

# 環境要因から見た余暇自立の可能性

犬 飼 己紀子

## ・はじめに

高齢化が進む現代社会において、健康や生き甲斐づくりが重要な社会的テーマとなっている。高齢者の周辺に起こる具体的な社会事象は、現代の40～50歳世代にとって介護者としての視点も然ることながら、明日の自分の問題として危機感をも感じさせることとなっている。ただ単に生き長らえるのではなく、できうるかぎり健康で心豊かな生活を目指すといった方向に関心が向くのは当然のことといえよう。朝のジョギングや夕刻のウォーキング等、様々な活動に参加する中高年の姿を目にする。

厚生省は昭和53年に“国民健康づくり事業—成人病予防運動—”として「自分の体は自分でつくる・健康の三本柱は休養と栄養と運動」を掲げた。生命を維持するための条件でもあるこの三本柱をより積極的に勧め健康をつくり出していこうというわけである。その後「アクティブ80ヘルスプラン」(昭和63年)では、80歳になっても健康で豊かな生活を目指そうと身体運動に主眼をおいた健康づくりをうったえ、健康運動指導士・健康運動実践指導士等のマンパワー養成を含んだ運動の展開をしてきている。

個人も国も健康の重要性をこれほどまでに感じながら、一方で今日ほど休養・栄養・運動に無頓着な社会の状況はこれまでになかったといえるのではないだろうか。利便性や経済性を主に追求し続ける社会の波に流され、人々の動向は健康から遠退く方向に向かっているといっても過言でないだろう。たまりかねたかのように、これまで「成人病」としてまとめてきた一連の病状を、平成8年厚生省が「生活習慣病」と改名したのはまだ耳新しい。

健康な身体は、短期間でつくり出せるものではない。高齢者の現実の姿に刺激され「病に侵されたくない・人の世話になって高齢期を過ごすことから逃れたい」といった消極的理由の動機付けのみでは、単調な継続運動が基本となる健康維持運動など退屈なものとなるだろう。80年生涯の全体を見通し、生涯にわたり生活リズムをつくり出すような積極的余暇活用能力を身に付けることが望まれる。時代・年代に応じた自己欲求がもたらす余暇行動を望むなら、それを保障する自己管理のテーマとして健康な身体は必要条件となるはずである。

社会問題となっている高齢化社会への対策として提唱されている「個人の健康づくり運動」これにより健康を勝ち取り、その心地よさを知って豊かな生活創造へと変換を遂げるのは一部の限られた人々と言えるのではないだろうか。

余暇活動を保障するための健康を維持し、管理する能力を持ち自己の欲求に基づき活動を起こす。健康に保障された余暇活動によって得られた充実感は更なる欲求を引き出す。この循環

が生まれたならば、人は成人するまでにいくつかの余暇技能を体得し、自己啓発に必要条件となる健康づくりの自己努力は、目的的で継続性のあるものとなることが期待できよう。つまり、余暇活用能力を持ち日常的に余暇活動を取り込んでいくなれば、健康への意識は日常的なものとなり生活習慣化するまでに到ることも期待されるのである。本研究は、人として健康で豊かな生涯を創造していく核となる「余暇」の捉え方について気づきをもたせようとするものである。

## 1 余暇の価値

余暇の捉え方は時代と共に消極的にも積極的にも変化してきた。必要視されたかと思うと、労働や勤勉の陰に追い遣られ罪悪視もされる。余暇を個人の求める喜びや楽しみを満たす時間と考えれば、時代の変化に応じて活用方法は異なって表われたとしても、その価値まで変化するものであってはならない。

余暇の楽しみ方の価値は、権田保之助の娯楽論に学ぶところが多い。権田は人間生活は「生産」と「消費（娯楽）」から成り立っているとして、「娯楽」を「生産」と対比し生産の土台にあるのは生命維持の欲求であり、娯楽の根底にあるのは生活をより良く楽しいものにして、快を持ちたいという「生活美化の欲求」であると言った。またこの欲求は人間が人間らしく生きていくためには不可欠なものである。「生産のための人生ではない・物のための生活ではない、その逆の人生のための生産である・生活のための物である」として、娯楽を生活創造として捉えた。

