



## Tervaskannot 90+ -tutkimuksen uudet elämäntarinahaastattelut valottavat hyvin iäkkäiden ihmisten tavallista elämää

Katariina Tuominen, Kirsi Lumme-Sandt, Anu Siren

### Johdanto

Tervaskannot 90+ on ainutlaatuinen tutkimus Suomessa ja myös maailmanlaajuisesti. Vuonna 1995 Tampereen yliopistossa käynnistyneessä ja edelleen elinvoimaisessa, vanhoista vanhimpia eli 90 vuotta täyttäneitä tamperelaisia tarkastelevassa tutkimuskokonaisuudessa tavoitteena on tuottaa uutta tietoa tämän ikäryhmän terveydestä, toimintakyvystä, hyvinvoinnista ja palveluiden käytöstä. Toistuvien postikyselyiden, terveyshaastatteluiden ja toimintakykymittauksen, verinäytteiden ja rekisteritietojen keräämisen lisäksi tutkijat ovat keränneet lähes samaa haastattelurunkoa käyttäen myös laadullisia haastatteluita nyt kolme kertaa: vuosina 1995, 2012 ja 2023. Vastaavaa laadullista aineistoa ei ole vanhoista vanhimmista muualla kerätty.

Tervaskannot 90+ -tutkimuksessa kerättyjen *elämäntarinahaastatteluiden* avulla saadaan tietoa siitä, millaista 90-vuotiaiden ihmisten elämä ja arki on ollut heidän elämänsä aikana ja millaista se on haastatteluhetkellä, hyvin vanhana ihmisenä. Jokaisella keräyskerralla haastateltavia on aluksi pyydetty kertomaan vapaasti oma elämäntarinansa lapsuudesta nykypäivään. Haastateltavia on pyydetty kertomaan muun muassa lapsuuden perheestä, sota-ajan kokemuksista, koulusta ja muista opinnoista, perheen perustamisesta, työelämästä, eläköitymisestä ja vanhuuden kokemuksista. Elämäntarinan lisäksi haastatteluissa on keskusteltu monista muistakin aiheista, kuten

arjen kulusta, harrastuksista, sosiaalisista suhteista, terveydestä ja asumisesta. Haastateltavia on pyydetty myös kertomaan näkemyksiään esimerkiksi pitkäikäisyydestä, hyvästä vanhuudesta ja yhteiskunnan muutoksista.

Kun haastatteluita vuonna 1995 kerättiin ensimmäistä kertaa, oli Suomessa 17 158 yhdeksänkymmentä vuotta täyttäneitä. Lähes kaksikymmentä vuotta myöhemmin, vuoden 2012 lopussa, heidän määränsä oli yli kaksinkertaistunut (38 525). Vuoden 2023 lopussa 90 vuotta täyttäneitä oli Suomessa jo lähes 58 000 (57 932). (Suomen virallinen tilasto: Väestörakenne.) Tilastokeskuksen ennusteen mukaan noin 15 vuoden päästä, vuonna 2040, heitä on jo reilut 130 000 (Suomen virallinen tilasto: Väestöennuste). Näiden lukujen valossa on ilmeistä, että pitkäikäisyys ja hyvin vanhaan ikään eläneiden ihmisten kokemukset ja näkemykset eivät ole vähäpätöinen tutkimuskohde. Päinvastoin: useilla yhteiskunnan aloilla tullaan yhä enenevässä määrin tarvitsemaan tietoa siitä, millainen on kaikkein vanhin ikäryhmä, millaisia tarpeita, tukiverkostoja ja voimavaroja tämän ikäryhmän jäsenillä on ja millaisia haasteita ja onnistumisia he kohtaavat arjessaan.

Tässä kirjoituksessa esittelemme uusinta, vuonna 2023 kerättyä Tervaskannot 90+ -elämäntarinahaastatteluaineistoa sekä alustavia havaintojamme haastatteluista. Kirjoittajilla on kokemusta Tervaskantotutkimuksen haastatteluiden parissa työskentelystä jo pidemmältä aikaa ja yhdellä (K. L.-S.) ensimmäisestä aineistonkeruusta lähtien.

