうかがえる。また東京郊外、近隣県の出身であっても、仕事の都合などで23区内に移動することもある（Gさん、Rさん）。さらに、23区内で生まれ育ちながら、そこから仕事や住宅取得などを期に別の近隣区へ移動する人

(Eさん、Tさん) もいる。東京都心部が持つ多様な仕事を提供する場、利便性が、地方出身者および東京出身者の双方から重要視されている様子がインタビューからも見受けられる。

そのような中で、今回のインタビューでは総じて転職を経験した人が多く、22名のうち、卒業後から現在まで同じ会社で勤務している（もしくは、勤務していたが退職した）人はわずか2名（Jさん、Wさん）である。会社員を経てフリーランスをしている人も複数名（Cさん、Gさん、Hさん）いる。ここからは特別区の壮年期単身者が様々な職種はもちろん、その就業形態も多様であることをうかがわせ、彼らが職業選択に対して流動性をもっていることが想像される。自らの家族がいない自由な状態ということは、仕事の選択にも自由が生まれ、居住する地域についても柔軟な考えを持つ人が多いということが可能性としてあげられる。一方で、仕事以上に、生まれ育った区、もしくは子育てなど人生の中で重要な経験した居住区に愛着をもって暮らし続ける人（Vさん、Iさん、Rさん）も少数ながらいる。彼らのケースでは地元と家族（親や子ども）との関係性が大きくその土地の愛着へ結びついていることがうかがえる。

さらに今回のインタビューでは、大きな病気について語る人が多かった。壮年期は高齢者と比較すれば健康な人も多く、軽微な病気であれば一人で対処できるであろうが、がんなどの深刻な病気、精神的な病気を経験する人は単身であることの困難さが表れやすい。働き盛りの時期に仕事ができなくなり唯一の収入減を失う、病気であることに対して家族のサポートが無い、もしくは乏しく、周囲の理解が得難い、というような問題が起こり状況を悪化させる可能性も高い。離れて暮らす実家や兄弟姉妹に頼ることも難しく（もしくはそれを避けているため）、友人にどこまでサポートを依頼できるか、できれば迷惑をかけたくない、という声が聞かれた。そもそもこのような困難時に頼れる友人がいない、という人も多い。

4. インタビューからみた壮年期単身者の社会関係

このように、多様な地域から移動し、時間を経て壮年期へ入った単身者は、故郷や地元との関係も様々である。親、兄弟姉妹が地元に残っているケースも多く、単身者としてどのように故郷との関係を持つのか、様々な状況が見て取れる。経済的に比較的安定しているグループは、故郷に残る親世代への支援を検討しつつ、安定的な関係を保っているケース（Hさん、Kさん、Sさん）も

見られるが、仕事が不安定な場合などに帰省をためらうなど、関係が不安定な様子も見受けられる（Bさん、Oさん）。また地方出身者の場合、小中学校の同級生との関係を維持することが難しいこともうかがえる。一方都内、近隣県出身であっても、単身者であるということから既婚で子育てをしている、もしくは経験した友人とは付き合いが難しいことが語られている。先に述べたように転職が多い彼らは、職場での長期的な友人関係も豊かとはいえず、学校からの友人とも地理的な距離、生活観の違いなどから疎遠になりがちな中、特に男性では親しい友人、頼れる友人が少ないという例が見られる。そのような中、顕著に見られるのが、趣味を通しての友人との付き合いである。特に女性においては、趣味を通じて友人と頻繁に連絡をし、また何かあれば助けてくれる存在として語られていることが多かった。そしてその趣味を楽しむためにも便利で文化の中心である東京に住む意味を評価している様子が見える。

一方地域での社会関係は、地元に着しているケース（Iさん、Vさん）を除くと総じて薄く、住んでいるマンション内での関係もない、と答える人が多い。元から興味がない、煩わしい、というケースもあるが、きっかけや情報がない、という答えも多い。一方で人と関係しない受動的な形で、街の雰囲気、飲食店や買い物の充実、図書館、公園などの施設を好意的に評価する人は多い。

5. インタビューからみた壮年期単身者の将来への展望

今回のインタビューで繰り返し語られたのは、壮年期単身者が持つ将来への漠然とした不安である。前年度のアンケート調査にもその不安は現れているが、特に今回は新型コロナの影響下でのインタビューでもあり、将来どのような社会となるのかについて、見えない不安を語る人は多い。不安の中でも顕著なものは経済的な不安であり、これは現在の経済状態に関わらず述べられたことである。では、その不安に対して壮年期単身者はどのような対策をしているのか、と見ると、男女での違いが見られる。男性の中には投資をしている、という人もいるが、実際にどのくらい必要であり、どのくらいの資産形成を目指すのか、という具体的なプランを持つ人は少ない。女性も同様に、どのくらい資産が必要なのか、ということは曖昧な人も多いが、第3章でも述べられているように不動産を持つことを一つの手段として考えていることが、インタビューでも見受けられた。将来一人暮らしが継続することを十分想定し、老後も一人で暮らしていくために、不動産は安住の空間であるだけでなく、高齢者施設へ入るための準備でもあることがうかがえる。男性で不動産を所有する人ではこのように明確に不動産の活用方法を考える、というよりも、とりあえず資産を増やす、成り行きで取得、という人がおり、老後の準備という視点はあ

まり見られなかった。

また、親の介護についての不安もある。40代ではこれから老いていく親の介護についても、自分がどの程度関わるのか、兄弟姉妹との兼ね合いもあり、まだ不明な中、不安を述べる人たちが多い。一方50代ではすでに両親が高齢化し、ある程度兄弟姉妹との役割が決まってきた人が多く、むしろ、親の介護についての心配は少ないようにも感じられた。将来への不安というのは高齢期に高まる、ということだけではなく、あらゆる意味で流動性があり選択肢が多い壮年前期の単身者でも高いということを認識する必要を示唆しているのではないだろうか。

一方で孤独死については50代でより具体的になっている。孤独死が嫌だ、という人と、孤独死によって周囲に迷惑をかけて死んでいくのが嫌だ、というコメントがみられた。さらに多くの人々が、墓について、従来の家族墓ではなく、樹木葬、散骨、などに言及していることは印象的である。墓というものの自体が、家族を単位としている中、そこに入るということが考えにくい彼らの気持ちの表れとも言えるかもしれない。

先にも述べたように今回インタビューを行った22名の人たちは、特別区に暮らす壮年単身者の代表、典型であるとは言いきれない。しかし、彼ら彼女らが語るライフストーリーには、多様化する壮年単身者の生活と将来への展望の一端が見出されていることは確かであろう。自らの家族（配偶者や子ども）を持たない単身者は、これまでの典型的な家族世帯とは異なる様々な悩みや不安を抱えつつ、一方で大都会が提供する仕事やアメニティを享受している。壮年期において、家族がいないということは、すべての生活の責任は自分に帰することとなり、それは転職や転居が多いということと同時に、失業や病気などになったときには深刻さが深まることにもつながることを示唆している。一方で、趣味などを通じた友人関係、さらに同じような境遇にある単身者の友人と社会関係を築ける人にとって、それは家族の代替とはならずとも、何らかの形で支えとなっていることが見受けられる。学校、職場、地域といった場での社会関係ではない、さらに家族でもない関係は壮年期単身者にとっては重要である可能性が高く、そのような観点にたって、今後高齢化していく単身者の支援をしていく必要が行政には求められているのかもしれない。