近年高齢生活者の余暇時間の増大に伴って、余暇活用能力の違いがその生活の豊かさにまで影響している事例を多く耳にする。今井毅は、余暇生活能力の貧困な人は自滅することを、仕事しかない、家事しかない、勉強しかない、金儲けしかないといった「しかない」人間の結末事例を挙げ問題視している。個人の余暇活用能力に大きく影響を与えるのは、成長過程で生活の基盤である時代がつくり出す社会背景と、それまでの余暇活動体験の有無、つまり余暇歴であろう。1974年余暇開発センターが行なった「老人の余暇活動調査結果」においても同様に高齢期の余暇活動の形態について次のような傾向があるとしている。

若い頃から余暇活動を継続している「余暇継続派」と、途中で中断したがまた始めたという「余暇再開派」は能動的余暇活動を行なっているのに対し、高齢期になって初めて余暇活動を開始した人「余

図Ⅰ 老人の余暇活動調査結果（余暇開発センター，1974）

①余暇継続派	→能動的余暇活動派	男性＝趣味人間 女性＝お稽古事人間
②余暇再開派		
③余暇新規開始派	→受動的余暇活動派	男性＝娯楽人間 女性＝旅行人間

暇新規開発派」は、受動的で所得多消費型の余暇活動が多い。つまり豊かな余暇活動を経験した人に、充実した高齢期を過ごしている人の多いことを示している。以上問題提起をし、権田の言う、人間らしく生きていく為に持ち続けたい余暇観についてその変わらぬ価値を確認して

みたい。

## 2 主体的活動時間としての余暇の必要性

イギリス学校教育の中でレクリエーション教育を日課に取り入れたハーバート・スペンサー(19C終)は完全な生活に各種の趣味と喜びが必須であるとし、レクリエーション教育を提唱した。また、マックス・ウェーバーは『プロテスタンティズムの倫理と資本主義の精神』(1904～5)のなかで資本主義の終着点について次のように予測した。

将来、資本主義経済は一種の病的自己陶醉をもって半分飾された化石的機械化が起こるかも知れない。こうした文化的発展の最後の人々については、次の言葉が真理となるであろう。『精神のない専門家・感情のない享楽人・これらの無に等しいものは、人類のかつて達することのなかった段階に上ったとうぬぼれるのである。』

現代人は、このうぬぼれに気づき始めたといつてよいのではないだろうか。生産過程では身体的諸能力が機械によって代替され、知力さえも機械にとって変わられることが危惧される近年、人は人らしく生きようとする葛藤からストレスを産み、様々な社会問題を引き起こしている。このような傷病・疲労を回復するのに必要とされる余暇の活用法は単なる休養ではなくて、能力を発揮できる活動なのである。労働の対極にある余暇としてその必要性はこれまで多くの研究者が訴えてきた。さらにここでは労働とは切り放した余暇の価値を考え、その必要性を藺田碩哉の『デザインする時間』に学んでみたい。

人は誰も、今日よりも明日を良くしようと上向きの時間を生きようとする。進んで下向きの時間をすごそうとは健康な人間ならば考えもしない。ところが、生産活動から退いた企業戦士、また家事や育児にのみ夢中であった母親がリタイヤし、余暇時間を抱えたとき、それまで自分が上向きに進んできたと思っていた時間とは、仕事や家事として外から与えられてきたことつまり、外的要因によって自動的につくり出されてきた時間であったことに気づかされる。