## Vuoden 2023 elämäntarina- haastatteluaineisto

Uusi Tervaskannot 90+ -elämäntarinahaastatteluiden aineistonkeruu aloitettiin vuoden 2023 syksyllä, ja se päättyi vuoden 2024 tammikuussa. Osallistujat poimittiin otoksesta niistä, jotka olivat vastanneet vuonna 2022 toteutettuun Tervaskannot 90+ -postikyselyyn itsenäisesti, asuivat kotona, olivat syntyneet vuosina 1930–1931 ja olivat elossa 14.11.2022. Kutsu lähetettiin 281 tamperelaiselle henkilölle, joista 54 ilmoitti haluavansa osallistua haastatteluun ja haastateltiin. Haastattelut toteutti neljä haastattelijaa Tutkimustie Oy:lta. Tämän tekstin kirjoittajat perehdyttivät haastattelijat tehtävään. Haastattelut toteutettiin haastateltavan toiveen mukaan joko haastateltavan kotona tai Tampereen yliopiston tiloissa. Haastattelut nauhoitettiin ja myöhemmin litteroitiin sanatarkasti.

Haastatteluun osallistui 32 naista ja 22 miestä, jotka olivat 92–93-vuotiaita ja asuivat yksityisessä kodissa (49) tai omassa asunnossa yhteisöllisessä asumisessa (ent. tavallinen palveluasuminen) (5). Yhdeksässä haastattelussa oli paikalla haastateltavan puoliso ja/tai lapsi, joka osallistui jollain tapaa haastatteluun (esimerkiksi auttoi muistelevaan, kommentoi keskustelua, esitti tarkentavia huomioita tai kertoi omista kokemuksistaan ja näkemyksistään). Suurin osa osallistujista (42) asui yksin ja 12 yhdessä puolison kanssa. Osallistujista 35 oli leskiä, 13 naimisissa, 1 avoliitossa ja 5 eronnut. Neljällä haastateltavalla ei ollut elossa olevia lapsia. Haastattelujen pituus vaihteli 33 minuutista neljään ja puoleen tuntiin ja oli keskimäärin kaksi tuntia. Haastattelulitteraatioita on yhteensä noin 1 200 sivua (kirjasinkoko 10, riviväli 1).

Haastatteluissa noudatettiin samanlaista haastattelurunkoa kuin aikaisemmissakin Tervaskantotutkimuksen elämäntarinahaastatteluissa. Haastattelut koostuivat haastateltavan vapaasti kertomasta elämäntarinasta ja elämäntarinaa ja muihin elämänaalueisiin liittyvästä

keskustelusta haastattelijan kanssa (ks. johdanto). Uusina teemoina haastattelurunkoon lisättiin kysymyksiä turvallisuudesta ja tulevaisuuden suunnitelmista.

Aineistonkeruun toteuttamiselle antoi myönteisen lausunnon Pirkanmaan hyvinvointialueen alueellinen lääketieteellinen tutkimus-eittinen toimikunta.

## Havaintoja aineistosta

Esittelemme seuraavaksi alustavia havaintoja, joita teimme lukiessamme haastatteluita huolellisesti läpi. Keskitymme tässä tekstissä havaintoihimme naisten ja miesten erilaisista puhetavoista ja tavoista kertoa elämäntarinansa. Lisäksi esitämme alustavia huomioitamme osallistujien puheesta hyvästä vanhuudesta sekä tulevaisuuden näkymistä. Esittämämme ei perustu systemaattiseen analyysiin, vaan sen on tarkoitus tuoda esiin ensimmäisiä havaintoja laajasta haastatteluaineistosta. Hyödynnämme anonymisoituja aineisto-otteita havainnollistaaksemme löydöksiä.

## Ihan tavallista elämää

Elämäntarinahaastatteluiden tavoitteena on saada tietoa siitä, millaista elämää yhdeksänkymmentävuotiaat ovat eläneet ja elävät nyt. Jos asiaa kysytään haastatelluilta naisilta, on elämä ollut ”ihan tavallista”. Naiset vaikuttivat olevan epävarmempia kuin miehet kertoessaan oman elämäntarinansa, ja heidän tarinansa olivat usein lyhyempiä ja ylimalkaisempia. Naiset tuntuivat melko usein ajattelevan, että heillä ei ole mitään kiinnostavaa kerrottavaa: että heidän elämänsä on ollut aivan ”normaalia”, ”ei ihmeellistä” ja ”tavallista”.

