

展望

神谷美恵子の「生きがい」と人生の意味^{1,2}

—ポジティブ心理学の観点から—

島井 哲志 関西福祉科学大学 ・ 浦田 悠 大阪大学

**Mieko Kamiya's *ikigai* and meaning in life:
- From the viewpoint of positive psychology -**

Satoshi Shimai (Kansai University of welfare Sciences), Yu Urata (Osaka University)

This paper explores Mieko Kamiya's perspective on *ikigai* in light of the term's recent international prominence. Contrary to the belief that Kamiya conceptualized *ikigai* as a uniquely Japanese idea, our findings reveal that she drew upon Western thought and research. Through her analysis of the lives of patients with leprosy in sanatoriums, Kamiya posited that *ikigai* represents a fundamental human function, signifying the “meaning in life” common to all individuals, including herself, in challenging circumstances. Despite this, a review of subsequent research labeled under *ikigai* shows a decline in references to Kamiya's work and an increasing portrayal of *ikigai* as an exclusively Japanese concept, occasionally misattributed to Kamiya. A closer examination of Kamiya's views highlights her work as a pioneering contribution to positive psychology, addressing the “meaning in life” and encompassing several themes prevalent in recent studies. Thus, the continued development and dissemination of Japanese research on *ikigai*, centered on the theme of “meaning in life,” could significantly enhance contributions to positive psychology and its applied fields.

はじめに

第1著者がこの文章を書くきっかけとなった出来事がある。少し前だが、カナダでの国際学会の合間に、「人生の意味」に関してコロラド州立大の Michael Steger と話をしていた。共著論文となった、日本人の人生の意味に関する調査データの相談をしている時に（島井他, 2019）、彼が、日本人は他の国の人と違って、生きがい（*ikigai*）を重視しているので、人生の意味に独特の側面があるんだよね、と言ったのである。

第1著者は、神谷(1966)の「生きがいについて」の中にそんな主張はないはずだと思い、生きがいという言葉を広めた神谷美恵子という人物は、外交官である父親と幼少期をスイスで過ごし、英語もフランス語も堪能で、コロンビア大

学に行こうとしていた人物だといった話をし、当時の日本では最も西欧化された人物で、だからこそ「生きがい」をテーマとする本を書いたのだと説明した。

帰国子女であった神谷の頭には、フランス語の存在理由 *raison d'être* といった言葉があり、その翻訳として「生きがい」と言葉を使ったのではないかと想像され、だからこそ、多くの人に新しい観点を提供したと推測される。しかし、彼はこの説明に十分に納得していなかった。それは著者の説明をするだけで、*ikigai* という概念が日本的な特徴をもたないと説明しなかったためだろう。

しかし、言葉のはじまりが推測通りであっても、「生きがい」の概念に日本独自の特徴が含まれていないという証明になるわけではない。あ

1 本論文の作成にあたる貴重なご助言とご協力をいただきました神谷永子様にご心より感謝します。本論文は、構想に関する共通の理解のもと、第1著者が原稿を執筆し、第2著者が加筆し、両者で改稿するという分担で進められた。最終稿の内容については、第1、第2著者ともに同意している。

2 本研究は第1著者の日本学術振興会科学研究費(22K03135)と第2著者の学術振興会科学研究費(20K03333)による支援を受けた。Corresponding author at: Satoshi Shimai (E-mail: shimai[at]tamateyama.ac.jp)

るいは、彼女の提案には含まれていなかったとしても、その後の研究の展開によって、その日本的な特徴が鮮明になってきたという可能性もある。

そこで、ここでは、これらの疑問にこたえるために①ポジティブ心理学の立場から神谷美恵子が提案した「生きがい」論の特徴を検討し、そこで日本人に特有な要因が提案されているのかを検証する。②その後の生きがい*ikigai*の研究がどのように展開されてきたのかをたどり、そのなかで、日本に固有という提案が主張されているのかを検証する。そして、③ポジティブ心理学の知見を踏まえて、神谷美恵子の「生きがい」論が、今後の研究とどのようにつながるのかを検討することを目的とする。

1. 神谷美恵子の生きがい概念の特徴

(a) 神谷美恵子の生きがい論

① 研究のはじまり

神谷美恵子の「生きがい」論は、隔離政策がとられていたハンセン病の施設において、ハンセン病の精神医学的調査として始められた。神谷(1959)では、ハンセン病患者の精神疾患の発症率は一般人口と違いがなく、またハンセン病に特有とされる精神疾患は見当たらないと報告している。これは、1960年の彼女の博士論文につながっている。

そして、「生きがいについて」では、ハンセン病の人たちを対象としているが、それは「人間がみな持っている問題を、つきつめた特殊な形であらわしたに過ぎない(p.7; 神谷美恵子コレクション版。以下同じ)」と位置づけられる。つまり、取り上げている問題は、すべての人間に共通のものだと考えており、それがより明確に表れているので、ハンセン病の人たちを取り上げると位置づけている。

一方、彼女は、生きがいという言葉については日本語らしいあいまいさがあり、それが「複雑なニュアンスをかえってよく表現しているかもしれない(p.10)」と述べる。そして、フランス語の存在理由 *raison d'être* と変わらないものの、広いニュアンスを考えると、生存理由 *raison de vivre* が近いと考察する。

彼女は、外国語の論理的な哲学概念と比べると、生きがいという言葉には、あいまいさがあ

り、それを日本人の非合理性や直観性と関連づけている。これは、生きがい日本人独特だという考えにつながる可能性をもつものである。そこで、生きがいの具体的な説明では、その非合理性や直観性につながる内容が示されているかを検討していく。

② ハンセン病という状況の特殊性

その前に、「生きがいについて」で取り扱われている、当時のハンセン病の特殊な状況について簡単に触れておきたい。ハンセン病は数千年の歴史をもつが、遺伝説を否定し病原体を発見したのがハンセンであり、これにより感染症であることが明確になった。しかし、その後も、以前から行われてきた隔離政策が有効な対策とされ、それが変更されるためには、1950年代のスルホン剤による治療の導入が必要であったとされる(森, 2018)。

ハンセン病の主要な病変は皮膚と末梢神経にあり、有効な治療薬がなかった時代には、手足や顔面の変形などの病状が生じた。このような重症化が進むことで周囲から疎外され、宗教上の差別を受けることにつながるとされる(石井, 2004)。日本では、国際的実績に基づいて、1907年よりハンセン病の隔離政策が進められ、治療薬開発後の1953年の予防法改定でも隔離政策が維持された。そして、療養所は、隔離の場ではなく治療の場に変化した。治療法が最終的に確立するのは、さらに殺菌作用の優れた治療法の登場する1980年代になるとされる(尾崎, 2018)。

神谷美恵子が療養所に関わったのは1957年から1972年で、医療としての治療が導入され治療が進められているが、手詰まり感もある時期といえる。制度として隔離政策が維持され、療養所が、薬剤治療が困難な人たちや、社会復帰が困難な人たちのために用いられていた時代であったといえる(田中, 2016)。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の世界的流行を経験した私たちは、感染症の流行にともなって、その拡大を防ぐために、個人の行動制限を経験してきた。感染したことで社会から隔離され、亡くなった後にも、近親者が葬儀することができないということを見聞した。このような経験は不幸なことといえるが、ポジティブ側面として、私たちは、感染に伴う理不尽な社会状況について、以前よりも共感できる

