建 築 研 究 資 料
Building Research Data
No. 178 December 2016

ISSN 0286-4630

高齢者の地域活動参加のための まちづくりの手引き

A Handbook for Community Building
to Promote Elderly People's Participation
in Community Activities

国立研究開発法人　建築研究所

Published by
Building Research Institute
National Research and Development Agency, Japan

ISSN 0286-4630

建 築 研 究 資 料

Building Research Data

No.178 December 2016

高齢者の地域活動参加のための まちづくりの手引き

A Handbook for Community Building to Promote Elderly People's Participation in Community Activities

石井儀光・阪田知彦・澤岡詩野・樋野公宏・松村博文・松本真澄

Norimitsu Ishii, Tomohiko Sakata, Shino Sawaoka, Kimihiro Hino,
Hirofumi Matsumura, Masumi Matsumoto

国立研究開発法人　建 築 研 究 所

Published by
Building Research Institute
National Research and Development Agency, Japan

はしがき

建築研究所は、住宅・建築・都市計画に関わる技術の向上を実現し、もってその健全な発展と秩序ある整備に資することを目的に設立されています。この目的を達成するための重点的課題として、人口減少・高齢化に対応した住宅・建築・都市ストックの維持・再生のための研究開発に取り組んでいます。

その一環として、本研究所では平成 26 年度から 27 年度にかけて、「健康長寿社会に対応したまちづくりの計画・運営手法に関する研究」を実施してきました。

本資料は、特に高齢者の地域活動への参加促進を支援するために、地域活動への参加が高齢者個人の健康にもたらす効果や、地域活動を担う高齢者の参加促進・定着のための工夫などを取りまとめ、建築研究資料として出版するものです。取りまとめにあたっては、「高齢者の地域活動参加のためのまちづくりの手引き作成検討会」を設置し、所外の学識経験者にご助言を頂きました。また、普及促進のために別冊の概要版（リーフレット）を作成しました。

本資料とその概要版が、高齢社会におけるまちづくりに関わる町内会・自治会、NPO などの地域団体及び、サポートする自治体の職員や専門家に活用されることを期待します。

最後に、本研究のインタビュー調査や活動量調査等にご協力いただいた地域活動団体および関係者の方々、本資料の作成検討会にご参加いただいた委員各位に、この場を借りて御礼申し上げます。

平成２８年１２月２７日

国立研究開発法人　建築研究所
理事長　坂本　雄三

高齢者の地域活動参加のためのまちづくりの手引き

石井儀光*・阪田知彦*・澤岡詩野**・樋野公宏***・松村博文****・松本真澄*****

概　要

本資料は、建築研究所が平成 26 年度から平成 27 年度にかけて実施した「健康長寿社会に対応したまちづくりの計画・運営手法に関する研究」の一環として行った調査結果を取りまとめたものである。

わが国においては、急速な高齢化、社会保障費の増加により、2050 年には現役世代 1 人で高齢者 1 人を支える「肩車型」社会になると言われる。そうした時代を迎えるに当たり、生き生きとした暮らしや介護予防の観点から、高齢者の社会参画を促す仕組みが求められている。

こうした背景を受け、地域の安全・安心活動、公共施設等の維持管理活動に関する地域活動団体へのグループインタビューや参加者個人へのインタビュー調査、活動量調査等を通じて、高齢者の地域活動への参加を促す仕組みについて検討した。また、検討結果を専門家以外にも分かりやすく伝えるため、質的分析法に基づく地域活動参加過程を『参加すごろく』という形にアレンジしたり、地域活動団体の取り組みの工夫を『処方せん』という形にアレンジしたりするなどの工夫を行った。本資料は、これら高齢者の地域活動参加促進のための方策を、行政機関や地域活動団体向けの手引きとして整理したものである。

*　国立研究開発法人建築研究所　住宅・都市研究グループ　主任研究員
**　公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団　主任研究員
***　東京大学大学院工学系研究科　准教授　（建築研究所　客員研究員）
****　地方独立行政法人北海道立総合研究機構北方建築総合研究所
地域研究部　部長　（建築研究所　客員研究員）
*****　首都大学東京大学院都市環境科学研究科　助教

（所属は平成 28 年 3 月末時点）

A Handbook for Community Building to Promote Elderly People's Participation in Community Activities

by

Norimitsu Ishii*, Tomohiko Sakata*, Shino Sawaoka**, Kimihiro Hino***,
Hirofumi Matsumura****, Masumi Matsumoto*****

ABSTRACT

This Building Research Data is a Result of R&D Project “A Research on Planning and Management Method of Community Building for a Society of Health and Longevity “between fiscal year 2014 to 2015.

In Japan, due to rapid aging and increased social security expenditure, it is said that in 2050 it will become a “pick aback type" society supporting one elderly with one active generation. In this era, there is a need for a mechanism to encourage elderly people to participate in society from the viewpoint of lively living and care prevention.

Based on this background, we will discuss how to encourage the elderly people to participate in community activities through group interviews with activity groups on regional safety and security activities, maintenance and management activities, life history survey on individual participants, activity meter survey, etc. investigated. Also, in order to communicate the results of the study in an easy-to-understand manner to non-experts, we devised measures to participate in community activities based on the qualitative analysis method in the form of "participation Sugoroku (traditional board game)".

This hand book organized the method for promoting participation of elderly people participating in community activities, which has been introduced so far, as guidance for local government and community groups.

* Senior Research Engineer, Dept. of Housing and Urban Planning, Building Research Institute

** Senior Researcher, the Dia Foundation for Research on Ageing Societies

*** Associate Prof., Graduate School of Engineering, The University of Tokyo
Visiting researcher, Building Research Institute

**** Director, Northern Regional Building Research Institute
Visiting researcher, Building Research Institute

***** Assistant Prof., Graduate School of Urban Environmental Sciences, Tokyo Metropolitan University
(as of the end of March 2016)

目　次

はじめに 1

第１章　高齢者が支える地域社会 5

１　高齢者が支える地域社会とは 5

２　高齢者による地域活動の現状と効果 6

３　高齢者の地域活動の参加促進に向けて 11

参考「高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの手引き」 12

コラム　変わりつつある地域活動への参加意識 13

コラム　高齢者が地域を変える　地域づくりが高齢者を変える 15

第２章　高齢者の地域活動参加促進手法 17

１　『参加すごろく』から『処方せん』を探す 18

２　「つぶやき」から『処方せん』を探す 20

３　地域活動参加の『処方せん』 21

コラム　女性の地域活動参加の世代変化 40

あとがき 42

■参考資料 43

１　インタビュー調査の概要 45

２　インタビュー調査結果の質的分析 55

３　活動量計調査の概要 61

４　調査対象団体の概要 64

５　高齢者の外出機会や行動範囲 76

はじめに

○　目的

わが国においては、急速な高齢化、社会保障費の増加により、2050 年には現役世代 1 人で高齢者 1 人を支える「肩車型」社会になると言われています。こうした超高齢社会を乗り切るには、元気な高齢者は支える側に回ることが必要です。そのためには、高齢者自身がいくつになっても社会との関わりを持ち、生き生きと暮らし続けることができるような仕組みが必要です。

また、高齢者が社会的に活躍できる機会が増えれば、心身の健康が保たれ、結果として健康寿命が伸びて、医療費や介護費用を減らし、現役世代にかかる負担を軽減することも考えられます。

こうしたなかで、国立研究開発法人建築研究所では、平成 26 年に「高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの手引き」を作成し、高齢者が参加しやすい地域活動の立ち上げ方や活動を継続するための工夫などを「組織運営」の視点から様々な方策等を示してきました。

これに対し、今回作成する手引きは「高齢者個人」のあり方に着目し、地域活動に参加することが高齢者ひとり一人に対してもたらす効果や、活動参加促進に向けた方策について示すものになると位置付けられます。そのため、全国各地域で活躍する 10 団体 54 名分のインタビュー調査を実施・分析するとともに、3 団体 41 名を対象とした活動量計調査等を通じて健康を維持する運動機会の実態調査等を行ってきました。

本書は、これらのデータや知見を基に、高齢者が年を重ねる中でもできるだけ長く、住み慣れた地域で支える側に留まり、生き生きと健康的に暮らせるまちづくりの実現に向けた方策を見出していくことを目的としています。

○　本書の利用にあたって

本書は、退職後、閉じこもりがちになりやすい高齢者に外出を促し、高齢化しても生き生きと健康的に暮らせるまちづくりを進めようとしている町内会・自治会、商店会などの地域リーダーやそうした活動を支援する自治体職員、まちづくり、福祉団体などの専門家による活用を想定しています。

○　本書で扱う「地域活動」の範囲

一般に「地域活動」には、地域の安全･安心・防災などに関する活動や公共施設の維持管理、保健・医療・福祉に関する活動に加えて、手芸やコーラスなどの趣味的活動などを含みますが、本書では、地域団体が行う地域の安全・安心に関する活動及び道路・河川・公園施設を対象とした維持管理活動を対象とします。

○　本書の構成

本書では、高齢者の地域活動への参加を通じて、地域社会の質の高い住環境の維持向上と高齢者ができるだけ長い期間、生き生きと健康的に暮らせるまちづくりの実現に向けた提案を次のような構成でまとめています。