Maija: [...] *Emmä tiä, emmä tiä.* [tauko 4 s]  
*Enhän minä osaa mitään haastatteluja antaa.*  
*Tämmösiäki sekasia puheita.*

Haastattelija: *Ei oo [naurahtaa]. Millasta perhe-elämä oli, ku lapset oli pieniä?*

Maija: *Emminä tiä. Semmosta vaan ihan tavallista. Ku [kaupungissa] asuttiin, sitte tolla meidän tyttärellä, vanhemmal tyttärellä, ni siinä samalla kadulla... Kadulla, tie se oli. Se oli, siinä oli semmonen talo ja siinä oli, sitte asu tyttö. Sen isä oli toi [mieltii 3 s] autokuski. Ja sitten ne oli kavereita, ihan vieläkin. Ne on [maan nimi] nimittäin se tytär kanssa, ja ne on, sielläkin yhteyttä pitää. Sitte se oli sanonu kerran [tyttarelle], että se on niin kauheen kiiva, ku teitä huudetaan syömään, mutta ku äiti ei huuda koskaan mua. Tämmöst. Ei me oltu lapsil tuhmia koskaan eikä, ei ikinä isäkään kättä nostanu kellekään, en minäkä. Semmosta se oli. Tavallista.*

Kävimme läpi Microsoft Word -tekstinkäsittelyohjelman hakutoiminnolla kaikki haastattelut etsien sanaa ”tavallinen” eri muodoissaan. Laskimme mukaan kaikki sellaiset kohdat, joissa sana mainitaan sellaisessa yhteydessä, jossa tavallisuudella viitataan itsen tai omaan elämään. Naisten haastattelussa sana mainitaan tässä yhteydessä 11 haastattelussa yhteensä 19 kertaa ja miesten haastattelussa yhteensä kaksi kertaa kahdessa haastattelussa. Huomionarvoista näissä miesten maininnoissa on se, että toisessa haastattelussa itse asiassa haastattelussa paikalla ollut vaimo mainitsee sanan ensin (kertoessaan, mikä on haastateltavan pitkän iän salaisuus: *tavallinen elämä*), ja haastateltava (mies) toistaa sen. Joten vain yksi haastateltu mies itse mainitsee olevansa *tavallinen ihminen*.

Vaikka yksittäisen sanan toistuminen antaa havainnollisen esimerkin erilaisista puhetavoista, ei se kuitenkaan kerro läheskään kaikkea, sillä itseä ja omaa elämää vähäteltiin monilla muillakin keinoilla haastattelussa – esimerkiksi epäilemällä, että oma kertomistapa on liian epäselvä ja epäjohdonmukainen, että on kertonut liikaa epäolennaisia asioita tai toteamalla, että ei oikein tiedä, mitä edes kertoisi (kuten edellinen aineisto-ote myös osoittaa).

Kokemustemme mukaan on melko yleistä, että haastateltava epäilee omaa kertomistapaan-

sa tai kertomaansa sisältöä ja haluaa varmistaa, onko annettu vastaus sitä, mitä tutkija halusi. Myös Päivi Markkola (2024) on luokitellut *epävarman kertojan* yhdeksi haastattelemiensa seniorien kertojatyyppiksi. Epävarmalle kerronnalle voi olla monenlaisia syitä, ja se voi myös ilmetä haastattelussa eri tavoin. Markkolan (2024) mainitsevat epävarmuus omista kertojankyvvyistä, tottumattomuus kertomiseen ja kertomiskykyyn vaikuttava sairaus voivat olla myös meidän aineistossamme epävarman kertomisen taustalla. Aineistossamme huomionarvoista oli se, miten itsen ja oman kerronnan epäileminen liittyi vahvasti naisten haastatteluihin, miesten ollessa selvästi itsevarmempia kerronnassaan.

### Missä se vaimo on?

Perhe oli haastateltaville yksi elämän tärkeimmistä ja merkityksellisimmistä asioista. Perhe tuli kuitenkin esiin eri tavoin miesten ja naisten elämäntarinoissa. Perheestä ja sen merkityksestä puhuivat haastattelussa erityisesti naiset.

Haastateltaja: *Tässä on nyt aika hyvin jo tulluki kyllä esille näitä, mitkä teille on ollu tärkeitä. Mutta jos vielä summaatte, et mikä teille on elämässä ollu tärkeintä tai mitkä on ollu niitä huippukohtia tai?*

Alli: *Se on kyllä ihan selvä, että ne oli ne lapset. Että ne on parasta ja tärkeintä, mitä mul on ollu, että. Joo, ja ne on, että ne, mä rakastan niitä ja ne, ja mä tiedän, että ne rakastaa mua. Sitte, ne on tosi läheisiä. Nytkin niin soittelevat koko ajan. Että se on.*

Naisten ja miesten elämäntarinoissa oli havaittavissa eroja siinä, mitä asioita niissä painotettiin. Miehillä elämäntarinoissa korostuivat usein henkilökohtainen menestys opinnoissa tai työelämässä, kun taas naisilla korostuivat perhe-elämään liittyvät elämäntapahtumat. Kävikin toisinaan niin, että miehet ”hyppäsivät yli” elämäntarinassaan perheen perus-

tamisajankohdan ja keskittyivät kertomaan yksityiskohtaisesti saamastaan koulutuksesta, työpaikoistaan ja työtehtävistään. Naiset taas saattoivat hypätä työelämävaiheen yli mainitsemalla siitä vain lyhyesti ja ylimalkaisesti.