ことになったことをあげることができるかもしれない。

神谷美恵子自身は、当時、最も恐れられ、実際に死因上位にあった感染症である結核に罹患して、そのために隔離され療養しており、ハンセン病者の置かれている状況を、自分のこととして理解していただろう。このような実感から、神谷は、ハンセン病は特殊な状況でもあるが、困難や死に直面する中で人間が皆経験する課題を理解する場と考えたのであろう。

③ 神谷美恵子の生きがい論の概要

「生きがいについて」では、はじめに、生きがいを感じる心の側面を感情と認識に分けている。感情の側面は、生き生きとした喜びの感情とされ、その特徴として、神谷が挙げているのは、誰かの役に立ちたいという利他的な気分である。自分の生きがいは何かと考えるのは認識の側面とされ、その中核は人生が生きるに値するかという問いへの回答とされる。これが最も問われるのが青年期であるが、高齢期には再び問われるとされている。そして、生きがいを強く感じる人では、価値に結びつく使命感があり、その例として神谷は、学問や音楽で十分な名声を得ていたにもかかわらず、さらに医学を学び、アフリカに赴いて活動をしたアルベルト・シュヴァイツァーが挙げられている(p.39)。

次に、神谷が取り上げるのは、生きがいを支える心理的欲求の働きで、欲求が充足することが生きがい感をもたらすとされる。欲求の種類としては、生存充実感、変化と成長、未来性、反響、自由、自己実現、意味の7種類が挙げられ、そこではマズローや、実存的欲求としてフランクルが言及されている。

欲求の中でも基本的な要素が、生存充実感であり、その喜び感情をもたらす源泉として大切なのが仕事や労働とされる。また、美しいものへの感受性による喜びも生存充実感としている。これに密接につながるものでは、新しい経験や変化への欲求が挙げられる。ハンセン病施設で動植物を育てることに熱意が示されることが例として挙げられる。

そして、変化や発展への欲求がつながりをもつのが、未来性への欲求であるとされる(p.62)。前途に望みがあることにより、心にはりをもって生きることができると述べられる。ハンセン病の人々の中には近い未来の目標をもてず、そ

れが生きがい喪失につながることで、一方、宗教殉教者のように、遠い未来へのはっきりした終末観があれば、生きがいが支えられるとされている。

また、反響の要因として、他人に受け入れてもらうことが挙げられている。独身者よりも夫婦のほうが生きがいを感じていることが紹介される。また、反響への欲求には、社会的所属の欲求や、承認への欲求も含まれるとされる。次に、自由への欲求があげられるが、これは自分の選択を自分が決定しているという自律性である。そして、社会的な存在では、いつも自律性が充足できるとは限らないことを、力による秩序が支配するサルの集団を例に説明している(p.68)。

そして、自己を伸ばしたいという欲求として、自己実現を挙げる。それを精神療法の指導原理としたカール・ロジャーズが引用され、さらに、若くして得た哲学教授の地位を捨てて工場労働者として働いたシモーヌ・ヴェイユの生涯が紹介される。そして、意味と価値への欲求として、「人間はみな自分の生きていることに意味や価値を感じたい欲求がある(p.73)」と述べられている。

④ 日本人の研究への言及

「生きがいについて」では、上記の整理の後に、生きがいを喪失する要因や、喪失者の種別、その後の生きがいの再発見過程についての紹介があり、その中では、ハンセン病患者の文章完成テストや自治会や芸術活動などの具体的話題を展開している。

ここまでで紹介してきたように、生きがいの定義にあたる検討で参照されている研究のほとんどは日本人によるものではない。感情と認識について論じる「生きがいを感じる心」の章では20文献を引用しているが、そのうち18件は欧米文献で、残りのうち1つは岡潔の手記、もう1つは自著である。数学者岡潔の手記はその研究の中核が発見の経験の純粋な喜びによることを高名な学者の言葉として紹介したもので、自著は、はじめての出産後の女性の喜びを紹介している。ともに、読者に親しみを感じさせる例として挙げられており、日本人らしさに言及した内容ではない。

次に、心理欲求について論じた「生きがいを求める心」の章では31文献を引用しているが、

そのうち 26 件は欧米の文献あるいはそれを紹介したものである。日本の文献の 5 件は、森田療法の森田正馬の考え方、高校教師の例から美の経験、隔離医療の例から自由の役割、岡潔と小林秀雄の対談内容から自己実現、広島の被ばく少女の手記から人生の意味を取り上げている。これらのほとんどは、それぞれの内容を分かりやすく説明するための例として挙げられ、日本人らしさには言及されていない。

その中で、生きがいの内容に関して言及された日本人による文献は、森田正馬だけである。そこでは、森田の「生の欲望」は生存充実感の中核にあるものとされ、森田療法の対象となる神経症に関して、生存充実感への欲求に対して、どのように適応していくのが大切であると説明されている。

「生きがいについて」の中では、そこに日本人らしさという言及はないが、森田療法は日本独自の心理療法として実践されてきた。これは、最近ではマインドフルネスという認知的アプローチと行動アクティベーションのアプローチと考えられ、欧米でも標準的な技法とされるようになってきたが、この時点では、日本独自のものであったといえる。しかし、神谷は、この引用で、それが日本独自であることを言及せず、むしろ、森田を、人間ならだれにでも生じる生存充実感の心の仕組みの一環に位置づけている。

このように、引用している大部分が欧米の研究であることから分かるように、彼女は、欧米の研究から日本人に通用する原理を導くことができると考えていたのではないと思われる。

(b)神谷美恵子の生きがい論の位置づけ

① V. フランクルの人生の目的との比較

神谷の生きがい論は、ヴィクトール・フランクルの考えと比較されることも少なくない(釘宮, 2023)。そもそも生きがいとは何かを論じ始めるにあたっての第 1 章「生きがいという言葉」のなかで、ここで取り扱う「生きがい感」は、生きがいと感じている状態であり、フランクルの言う「意味感」に近いと述べる。

フランクルの考えの中核は、(1) 意志の自由、(2) 意味への意志、そして(3) 人生の意味とされている (Frankl, 1969)。この 3 つは相互に関連しており、人間は意味への指向性を内面的にもち、

そのために意味を見つけるように選択し、その結果、意味ある人生を有意義に生きると考えられている(Wong, 2013)。

この考え方に基づいて開発されたのが、人生の目的テスト(PIL; purpose in life test)の Part A の 20 項目である(佐藤他, 1993)。熊野(2003)は、PIL 項目について、神谷の挙げた内容との対応を検討した結果、生存充実感と意味への欲求に 4 項目ずつが該当し、その他の欲求には 1-2 項目ずつが対応していることを報告している。項目数からは、フランクルでは生存充実感と意味への欲求がより重要とされるのかもしれないが、生きる目的と生きがいの内容はかなり近いといえるだろう。

ユダヤ人としてナチスの強制収容所を経験したフランクルは、どのような苦難の状況にあっても意味を見つけ出そうとすることが、生きることを根源的に支えると主張した。そして、その状況の中で、人間が責任ある主体となるために、自発的に選択するという意志の自由をもつことが大切であるとしている。その結果、一人一人が、自分に固有の意味を発見するとされる(フランクル, 1961)。

これは、精神分析における決定論に挑戦する考え方であり、過去の経験による心理的要因によって人間が支配されているとせず、自分の行動を自己決定することが重視される実存主義に近い考えといえる。そして、フランクルは、これを、支援を必要とする人たちへの治療法として展開し、ロゴセラピーあるいは実存分析と呼ばれている(勝田, 2022)。