はじめに

第１章　高齢者が支える地域社会

１　高齢者が支える地域社会とは（樋野）

２　高齢者による地域活動の現状と効果
- 地域にもたらす効果
- 高齢者自身にもたらす効果
- 行政にもたらす効果

３　高齢者の地域活動の参加促進にむけて
- 地域活動団体のニーズと高齢者ニーズのミスマッチ

参考記事：「高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの手引き」

コラム　変わりつつある地域活動への参加意識（澤岡）

コラム　高齢者が地域を変える 地域づくりが高齢者を変える(松村)

第２章　高齢者の地域活動参加促進手法

１　『参加すごろく』から『処方せん』を探す

２　〈つぶやき〉から『処方せん』を探す

地域で暮らす高齢者の〈つぶやき〉例

３　地域活動参加の『処方せん』

処方せん

『参加すごろく』の〈場面〉と〈つぶやき〉 ⇒ ①次の場面を決める〈要因〉 ＋ ②参加促進の働きかけ例

コラム　女性の地域活動参加の世代変化（松本）

あとがき　（石井）

■参考資料

１　インタビュー調査の概要
２．インタビュー調査結果の質的分析
３．活動量計調査の概要
４．調査対象団体の概要
５．高齢者の外出機会や行動範囲（阪田）

※括弧内に著者名の記載が無い部分は共同執筆

○　高齢者の地域活動参加のためのまちづくりの手引き作成検討会について

本書の作成にあたり、以下の皆さまのご協力を得て「高齢者の地域活動参加のためのまちづくりの手引き作成検討会」での検討を経て作成しました。構成メンバーは以下のとおりです。

学識経験委員（五十音順）

澤岡　詩野	公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団　主任研究員
樋野　公宏	東京大学大学院工学系研究科　准教授　（建築研究所　客員研究員）
松村　博文	地方独立行政法人北海道立総合研究機構建築研究本部 北方建築総合研究所　地域研究部　部長　（建築研究所　客員研究員）
松本　真澄	首都大学東京大学院都市環境科学研究科　助教

建築研究所

石井　儀光	国立研究開発法人建築研究所　住宅・都市研究グループ	主任研究員
阪田　知彦	同上	主任研究員

作成補助

藤井　祥子	株式会社都市環境研究所	主任研究員
安冨　弘樹	同上	主任研究員
関　　宏光	同上	研究員
西村　卓也	同上	研究員

（所属は平成 28 年 3 月現在）

第1章　高齢者が支える地域社会

1　高齢者が支える地域社会とは

わが国においては、少子高齢化が進み、生産年齢人口が減少しています。加えて、長期的な景気減速により、自治体の税収は減少し、その財政運営が厳しくなっています。このため、従来の水準で公共サービスを提供することが難しくなり、地域の共助にもその一部を担うことが求められています。

高齢化の進展は、社会保障費の増大と重ねて悲観的に論じられることが多いのですが、要支援・要介護の認定を受けた人は65～74歳では4.4%に過ぎず、75歳以上でも31.4%です（平成26年版高齢社会白書）。つまり75歳以上でも約7割の人は身の回りのことに不自由なく生活しているということです。こうした状況を肯定的に捉える向きもあります。千葉大学教授の広井良典さんは、「子どもプラス高齢者」を「地域密着人口」と呼び、戦後の高度成長期を中心に一貫して低下したのが、地域で過ごす時間が多く、地域の様々なことに関心の向く人々が一貫して増加する時代に入ったと述べています（広井良典「人口減少社会という希望」pp54-56，平成25年）。実際、高齢者が地域を支える例が各地で見られます。一般的な例として、身近な道路・公園の美化活動や、地域を見守る防犯パトロールを行う団体が挙げられます。これらの活動は、これまで行政（自治体や警察）が担うべきと考えられてきた役割を代替するだけでなく、行政が担いきれなかった役割を補完するものでもあります。こうした状況を踏まえると、目指すべき方向は「高齢者を支える社会」ではなく「高齢者が支える地域社会」であると言えます。

地域活動への参加は高齢者自身にもメリットがあります。活動に参加することで外出や会話の機会が増え、閉じこもりやうつになるリスクが低下します。すなわち身体的健康、精神的健康、社会的健康という健康の三要素をすべて良好な状態に保つことができます。地域活動を生きがいに感じる人も多いでしょう。元気なうちから地域活動に参加して健康寿命を延ばす人が増えれば、社会保障費が抑制できるという社会的メリットもあります。

しかし、地域活動に関心があっても、きっかけがなかったり、どこに行けばよいか分からなかったりして参加していない高齢者が少なくありません。特に、長年の会社生活を終えて定年退職した男性にとって、それまでの経歴を脱ぎ捨てて「地域デビュー」するハードルは高いようです。地域活動団体側にも、メンバーの世代交代ができず、活動の継続が困難になった団体が多く見られます。高齢化が進む地域のより良い将来を展望するために、このミスマッチを解消する知恵が求められています。

（樋野　公宏）

２　高齢者による地域活動の現状と効果

○高齢者が参加したい地域貢献活動としては、地域行事のほか、日常的な活動では交通安全や防犯・防災といった安全管理活動、環境美化や緑化推進・まちづくり等の生活環境改善活動が上位に挙げられています。これらは、従来は行政の役割と考えられてきましたが、近年は行政を補完する地域の共助により取り組まれるようになっています。（図　1-1）

○高齢者による地域活動には、趣味的な活動と地域貢献活動など、様々なものがありますが、本章では、地域貢献活動の内、防犯活動や子どもの見守りなど地域の安全・安心活動等と、道路、公園など身近な都市施設の維持管理活動を対象とします。

○また、地域、高齢者自身、行政の視点から高齢者による地域貢献活動（以下、地域活動という）がもたらす効果を整理します。

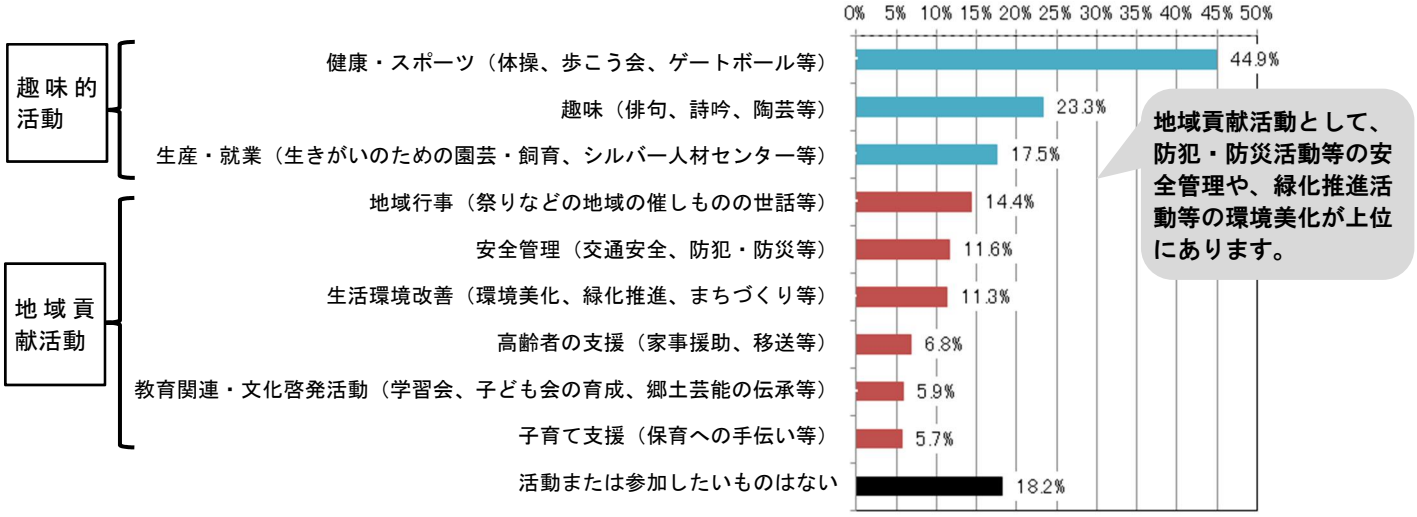


図 1-1　自主的活動で参加したい活動
【資料：内閣府平成 26 年度 高齢者の日常生活に関する意識調査結果を基に作成】

写真　安全管理に資する活動

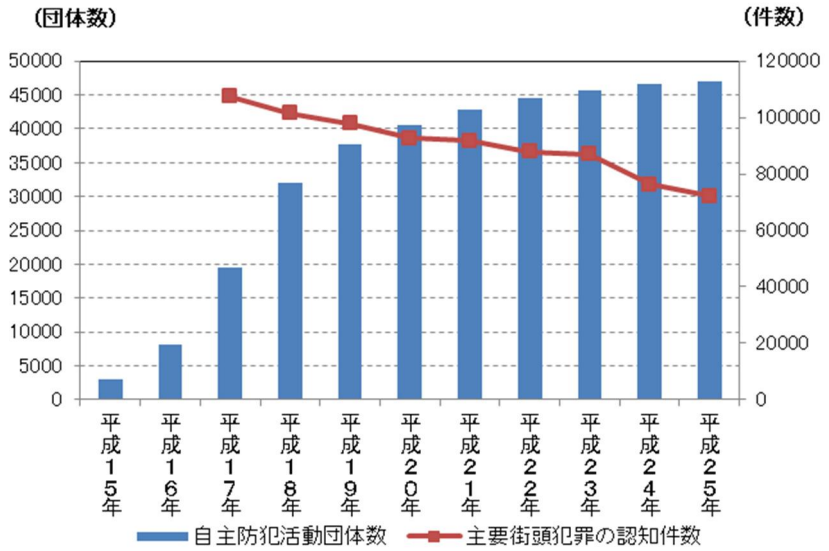
写真　生活環境改善に資する活動

１）地域の視点

○身近な道路・公園の美化活動に着目すると、行政による一律的な維持管理活動では、地域住民等が不満に感じることも少なくありません。しかし、身近な道路・公園を日常的に利用する地域住民が美化活動に取り組む地域では、近年、行政による活動支援が進みつつあることもあり、きめ細やかな活動により、四季とりどりの花々が咲くなど生活環境が向上しています。

