

令和6年度
地ケアフォーラム×地域デザイン会議
基調講演

地域・人とつなが るってなんだろう？

田園調布学園大学
和（かのう）秀俊

1

プロフィール

- 東京都大田区生まれ、足立区育ち、川崎市多摩区在住（生田緑地そば）、沖永良部島がルーツ
- 妻、娘（高2）、息子（小5）との4人家族
- 岡本太郎の大ファン（縄文に目覚める?!）
- 立教大学法学部卒業後、スポーツインストラクター、NPO職員、専門学校教員をしながら、東洋大学で博士（社会福祉学）取得、立教大学コミュニティ福祉学部助教を経て、田園調布学園大学教授、福祉デザインLab代表
- 専門は、地域福祉、福祉デザイン

2

地域福祉デザイン

新しい地域福祉
の開発

持続可能で魅力的
な地域づくり

3

本日の目的

地域・人の「つながり」
の必要なワケを知る

理想的な「つながり」を探る

定年退職者の地域デビュー
の必要性を実感する

4

地域・人の 「つながり」の必要性

5

地域福祉の目的

地域共生社会の
実現



持続可能で魅力的
な地域づくり

6

地域福祉の方法の1つ

地域包括ケアシステム

誰もが住み慣れた
地域で安心して住
み続けることがで
きる仕組み

7

麻生区の平均寿命が全国トップ

男女ともに平均寿命が全国でトップ
(男性84.0, 女性89.2)

『令和2年市区町村別生命表』(厚生労働省2023)



要因は何だろうか？

8

川崎市高齢者実態調査から学ぶ

9

麻生区の高齢者の実態①

『令和元年度川崎市高齢者実態調査報告書』（川崎市内65歳以上を対象）

表 1 家族状況・住まい・健康状態・就労

（単位：％）

	一人暮らし 高齢者	夫婦世帯（本人とそ の配偶者のみ）	子や孫などとの 同居	同居家族に手助け等 を必要とする人が 「いる」割合	持ち家	持ち家・一戸建て	健康状態 「とてもよい」＋ 「まあよい」	仕事を 「している」
川崎区	21.9	35.6	31.5	16.8	75.5	50.1	74.6	34.6
幸区	18.3	40.5	29.4	17.8	72.0	45.5	77.8	31.2
中原区	16.8	41.0	31.1	16.3	80.0	53.2	79.6	31.9
高津区	17.1	42.4	30.3	14.5	77.0	46.9	79.1	32.3
宮前区	16.8	46.6	28.3	13.7	79.1	46.5	79.2	32.4
多摩区	17.8	44.2	28.5	14.4	79.1	53.9	81.2	32.1
麻生区	13.4	50.4	27.5	14.3	85.6	61.3	84.1	27.5

出所：令和元年度川崎市高齢者実態調査報告書（川崎市健康福祉局 2020）

麻生区の高齢者の実態②

表 2 家族以外との交流

(単位: %)

家族以外と何らかの「交流がある」	友人との定期的な行き来がある	近隣の方との定期的な行き来がある	老人クラブや趣味の団体に入っている	地域の行事や活動に参加している	ボランティアの訪問がある	交流がある	特に交流はない
川崎区	42.7	23.6	16.9	16.5	1.9	63.6	33.0
幸区	45.7	23.7	16.7	18.0	2.2	67.0	28.7
中原区	51.7	23.8	17.3	18.5	2.6	71.9	25.6
高津区	50.0	24.6	19.1	14.9	2.1	70.4	26.2
宮前区	48.6	26.0	18.3	16.0	2.2	72.6	24.4
多摩区	50.3	24.5	17.6	18.7	2.2	72.5	24.9
麻生区	54.0	25.4	22.1	18.7	2.3	76.8	21.0

出所: 令和元年度川崎市高齢者実態調査報告書(川崎市健康福祉局 2020)

表 3 生きがいと交流

(単位: %)

生活の「はり」や「楽しみ」	交流がある	特に交流はない
とても感じる	86.7	11.8
まあ感じる	83.0	15.1
普通	64.2	32.1
あまり感じない	46.9	49.3
まったく感じない	28.1	65.4

出所: 令和元年度川崎市高齢者実態調査報告書(川崎市健康福祉局 2020)

11

麻生区の高齢者の実態③

表 4 不安や困りごと

(単位: %)