自由時間における上向きの時間とは、自らつくりだすもの、つまり内的要因によって自ら起こす活動能力がなければ実現されない。

個人の余暇時間を能動的活動で過ごす力を持った人は、常に上向きの時間を創造していく力を持ちえていると言えるのである。

## 3 時代背景に影響される余暇活用能力

生活環境は時代背景により大きく変化するものである。近年において余暇状況・余暇概念も時代の流れと共に変化してきたといえる。

表Iのような時代背景、生活・余暇環境からいくつかのことが読み取れる。第二次世界大戦を前後にした生活困難な時代に成長期を過ごした人々、年間総生産高世界第一位という物質的豊かさの中で育っている現代の若者が同一の余暇志向を示すとは誰も考えないであろう。人々が余暇の価値に気づき、余暇自立を目指すよう、促していくためには戦後50年の時代の流れと共に人々の生活意識、余暇意識について世代別にその違いを把握していくことが必要である

表 I 社会生活に見る価値観, 生活意識に関する年代・年齢別相関図 (参考: 平成 7 年国民生活白書)

社会経済事象等	年代	年齢	70～61歳	60～51歳	50～46歳	45～41歳	40～36歳	35～31歳	30～26歳	25～21歳	20～16歳	15～11歳	10～6歳
買出しヤミ市 憲法公布 東京箱根入増 マル公廃止拡	1945	46	リンゴの歌	戦後孤児・浮浪児									
	47	48	集団見合い 新制高校 映画絶頂期	給食開始・2部授業 児童福祉法									
	49												
	50	51	戦争運動	戦艦さ少年	プラスチックおもちゃ ままごとセット チャンバラごっこ								
	52	53	戦争花嫁渡米										
ガット正式加盟 戦後ではない 三種の神器	54					ミルクのみ人形 メンコ							
	55	56	太陽族 深夜喫茶 世界一自殺率 団地族 マイカー元年 大量生産大量消費	中学給食開始 学生運動 カミナリ族	ホッピング フラフープ 道徳教育								
	57	58											
	59												
	60	61											
所得倍増計画 交通戦争 レジャーブーム 公害 海外旅行自由化オリピック	62	63	ドライブ	同伴喫茶 みゆき族	ボウリング	プラモデル 完全給食 家出少年							
	64												
	65	66	マイホーム 恋愛結婚増加 育児イロイロ 核家族	フォーネン族 学生政治運動 新宿フォーク集会	ゴージャ 学生政治運動 新宿フォーク集会	ラジオ深夜放送 スボコン全盛 不良グループ							
	67	68											
	69												
冷菓食品 中流意識8% 3C アポロ月面着陸	70	71	トリム運動 健康づくり カルチャースクナル	ウーマンリブ 未婚の母・同棲時代 コンビニ開店・外食産業									
	72	73											
	74												
	75	76											
	77	78											
戦後生まれ過半 サラ金 不確実性 オイルショック 車生産台数1位 家庭用ビデオ ネアカ・ネクラ	79	80	キョチンドリンカー オゾンオバシ マンジョンブーム 家庭内離婚 フルムーンバック 熟年男性自殺増加	ニューファミリー マンジョンブーム 農村集団見合い 単身赴任 おしんブーム くれない族									
	81	82											
	83	84											
	85	86											
	87	88											
霊感商法 高齢化 少子化 バブル 株価暴落GNPNo.1 週休2日学校 地価下落 カラオケ 米開放 阪神大震災 オウム	89	90	介護者問題 ぬれ落ち葉 熟年離婚	おばたきありん	金妻現象								
	91	92											
	93	94											
	95	96											
	97	98											

う。

#### (1) 戦前世代の生活体験と余暇観

戦前世代（1935～39年生まれ、現在57～61歳）は児童期に終戦を迎え、物質的貧しさの中で成長期を過ごした。スミ塗りの教科書による教育を受け、勤勉・忍耐・根性・協力等を価値あることとして学び、高等学校への進学率は45.6%、大学・短期大学進学率は20%に満たず、早期から労働力として期待された。働くことは生活の重要課題で、家族や会社のために自分が犠牲になることはすばらしいことと考えた。20～24歳に高度経済成長期を迎え、働き盛りの時代には経済急成長の成果の中で年収は初任給の6倍にも跳ね上がる実績を体験している。そのような中で、働くことの価値を実感として受け止め、労働は美德・遊びは怠惰といった観念が強いものと考えられる。余暇に関しては、日常から開放された特別な日を周囲の人間と共同協力して皆で楽しむといった日常離脱の余暇観をもっている。