写真　綺麗に手入れされている公園（板橋区・けやきの公園，P18）

○防犯パトロール活動に着目すると、防犯意識の高まりから地域の安全・安心に対する地域住民等の要望は年々高まっています。近年では、地域住民等による自主防犯パトロール活動が活発化するとともに、街頭犯罪の認知件数が減少するなど、地域の安全性が高まってきています。（図 1-2）



＊主要街頭犯罪とは、非侵入強盗、ひったくり、強制わいせつ、暴行、恐喝、オートバイ盗、自転車盗、車上ねらい、部品ねらい、自転車販売機ねらいのことを指します。

図 1-2　防犯ボランティア団体数と主要街頭犯罪の認知件数の推移
【資料：警察庁各年データを基に作成】

2）高齢者自身の視点

○高齢者は加齢により外出頻度が低下する傾向にありますが、毎日外出する高齢者の生活満足度は、週１日しか外出しない高齢者に比べて高い傾向にあります。（高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの手引き（建築研究資料 No. 159））

○近年、地域による高齢者の見守り活動が盛んになりつつありますが、地域活動に参加している人は、参加していない人に比べて、地域生活環境への満足度が高い傾向にあります。（図 1-3）

○また、主観的健康観の違いに関わらず、地域活動に参加している高齢者の方が、外出頻度や家族以外との会話頻度が少ない人の割合が低くなっている状況が窺えます。（図 1-4、図 1-5）

○参加しやすく楽しめる活動であれば、高齢者自身にとっても積極的、継続的に地域活動に取組みやすくなります。地域活動への参加が定着すれば、高齢者の生きがいとなるばかりでなく、地域活動自体の活性化につながることが期待できます。

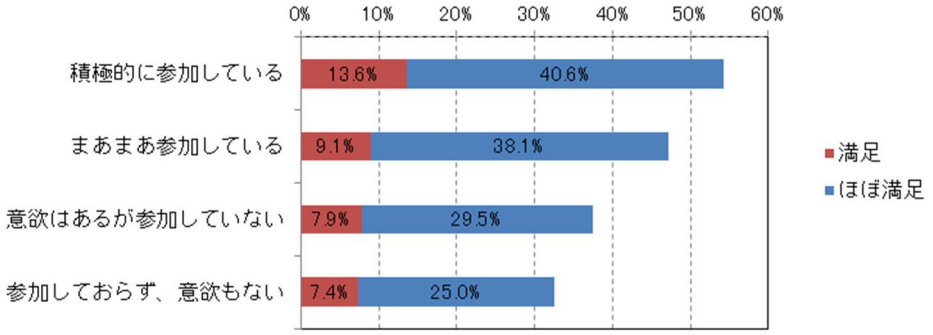


図 1-3　地域活動への参加状況と地域生活環境の総合的な満足度の割合
【資料：建築研究所平成 23-25 年度高齢者の安定した地域居住に関する生活行動実態調査を基に作成】

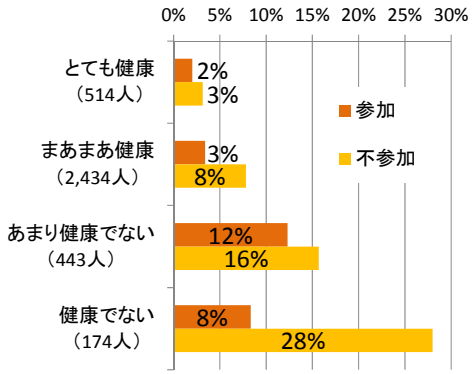


図 1-4　外出頻度が週１回以下の高齢者の割合
（地域活動参加状況別・主観的健康感別）

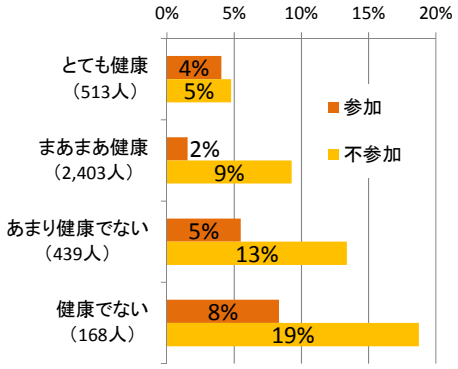


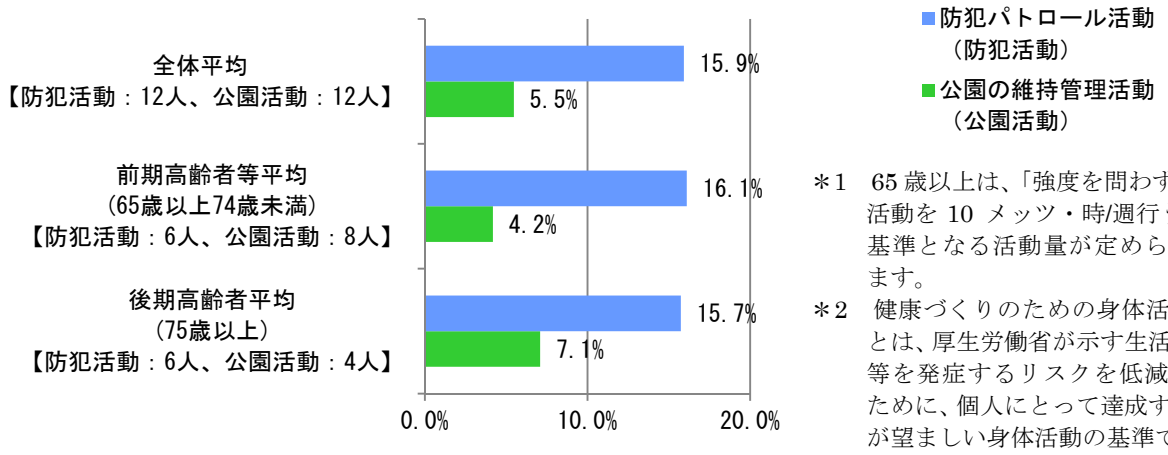
図 1-5　家族以外との会話が月１回以下の高齢者の割合
（地域活動参加状況別・主観的健康感別）

【出典：高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの手引き（建築研究資料 No. 159）】

○地域活動に参加することは、精神的健康に寄与するばかりでなく、日常における体を動かす機会として機能していると考えられます。

○実際に、地域活動に参加している方は、厚生労働省が示す健康づくりのための身体活動基準*を達成する割合が高く、高齢者自身の身体的健康の維持・向上に寄与していることが示唆されています。（平成 27 年度活動量計調査、詳細は参考資料を参照）

○地域活動の中でも、多くの歩行を伴う防犯パトロール活動は、１時間の活動をすることで健康維持に望ましいとされる１週間の身体活動量*1の約 16%、公園の維持管理活動では約 6%の身体活動量を担っていることが示されています。（図 1-6）



＊1　65 歳以上は、「強度を問わず、身体活動を 10 メッツ・時/週行う。」と基準となる活動量が定められています。

＊2　健康づくりのための身体活動基準とは、厚生労働省が示す生活習慣病等を発症するリスクを低減させるために、個人にとって達成することが望ましい身体活動の基準です。

図 1-6　健康づくりのための身体活動基準*2に対する地域活動の１時間あたりの身体活動量の割合

３）行政の視点

○地方公共団体の目的別歳出決算額の推移を見ると、高齢者の福祉などに使われる民生費が大きく増加しており、平成 15 年から平成 25 年にかけて約 1.6 倍になっています。（平成 27 年版地方財政白書ビジュアル版）

○この増加を抑えるためには、健康増進、疾病の予防や早期発見などを通じて、日常生活に制限のない状態で暮らせる「健康寿命」を延ばすことが必要です。そのためには体を動かすことが重要であり、健康な高齢者が増えると医療費削減効果にもつながるとされています。（図 1-7）

○近年、高齢者の地域活動への参加に対する支援を行っている地方自治体が増えていますが、防犯パトロールを通して歩くことや、道路・公園の清掃活動を通して体を動かすことは、高齢者自身の健康づくりに寄与するばかりでなく、民生費の抑制効果もあると考えられます。