不安や困りごと	身体が衰えて日常生活に不都合がある	困りごとを相談する場所がよくわからないこと	発作など緊急時に救急車を呼ぶこと	毎日の食事のため買い物や調理をすること	気兼ねなし相手がないこと	金銭管理や財産保全に関すること	友人や地域の人との交流が減って孤独に感じること	一人で外出すること	不安や困りごとがある
男性	10.4	8.3	5.8	5.8	6.9	6.9	5.9	3.3	34.2
女性	9.6	8.8	7.6	7.0	4.6	4.3	4.6	4.3	33.1
川崎区	10.2	9.8	6.9	7.2	5.9	5.5	5.2	4.0	34.4
幸区	10.7	8.8	7.2	6.2	5.8	4.6	5.0	4.4	34.8
中原区	11.2	8.4	6.5	6.3	5.2	5.6	5.2	3.7	32.9
高津区	10.0	8.8	6.3	6.8	6.2	5.7	5.3	3.7	33.8
宮前区	9.7	7.9	6.7	6.8	6.2	5.7	5.5	4.3	34.9
多摩区	10.2	8.6	7.7	6.2	5.8	6.3	5.3	4.3	33.6
麻生区	8.0	7.4	6.0	5.1	4.7	5.4	4.8	2.3	30.7

出所: 令和元年度川崎市高齢者実態調査報告書(川崎市健康福祉局 2020)

表 5 介護が必要となった場合

(単位: %)

介護が必要になった場合	主に家族の介護を受けながら自宅で暮らしたい	主に介護サービスを利用して自宅で暮らしたい	少人数で生活できる介護付きホーム(住宅)で暮らしたい	特別養護老人ホームなどの介護施設に入りたい	民間の介護付き有料老人ホームに入りたい	病院に入院したい	自宅で暮らしたい	自宅以外
男性	18.5	38.7	4.0	8.5	4.6	1.9	57.2	19.0
女性	11.0	43.4	6.7	8.7	5.8	2.5	54.4	23.7
川崎区	14.4	37.9	5.0	8.7	3.5	3.7	52.3	20.9
幸区	14.9	40.3	5.4	9.5	4.2	2.3	55.2	21.4
中原区	14.7	37.4	5.4	9.6	6.8	1.9	52.1	23.7
高津区	15.5	40.9	6.6	7.5	5.8	2.0	56.4	21.9
宮前区	13.7	44.3	5.3	8.6	5.0	2.1	58.0	21.0
多摩区	14.7	43.3	5.3	8.3	4.6	1.7	58.0	19.9
麻生区	13.9	44.3	5.2	8.4	6.9	1.8	58.2	22.3

出所: 令和元年度川崎市高齢者実態調査報告書(川崎市健康福祉局 2020)

12

麻生区の高齢者の実態④

表 6 実践している介護予防

(単位：%)

実践している 介護予防	バランスの良い食事	体操やウォーキング などの運動	口腔内のケア	友人や近隣との交流 (閉じこもらない)	ボランティアなどの 地域の活動に参加	特になし	介護予防を知ってい る
男性	47.5	47.9	28.9	26.2	9.9	26.5	40.9
女性	64.0	54.0	47.7	47.1	12.1	14.0	57.9
川崎区	48.8	32.0	43.8	32.2	10.8	24.2	44.8
幸区	52.6	36.0	47.0	33.5	11.7	21.3	50.0
中原区	55.1	38.3	49.9	36.7	12.0	19.5	49.0
高津区	55.6	38.0	52.5	37.3	9.0	19.9	51.2
宮前区	59.5	41.1	52.7	39.2	10.5	19.5	51.1
多摩区	57.4	40.4	53.8	39.3	10.7	18.7	49.3
麻生区	65.1	46.7	59.0	42.6	12.7	15.6	53.2

出所：令和元年度川崎市高齢者実態調査報告書（川崎市健康福祉局 2020）

平均寿命の長さの要因の傾向

麻生区の高齢者は暮らし向きが良く、慣れた地域で最後まで充実した生活を送るための意欲や学び、**地域における豊富な交流**によって心身ともに健康であることが平均寿命の長さに影響?!