一方、神谷は、フランクルのように自分の技法を体系化して、精神的問題をもつ人たちへの治療法として提供することはなかった。神谷は、心の問題の専門的支援ではなく、ハンセン病患者を、みんなと同じ人間ととらえて、その支援をめざし、そこで述べられるのは、私たちと同じ問題をかかえて同じように苦闘している姿である。したがって、彼女が提案する「生きがい」という課題は、私たちだれにとっても、自分の生き方を考える時に取り組むべきものと位置づけられている。

② 神谷美恵子の生きがい論が目指したこと

人生には理不尽なことがあり、それは突然起きる自然災害や疾病かもしれないし、戦争などの社会問題かもしれない。そして、ハンセン病

のように病気の場合にも、差別などのさらに理不尽な状況が生じることもある。そこでは、生きがいがあることが人生の充実と幸福に重要になることがはっきりと示されるのである。

神谷美恵子は、スイスで育ちフランス語で考える子どもとして思春期に帰国し、初めに行った学校に適應できずに転校している。その後、津田塾大学に入学したが、肺結核になり療養生活を送ることになる。この当時の結核は若者が死亡することが多い疾病であったが、彼女は奇跡的に快復し、津田梅子奨学生として米国プリンマー大学に留学し、父親の反対を乗り越えて、コロンビア大学大学院時代にギリシア文学科から医学進学課程へ転部して医師を目指そうとするが、日米関係が悪化したため帰国し、東京女子医学専門学校(現東京女子医大)に学ぶことになる(本多, 2023)。

神谷の人生を振り返る時に、ハンセン病との出会いに焦点があてられることが多いが、このように、帰国子女としてのアイデンティティの危機や、日本人の死因第一位であった結核罹患の経験、医師への進路に賛成でない家族や環境などのさまざまな困難があった。彼女自身にとっても、生きがいは切実なテーマであったろうと考えられるのである。

そして、「生きがいについて」を書いている時に、ハンセン病施設の人たちの生きがいについて検討し、多くの人にその成果を本として発表することが、神谷にとっての生きがいであったのであろうと思われる。その頃の日記に、英語教師として職場に向かう道で、「ただ動物のように生きることはまん足できず、己が存在の意味を感じないでは生きていられない人間の精神構造を思う。・・・『イミ感について』という書きものをまとめてみたい。」という言葉がある(神谷, 2004, p.307)。

そこでは、生きがいは、職業として給与を受け取り、時間や手間の多くを費やしている教師活動の中にはない。あるいは、充実感も得ているが、2人の子どもの母親として、また、英語論文校正で夫を支援するパートナーとしてではなく、月に何日かを無給で働くハンセン病施設での活動を文章にすることが、「本来の自分の仕事」と感じる切実さが示されている。これは、博士論文が完了し、がんとの闘いの中にあるというタイミングだったからともいえそ

うだが、このテーマが彼女自身にとって、また、この時代の人々に重要だという見識があったのだろう。

ここまで、神谷美恵子の生きがいの概念について概観し、その特徴を検討してきた。その結果、彼女が生きがいの整理に用いた文献の多くが日本人によるものではないことを確認した。神谷の著述の一部に、平家物語や源氏物語や、西行、芭蕉、鴨長明等を引用し、生きがいやその喪失に言及する記述があるが、いずれも実存哲学やキリスト教との共通性の文脈で取り上げられ、日本人に特有の生きがいという主張は見当たらない。また、概念の内容としては、フランクルの「人生の意味」で取り上げられている内容と共通の部分が大きいことも確認した。

その中で、日本文化の影響に触れているところ一か所ある。ハンセン病患者の宗教的な変革体験の文章のなかに、日本のように、「自然に対する親近感も深くいきわたっている土地こそ、・・・この現象を『生命拡充の営み』として広い観点からみる(p.253)」ことができると述べている。しかし、ここでも、それが日本文化に固有で独自のものとしていない。

2. その後の「生きがい」概念の研究

(a) 生きがい(ikigai)研究の現状

ここまで、神谷の「生きがいについて」の中で、生きがいがどのように検討され提案されてきたのかについて整理してきた。そして、その中では、生きがいという日本語の言葉が、*raison d'être* よりも多くのニュアンスを含んで用いられているという言葉の特徴を除けば、どのような人間にとっても、人生の充実のために重要な要因として位置づけられており、日本人に独特な特徴が提案されているわけではないことを確認した。

しかし、神谷自身が主張していなくても、その後の研究で、生きがいに日本的な特徴が重要であることが確認されてきた可能性もある。そこで、ローマ字表記で“ikigai”をタイトルに含む研究によって、この点を確認する。

研究文献の検索サイト Google Scholar で、「allintitle: "ikigai"」と入力して、タイトルに"ikigai"という言葉を含む情報を検索した。2024年2月20日の検索結果は317件であった。ここでは、この論文情報を中心に神谷以降の研究を整理する。なお、"ikigai"ではなく、「生きがい」を同様に検索すると全体で 3000 件近くあり、2000 年以降だけでも 192 件となるが、ここでは、国際的に発信された研究や海外の研究動向も検討する目的で"ikigai"という言葉を用いた 317 件を分析に用いた。

この317件のうち、日本語論文では英語表記と日本語表記が別の論文とされる重複があり、また、書籍では改訂版や翻訳があり、合わせて 44 件が重複した情報と考えられた。また、3 件は域外という ikigai に関する文献で、これらを除くと、合計 270 件を分析した。

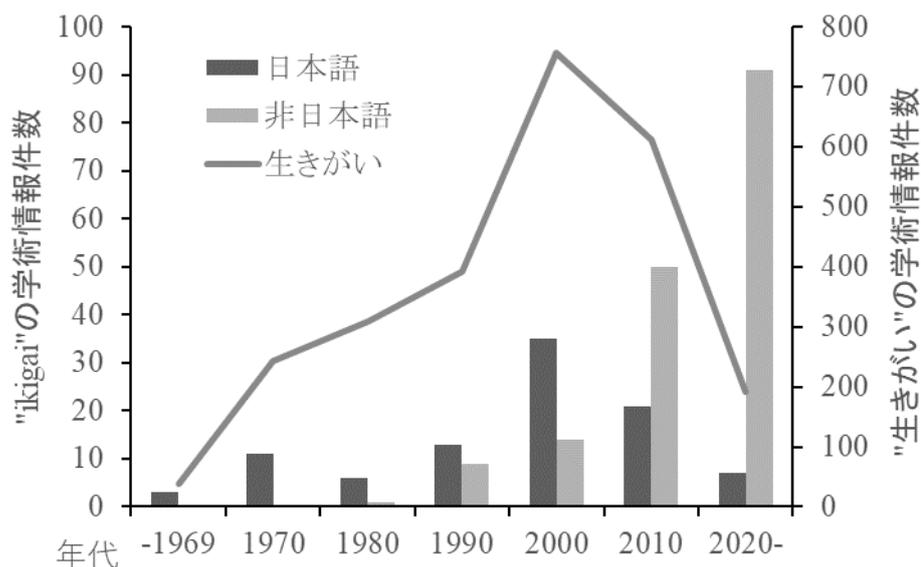
検討は、基本的に公開された電子情報により、書籍では保有している場合を除いて内容を検討していない。整理した情報は、公表形式（書籍・論文・その他）、著者名、日本語文献か、出版年、被引用数、「生きがいについて」の引用有無、生きがい尺度であった。

全体として、文献の形式としては、書籍が 70 件(28.1%)、学术论文が 141 件(56.7%)で、学位（博士・修士）論文が 17 件(6.8%)で、ネット情報は 18 件 (7.2%) であった。第一著者は日本人が 154 件(57.5%)、日本人以外 109 件(40.7%)、おそらく日系人 5 件(8.1%)で、半数以上が日本人の著作であった。ただし、日本語以外(大部分が英語)が 168 件(62.7%)で、日本語は 97 件 (36.2%)であり、ikigai という言葉を用いた英語論文がかなりあった。