○実際に、身近な道路・公園の美化活動や防犯パトロール活動に参加することが生きがいだという声や、活動ができなくても他のメンバーと会話することに充実感を感じるという声が聞かれます。（第２章参照）

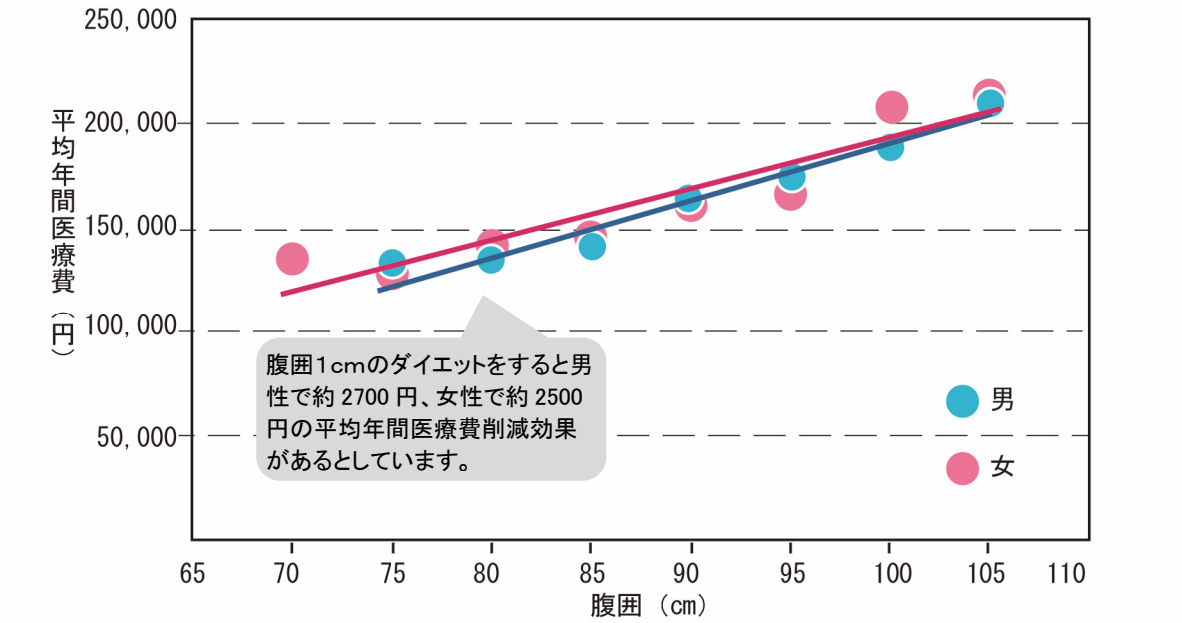


図 1-7　ウォーキングの医療費削減効果

【資料：横浜市衛生研究所 感染症・疫学情報課資料を基に作成】
＊腹囲 1cm＝脂肪 1Kg＝7000Kcal 相当し、7000Kcal 消費するのに、7000Kcal ÷100Kcal×3000 歩＝21 万歩を歩く必要があると計算します。
＊上記の条件をもとにすると、1000 歩ウォーキングすると、男性 13 円、女性 12 円の年間医療費削減効果があるとしています

4）高齢者による地域活動の効果

○こうした取り組みにより、高齢者自身が活動的になり生きがいが生まれ、地域活動への参画が促進できると、行政の歳出の削減や、地域のまちづくりへの貢献などが期待できます。

○また、高齢者に対して地域は高齢者の見守り支援、行政は地域活動への参加支援など、地域、行政・専門家を交えて、地域活動への参加促進に資する取り組みを行うことも大切です。

○高齢者による地域活動の充実・強化は、地域、行政のそれぞれにも有益であり、その活性化が求められています。活動を活性化するために活動団体が取り得る方策は、高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの手引き（p13 参照）に整理されています。

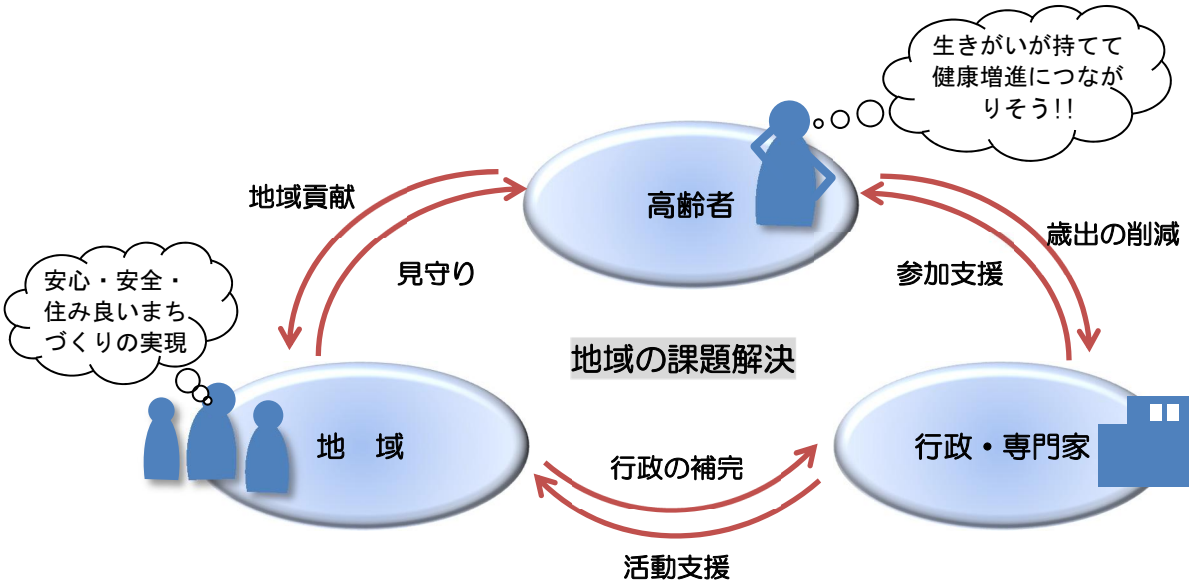


図 1-8　地域の課題解決に向けた方向性

３　高齢者の地域活動の参加促進に向けて

○多くの団体では、新たな参加者の確保が課題となっており、効果的に参加を促す仕組みや方法が求められています。

○特に定年退職後の男性の中には、地域とのつながりが少ない人も少なくありません。しかし、超高齢・人口減少社会における地域課題を解決するためには、地域で多くの時間を過ごす高齢者がより積極的に協力し合い、新たな地域の担い手となるなど、地域の人材を活かす取り組みが必要です。

○しかし、地域活動への望ましい関わり方は、高齢者自身の健康状態や価値観によって多様であり、２章以降では、この多様性を受けとめる参加促進手法について明らかにします。

図 1-9　地域活動団体の期待と参加をためらう高齢者の不安

参考　「高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの手引き」

（建築研究資料 No.159 平成 26 年 6 月）
http://www.kenken.go.jp/japanese/contents/publications/data/159/

この手引きは、建築研究所が平成 23 年度より平成 25 年にかけて実施した「高齢者等の安定した地域居住に資するまちづくり手法の研究」の一環として行った事例調査の結果を取りまとめたものです。この手引きでは買い物できる場づくり、居場所づくり、身近な道路・公園の維持管理、安全・安心環境づくりの 4 類型の取り組みについて事例紹介を行い、活動団体のマネジメント面に着目してポイントを整理しています。本手引きはこの手引きを踏まえ、地域活動に参加する個人に着目して、参加促進の方策を整理しています。

【目次】

はじめに

第１章　「高齢者が生き生きと暮らせるまちづくり」とは
1. わが国の高齢者の状況と課題
2. 高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの考え方
コラム１　まちづくり活動と介護予防について

第２章　まちづくり活動事例の取り組みと成果
1. 買い物できる場づくりの取り組み
2. 居場所づくりの取り組み
3. 身近な道路・公園の維持管理の取り組み
4. 安全・安心環境づくりの取り組み
コラム２　重層的な居場所づくりに向けて

第３章　まちづくり活動の進め方と留意点・工夫点
1. 買い物できる場づくりの進め方
2. 居場所づくりの進め方
コラム３　居場所づくりを失敗しないために
3. 身近な道路・公園の維持管理の進め方
4. 安全・安心環境づくりの進め方
コラム４　ニュータウンで仕事人間の男性がリタイア後に地域に戻るために

第４章　行政・専門家の技術的支援
1. 支援の流れと工夫・留意点
2. 支援にあたって
コラム５　高齢者の移動を地域で支える

第５章　事例集

コラム　変わりつつある地域活動への参加意識

■　定年退職した団塊世代はどこにいったか？

「2015 年問題」という言葉が新聞やテレビを賑わせたのを覚えておいででしょうか。これは、2015 年に団塊世代（1947 年～1 949 年生まれ）が年金受給年齢の 65 歳以上になり、社会保障費の増大や労働力の減少により、深刻な影響を与えることを指します。経済的にネガティブな影響ばかりが取りざたされた「2015 年問題」でしたが、大量の定年退職者を受け入れる地域社会では、新たな若い担い手の参加による活性化への期待が高まりつつありました。平均年齢が 75 歳以上という町内会・自治会、老人会も少なくない中で、心身ともに元気な団塊世代（定年退職したての 65 歳）の加入により、一気に若返りがはかられるはずでした。