インタビュー調査 から検討する

15

インタビューの方法・内容

対象

麻生区在住の64歳以上の男性高齢者
30名（「積極的活動参加層」22名，
「中間層」4名，「閉じこもり層」4名）

期間

2021年6月から2022年5月まで

内容

インタビューガイド「生まれてから今
現在まで，ご自身のこれまでの人生を
振り返り，思う存分語って下さい」

方法

トライアングレーションによる質的
分析

16

インタビューの分析結果①

- ① 【豊富な知識】
- ② 【旺盛な好奇心・探究心】
- ③ 【無理をしない生き方】
- ④ 【多様性の受容】
- ⑤ 【豊かな交流】
- ⑥ 【運命的な出会い】

17

インタビューの分析結果②

- ⑦ 【人生に影響を与える体験】
- ⑧ 【良好な夫婦関係】
- ⑨ 【充実した人生を送り続けたい気持ち】
- ⑩ 【次世代への思い】
- ⑪ 【お互い様の精神】
- ⑫ 【将来への不安】

18

考 察

暮らし向きが良く，夫婦二人で【良好な夫婦関係】を保ちながら，住み慣れた地域で最後まで【充実した人生を送りたい気持ち】から【旺盛な好奇心・探究心】によって意欲的に学ぶことで【豊富な知識】を身に付け，【多様性の受容】による地域における【豊かな交流】や【無理をしない生き方】によって心身ともに健康に日々過ごしている。

19

調査からみた長寿の要因

- ①暮らし向きの良さ
- ②【旺盛な好奇心・探究心】
- ③【充実した人生を送りたい気持ち】
- ④【豊かな交流】
- ⑤【多様性の受容】
- ⑥【良好な夫婦関係】
- ⑦【無理をしない生き方】

20

84歳以上の長寿の要因

【良好な夫婦関係】を長年保ちながら、
【旺盛な好奇心・探究心】を持って自身の
興味あることを徹底的に追求しつつ、
流れに身を任せ老いと向き合いマイペースに
【無理をしない生き方】をしている

長寿に重要なのは、特に【良好な夫婦関係】，
【旺盛な好奇心・探究心】，【無理をしない生き方】かも？!