#### (2) 団魂世代の生活体験と余暇観

団魂世代（1945～49年生まれ、現在47～51歳）は終戦の影響でまだ貧しい時代に生まれるが戦後の民主主義・新制教育の中で育った。高等学校進学率62.5%、大学進学率23.4%とそれぞれ上昇している。生活意識は戦前と同じく「伝統や習慣を大切にする」意識は残っているが、現状を重視しあまり無理をせず生きるといった志向が表われている。経済は安定成長期にはいり、地道にコツコツと働くことで安定した生活を維持しようと考えてきた。また、国際化の中で余暇時間の増大が叫ばれるようになり、暮らしの見直しと共に、意識は物質的豊かさからこちらの豊かさを求める方向へと変化してきた。

#### (3) 新人類世代の生活体験と余暇観

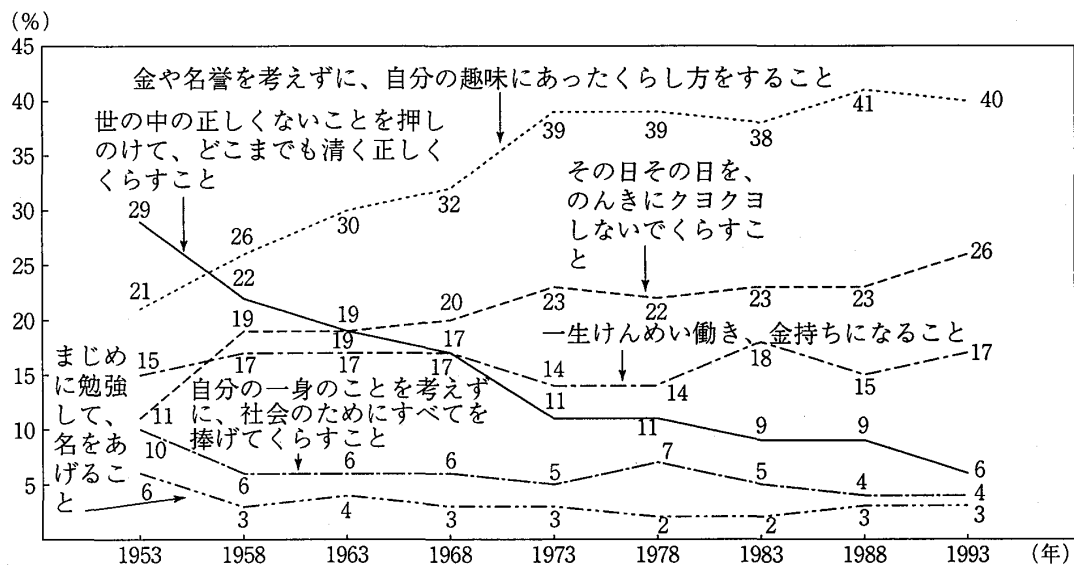
「新人類」という言葉に表わされるように、これまでの世代とは異なる生活習慣価値観が表われたと評される世代（1960～64年生まれ、現在32～36歳）である。所得倍増計画と共に生まれ、豊かになりつつある社会に育った。高校進学率は90%を超えたが、落ちこぼれ・家庭内暴力等が問題化する中で教育を受けている。社会に出てからは男女雇用機会均等法等女性の社会進出が話題となる中で平等を求める意識が強い。個人の意識面では、他人の目を気にしながら仲間と交わり、集団から外れることを恐れる。しかし、自分が中心となって事を進めていこうという意識を持つ人は少ない。余暇時間の過ごし方は仕事世界の人間関係からマイホーム主義へと変換し、個人の余暇・家族で過ごす余暇を重視する。