しかし、2015 年を過ぎた今、地域のそこかしこで聞かれるのは「団塊世代はどこにいった？」「いったい、どんな誘い掛け、活動なら参加してくれるのか？」という嘆きにも似た言葉でした。そもそも、高齢者、定年退職者にとって、地域とはどんな場なのでしょうか？

■　定年退職後に始まる「第三の居場所」

ここからは、人の生きる場を 3 つの「居場所」に分け、定年退職後、地域に「第三の居場所」をもつ意味について触れたいと思います。この「居場所」という言葉に明確な定義づけは行われていませんが、アメリカの社会学者のレイ・オルデンバーグは「家庭（第一）」「職場や学校（第二）」という生活上必要不可欠な二つの居場所に続く、居心地の良さを感じる「第三の居場所（Third place）」の存在が都市の魅力を左右することを指摘しています。

図は、社会的孤立の危惧される都市部に居住する企業人の居場所の移り変りを現した概念図です。家庭が中心の乳幼児期から、学校や課外活動などにより青年期は多様な居場所をもつ様になり、成人期は就職を機に職場が空間、時間、社会関係、活動の全てにおいて主要な位置を占めるようになっていきます。こうして迎えた高齢期は、第二の円である職場が無くなるのと同時に、職場中心の成人期に縮小してしまった第三の円を再構築することの難しさに直面し、第一の円の小ささを再確認する時期といえます。

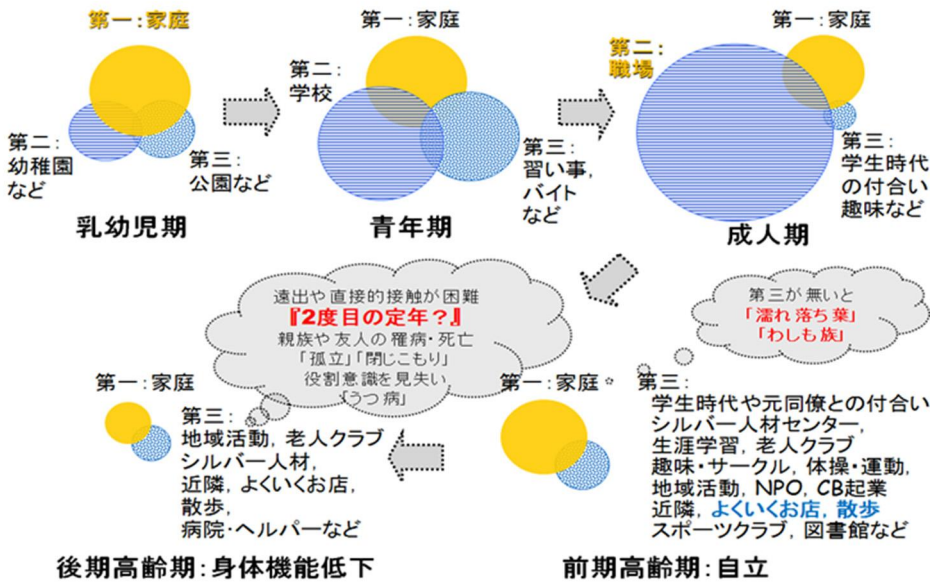


図　居場所の移り変り：都市部の企業人

最も身近なはずの住んでいる地域にも第三の円がほとんどないなかで、「家庭」に唯一の居場所を求めて配偶者の後をピッタリと張り付いて離れない、これが「濡れ落ち葉」や「わしも族」のゆえんといえます。

■　第三の居場所探しのキーワードは「徒歩圏・自転車圏」「出番」

「徒歩圏・自転車圏」:　定年退職後には、学生時代の OB 会への参加、気の合う仲間と田舎の休耕地で大好きな土いじり（畑仕事)、ずっと興味があった文学史を学びに大学の公開講座を受講するなど、多様な第三の居場所を見出す人が多く存在します。ここで残念なのは、時間の経過と共に、これらの居場所を失い、家に閉じこもってしまう人が、少しずつ増えていくことです。

この原因として、70 代前半に女性で約 9 割、男性で 7 割の人の自立度が大きく低下していくことが挙げられます。何となく電車やバスでの移動がおっくうになり、行動半径が自転車や徒歩で行ける範囲に狭まっていった結果、それまで交通機関を使わないと通えないような所にしか第三の居場所をつくってこなかった人に残されるのは第一の居場所である家庭のみになってしまいます。

だからこそ、元気な 50 代・60 代のうちから、「自転車・徒歩圏」、住んでいる地域にも第三の居場所をつくっておくことが求められます。

「出番」:　誰かのために力を発揮する、つまり「出番（役割)」を持つ人の方が、精神的にも身体的にも健康であるだけではなく、健康な状態を維持しているということが証明されています。この「出番」には、ボランティアや社会貢献、町内会や自治会活動、就労、家族のために介護や家事を担う、さらには、囲碁サークルで会計を担当する、散歩中にごみを拾うといったことまで含まれます。

就労という大きな出番を失った高齢期には、地域に第三の居場所を持つだけではなく、そこに自分の得意や関心を活かした「出番」を見出すことが、健康長寿の秘訣とも言い換えられるのではないでしょうか。

■　変わりつつある地域の「居場所」と「出番」の在り方

実際に今の定年退職者は、どんな「居場所」と「出番」を地域に求めているのでしょうか？筆者が関わった神奈川県横浜市で地域のボランティアとして活動する高齢者を対象にした調査では、週 1 回、月に数回程度、できる範囲で、できることを楽しく、細く長く続けるといった、あくまで自己のライフスタイルを維持することを最優先にして活動を行う人が団塊世代に多く存在していました。一方で、多くの時間を活動に費やし、人の為に滅私奉公する「ボランティア・ホリック」とも呼ばれる人が、70 代後半や 80 代で多く存在していました。

さらに、団塊世代からは、地域でボランティアをする理由として、「喜ばれる」といった相手から与えられる感謝に加え、「自身の健康の為づくり」「生活のリズムづくり」が挙げられました。

今後、団塊世代を中心に、地域に関わる人の裾野を広げて行く為には、ボランティア・ホリックこそが素晴らしいという既存のボランティア、地域活動観を変えていくことが重要といえます。同時に、それらの活動を通じて地域に「居場所」と「出番」を見出すことが、住み慣れた地域で豊かに歳を重ねる為の自助になるという動機づけを、高齢者のみならず中年・壮年世代に向け発信していくことが求められているのではないでしょうか。

（澤岡　詩野）

コラム　高齢者が地域を変える　地域づくりが高齢者を変える

■　高齢社会は新たな地域づくりの絶好のチャンス

自治会の加入率の低下、ＰＴＡの解散など、これまで行われていた地域活動は低迷しています。人口減少、超高齢化、自治体経営の逼迫などの社会状況の下、住民が自ら地域の課題を捉え、活動することが求められています。これから迎える超高齢社会は年金問題や高齢者福祉の負担の増大などの問題を抱える一方で、さまざまな能力を有する健康なリタイヤ世代が担い手となる新たな地域づくりの絶好のチャンスだといえます。

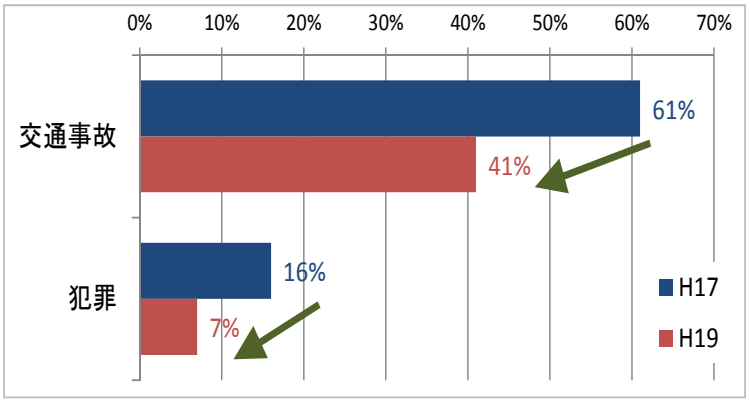
高齢者が気軽に集まるサロン「寄りあい茶の間」の活動の様子

■　地域に役立つ活動が高齢者の参加を促す…地域活動デビューのきっかけ

北海道旭川市の近文地区では、高齢者が中心となって小学生の下校時の見守り活動を平成 17 年から行っています。リタイヤ後にこの地区に転入してきた人がこの活動に参加しています。その人は、地縁のない新しい場所に住み替え、地域の中に溶け込みたいと思っていましたが、趣味もなく人付き合いが不得手なためカラオケや健康体操教室などには参加する気にならなかったそうです。そのような時に、見守り活動により子どもたちの犯罪や交通事故の危険遭遇件数が減少していることを、新規担い手募集のチラシで知り、子ども達のためになるならと参加した結果、一緒に参加している地域の高齢者ともつながりができ、それ以外の活動にも参加できるようになったのです。

