シチズンサポートプロジェクトによる社会的孤立・孤独の一次予防(JST-RISTEX)

■取組の概要

日本におけるコニュニティー・シェッドの立ち上げ・運営・効果検証について 2 か所のフィールドで取り組むとともに、日本でのシェッド立ち上げを支援する組織「日本コミュニティー・シェッド協会」を運営する。

※国立研究開発法人科学技術振興機構 社会技術研究開発センター(JST-RISTEX) SDG s の達成に向けた共創的研究開発プログラム(社会的孤立・孤独の予防と多様な社会的ネットワークの構築)において 2022 年度採択された「シチズンサポートプロジェクトによる社会的孤立・孤独の一次予防」

■基本情報

〇官民連携事例

〇事業の実施機関：日本コミュニティー・シェッド協会

・対象地域：熊本県水上村、札幌市西区

・連携の実施機関

熊本県水上村、札幌市西区西野地区福祉のまち推進センター、札幌市社会福祉協議会、札幌市西区社会福祉協議会

〇対象者のライフステージ区分

年齢や属性を問うものではないが、中高年層の男性に着目した取組を先行

■取組の内容

コミュニティー・シェッドとは、主に現役を退いた住民たちが、生きがい、やりがい、楽しみを求めて集い、ものづくりに取り組んだり、地域社会の支援をする小さなコミュニティーである。オーストラリア、英国など海外において、中高年層の社会的孤立の予防に資するこのような居場所づくりの取組が発展してきた事例がある。我が国においては、特に中高年層の男性で社会的孤立リスクが高いことから、まずは先行してこれらの層を対象としたコニュニティー・シェッドの立ち上げや運営を支援し、効果検証もしつつ、取組を発展させていくこととしている。

現在、2 か所のフィールドで活動を展開している。①熊本県水上村「寄郎屋(よろうや)」：令和 5 年 11 月にオープンし、12 月から活動開始。②札幌市西区「ポッケコタン」：令和 6 年 4 月のオープンを目指し、準備会メンバーが中心となって参加希望者への説明会などを実施。

■取組にあたって苦労、苦慮した点

コミュニティー・シェッドは、活動内容や活動頻度、活動方針の意思決定及び管理・運営は全てメンバーが主体となって実施するため、支援者が意思決定・管理・運営の中心となってきた既存の枠組みとは大きく異なる取組である。日本ではほとんど知られていないので、自治体や既存の組織との調整や地域住民への広報で苦心した。行政区割りを超えると円滑に進まないこともあった。こうした取組への関心の程度や権限の強さなどを参考に、地域のステークホルダーを探すことから始めた。地域を熟知し豊富な支援スキルを有するキーパーソンの協力を得つつ、地域の関係機関・関係者への声掛けを工夫するなど地道な周知活動に取り組んでいる。

■取組の効果

活動が参加者の生きがいとなり、新たな社会的つながり(新たな知り合い)が徐々にできていることを実感している。

なお、JST-RISTEX の研究開発プロジェクトとして、心理学や脳科学、作業療法学など様々な学問分野の専門家が今年度から共同で効果検証を行っている段階にある。質問紙調査で孤独感、幸福感、認知機能などを幅広く測定するほか、身体機能やインタビュー調査、脳 MRI 画像(札幌のみ)を行う。この中で活用する「社会的つながりの可視化ツール(oSIM)」は、所属集団の主観的な価値やつながりを定量化したデータをクラウド保存することで解析しやすくし、ひとつのつながりの環から派生して新たなつながりの環ができることを想定したつながりのダイナミズムも把握しようとするツールである。

すでに初期メンバーは取組開始前の測定を終えており、今後は 1 年後、2 年後という時間の経過にあわせて測定することで、エビデンスが蓄積されていくことになる。

■取材をして

日本コミュニテシィー・シェッド協会がフィールドとして設定した①熊本県水上村「寄郎屋(よろうや)」と②札幌市西区「ポッケコタン」を取材しました。

① 熊本県水上村「寄郎屋(よろうや)」

水上村(人口 2,000 人弱の自然豊かな山間地域)をフィールドとしたのは、本研究担当の松尾先生が所属する熊本保健科学大学と水上村との間で健康長寿の取組にともに取り組んでいくための包括連携協定を結んだことがきっかけとのことです。最初は、村役場からキーパーソンを紹介していただき、その人を中心に昨年春から参加の声掛けをし、じわじわと浸透してきて、私がお伺いしたときは十数名のシニア男性が参加していました。直近ひと月で 4 名の新規参加者があったとのことです。