#### (4) 若い世代の生活体験と余暇観

この世代は、経済的に豊かな時代に生まれ育ち、物質的豊かさの一方で子ども時代の遊び環境の貧しさ、少子化・核家族化の進む中で孤立化し、人間関係に無器用さが伺える。自分の個性を重視する意識を持ちながら、新人類世代以上に「何かしようとするとき人からどう思われ

るか気になる」意識が強い。社会不満をもった時には自分の力では及ばないとの理由から、かわり合いを持たない姿勢を示す。しかし、仕事については「気に入った仕事ならば私生活を犠牲にしても構わない」と答える男性比率は50歳代男性の意識に劣らず、余暇観についても個人の自由な時間として多様な活動への興味関心がある。仕事に見られるように、余暇活動についても興味ある活動には、他を度外視してのめり込む姿勢がうかがえる。全体としては、関心外の事については、肯定も否定もせず、物事をまじめに考えるよりも適当に楽しく生きていったほうが良いと考えている。

図II 自分の気持ちに一番近い暮らし方（統計数理研究所）



時代背景から各世代の持つ余暇観を探ってみたが、現代社会全体の意識はどのような変化を見せているのだろうか。図IIは、人の暮らし方で一番あなた自身の気持ちに近いものは何かを尋ねた回答である。金や名誉を考えずに自分の趣味にあつた暮らし方をするという生活志向がきわだって増大している。各世代、様々な生活・余暇価値観を抱えながら「趣味」つまり余暇活用に暮らしの志向を求めていることは興味深い。平均寿命は世界一となり、大学進学率も4割を超え生活の質も向上し、自分を中流と考える国民の比率は9割を占める。物質的豊かさから心の豊かさへ、願っただけではなく現実の動きとして具体的活動起こしへの転換が図られるべきであろう。

#### 4 余暇自立への支援

余暇の能動的活用は自己の内的要因で起こす活動によって達成され、それは豊かで生き甲斐ある生活創造にとって重要であることは先に述べた。次はこの状態をいかに人々の暮らしに取り込んでいくかが課題となろう。余暇を能動的に過ごしていく、つまり余暇を自分の能力で組み立てていく力を「余暇自立」という言葉で表わし、人々の余暇の現状と余暇自立の可能性を探ってみたい。

余暇（レジャー）の活用法には、疲労の回復としての休息、気晴らしとしてのレクリエーション、知性に即した自己啓発活動の3つが挙げられる。休息としての余暇を含め、人々の余

暇活用状況はどのような現状なのだろう。県内2つの女性グループを対象に、現在生活の力点を置いている部分と今後力を入れたい部分について質問紙調査をし、余暇自立に向けての可能性を探る参考とした。

調査方法	余暇に関する講話（筆者）の直後質問紙調査をする				
調査対象	長野県女性体育指導委員	110名	回収数	73	計119
	長野県内社会福祉施設 介護専門職員	46名	回収数	46	
調査期日	平成8年11月30日，12月4日				

人の一生を考え、生き甲斐ある生活を創造していく社会的支援者として、体育指導委員（文部省）、介護専門職員（厚生省）は存在する。高齢化・核家族化・少子化といった社会状況にあって、各世代の健康で生き甲斐ある生活づくり支援者として、両者の社会的活動は大きく期待されるものである。独居世帯が増え、地域（コミュニティ）のネットワーク化が叫ばれている。地域に活動を展開する体育指導者、介護福祉関係者といったリーダー一人ひとりが余暇概念を確立し、「余暇」を正しく自己の生活時間の中に位置づけ対象者と向かい合うことこそ個々人の余暇自立を促し豊かな生活創造へのステップになると考える。

個人の余暇自立を促す大きな要因に余暇生活資源としての余暇生活能力がある。今井毅は、余暇生活能力を次のように掲げている。

余暇生活能力とは「楽しいから」という動機を自覚できる力、「楽しむために」を用意できる力、「楽しむ」ことに没頭できる力、「楽しんで」満足できる力、「楽しい過程」をマネジメントできる力、そして生活の中で余暇を楽しむための技能を身に付けること、または身に付けてきた技能を自身の余暇技能として今後の生活に活用していく柔軟な姿勢を持っていることとしている。