このように、人づきあいの得意ではない人でも子どもや地域のために役立つ地域活動には参加しやすい面があるようです。特に、仕事中心で地域との関わりも希薄だった男性の地域活動デビューには向いているようです。

下校時の見守り活動の様子



見守り活動実施前の H17 と実施 2 年後の H19 における、交通事故と犯罪の面での怖い思いをした児童数割合の推移

＊本ページ内の図･写真は全て旭川市近文地区のものである

■　役に立てる場をつくる…１つの活動を多くの役割に分解する

北海道旭川市中心部の地区で、高齢者の孤立化などに危機感を感じた住民が、町内会の枠を超えた組織をつくり、高齢者が気軽に集まるサロン「寄り合い茶の間」を店舗併用住宅の空き家を活用して実施しています。この空き家は、居住していた所有者が亡くなり東京在住の息子さんに相続された後も、お向かいに住む組織のメンバーが除雪や換気などの管理を厚意で行っていたものです。その息子さんは両親がお世話になった地域の役に立つならサロンに使ってほしいとして実現しました。しかし、その建物は古く、長期間使用していなかったため、そのままで使うのは難しい状況でした。そこでメンバーの紹介で大工仕事が好きなリタイヤした住民が、ボランティアで内装や段差解消、トイレを和式から洋式にするなど、中古の材料等を集めリフォーム工事をし、見違える空間になりました。これがきっかけで、この人は地域のイベントなどの大工仕事などで大活躍しています。このことは、ひとつの地域活動にも、さまざまな役割があることを示しています。

そこで、サロン開催で主な役割を時系列に整理すると、事前の準備としては①サロンの企画、②会場づくり、③開催案内のチラシづくり、④チラシの配布があり、当日には⑤ポットや湯飲み、菓子などの道具の運搬、⑥歩いてくることができない人の送迎、⑦お茶入れや話し相手の７つに分解できます。これらの役割を全て会のメンバーがやるのではなく、役割ごとに担い手を募集することにより、チラシづくりが得意な人や話し相手は苦手だけれど道具の運搬や他人の送迎はできる人が参加できるようになります。

日曜大工のボランティアでトイレ改修(和式→洋式、段差解消）（旭川市中心地区）

■　地域活動と互酬性
…時を超えた“おたがいさま”が地域活動の担い手を育む

前述の高齢者を中心とした子どもの見守り活動では、子どもや子育て世代の人々が、地域活動の有益性を認識し、高齢者に対し敬意や感謝の気持ちを持つようになりました。そこで、若者が高齢者のために除雪支援や高齢者の見守り活動を行うなど“おたがいさま”の関係ができています。このように、“おたがいさま”の関係をつくることにより、新たな地域活動の展開や新たな担い手の参加が促されます。また、高齢者の見守りや除雪支援などの地域住民の厚意が拒否される例がありますが、“おたがいさま”の関係があると、気持ちよく受け入れやすくなります。この“おたがいさま”の関係は、子どもの時や子育ての時にお世話になったので、リタイヤした際には何か地域のための活動に参加するというように、時間を超えて機能するので、地域活動の担い手確保の持続性にも役立ちます。

PTA 主催の地域の高齢者の見守りなどの検討ワークショップ（近文地区）

（松村　博文）

第2章　高齢者の地域活動参加促進手法

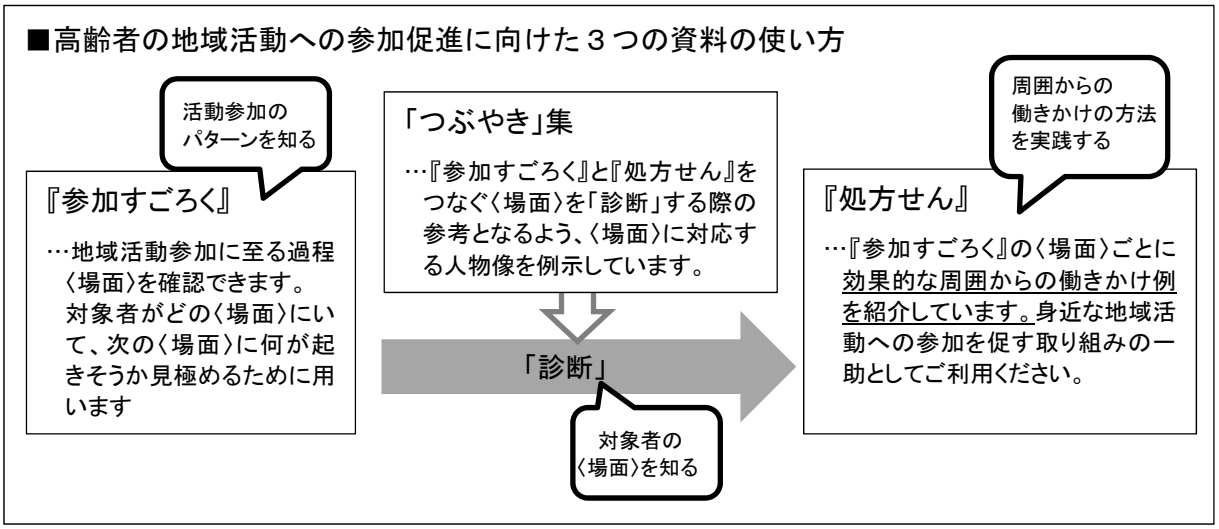
高齢者が支える地域社会づくりを豊かに育てていくためには、これまで地域活動に関心が低かった高齢者や参加のきっかけがなかった高齢者にも協力してもらいやすい仕組みを作り出すとともに、参加者が続けたい・続けられると思える活動を地域に増やしていくことが大切です。

このため、現に活発な地域活動が行われている団体（表 2-1）の皆さんに、地域活動に参加したきっかけや現在の活動状況、参加し続けられている要因等についてインタビュー形式でお話をうかがいました。こうして集めた情報を分析したところ*、ある高齢者が地域活動に出会い、試みに参加し始めたところから、継続的に活動に参加するようになるまでには、いくつかの過程があり、パターンがあることがみえてきました。

本章ではこうして得られた知見をもとに、高齢者が地域活動参加に至るいくつかの過程を〈場面〉としてとらえ、ある〈場面〉のマスから次の〈場面〉のマスに移ることを「すごろく」になぞらえてまとめてみました。『参加すごろく』（19 ページ）では、ある高齢者の地域活動との関わりの状況を〈ふりだし〉として、いくつかの〈場面〉を経て、当該活動における参加状況を示す〈あがり〉に至る過程が導き出されています。

また、高齢者の意識が、ある〈場面〉から次の〈場面〉に移る時には、周囲の人々の働きかけが重要な役割を果たしていることも分析から分かりました。このため、すごろくの各〈場面〉に応じて、活発に活動している団体での取り組みを参考に、ある〈場面〉から次の〈場面〉へと進むために役立つ働きかけ例を『処方せん』（22～39 ページ）としてまとめました。

なお、効果的な働きかけを行うためには、対象となる高齢者が『参加すごろく』のどの〈場面〉にいて、どの『処方せん』の働きかけが有効と思われるかを見極める「診断」が大切です。その手助けとなるように、各〈場面〉に対応する人物像の「つぶやき」集（20 ページ）もまとめましたので参考としてください。



＊インタビュー調査（45～54 ページ参照）から得られたデータの主たる分析対象者は、定年退職後に地域デビューしにくいとされる勤め人だった男性であり、グラウンデッド・セオリー・アプローチ（GTA）という質的分析手法（55～60 ページ参照）を用いて分析しました。また、ここでいう地域活動とは、地域の安全・安心づくりに向けた活動及び身近な道路や公園の維持管理活動などを想定したものです。

表 2-1　調査対象団体の一覧

	調査対象団体	所在地	本書の略称（よみ仮名）	活動主体	団体紹介ページ
安全・安心活動	東初石１丁目自治会 自主防犯パトロール隊	千葉県 流山市	東初石（ひがしはついし）	地縁型	65 ページ
	幸町１丁目防犯 パトロール隊	千葉県 千葉市美浜区	幸町（さいわいちょう）	地縁型	66 ページ
	亀戸２丁目団地 管理組合自治会	東京都 江東区	亀戸（かめいど）	地縁型	67 ページ
	足立区長門南部町会	東京都 足立区	長門南部（ながとなんぶ）	地縁型	68 ページ
	近文あい運動	北海道 旭川市	近文（ちかぶみ）	テーマ型	69 ページ
維持管理活動	グループけやき	東京都 板橋区	けやき	テーマ型	70 ページ
	青葉美しが丘 中部地区アセス委員会	神奈川県 横浜市青葉区	美しが丘（うつくしがおか）	地縁型	71 ページ
	さつき台自治会 公園愛護会	神奈川県 横浜市港南区	さつき台（さつきだい）	地縁型	72 ページ
	高麗川ふるさとの会	埼玉県 坂戸市	高麗川（こまがわ）	テーマ型	73 ページ
	戸畑区老人クラブ 友親会	福岡県 北九州市戸畑区	戸畑区（とばたく）	テーマ型	74 ページ