Toki myös miehet kertoivat haastatteluissa perheestään ja naiset työelämästään. Naisilla ei kuitenkaan esiintynyt sellaista kerrontatapaa, jossa perhe ei olisi ollut osa elämäntarinaa, kun taas joissakin miesten haastatteluissa perheen olemassaolo saattoi tulla ilmi vasta elämäntarinan loppupuolella kerrottaessa vaimon kuolemasta tai vasta haastattelijan kysyessä perheen perustamisesta. Ennen tätä haastattelun lukija olikin jo ehtinyt ihmetellä, mihin haastateltavan vaimo on tarinasta kadonnut.

## Hyvä vanhuus

Kysyttäessä, mitä on hyvä vanhuus ja mitä siihen kuuluu, vastasi moni samoin kuin ikätoverinsa Tervaskantotutkimuksen vuoden 2012 elämäntarinahaastatteluissa (Nosraty ym. 2015): riittävä terveys ja toimintakyky sekä kiuttomuus hyvän vanhuuden takaajina eivät näytä menneen muodista viimeisen kymmenen vuoden aikana. Myös itsenäisyyden ja autonomian säilyttäminen oli toistuva teema uusimmissakin haastatteluissa, ja se liittyi terveyden ja toimintakyvyn säilyttämiseen: kun pää pelaa ja jalat toimivat, saa olla oman itsensä herra ja päättää omista asioistaan.

Usea haastateltava ajatteli, että he itse elävät hyvää vanhuutta juuri nyt.

*Haastattelija: Mitä te tykkäätte, et millasta on, jos sanotaan, että hyvä vanhuus, ni minikälaista on hyvä vanhuus?*

*Antti: Se on tämmöstä. Mul on hyvä vanhuus [nauraa]. Mä oon kyllä ittelteni hyvä esimerkiksi hyvästä vanhuudesta. On vapautta ja on, saa oma-, on oma tahto edelleen voimassa, että saa oman tahtonsa mukaan elää eikä kukaan tuu sanomaan, että sun täytyy tehdä näin, sun täytyy tehdä näin ja sun täytyy tehdä näin. Tai jos tulee, ni se on yks hailee. Ei se mua häiritse.*

*Kyllä maailmaan pubetta mahtuu, täytyy kestää vaan kaikki tämmönen.*

Positiivinen suhtautuminen vanhuuteen saattoi johtua siitä, että haastatteluihin on voinut valikoitunut sellaisia ihmisiä, joilla elämä kokonaisuudessaan sujuu melko mallikkaasti. Moninaisten ongelmien kanssa kamppailevat jäävät todennäköisemmin haastatteluuden ulkopuolelle. Haastateltavat eivät kuitenkaan nähneet vanhuudessa pelkkiä ilon aiheita, vaan jotkut haastateltavat pohtivat sitäkin, voiko vanhuudessa ylipäättään olla jotain hyvää, tai saattoivat jo toivoa pääsevänsä pois maallisesta elämästä.

## Onko ysikymppisellä tulevaisuutta?

Uudessa aineistonkeruussa haastattelurunkoon lisättiin kysymys haastateltavien tulevaisuuden suunnitelmista ja haaveista. Usein vastaus tähän kysymykseen aloitettiin toteamalla, että suunnitelmia ja haaveita ei enää ole tai kieltämällä täysin ajatus tulevaisuudensuunnitelmien mahdollisuudesta.