発表年は、1941 年から 2024 年までに分布し

たが、Figure 1 の棒グラフに示したように、1969 年までが 3 件(1.1%)、以降年代ごとに 11 件(4.1%)、8 件(3.0%)、23 件(8.6%)、50 件(18.8%)、72 件 (27.1%)、2020 年以降が 99 件(37.2%)であった。Figure 1 には、日本語「生きがい」をキーワードとした研究数の推移を折れ線グラフで示した。

Figure 1
"ikigai"(棒)と"生きがい"(折れ線)の学術情報件数の推移



(b) 英文の主要な研究情報とその特徴

このような研究の変化に関連して、被引用数が 100 件以上の英語情報が 4 件ある。そのうちの 1 件は文化人類学者の Mathews(2005)である。タイトルに ikigai はないが、この論文に先行する、彼の書籍“*What makes life worth living?* (1996)”の引用数が 302 で、この書籍が、学界で“ikigai”という言葉が知られることに貢献したといえる。そこでは、「生きがいについて」が引用され、生きがい概念が検討されている。その立場は、生きがいというそのままの言葉は英語にはないが、その内容はだれにも重要で、フランクルの人生の意味につながるという神谷と同様の立場である。

引用が多いもう 1 冊の書籍は、Garcia & Miralles (2017)の”*Ikigai: The Japanese secret to a long and happy life*”である。この本では沖縄の長寿を取り上げ、神谷は引用されず、ikigai という言葉を用いた一般向きの読み物である。彼らは、生きがいのベン図を示しており、根拠データはないが、引用されることがある。

引用数が 100 件以上の残りの 2 件は、どちらも日本人による疫学論文で、どちらも神谷は引用されていない。第一は、Sone et al. (2008)で、東北大学の長崎コホート研究のひとつである。この論文では、生きがいは、「あなたは生きがいを持って生活していますか」という単項目で評価し、生きがいのない人の死亡リスクが、ある人の 1.5 倍と報告している。

第二は、Tanno et al. (2009)で、岩手医科大学のコホート研究で、「生きがい」は「あなたは“生きがい”や“はり”をもって生活しておられましたか」という単項目で評価し、生きがいがある人では、総死亡が低いと報告している。

Table 1 に、被引用数が 30 件以上の文献の情報を示した。全体の傾向として、日本語以外で書かれた生きがいに関する研究の増加が 2020 年以降に顕著であった。そして、先の疫学研究のように、近年の生きがい研究では、神谷を引用しないことが多く、また、日本人のよる日本語の公表の割合が減少している。

(c) 「生きがい」の実証的研究

実証的研究は全体 270 件のうち 68 件で、生きがい研究の多くがエビデンスを収集しておらず、この学術情報の特徴といえるかもしれない。実証的研究で用いられた尺度は、単項目が 24 件(35.2%)、ikigai-9 尺度 19 件(27.9%)、K-1 生きがい尺度 9 件(13.2%)、PIL テスト 3 件(4.4%)、独自の尺度 13 件(19.1%)であった。

単項目は、「生きがい」という言葉を用いて、その有無や感じる程度の評価が行われることがある。また、PIL テスト (佐藤, 1993) が、生きがいの尺度として用いられることがあり、岡堂・PIL 研究会 (1993) では、人生の目的は生きがい概念を同一と扱っている。

一方、近藤・鎌田(1998)は、日本人の生きがい感尺度を開発している。K-1 式スケール(近藤・鎌田, 2003)は、自己実現・意欲、生活充実感、生きる意欲、存在感の 4 因子からなり (近藤, 2007)、この尺度を用いた研究がある (Randall et al., 2022; Sano & Kyogoku, 2016)。また、長谷川ら(2007)は、過去の自分や未来の自分などの生きがい対象尺度を作成した。

熊野(2013)は、生きがいプロセス尺度と生きがい状態尺度、能動的・受動的生きがい尺度を開発し、生きがい状態を、過去の意味づけ、未来の目標意識、ポジティブ状況の没頭などの要

因から整理した。そして、「生きがい形成の心理学(2012)」では、神谷の研究を詳しく検討している。文献リストにもある英語論文 (Kumano, 2018) は、被引用数も 66 件で、今後の先導的な研究が期待される。

一方、文化心理学の考え方が力を増してきており、そこでは幸福感も日本文化に特有な特徴が指摘される (大石, 2009; 内田・萩原, 2012)。先の熊野の論文も日本人の幸福のとらえ方の中での「生きがい」の位置づけに関するもので、日本人の幸福感に関する論文(熊野, 2011)では、熊野は「日本では、幸せに類似した日本固有の言葉に生きがいという言葉がある。生きがいは肯定的な状況で得られるのみでなく、否定的な状況でも前向きに生きていくことで得られる (p. 620)」と述べている。独自性の主張とまでは言えないだろうが、幸福と同様に文化的側面を強調しているだろう。しかし、否定的な状況で前向きに生きていくことこそ、フランクが伝えようとしていることであるようにも思われる。

生きがいの心理学的研究では、生きがいの諸側面を評価して、その仕組みを明らかにすることもめざされる。紹介してきたように尺度も増え、また、項目数も多くなる。しかし、それでは、疫学研究や応用研究では利用しづらい。今井他(2012)は、項目数を限定した生きがい尺度を開発し、「生活・人生に対する楽天的・肯定的感情」、「未来に対する積極的・肯定的姿勢」と、「自己存在の意味の認識」の 3 側面を測定する。英語版も開発され (Ikigai-9; Fido et al, 2020)、今後、用いられていく可能性がある。

今井他の尺度開発論文では、神谷は引用されていないが、同じ著者らによる退職者の生きがいの構造に関する論文 (今井他, 2009) では、神谷が引用されている。しかし、「生きがいは、日本人特有の感情と価値観を含み(p.366)」という文章の根拠とされており、先に紹介したように、神谷は日本人特有という主張はないので、誤解を生むものと言える。