ＤＩＹ感たっぷりのシェッド(小屋・基地)で、その日は竹炭づくりに取り組んでいました。親世代がやっていたことは見てきたが、ほとんどのメンバーが自身は竹炭づくりの経

験がなく、技術のある人から教えてもらったとのことです。炭窯から竹炭を出す人もあれば、窯の上に立って大声で話しかける人もあり、チェーンソーで竹を小さくカットする人、できあがった竹炭の荷積みをする人など、担っていることは様々ですが、同じ時間、同じ空間をともに過ごすひとときを楽しんでいました。

メンバーの皆さんのお話を伺うと、「楽しむことが大事ばい。そぎゃんすっと人も集まるとたい。」、「世間付き合いが少のうて、ほんなこつここへ来てほしか人に声ばかくっ時はどぎゃんすっとよかと？」、「もう少し若か人にも声ばかけていかんと」といった会話が自然とされます。「こっから山で薬草ば育てたり、ミツバチの巣箱も置きたか」といった新しいアイディアも出てきます。

この日は松尾先生のほか、本研究担当の東先生ほか長崎大学グループも作業に参加され、アカデミアがさりげなく協働型の伴走をしていたことも印象的でした。

現在は中高年層の男性が参加している寄郎屋(よろうや)ですが、女性がコーヒーを飲みに立ち寄ったり、女性たちのグループに時間を決めて場所貸ししたりもしているそうです。近く水上村教育委員会の主催により子どもたちが炭焼き・ピザ体験にやってきます。ここが様々なコミュニティーやつながりのハブになりつつあるなと感じました。

①寄郎屋（よろうや）の拠点（手作りの看板やのぼり。のぼりがオープンのサイン）

②寄郎屋（よろうや）のメンバーが竹炭を炭窯から取り出す作業に取り組む。

③出来上がった黒々とした竹炭

② 札幌市西区「ポッケコタン」

コミュニティー・シェッドを水平的に展開し、日本に根付かせていくために大都市圏でもフィールドを設定することとし、本研究担当の北海道大学の高島先生の声掛けによりシェッド開設に向けた準備が始まりました。

昨年春から 7 名の準備会メンバーが中心となり、本年 4 月開設を目指し、企画を練ってきました。現役時代は会社人間だった方が多く、退職後はこれまでのような上下関係にしばられず、新しい仲間とともに自由に生きがいをもって楽しめる場所をつくりたいとのことです。7 名のうちお二人は 40 代、50 代で現役バリバリですが、今から将来のことを考えたいと思い参加したそうです。

シェッドの名前をアイヌ語で「温かい(ホッコリな)集まる場所、温かい(ホッコリな)居場所、温かい(ホッコリな)ひととき」を意味する「ポッケコタン」に決め、SDG s の 4 色でロゴマークを作り、参加希望者への説明会に臨みました。「気楽に力を抜いて集まり、楽しい仲間をつくる」、「誰もが歓迎され、互いに尊重し、発想の違いを受け入れ、平等で助け合う」、「「レッツトライ」の精神で、ささやかでも新しいものを作り、新しいことに挑戦する」というポッケコタンの理念を紹介しつつ、準備会メンバーのお一人おひとりが、ご自身の思いをご自身の言葉で語っていたことは、出席した人たちにしっかりと届いたのではないでしょうか。高島先生も背景となる情報を提供し、最後に“Boys,be ambitious like this old man”とクラーク博士の言葉で出席者を鼓舞されていたのは流石だと思いました。