*Haastattelija: No mitä te aattelette tulevaisuudesta nyt sit? Onks jotain haaveita tai ajatuksia, et mitä sielt tulevaisuudesta vois vielä tulla?*

*Rauha: Ei, ei, ei. Ei ei pystytä, ei haluta eikä pystytä mihinkään enää vaikuttamaan ja... Kun ihmiset sanoo et ota enemmän apua. Ei se oo mikään ratkasu, että täällä juoksee ihmisiä sitten. Meidän pitää antaa olla tässä ihan, tää nyt on tätä, että otetaan sen verran kun tarvitaan ja kattokaa, et onko lasit puhtaita [naurahtaa], jos haluatte jotain mutta... Ei, ei oo mitään semmosta. Ei oo mitään. Mutta ettei, toivotaan ettei oltais täällä enään niin kauan, et jouduttais makaan sängyssä. Niin me ollaan tehty kaikki paperit, että ei saa... [elvyttää].*

Kuitenkin myös suunnitelmia ja haaveita tuotiin esiin. Suunnitelmat ja haaveet kytkeytyivät

usein edellä mainittuihin käsityksiin hyvästä vanhuudesta eli toimintakyvyn ja itsenäisyyden säilyttämiseen. Toiveena olikin, että elämä jatkuisi samaan malliin kuin nykyhetkellä. Asioiden ei välttämättä odotettu menevän parempaan suuntaan, mutta toivottiin, etteivät ne ainakaan menisi huonompaan suuntaan. Tulevaisuuden haave saattoikin olla esimerkiksi hyvä kuolema ennen toimintakyvyn menettämistä, johon Rauha edellisessä aineisto-otteessa viittaa. Joillakin haastateltavilla oli myös konkreettisia suunnitelmia tulevaisuudelle, kuten matkustelu ja lapsenlapsenlapsen hoitaminen. Jälkipolvien kasvun, kehityksen ja elämän sujumisen seuraamista odotettiin.

Toive nykytilanteen jatkuvuudesta näkyi myös asumiseen liittyvissä vastauksissa. Omasa kodista ei haluttu luopua eikä hoivakotiin muuttoa pidetty vaihtoehtona. Vaikka kotona pärjäämiseen liittyi osalla haasteita, pidettiin omassa kodissa asumista parempana vaihtoehtona kuin hoivakotiin muuttamista.

Haastattelija: *Miltä tulevaisuus näyttää? Onko jotain toiveita tai haaveita tulevaisuudelle?*

Niilo: *Ei oo mitään, se että pystyis kotona asumaan. Se olis ainoo ettei joutus tuonne hoitolaitokseen menemään. Sekin on semmonen homma. Järkyttää vieläkin se, kun Koukkuniemen sairaalaa saneerattiin ja sitten oli niitä, kun siirrettiin pois ihmisiä jotka oikeastaan mitään muuta kyenneet ku suu auki makasivat, täysin huolettomina. Ei semmonen... että siinä suhteessa tietysti toivos ettei semmoseen kotaloon koskaan joutus. Siellä näki niin... Sen sairaalaremontin yhteydessä ajatukset muuttu vanhenemisesta varovaiseksi, että nyt täytyy huolehtia itsestään ettei joudu tohon tilaan. Siellä oli... jotka ei pystynyt itteensä kylkeensä kääntämään sängyssä enää.*

## Lopuksi

Alustavat havaintomme uudesta Tervaskannot 90+ -tutkimushankkeen elämäntarinahaastateluaineistosta kuvaavat vain pientä osaa laajasta aineistosta. Lyhyt katsaus aineistoon mahdollistaa vain yksinkertaistetun kuvan muodostamisen eri teemoista: todellisuudessa aineistosta on löydettävissä paljon erilaisia näkökulmia tässäkin kirjoituksessa esitettyihin teemoihin. Esimerkkimme tuovat kuitenkin esiin joitakin Tervaskannot 90+ -tutkimuksen elämäntarinahaastatteluiden erityispiirteitä ja niiden tarjoamia mahdollisuuksia tarkastella vanhoista vanhimpien ihmisten kokemuksia ja käsitteitä sekä kerronnan ja puhetapoja. Lähes samanlaisella haastattelurungolla eri vuosina toteutetut haastattelut tarjoavat myös mahdollisuuden tarkastella tulevaisuudessa esimerkiksi sitä, miten hyvin iäkkäiden ihmisten elämäntarinat, kokemukset ja kerrontatavat ovat muuttuneet.