Table 1

30件以上の被引用があった文献の出版年、被引用数、神谷の引用の有無、出版形式（書籍／論文）、使用生きがい尺度、著者名、タイトル

順位	発表年	被引用数	神谷引用	書籍／論文	生きがい尺度	著者（3名以降略）	タイトル
1	2008	240	無	論文	単項目	Sone, Toshimasa; Nakaya, Naoki; Ohmori, Kaori et al.	Sense of life worth living (ikigai) and mortality in Japan: Ohsaki Study
2	2017	187	無	書籍	-	García, Héctor; Miralles, Francesc;	Ikigai: The Japanese secret to a long and happy life
3	2005	139	有	書籍	-	Mathews, Gordon;	Can 'a real man' live for his family?: Ikigai and masculinity in today's Japan
4	2009	129	無	論文	単項目	Tanno, Kozo; Sakata, Kiyomi; Ohsawa, Masaki et al.	Associations of ikigai as a positive psychological factor with all-cause mortality and cause-specific mortality among middle-aged and elderly Japanese people: findings from the Japan Collaborative Cohort Study
5	2002	81	有	論文	インタビュー	Yamamoto-Mitani, Noriko; Wallhagen, Margaret I;	Pursuit of psychological well-being (ikigai) and the evolution of self-understanding in the context of caregiving in Japan
6	1996	73	有	書籍	-	Mathews, Gordon;	The Stuff of dreams, fading: Ikigai and "the Japanese self"
7	2018	63	有	論文	単項目	Kumano, Michiko;	On the concept of well-being in Japan: Feeling shiawase as hedonic well-being and feeling ikigai as eudaimonic well-being
8	2006	61	無	論文	単項目	Shirai, Kokoro; Iso, Hiroyasu; Fukuda, Hideki et al.	Factors associated with "Ikigai" among members of a public temporary employment agency for seniors (Silver Human Resources Centre) in Japan; gender differences
9	1999	57	有	論文	-	Nakanishi, Noriyuki;	Ikigai' in older Japanese people.
10	2017	53	無	論文	単項目	Mori, Kentaro; Kaiho, Yu; Tomata, Yasutake et al.	Sense of life worth living (ikigai) and incident functional disability in elderly Japanese: The Tsurugaya Project
11	2020	42	無	論文	Ikigai-9 英語版	Fido, Dean; Kotera, Yasuhiro; Asano, Kenichi;	English Translation and Validation of the Ikigai-9 in a UK Sample
12	2001	39	無	論文	単項目	関 奈緒	歩行時間, 睡眠時間, 生きがいと高齢者の生命予後の関連に関するコホート研究
13	2019	38	有	論文	-	Kono, Shintaro; Walker, Gordon J; Ito, Eiji et al.	Theorizing leisure's roles in the pursuit of ikigai (life worthiness): a mixed-methods approach
14	2016	34	無	書籍	-	García, Héctor; Martín, Cesar;	Ikigai: The Japanese secret to a long and happy life
15	2020	33	有	論文	単項目	Kono, Shintaro; Walker, Gordon J;	Theorizing ikigai or life worth living among Japanese university students: A mixed-methods approach

(d) 生きがい研究で日本的とされる特徴

生きがいは、海外にない言葉ということは多くの人が共有している。生きがいという言葉の源流は古く、久野 (1981) によれば、「かい (かひ)」という言葉は万葉集にも見られ、替ふ、交ふ、買ふ、換ふなどの漢字が当てはまるような「交換できるだけの価値」とされる。また、鶴田 (1998) は、『太平記』や近松門左衛門『源氏冷泉節』でも「生き甲斐」「いきがひ」という言葉が使われていることを挙げ、日本語独特の情緒的意味合いや美意識が背景にあると考察している。しかし、久野も鶴田も、ともに、生きがいを「自分が生きていることの意味の問題」(久野, 1981, p.21), 「生きる意味」「生きる価値」「生きる理由」(鶴田, 1998, p.121) と位置づけており、大枠では「人生の意味」と同義のものとして捉えていると考えられる。

神谷の生きがいに戻れば、彼女は自分が育ったフランス語では、その内容は、*raison d'être* より、意味の広い *raison de vivre* のほうがよさそうだと書いている (神谷, 1966, p.11)。これは、それなりに近い言葉があるということでもある。まったく同じ言葉がないといえば、大部分の言葉がそうであって、このような研究を進めるにあたって遭遇している言葉では、生命でもあり、人生でもあり、生活でもある *life* は日本語にはない。これを日本人には *life* がないと言ったり、海外の人には人生がないと言ったりすることもできるだろうが、何かが明らかになったわけではない。まったく同じ言葉がないということは、生きがいという言葉だけの特別の特徴ではない。生きがいの実証的研究では、生きがいを測定するために、モラール尺度を用いたり、人生の目的尺度を用いている。それは、内容として独自ではなく共通であるからである。

一方で、先に紹介してきたように、文化心理学が隆盛となり、生きがいの内容としても日本人に特徴的なものがあるという主張もありうる。そこで、どのような実証的特徴が、日本的とされているのかを確認したい。

はじめに、検討するべきは、Mathews(2005)である。彼は、神谷の書籍を取り上げて、神谷では、社会的役割に順応しているだけでは生きがいは見出せないとするまとめている。そして、神谷は、生きがいは、実益のためではなく、内面的な魅力のために追及されるべきものとしているとし、これは実存主義の影響を受けたもので、日本における生きがい論の多くが集団のために役割を果たすことが生きがいとされることがあるのに対して、神谷では、自己実現が

重要で生きがいが個人的なものとしてされていると結論している。

次に、熊野の研究から、生きがいの日本的特徴を検討する。初期の研究(熊野; 2003)では、神谷が「生きがい」をフランクルの「意味感」に近いと述べているとして、フランクルに基づく PIL テストを生きがいの指標として用いている。しかし、熊野(2006)では、生きがいに関連する要因をあげ、神谷が提案している生きがいの要因には、「自己肯定」と「コミットメント」が含まれていないと指摘している。そして、制限された環境下にある人について検討した神谷の生きがい論の特徴と限界の可能性を指摘する。これは、生きがいの包括的な研究を進めることで、神谷の生きがいを乗り越える可能性を示唆しているともいえるだろう。

そして、熊野(2011)は、アメリカでは、幸福の主要な要因として自己の個人的達成があげられるが、日本では対人関係的な要因が重視されると指摘する。続いて、Kumano (2018)では、日本人の幸福には単なる快楽を超えたエウダイモニア要因が重要で、それが生きがいという観点から理解されるとする。そして、熊野(2021)では、幸福の国際的研究の発展のために、生きがいの研究の成果を発信することを期待している。

ポジティブ心理学を提案した中心グループの一人である Peterson(2008)は、*Psychology Today* の”Ikigai and mortality”と題したエッセイの中で、先の曾根らの疫学研究を紹介する。ここでは、生きがいは、自分の人生に価値があると感じることとされており、日本語に特有の言葉であるが、目的や意義を含み、人生に喜びを感じることで紹介されている。特に強調されるべきことは、この疫学研究が教えてくれることとして、ポジティブ心理学にとっては、すべての文化から学ぶことが大切だと述べている点である。

浦田(2017)は、こちらも多義的だが重なり合うことが多い「人生の意味」から「生きがい」研究について整理し、生きがい研究の成果によって「人生の意味」研究がより豊かになる可能性を指摘している。そして、最近の「人生の意味」研究では、「人生の目的」と「コヒーレンス (一貫性)」という側面に加えて、「人生の意義」があげられるようになってきた (Martela & Steger, 2016)。彼らは、この「人生の意義」の側面が、エウダイモニアに近いとしており、日本の疫学研究から「人生の意義」の側面が「生きがい」に近いのではないかと推測している (p.535)。ただし、彼らの人生の意味の3側面尺

度は発表されたばかりで(Martela & Steger, 2023), 人生の意義と生きがいの両方を測定・評価した研究はまだ行われていない。実証的な検討は、今後の課題であるが、熊野の言うようにエウダイモニア要因は日本人も重要であるだけでなく、すべての人に重要とされている。

3. 今後の課題と展望

(a) 神谷美恵子から受け継ぐもの

浦田(2017)では、ポジティブ心理学で発展してきた「人生の意味」の研究の問題意識の多くが、神谷(1966)においてすでに論じられていると指摘した。例えば、ストレスへの抵抗力として知られるようになったレジリエンスは、過酷な環境の中で新たに生きがいを見出す可能性が重要な道筋なのかもしれない。新しい生きがいをどのように再発見するかは、レジリエンスをより深く理解し、適切な介入法にもつながることが期待できるだろう。

それは、ポジティブ心理学の中でも重要なテーマとされてきた、トラウマ後の成長 (post-traumatic growth; PTG, Tedeschi & Calhoun, 2004) を促進する中核にあるものでもある。また、高齢者になり、身体機能の低下や不調を自覚し、退職や親しい人たちとの死別などの出来事の中で、充実したサクセスフルエイジングを送るためにも必要なことである。「生きがいについて」の7章「新しい生き方を求めて」と8章「新しい生きがいの発見」からみてみよう。