2つの調査対象グループに1カ月以内に行なった余暇活動を、さらにこれまでに身に付けてきた技能で今後の余暇に活かしていく事のできるものの両方について回答してもらい、持って

表II 介護専門職員・社会体育指導委員の余暇技能と余暇活用状況比較

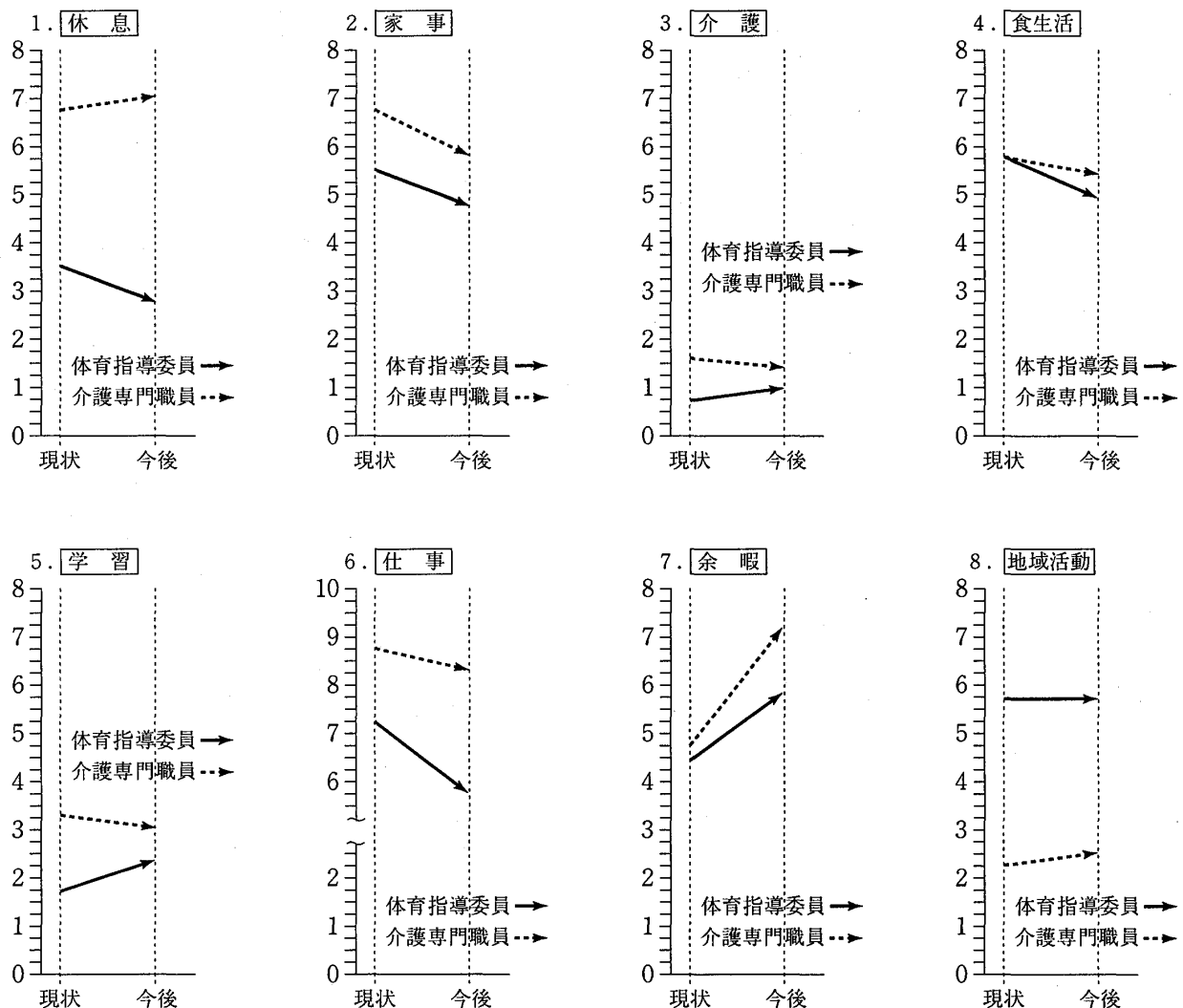
要求の領域	活 動 種 類	介護専門職員 46名		体育指導委員 73名	
		1カ月内実施活動	余暇技能	1カ月内実施活動	余暇技能
自 然 活 動	温泉 保養 野外生活 魚釣り 自然物採集 植物栽培 動物飼育	46活動	33種	28活動	25種
社 会 活 動	室内ゲーム 親睦会 ボランティア 行事	6活動	24種	11活動	25種
知 的 活 動	知的ゲーム テレビ 読書 自己啓発	10活動	38種	5活動	25種
身 体 活 動	身体ゲーム スポーツ 武道 舞踊	16活動	36種	85活動	76種
情 緒 活 動	音楽 絵画 彫刻 演劇 宗教活動 工芸	37活動	68種	30活動	71種