ポッケコタンはこれから何をするか、皆で話し合うところから始まります。その取組をとても楽しみにしています。

④ポッケコタンの参加希望者説明会
（準備会メンバーが思いをこめて語る）

⑤説明会で研究者も情報提供
（クラーク博士の言葉出てくるのは札幌ならでは！）

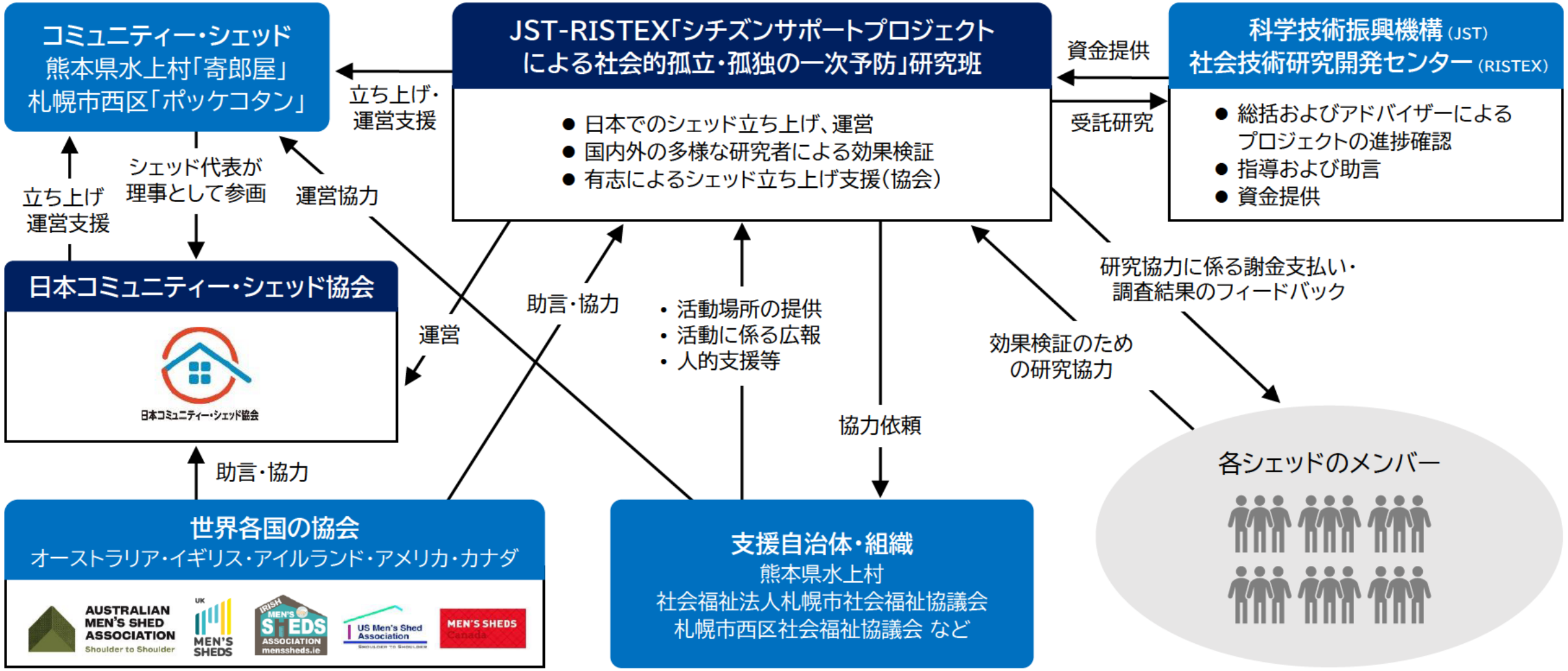
以上、ご紹介をしてきたフィールドでの取組を含め、本研究全体を統括している東北大学の伊藤先生(日本コミュニティー・シェッド協会代表理事)にお話を伺いました。

最初は、高齢男性が既存の通いの場やサロンになかなか来ないこと、会話だけでは楽しめないケースが多く、プログラムを自分で決められないことも一因ではないかという問

題意識から、自由に生きがいをもって楽しめる居場所、コミュニテシィー・シェッドのような場が必要ではないかと思い至ったとのことです。現状では海外に事例はありますが、世界的にもエビデンスが少ないため、日本で根付かせるためには、日本でのシェッド立ち上げや運営への支援をしつつ、多様な専門家によるシェッドの効果検証が必要ではないかと考え、研究プロジェクトを立ち上げました。地域特性の大きく異なる２つのフィールドを確保することにより、地域特性を反映したテーラーメイド型の支援と地域間で共通する基盤的な支援とを洗い出すことで、コミュニティー・シェッドの水平展開に資する知見が得られるのではないかとのことでした。

アカデミアが伴走支援する貴重な取組として、そこから得られた知見をもとに、我が国でのコミュニティー・シェッドの普及につながっていくことを期待しています。

（取材者　山本麻里）

シチズンサポートプロジェクト実施体制

- 日本でのコミュニティー・シェッドの立ち上げ・運営・効果検証
- シェッド立ち上げを支援する組織「日本コミュニティー・シェッド協会」の運営