7章では、神谷は、絶望による影響を一時的にでも鎮める時に自尊心が役に立つと述べる。そして、自分を見限り世界の可能性に見切りをつけてしまう人がいる一方で、運命を受容する生き方に至る人もいると指摘し、そこで大切なのは、注意とエネルギーを向ける短期の具体的な目標があることだとする。また、現状が過去に決定されているとみなして、自分を責めることになりがちであるが、その罪障感を解決するには、権威ある他者からのゆるしが必要であり、それによって自分を受け入れ、建設的な生き方を作り出すことになると述べる。それは、価値システムの変革につながるのである。

8章では、虚無とあきらめの中で時間つぶしの生活を送る人たちに必要なのは、自分が無用者ではないという生存目標であると指摘する。そして、制限された中で、宗教活動や芸術活動などに打ち込み、才能を発揮する人たちを紹介し、そのためには、すべてを天の摂理として受け入れることができる弾力性や柔軟性が大切であると示唆する。困難な中で新しい生き方に

至るには、多くの人のために生きようとする社会化と、豊かな想像力や探求心で味わいを感じる精神化が必要とする。

ここで使われている心の働きを見ると、今日のポジティブ心理学の中核のテーマである、希望・楽観性、感謝心、マインドフルネス、セルフコンパッション、レジリエンス、自己決定、エンゲイジメント、心的外傷後成長(PTG)、フロー、セルフエスティーム、創造性、好奇心、目標追求、共感性、愛情・親密性、熱意などが取り上げられている。また、多くの概念は人格的強み(Peterson & Seligman, 2004)としてリストされていることから、神谷では取り上げられていない強みも生きがいの役に立つ可能性があるだろう。

一方で、ここで神谷が取り上げている流れは、マルチコンポーネントのポジティブ心理学介入を設計するにあたって参考となる。例えば、深刻な困難の初期には、自尊心や自己主張を活用するセッションを置き、その次に、マインドフルネスによる情緒的認知的な安定化のセッションを置き、それを受けて、意欲を引き出す短期的目標を設定するセッションを、そして、感謝心を用いた認知的再評価を学ぶセッションと続けるというような介入計画を構想することができるだろう。

(b) 生きがい研究の課題

この論文は、日本の生きがい研究をまとめることをめざすものではない。生きがい研究の起点である「生きがいについて」で示された神谷の提案を、現在の研究の視点からどう受け継ぐことができるか、そして、どう発展することができるのかを考えることをめざしている。そこで、ここでは、これまで、神谷の生きがいが、どう受け継がれてきたのか、この後の課題は何なのかを考えてみたい。

日本の生きがい研究は、1970年代に大きな盛り上がりを迎えた。これは、神谷の書籍の1966年の出版をはじめ、60年代後半に生きがいに社会的関心が高まったことによる。1970年からの3年間には年間20冊以上も生きがいに関する書籍が出版され、その後も、生きがいの書籍の出版は、日本では一定程度維持されて、近年に少し落ち着いてきたというところのようである(神田, 2015)。

先にも紹介したように Mathews(2005)では、神谷の「生きがいについて」をかなり詳しく紹介して議論している。その一方で、近年では、日本人研究者による生きがいの研究の中で、神谷を引用する割合は低下している。先に紹介した ikigai をタイトルに含む論文リストをみると、

神谷の引用率は、2000年代では100%であったが、2010年代45.5%、2010年代40.4%、2020年以降は24.0%となっている。一方、全体で見ると、日本語の文献で44.7%が引用しているのに対して、英語の文献でも32.2%が引用しており、国際的に議論される場合にも神谷はある程度引用されている。書籍が1966年に出版されたことを考慮すると、この国際的な引用は多いと評価できるだろう。ただし、著者が日本人である場合には48.7%が引用しているが、日本人でない場合には19.7%が引用しているという現状であり、日本語で書かれた資料なので、外国語である日本語で読むことは障壁になっていることが分かる。

先にTable 1に示したが、生きがいをタイトルに含む270文献のうち、被引用数が30件以上は15件だけである。誰からも引用されず、被引用が0という文献が全文献261件中90件で34.5%であり、被引用数3件以下の文献が174件で66.7%だというのは衝撃的といえる。多くの人の目にとまるピアレビュー雑誌ではなく、紀要論文が多いこともその要因であろう。もちろん、引用されなければ全く意味がないわけではないが、引用する必要があるような研究状況にないことが問題である。

実は、被引用数が多い論文にも同じ問題があり、最大のMathews(2005)の被引用数は240件であるが、生きがいに近接している主観的幸福感では、主観的人生満足感SWLSの尺度開発論文の被引用数は実に42510件である(Diener et al., 1985)。さらには、日本人の生きがいにも言及した日米比較研究(Curhan et al., 2014)で引用されている心理的ウェルビーイングの論文(Ryff, 1989)は被引用数24543件である。これらは特別に引用の多い論文とはいえ、被引用240件はそこまで多いとはいえ、それが最も大きいという研究領域は発信力が低いと言わざるを得ない。

(c) 「人生の意味」研究

「生きがい」に関連する概念として最も近接している研究領域は、浦田(2017)が指摘しているように、「人生の意味」の研究として展開されている。近年の研究で最も用いられている尺度は、Meaning in Life Questionnaire (MLQ)であり、そこでは、人生の意味について、意味保有と意味探求の2側面が測定される。ちなみに、この尺度の開発論文(Steger, 2006)の被引用数は5842であり、第1著者も参加した人生の意味の日米比較論文(Steger, 2008)の被引用数も542である。

そして、先にも紹介したが、人生の意味にお

ける3次元モデル、すなわち、人生の目的、人生の意義、コヒーレンス(一貫性)の3次元が提案されている(Martela & Steger, 2016)。その提案を逆に考えると、生きがいには、人生の目的とコヒーレンスの次元が、あまり強くないと指摘されているととれるが、生きがい研究者でそれに反論した研究は見当たらない。

しかし、「人間を見つめて」の中では、ハンセン病の定時制高校生のフランス語の学びに触れて、生きがいを支える態度としての自発性と主体性が重要であることが紹介されている。そして、さらに、極限状況の中でも、自分は何のために生きているのかという問いに答えを与えるものとして、目的につながる使命感についても触れられている。これらのことを考えれば、神谷の生きがいは、3次元すべてに対応していると言ってよいだろう。

(d) 今後の課題

生きがいに近い概念である人生の意味の研究では、より多くの研究が発表されている。生きがいという日本語表現にこだわらず、人生の意味研究のひとつとして、これまでの生きがい研究で知られてきた知見や実践を、人生の意味研究の文脈に位置づけて国際的に発信していくことはできそうであるし、それが神谷の仕事を最も正当に引き継いで展開することになる可能性が高いだろう。特に、神谷が紹介している、生きがいを充実することにつながるさまざまな活動やその支援は、実践としてのマルチコンポーネントのポジティブ心理学介入を設計する時に役立つと思われる。

そして、ここでは、詳しく紹介していないが、神谷はハンセン病の人たちの支援に熱心に取り組んだ。それは彼女の生きがいを支えた使命感といえる。ハンセン病の人たちは現在も支援が必要な状況にあるが、近年の世界的な感染症流行は、社会的に制限を受ける困難な状況も誰にでも起こりうることを示している。彼女の活動から、困難な人たちのために使命感をもって取り組むことが、多くの人間にとって、生きがいとなる人生の意味に大切であることを受け継ぎたい。生きがいを日本文化に独特なものとするのは、神谷の提案に制限をかけることになり、望ましいことにつながらないだろう。