いる技能の活用度について探ってみた（表II）。

活動の分類は、今井毅の余暇活動の分類を参考にした。

表IIから体育指導委員グループの身体活動領域の「一カ月内に実施した余暇活動・余暇技能」の数値の高さは、特徴的なものとして考えることができる。体育指導委員という余暇活動支援者が、地域で特殊な余暇技能を活かしての支援を期待される場面は、身体活動を主目的とした専門分野であることが多い。それとは大きく異なり、介護専門職員が対象とする人々は「生きるための援助」を期待している。ここでは両者が社会から期待される役割の違いを明らかにして考察を進める必要がある。

図III 介護専門職員・社会体育指導委員『生活の力点』現状と今後の希望



介護専門職員が主として援助する対象者は、様々な生活意識や多様な余暇歴を持つことが予想されるが、介護を必要とする人々の余暇欲求は生活支援の場のみの接点では表出されないのが通常であろう。表IIの介護専門職員グループの回答に見られる余暇活動・技能回答の各分類へのばらつきと高い回答率は、援助を必要とする人々の持つ多様な余暇歴と合致する可能性が高い。これは、対象者が楽しみたいという欲求を持ったときに具体的に応えることが可能となり、また忘れかけている余暇活動欲求を刺激するものとして、有効に働くものとする。この



ことから、介護専門職員が個人の持つ余暇技能を積極的に日常生活に組み込み、支援者自身が豊かな余暇時間を過ごすことは、介護を受ける人々にとっても好ましい余暇環境を創り出すことにつながる。介護者自身の余暇の積極的充実を図り、これまでに身につけてきた余暇技能を活用して、仕事の場においても介護する側、受ける側が相互に影響し合う充実した余暇の過ごし方を創造していくことを願うものである。

次に、両グループの生活の力点について質問し、現在の状況と今後の希望について回答を得た。図Ⅲ—1～8は、生活の過ごし方について「休息・家事・介護・食生活・学習・仕事・余暇・地域活動」の8項目を挙げ、現在どのようなバランスで力を注いだ生活をしているか、又今後そのバランスをどう変化させていきたいか、について質問し2つのグループの意識を図表化したものである。

図を作成するについては、とりあげた8項目について現在力を入れている順に、又今後力を入れていきたいと思っている順に順位づけの回答を得、それを点数換算し回答者数により平均値に代え算出した。「休息」「学習」を「余暇活動」から独立させたのは、余暇概念が明確に理解されていないこと、休養や学習について「余暇」とは捉えられないという懸念があったため、別項目にした。

「休養・栄養・運動」の健康の三本柱がどのように意識されているか、図Ⅲ—1・4・7から考察してみよう。家庭の食生活に気を配る女性として、食生活への比率は両グループとも高い数値を示している。介護専門職員グループの休息への欲求は現在高い数値を示しており、今後更に強い欲求を持っていることが読み取れる。社会に必要視される仕事への使命感を抱えながら、休息の必要性、個人的ゆとりや余暇への願望は強く持っている。