Yhtenä arvokkaimmista puolista aineistossa voi pitää sen tarjoamaa mahdollisuutta kuulla eletystä elämästä iäkkäiden ihmisten itsensä omin sanoin kertomana. Haastattelut muistuttavat meitä nuorempia siitä, että jokainen, mättömältäkin tuntuva, elämänvaihe on lopulta osa sitä elämäntarinaa, jota tarkastelemme hyvin erilaisesta näkökulmasta ollessamme kenties itse joskus vanhoista vanhimpia. Tavallisten ihmisten tavallinen elämä ansaitsee tulla kuuluksi, sillä tavallinen on myös ainutlaatuista ja tärkeää – ainutlaatuista ja tärkeää ihmisille itselleen mutta myös tieteelle ja tutkimukselle, jotka pyrkivät ymmärtämään paremmin ihmistä ja yhteiskuntaa. Pitkäikäisyyden yhteiskuntaa (Siren 2024) tutkittaessa pitkän iän eläneiden kokemukset auttavat tarkastelemaan ja jäsentämään mennyttä, tulevaa ja nykyhetkeä.

Tervaskantotutkimuksen elämäntarinahaastateluaineistoa annetaan myös muiden tutkijoiden käyttöön. Kiinnostavia tutkimusaiheita aineistosta voivat löytää monien eri alojen, kuten esimerkiksi sosiaalipolitiikan, historian ja kirjallisuustieteen, tutkijat. Aikaisempaa

Tervaskantotutkimuksen elämäntarinahaastatteluaineistoa on hyödynnetty esimerkiksi kertomuksen tutkimuksen näkökulmasta (Hyvärinen ym. 2019; Rautajoki & Hyvärinen 2021; Hatavara 2023).

Keskustelemme mielellämme muiden tutkijoiden kanssa tutkimusideoista. Yhteydenotot aineiston käyttöön liittyen: elämäntarinahaastattelujen yhteyshenkilö, professori Anu Siren (anu.siren@tuni.fi).

## Kirjoittajat

**Katariina Tuominen**, TrT, tutkijatohtori  
Tampereen yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta, Gerontologian tutkimuskeskus (GEREC)  
katariina.tuominen@tuni.fi

**Kirsi Lumme-Sandt**, FT, yliopistonlehtori  
Tampereen yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta, Gerontologian tutkimuskeskus (GEREC)

**Anu Siren**, PsT, professori  
Tampereen yliopisto, yhteiskuntatieteiden tiedekunta, Gerontologian tutkimuskeskus (GEREC)

## Kiitokset

Haluamme kiittää kaikkia haastatteluun osallistuneita, Tervaskannot 90+ -tutkimusryhmää sekä Tutkimustie Oy:tä. Tekstin kirjoittamista on tukenut Tampereen yliopiston Suomen Akatemian rahoittama profilaatioala Century-Long Lives (CLL): Individual, structural and cultural adaptation to longevity.

## Kirjallisuus

- Hatavara M. How to narrate a healthy life: life stories and mental health in interviews with the elderly aged 90+. In: Mildorf J, Punzi E, Singer C, eds. Narrative and mental health: reimagining theory and practice. Oxford University Press, 2023:153–73. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197620540.003.0009>
- Hyvärinen M, Hatavara M, Rautajoki H. Kerronta, asemointi ja haastattelun analyysi. *Sosiologia* 2019;56(1):6–25. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:tuni-201904251540>
- Markkola P. Seniorit epävarmoina kertojina. *Gerontologia* 2024;38(4):369–71. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.147074>
- Nosraty L, Jylhä M, Raittila, T, Lumme-Sandt, K. Perceptions by the oldest old of successful aging, *Vitality 90 + Study*. *J Aging Stud* 2015;32: 50–8. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2015.01.002>
- Rautajoki H, Hyvärinen M. Aspects of voice in the use of positioning in polyphonic storytelling: ventriloquial moves within a biographical interview. *J Interdisciplinary Voice Stud* 2021;6(1):55–73. [https://doi.org/10.1386/jivs\\_00037\\_1](https://doi.org/10.1386/jivs_00037_1)
- Siren A. Ikääntyvien yhteiskunnasta pitkäikäisten yhteiskuntaan. *Talous & Yhteiskunta* 1/2024. Internet: <https://labore.fi/t&y/ikaantyyvien-yhteiskunnasta-pitkaikaisten-yhteiskuntaan/> (viitattu 18.10.2024).
- Suomen virallinen tilasto: Väestöennuste. Helsinki: Tilastokeskus. Internet: <https://stat.fi/tilasto/vaenn> (viitattu 16.12.2024).
- Suomen virallinen tilasto: Väestörakenne. Helsinki: Tilastokeskus. Internet: <https://stat.fi/tilasto/vaerak> (viitattu 16.12.2024).
- Tampereen yliopisto. Tervaskannot 90+. Internet: <https://projects.tuni.fi/tk90/> (viitattu 18.10.2024).