生きがいの研究には、疫学研究として、生活に関連する指標に「生きがい」が用いられ疾病予防あるいは健康増進効果をめざすものがある。先にも示したように、ikigaiをタイトルに含む研究で被引用が100以上の4件のうちの2件がこの疫学研究である。その背景には、日本の国内政策として、健康増進や介護予防の目標

に「生きがい」という言葉が用いられることが多くなってきたことがある(今井他, 2012)。

そして, ikigai と epidemiology (疫学) をキーワードとして文献検索すると, タイトルに ikigai という言葉が入っている研究を含めて 917 件がヒットするほど, 多くの関連した研究が発表されている。しかし, その研究の多くが, 日本人が第 1 著者か, 著者の大部分が日本人の研究である。国内の政策目標とされて, 調査項目に含まれることとなり, 結果でも「生きがい」について触れられ, キーワードにもあげられているというわけである。

しかし, 英語では ikigai だけではわからないので, 論文中に“life worth living(ikigai)” (Sone et al., 2008), “something to live for, the joy and goal of living, a life worth living, and the happiness and benefit of being alive” (Tanno et al., 2009; Yasukawa et al., 2018.), “what makes life worth living” (Okuzono et al., 2022)などと説明されている。国際的に情報発信するために, 「生きがい」という日本語を英語で説明し, そのうえで, その影響力を説明するという二段階が必要になるのである。一方, これらの説明からも分かるように, その内容は「人生の意味」研究とほとんど重なっている。

これらのことを取りまとめて考えれば, 神谷の「生きがい」研究を引き継いで, 国際的に発信する研究として発展させていく時に, 疫学研究でも, 生きがいを「人生の意味」と位置づけて進めるほうが適切である。そして, ここまでの「生きがい」研究の集積を国際的に発信し, 人生の意味の研究文脈の中に位置づけて貢献することが必要であろう。

神谷美恵子は, 生きがいという言葉には, 「日本語らしいあいまいさと, それゆえの余韻ふくらみがある(p.10)」と述べた。そして, ハンセン病という状況にある人たちの例を通じて, どのような「ふくらみ」があるのかを明確にしようとした。私たちは, それを受け継ぎ, かつ, 国際的に展開されている人生の意味研究の成果を合わせて, それをさらに明らかにし, 自分自身も「生きがい」を実感する人生を送り, さらに, 日本人だけではなく, 世界の人たちが「生きがい」をもって人生を送る支援につなげることが, 神谷から受け継ぐ使命であると思われる。

利益相反

本論文に関して, どのような利益相反もない。

引用文献

Curhan, K. B., Levine, C. S., Markus, H. R., Kitayama, S., Park, J., Karasawa, M., ... &

- Ryff, C. D. (2014). Subjective and objective hierarchies and their relations to psychological well-being: A US/Japan comparison. *Social Psychological and Personality Science*, 5(8), 855-864.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Fido, D., Kotera, Y., & Asano, K. (2020). English Translation and Validation of the Ikigai-9 in a UK Sample. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(5), 1352-1359.
- フランクル, V. E. 霜山 徳爾(訳) (1961). 夜と霧 みすず書房 (Frankl, V. E. (1947). *Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager*, Verlag für Jugend und Volk.)
- フランクル, V. E. 大沢 博(訳) (1979). 意味への意志——ロゴセラピーの基礎と応用—— ブレーン出版 (Frankl, V. E. (1969). *The will to meaning: Foundation and applications of logotherapy*. New American Library.)
- García, H., & Miralles, F. (2017). *Ikigai: The Japanese secret to a long and happy life*. Penguin. (エクトル, G・フランセスク, M. 齋藤慎子(訳) (2017). 外国人が見つけた長寿ニッポン幸せの秘密 エクスナレッジ)
- 長谷川 明弘・宮崎 隆穂・飯森 洋史・星 且二・川村 則行. (2007). 高齢者のための生きがい対象尺度の開発と信頼性・妥当性の検討——生きがい対象と生きがいの型の測定—— 日本心療内科学会誌, 11(1), 5-10.
- 久野 昭 (1981). 生きがいの構造 サイコロジー, 2 (1), 20-25.
- 本多 奈美. (2023). 神谷美恵子の生涯とその苦悩 精神神経学雑誌, 125(1), 3-13.
- 今井 忠則・長田 久雄・西村 芳貢 (2009). 60歳以上退職者の生きがい概念の構造——生きがい概念と主観的幸福感の相違—— 老年社会科学, 31(3), 366-377.
- 今井 忠則・長田 久雄・西村 芳貢 (2012). 生きがい意識尺度 (Ikigai-9) の信頼性と妥当性の検討 日本公衆衛生雑誌, 59(7), 433-439.
- 石井 則久 (2004). ハンセン病 化学療法の領域, 20(4), 257-263.
- 勝田 茅生 (2022). ロゴセラピーと物語——フランクルが教える<意味の人間学>—— 新教出版社

- 神谷 美恵子 (1959). 愛生園における精神障害者について レプラ, 28(1-2), 1-5.
- 神谷 美恵子 (1966). 生きがいについて みすず書房 (神谷美恵子コレクション, 2004).
- 神谷 美恵子 (2005). 「生きがいについて」執筆日記 神谷美恵子コレクション 生きがいについて (pp. 303-340) みすず書房,
- 神田 信彦 (2015). 生きがい考 (3)——なぜ生きがいったのか—— 生活科学研究, 37, 15-26.
- 近藤 勉・鎌田 次郎 (1998). 現代大学生の生きがい感とスケール作成 健康心理学研究, 11(1), 73-82.
- 近藤 勉・鎌田 次郎 (2003). 高齢者向け生きがい感スケール (KI 式) の作成および生きがい感の定義 社会福祉学, 43(2), 93-101.
- 近藤 勉 (2007). 生きがいを測る——生きがい感てなに?—— ナカニシヤ出版
- Kono, S., Walker, G. J., Ito, E., & Hagi, Y. (2019). Theorizing leisure's roles in the pursuit of ikigai (life worthiness): A mixed-methods approach. *Leisure Sciences*, 41(4), 237-259.
- Kono, S., & Walker, G. J. (2020). Theorizing ikigai or life worth living among Japanese university students: A mixed-methods approach. *Journal of Happiness Studies*, 21(1), 327-355.
- 釘宮 明美 (2023). 神谷美恵子とフランク——苦難の経験が開く地平—— MARANATHA, 29, 1-30.
- 熊野 道子 (2003). 人生観のプロファイルによる生きがいの2次元モデル 健康心理学研究, 16(2), 68-76.
- 熊野 道子 (2006). 生きがいとその類似概念の構造 健康心理学研究, 19(1), 56-66.
- 熊野 道子 (2011). 日本人における幸せへの3志向性——快樂・意味・没頭志向性——心理学研究, 81(6), 619-624.
- 熊野 道子 (2012). 生きがい形成の心理学 風間書房.
- 熊野 道子 (2013). 生きがい形成モデルの測定尺度の作成——生きがいプロセス尺度と生きがい状態尺度—— 教育研究, 39, 1-11.
- Kumano, M. (2018). On the concept of well-being in Japan: Feeling shiawase as hedonic well-being and feeling ikigai as eudaimonic well-being. *Applied Research in Quality of Life*, 13, 419-433.
- 熊野 道子 (2021). ikigai (生きがい) の研究動向——2014年以降を中心として——. 生きがい研究, 27, 4-25.
- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531-545.
- Martela, F., & Steger, M. F. (2023). The role of significance relative to the other dimensions of meaning in life—an examination utilizing the three dimensional meaning in life scale (3DM). *The Journal of Positive Psychology*, 18(4), 606-626.
- Mathews, G. (1996). *What makes life worth living?: How Japanese and Americans make sense of their worlds*. Univ of California Press. (マシューズ, G. 齋藤慎子 (訳) (2001). 人生に生きる価値を与えているものは何か 三和書籍.)
- Mathews, G. (1996). The stuff of dreams, fading: Ikigai and "The Japanese Self". *Ethos*, 24(4), 718-747.
- Mathews, G. (2005). Can 'a real man' live for his family?: Ikigai and masculinity in today's Japan. In Roberson, J. E., & Suzuki, N. (eds). *Men and masculinities in contemporary Japan* (pp. 127-143). London, Routledge.
- Mori, K., Kaiho, Y., Tomata, Y., Narita, M., Tanji, F., Sugiyama, K., ... & Tsuji, I. (2017). Sense of life worth living (ikigai) and incident functional disability in elderly Japanese: The Tsurugaya Project. *Journal of Psychosomatic Research*, 95, 62-67.
- 森 修一 (2018). ハンセン病対策の歴史と現状——日本と世界—— 日本ハンセン病学会雑誌, 87(2), 73-90.
- Nakanishi, H. (1999). "Ikigai" in older Japanese people. *Age and Aging*, 28, 23-324.
- 大石 繁宏 (2009). 幸せを科学する——心理学からわかったこと—— 新曜社.
- 岡堂 哲雄 (監修)・PIL 研究会 (編) (1993). 生きがい—PIL テストつき— 河出書房新社
- Okuzono, S. S., Shiba, K., Kim, E. S., Shirai, K., Kondo, N., Fujiwara, T., ... & VanderWeele, T. J. (2022). Ikigai and subsequent health and wellbeing among Japanese older adults: Longitudinal outcome-wide analysis. *The Lancet Regional Health—Western Pacific*, 21, 100391. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666606522000104>
- 尾崎 元昭 (2018). ハンセン病医療の課題—治療薬の変遷から顧みて 日本ハンセン