理想的な「つながり」
とは？

「つながり」のタイプ

ソーシャルキャピタル（社会関係資本）

byパットナム

「結束型」
（しがらみ）

同質性

排他性

閉鎖性

「橋渡し型」
（緩やかなつながり）

多様性

開放性

23

緩やかな「つながり」の必要性

「結束型」
（しがらみ）

ダークサイド

閉塞感による精神的なつらさ…

「橋渡し型」
（緩やかなつながり）

自殺稀少地域は、多様性に富み、緩やかな
つながり by岡 （＝「弱い紐帯の強さ」グラノベター）

24

求められる「つながり」とは

知縁

関心縁

25

理想的な「つながり」とは

多様で緩やかな
「つながり」

by和

26

定年退職者の地域デビューの必要性

27

定年退職者の現状

2025年が間近に迫り、団塊世代をはじめ男性の企業退職者(以下、男性退職者)が急増

特に、現役時代は会社人間として高度経済成長を支えた男性退職者は、家と会社の往復ばかりで家や地域のことは妻に任せたまま

退職後は自分の居場所すらない人が多く、特に大都市圏郊外の新興住宅地において顕著

28

定年退職者の現状と課題

その結果…

家に閉じこもり気味になり、心身の健康を害してしまう人も増加



自殺につながる可能性…

29

定年退職者の深刻な課題

高齢期は、抑うつ状態の有病率が増加し、自殺に繋がりやすい…

様々な喪失体験が原因

身体機能の低下
社会的役割の喪失
配偶者や友人との死別
など

30

定年退職者の深刻な課題

夫と退職後の家庭生活を送ることによって、主人(夫)在宅ストレス症候群やうつ病になってしまう配偶者も

男性退職者だけの問題ではなく、配偶者である妻にとっても大きな問題

31

定年退職者の深刻な課題

<令和5年自殺の状況>

*21,837名（自殺率17.6%）

→男性14,862名（68.1%）

女性6,975名（31.9%）

→約4割（36.9%）が60歳以上、無職者が約5割（52.5%）

出典：警察庁「令和5年中における自殺の状況」

32

定年退職者の深刻な課題

令和5年は、50代が最も多く（4,194名）、最も増加（101名）

60歳以上は、70歳以上は減少したが60代は増加し、全体の約4割を占める

男性退職者の自殺予防
が重要な課題！

33

孤立を促すライフスタイルの改善

老年期の喪失体験(退職、配偶者の死、身体機能喪失など)は誰もが経験



孤立を促すライフスタイルの改善が必要！

地域活動・団体への参加

役割の獲得

良好な夫婦関係

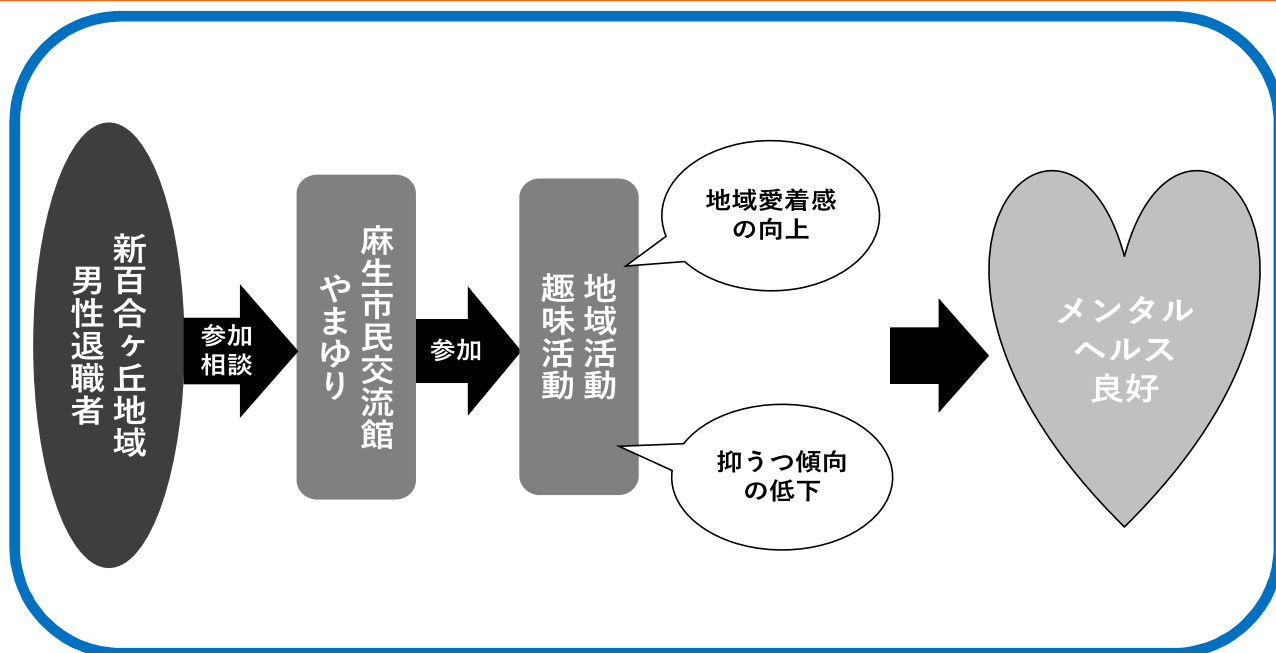


地域で役割を獲得することで
社会的孤立や孤独感が軽減?!

by和

34

地域活動の有効性



出所:和秀俊『持続する郊外—住民主導のアーバニズム』2023

35

地域デビューの必要性

男性退職者の地域デビューが必要！



地域デビューするための「きっかけ」と「仕組み」が必要！

36

参考文献

- 厚生労働省『令和2年市区町村別生命表の概況』2023.
- 厚生労働省『令和3年中における自殺の状況』2022.
- 川崎市健康福祉局『令和元年度川崎市高齢者実態調査報告書』2020.
- 和秀俊「つながりと自殺予防—スポーツを通じた身近な地域のサードプレイスの可能性」, 加藤悦雄・西村昌記『〈つながり〉の社会福祉』生活書院, 134-159, 2020.
- 和秀俊「男性退職者のメンタルヘルス」『持続する郊外—住民主導のアーバンイズム』青弓社, 2023.
- 和秀俊「川崎市麻生区の高齢者が長生きする要因とは—男性高齢者のインタビューから探る」田園調布学園大学紀要(18), 53-65, 2024.
- Putnam, Robert D., Robert Leonardi, Raffaella Nanetti. Making Democracy Work: Civic Traditions in Modern Italy. Princeton University Press, 1992.
- 岡檀『生き心地の良い町—この自殺率の低さには理由がある』講談社, 2013

ご清聴ありがとうございました