1　『参加すごろく』から『処方せん』を探す

○19 ページにある図 2-2 が、高齢者の地域活動における〈場面〉と、それぞれの〈場面〉同士の関係性を表した『参加すごろく』になります。

○高齢者が、ある地域活動団体と関わり始める〈ふりだし〉から、地域活動との関わり方が一定の形に収まる〈あがり〉となるまでには、**９つの〈場面〉**があります。

■『参加すごろく』での各マスの種類

○地域活動を知ったり興味を持ち始めたりする〈ふりだし〉の時点では**「地域とのつながりの状況」**が大きく影響しますが、地域活動との関わりの〈場面〉が展開していくと、最終的には**「習慣的な活動参加」「限定的な活動参加」「活動からの離脱」「地域活動不参加」**の４つの〈あがり〉のいずれかに到達することとなります。

○なお、一度「習慣的な活動参加」に到達した方でも、体力の低下などによって地域活動との関わり方が変化し、「限定的な活動参加」などの別の〈あがり〉に移動することがあります。

○また、仮に一度「地域活動不参加」などに到達した方でも、新しい活動に出会うことができれば、今度はその新しい活動との関わりとして『参加すごろく』をたどることがあります。

■高齢者が参加・離脱・不参加に至るまでの『参加すごろく』

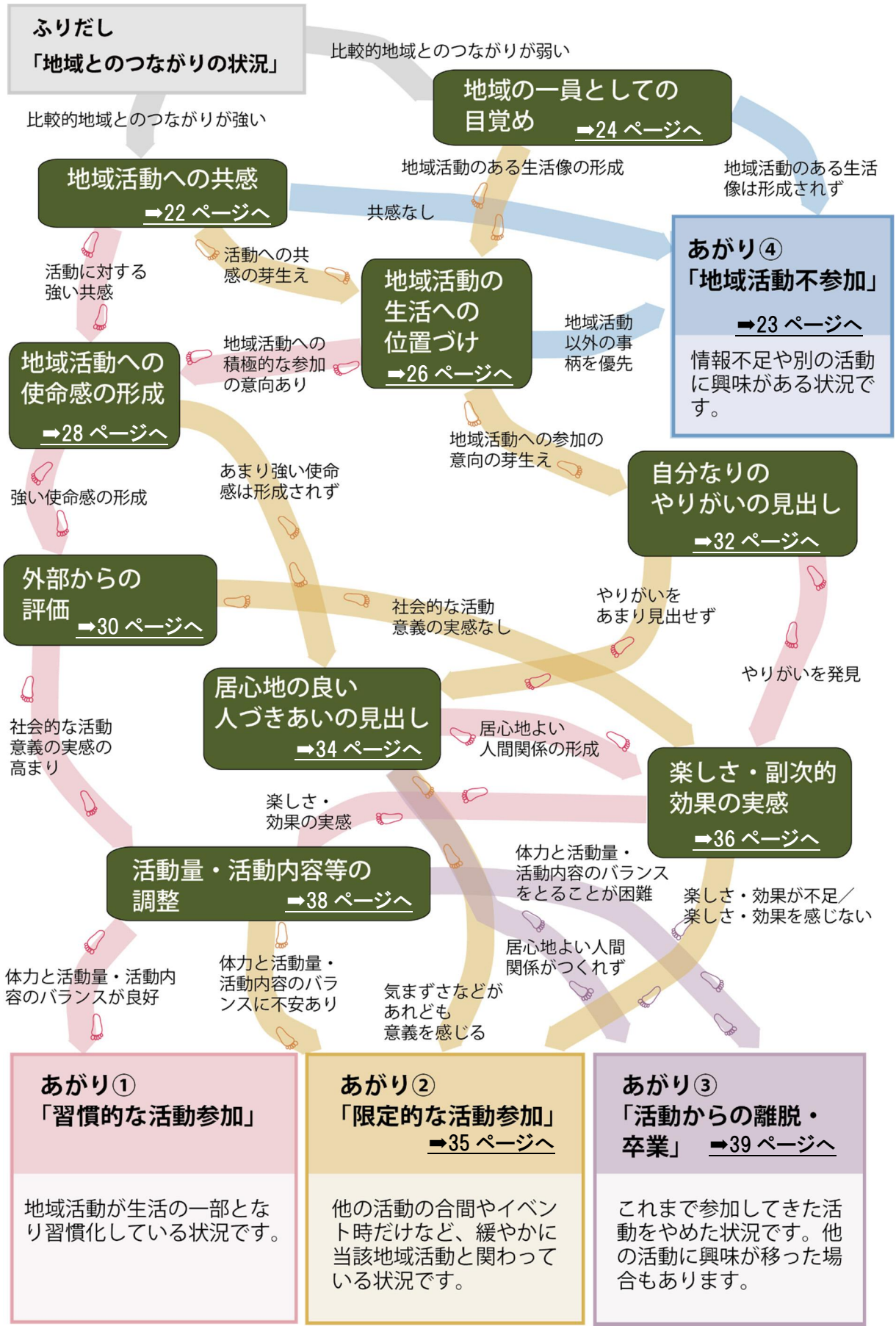


図 2-1　高齢者の地域活動における『参加すごろく』

（ページ番号は『処方せん』の掲載ページ）

2　「つぶやき」から『処方せん』を探す

○高齢者の地域活動における『参加すごろく』では、〈場面〉同士の関係性を示しましたが、読者の皆さんが地域の高齢の方々に、地域活動の参加を働きかけていきたいときに、その人がどの〈場面〉に相当するかが明確にわかるときばかりではないでしょう。

○そんな時は、図 2-3 にある地域で暮らす高齢者の「つぶやき」の例から、地域活動の参加を働きかけていきたい人の現状に近い人物像を探してみて、該当する『処方せん』に進んでください。

「既に他の地域活動にも参加していますが、この活動との関わりはまだありません」
「定年退職を迎える前から、頻繁に町内会や地域行事に参加してきましたが、地域活動への関心はそれほどありませんでした」
➡22 ページへ

「現役時代、地域活動は妻に任せきりでした」
「退職を機に、娘が住む町に引っ越してきました」
➡24 ページへ

「既に活動に参加している人から話をきいて、面白そうだと思いました」
「生活にメリハリをつけるために活動に参加してみようと思いました」
➡26 ページへ

「パトロール活動で地域を安全にしたいと思いました」
「地域の人々のために何かすることは大事なことだと思い始めています」
➡28 ページへ

「自分たちの活動で、地域の環境を良くしていきたいので、これからも活動に参加したいと考えています」
➡30 ページへ

「パトロールで歩くと、健康に良さそうなので参加しています」
「地域の役に立ちそうな活動なので参加します」
➡ 32 ページへ

「誘われたから何となく参加しています」
「地域での知り合いが増えると思って参加しています」
➡34 ページへ

「活動の目に見える成果がないのでもどかしさを感じています」
「活動へのやりがいは、何となくでしか感じていません」
➡ 36 ページへ

「地域住民からの感謝を受けて、健康であるうちは参加したいと思っています」
「活動は楽しいので体力的に大変でなければ、今後も続けられそうです」
➡38 ページへ

図 2-2　各『処方せん』に相当する「つぶやき」

３　地域活動参加の『処方せん』

○高齢者が地域活動の新たな担い手として参加を促していくためには、活動の頻度や負荷に対して高齢者自身の気力や体力のバランスがとれるように、団体が多様な形の参加を受け入れたり、地域特性に応じて活動内容を工夫したりすることが重要です。

○参加促進手法の『処方せん』は、高齢者が地域活動で相対する９つの〈場面〉ごとに作成しており、**『処方せん』の概要**・**①次の〈場面〉に進む〈要因〉**・**②次の〈場面〉に進むための働きかけ例**を掲載しています。

■参加促進手法の『処方せん』の見方

『処方せん』の概要

・地域活動との関わりの深さによって、それぞれのメンバーがどの〈場面〉に当てはまるかが異なります。その〈場面〉に該当する方に対して、『処方せん』にある働きかけを実践すると、活動への参加を促すことが期待できます。

・また、それぞれの『処方せん』が高齢者の地域活動における『参加すごろく』のどの場面に位置しているかについても図示しています。

①次の〈場面〉に進む〈要因〉

・各〈場面〉での次に進む〈場面〉を決める〈要因〉を解説しています。

②次の〈場面〉に進むための働きかけ例

・①にある〈要因〉を踏まえて、インタビュー調査での結果や、本手引き作成検討委員会での知見から、【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】【団体の支援者ができること】といった処方例を整理しました。