- 病学会雑誌, 87(2), 71-72.
- Peterson, C. (2008). Ikigai and mortality: Individuals who believe their lives are worth living live longer. *Psychology Today*, September 17, 2008
<https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-good-life/200809/ikigai-and-mortality>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford university press.
- Randall, N., Joshi, S., Kamino, W., Hsu, L. J., Agnihotri, A., Li, G., Williamson, D., Tsui, K., & Šabanović, S. (2022). Finding ikigai: How robots can support meaning in later life. *Frontiers in Robotics and AI*, 9, 1011327.
- Rochelle, N. S., & Hoyer, J. (2023). A Cross-Cultural Conceptual Comparison of Behavioral Activation and Ikigai. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 54, 37-46.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Sano, N., & Kyougoku, M. (2016). The effect of achievement motive on social participation, ikigai, and role expectations in community-dwelling elderly people by using cross-sectional research. *PeerJ PrePrints*, 3, e1200v1.
- 佐藤文子・山口 浩・斎藤 俊一・田中 弘子・千葉 征慶・岡堂 哲雄. (1993). 日本版 PIL の妥当性, 信頼性の検討 アルテス・リベラレス(岩手大学人文社会学部紀要), 52, 85-97.
- 関 菜穂 (2001). 歩行時間, 睡眠時間——生きがいと高齢者の生命予後の関連に関するコホート研究—— 日本衛生学雑誌, 56, 535-540.
- 島井 哲志・有光 興記・Steger, M. F. (2019). 日本人成人の発達段階による人生の意味の変化——得点レベルと関連要因の検討—— *Journal of Health Psychology Research*, 32(1), 1-11.
- Shirai, K., Iso, H., Fukuda, H., Toyoda, Y., Takatorige, T., & Tatara, K. (2006). Factors associated with "Ikigai" among members of a public temporary employment agency for seniors (Silver Human Resources Centre) in Japan; gender differences. *Health and Quality of Life Outcomes*, 4, 1-6.
- Sone, T., Nakaya, N., Ohmori, K., Shimazu, T., Higashiguchi, M., Kakizaki, M., ... & Tsuji, I. (2008). Sense of life worth living (ikigai) and mortality in Japan: Ohsaki Study. *Psychosomatic Medicine*, 70(6), 709-715.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-91.
- Steger, M. F., Kawabata, Y., Shimai, S., & Otake, K. (2008). The meaningful life in Japan and the United States: Levels and correlates of meaning in life. *Journal of Research in Personality*, 42(3), 660-678.
- 田中 真美 (2016). ハンセン病の薬の変遷の歴史: 1960年代の長島愛生園の難治らいの問題を中心として. *Core Ethics: コア・エシックス*, 12, 183-196.
- Tanno, K., Sakata, K., Ohsawa, M., Onoda, T., Itai, K., Yaegashi, Y., ... & JACC Study Group. (2009). Associations of ikigai as a positive psychological factor with all-cause mortality and cause-specific mortality among middle-aged and elderly Japanese people: findings from the Japan Collaborative Cohort Study. *Journal of Psychosomatic Research*, 67(1), 67-75.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). "Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- 鶴田 一郎 (1998). 「生きがい」の心理学へのアプローチ——「生きがい」という言葉の意味と、「生きがい」の心理学の目指すもの—— 人間性心理学研究, 16 (2), 190-197.
- 内田 由紀子・荻原 祐二(2012). 文化的幸福観——文化心理学的知見と将来への展望—— 心理学評論, 55(1), 26-42.
- 浦田 悠 (2017). 人生の意味の心理学から生きがい研究への架橋にむけて 生きがい研究, 23, 4-27.
- Wong, P. T. (2013). From logotherapy to meaning-centered counseling and therapy. In *The human quest for meaning* (pp. 619-647). Routledge.
- Yamamoto-Mitani, N., & Wallhagen, M. I. (2002). Pursuit of psychological well-being (ikigai) and the evolution of self-understanding in the context of caregiving in Japan. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 26, 399-417.
- Yasukawa, S., Eguchi, E., Ogino, K., Tamakoshi, A., & Iso, H. (2018). "Ikigai", subjective wellbeing, as a modifier of the parity-cardiovascular mortality association—the Japan collaborative cohort study—. *Circulation Journal*, 82(5), 1302-1308.

本論文は、近年国際的に広がりを見せている「生きがい」という用語の背景にある、神谷美恵子の生きがい観を検討するものである。神谷の内容の検討から、彼女は生きがいを日本独自の概念として提案したのではなく、西洋の思想や研究を参照していたことが明らかになった。隔離されていた療養所でのハンセン病患者の人生を分析する中で、神谷は生きがいが人間の重要な機能であり、困難な状況においても全ての人間に共通する「人生の意味」を示すものであると提唱した。しかし、その後の「生きがい」というタイトルの研究をレビューしたところ、神谷の研究が引用されることが徐々に減少し、生きがいが日本独自の概念として主張されることが増え、中には神谷の業績として誤って引用されることもあることが判明した。神谷の生きがい観を詳細に追跡すると、彼女の研究は「人生の意味」に関するポジティブ心理学の先駆的な研究であり、近年発展してきた多くの研究テーマが彼女によっても言及されていることがわかる。したがって、「人生の意味」をテーマとする日本の生きがい研究のさらなる発展と情報発信は、将来的にポジティブ心理学およびその応用分野に大きく貢献する可能性があると考えられる。

— 2024.06.11 受稿, 2024.09.03 受理 —