これに比較し、体育指導委員グループの休息への欲求数値の低さが見て取れる。基本的な体力の違いも考えられるが、前者において課された仕事の重責が個人が抱えることのできる仕事の容量を超えているのではないかと懸念される。「休息」については、現在と今後を結ぶ線が平行線もしくは、若干の右下がりの形を描くように仕事量、内容の調整が求められる。

次に仕事と余暇の意識についてⅢ—6、7の図を参考に考察してみた。

2グループとも、後は仕事への力点を現在より若干別の部分に移行させていきたいと考えている結果が伺える。しかし数値から見ると、介護専門職員が今後の仕事にかける力は、8.2ポイントと余暇への力点7.2ポイントを上回っている。仕事を第一に考え、自分の余暇についても生活に取り込んでいく必要性を感じている結果と言えよう。一方、休息への欲求が大きく減少し、体力気力にあふれる体育指導委員グループの活力はどの部分に振り替えられているのだろう。仕事への姿勢を見ると7.2から5.2ポイントへと大きく下がっている。余暇への力の移行に加えて、体育指導委員としての力を発揮する場、地域活動（Ⅲ—8）に現状と変わらぬ高い数値を示していることは興味深い。

## ・おわりに

長寿社会を手にした私たちは、次のテーマとしていかに生き抜くかを自己に問い始めてい

る。その中で誰もが、できるかぎり健康な心と身体を持ち続けたいと願っている。平成8年10月「成人病」の呼称が「生活習慣病」に代わり、健康な身体の確保が我々の生活習慣に左右されるものであることが明確にされた。その習慣づくりも環境に左右されることが多く、強い意志をもってしても、自らの生活習慣であるにも関わらず単独の力で創り上げていくのは困難なことである。身体にとって好ましい生活習慣を身につけ健康な身体を獲得するためには、規則的で単調な生活の繰り返しが基本として要求される、これは時には継続することに苦痛を感じるといった私たちの弱さを露呈する退屈な要素を含んでいる。気づいておかねばならないことは、健康な身体とは豊かな生活を送るための条件要因であって、それ自体が目的となるものではないということである。余暇としての自由な時間、個人の内発的動機付けによる活動欲求こそが、健康であり続けることの価値を増大させ、継続に向けての力に繋がるものとする。

余暇価値の気づきを与える援助者として、地域には様々なリーダーが存在する。

福祉の立場で個人の生活支援者として活躍する介護専門職員、地域で人々の余暇活動支援者として活躍する女性体育指導委員は、時代に即してその活躍が期待されている。

筆者はこれまでに両者に対し、自らの余暇意識を明確に持つてもらうことの重要性を訴え、余暇生活を能動的に過ごすことこそ、支援を求める人々の豊かな生活創造の担い手としての有効なマンパワーとなることを、機会ある度に伝えてきた。今回の調査で地域社会のリーダーとして活躍する介護福祉関係者、女性体育指導委員に余暇への気づきとその価値を伝える目的は、一応評価できる結果が得られた。両者に向けて今後の地域における生活支援、余暇支援活動の中で対象者の余暇自立を促す方向での活躍を期待し、筆者自身は余暇支援の在り方について更に研究を進めていきたい。

#### 参考文献

- |                 |             |             |
|-----------------|-------------|-------------|
| 『余暇生活論』         | 一番ヶ瀬康子 蘭田碩哉 | 有斐閣         |
| 『いまこそ「皆のスポーツ」を』 | 馬場 哲雄       | 中央法規出版      |
| 『デザインする時間』      | 蘭田碩哉        | 中央法規出版      |
| 『余暇生活の楽しみ方』     | 今井 毅        | ベースボールマガジン社 |
| 『レクリエーション哲学』    | 篠田基行        | 道 書院        |
| 『国民生活白書』        | 平成7年経済企画庁編  | 大蔵省印刷局      |