図 2-3　『処方せん』の見方

＜処方せんＡ＞地域活動への共感

『新たな参加者に共感をもってもらうためには？』

○既に地域とのつながりが比較的強い人は、地域内の知り合いなどから団体の存在を教えられ、活動に共感を持つことが活動参加への最初のステップとなります。

例えばこんな人

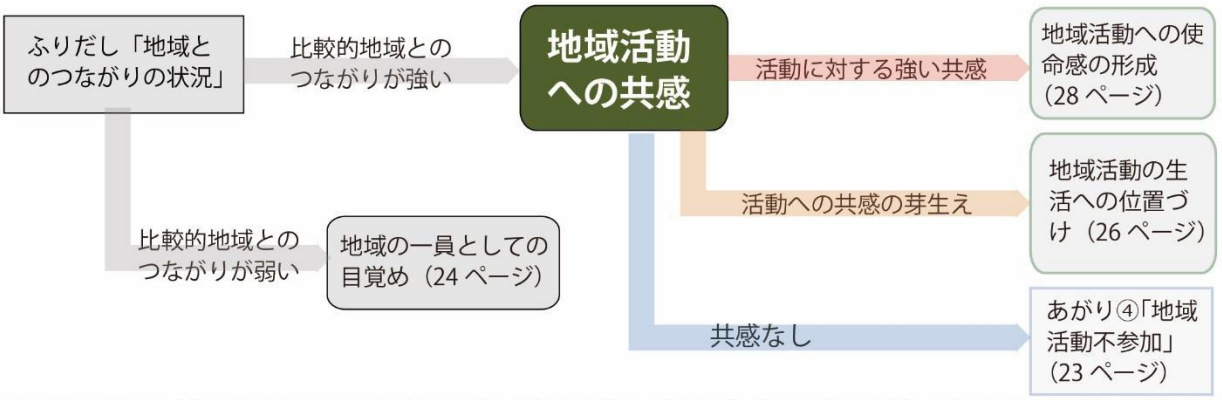
「既に他の地域活動にも参加していますが、地域活動との関わりはまだありません」

Ａさん

「定年退職を迎える前から、頻繁に町内会や地域行事に参加してきましたが、地域活動への関心はそれほどありませんでした」

Ｂさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「地域活動への共感」から次の〈場面〉を決める〈要因〉として、次の４つが挙げられます。これらが順調に満たされていくと強い共感を得ることができます。一方で、これらが上手く満たされないと共感なしとなります。また、これらすべてが満たされなくても、部分的に満たされ始めると共感の芽生えへとつながります。

既活動者の知り合い：
地域内に知り合いが多い方は、地域活動に参加するきっかけが様々な方向から転がり込んでくるようです。また、地域内に知り合いが多い方ほど、地域環境への関心が強いことが期待できますので、活動内容への共感やメンバー同士の理解を持ちやすい可能性があります。

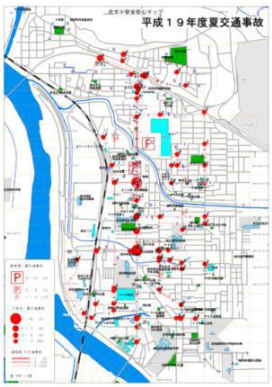
活動への勧誘：
既に活動に参加しているメンバーからの勧誘は、活動に参加する主なきっかけの一つです。勧誘を受けて、参加するかどうかは個人の意思によりますが、まず声をかけてみることが新たな参加者の獲得の第一歩となります。

声を掛けた人の信用：
地域活動に参加するにあたって、不安なく活動に参加できると感じてもらうことが重要です。声をかけた方に対する信頼や信用があるほど一緒に活動しようと思う方も多いようです。

当該活動への関心：
自分が暮らす地域環境に関心を抱く方は多いですが、地域課題の当事者や本人からの直接的な働きかけで、課題への共通認識がより深まることがあります。

○活動への共感が上手く得られた場合 ⇒ 28 ページへ
○活動への共感が生まれ始めた場合 ⇒ 26 ページへ
○活動への共感が得られなかった場合 ⇒「地域活動不参加」となります。下記の囲みをご覧ください。

②共感をもってもらうための働きかけ例



くらがり調査や交通事故調査による地域の安全性の実態把握（近文）

【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

■地域環境を守ることの啓発のための働きかけ

・地域で何か問題が起きたときや地域環境に関連する全国的なニュースがあった時に、既に行動を起こしている地域や近隣の自治体の取組みを参考に、あなたの地域でも行動に起こしてみましょう。

■団体の存在や活動内容を知るための働きかけ

・新しい活動を始めるときは、まずは知り合いを巻き込むところから始めましょう。
・団体の参加者の中で、みんなからの人望が厚い人、知り合いが多い人に、新たな参加者への声掛けをお願いしてみましょう。
・高齢者が集まる場でのネットワークを活用して、新たな参加者を探してみましょう。
・犬の散歩仲間や地域のイベントなどでよく見かける人にも声をかけてみましょう。

【団体の支援者ができること】

■地域環境を守ることの啓発のための働きかけ

・地域行事などで、地域の課題や団体の活躍を紹介しましょう。
・地域環境の実態を調査して、地域の課題を住民と共有する機会を設けてみましょう。

■団体の存在や活動内容を知るための働きかけ

・新たにまちづくりに関わる活動をしたいと考えている方々に、団体の情報提供してみましょう。

あがり④

「地域活動不参加」とは…

『参加すごろく』の最初のあがりである「地域活動不参加」とは、地域とのつながりが浅く、地域の情報が十分に伝わっていないことと、活動テーマそのものに興味が持てなかったことが考えられます。

地域との関わりを持たないまま定年退職を迎えた場合などでは、すぐに地域活動に係ることは難しい場合があります。こうした場合でも、高齢化しても近隣で活動できる場があることは重要だということを理解してもらい、生涯大学校などで興味が持てそうなテーマを見つけ、まずは自治会等地域の大きな組織に加入し、できるところから少しずつ地域との関わりを積み重ねていくことが大切です。

千葉県生涯大学校・京葉学園

活動の様子

出典：http://chiba-shougaidai.jp/school/keiyou.html

＜処方せんＢ＞地域の一員としての目覚め

『新たな参加者に地域活動のある生活像をもってもらうには？』

○現在の地域とのつながりが比較的弱い人は、生活の中で地域活動に参加する暮らし方があることへの気づきが、地域活動との関わりの最初のステップとなります。

例えばこんな人

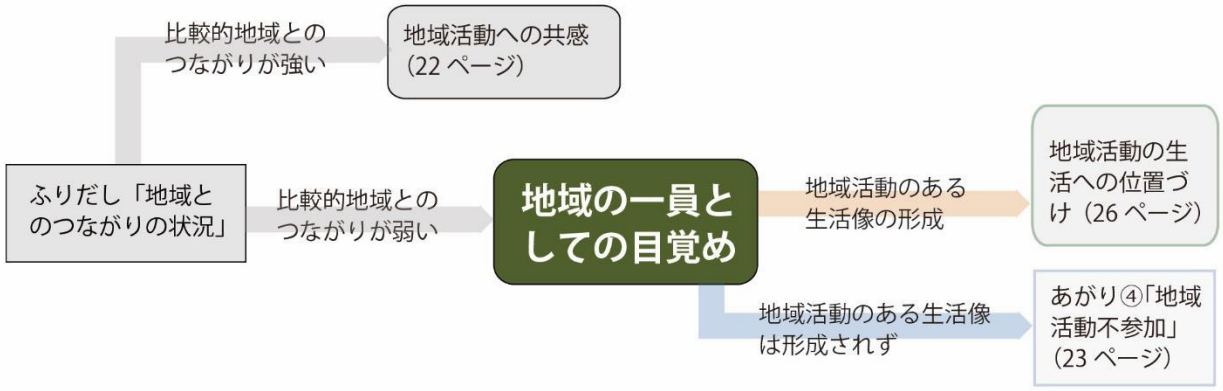
「現役時代、地域活動は妻に任せきりでした」

Ｃさん

「退職を機に、娘が住む町に引っ越してきました」

Ｄさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「地域の一員としての目覚め」から次の〈場面〉を決める〈要因〉として、次の４つが挙げられます。これらが順調に満たされていくと地域活動のある生活像の形成につながります。一方で、これらが上手く満たされないと地域活動のある生活像は形成されずとなります。

講習等での意識づけ：
地域や退職前に所属していた会社での研修会や、退職後に入学した生涯学校の講習などが地域に目を向けるきっかけとなっていることもあります。

地域活動との関わりの気付き：
地域とのつながりが比較的弱い方は、退職後の生活の中で地域活動が生活の一部になると気づくことから始まります。そのためには、積極的に接点を見つけて近隣で声をかけあう関係が生まれることが大切です。

既存の地域活動の印象：
詳しい状況は知らなくてもホームページや活動の様子から、地域活動に対して良い印象を持っている方は、新たに参加する際のハードルも低いようです。

退職後生活への不安：
定年退職後は大きく生活が変わります。地域とのつながりが弱い方は、退職後の地域で暮らし続けるイメージを具体的に持つことが難しいため、漠然とした不安や、行くところがなく家にこもりがちになること、健康維持への不安などを抱いていることがあります。

家にこもっていても仕方ないという思い：
定年退職後は大きく生活が変わります。地域とのつながりが比較的弱い方は、退職後の地域で暮らし続けるイメージを具体的に持つことが難しいため、漠然とした不安や、行くところがなく家にこもりがちになること、健康維持への不安などを抱いていることがあります。

○地域活動のある生活像を上手くもってもらえた場合　⇒ 26 ページへ
○地域活動のある生活像をもってもらえなかった場合⇒「地域活動不参加」となります
23 ページへ

②地域活動のある生活像をもってもらうための働きかけ例

【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

■地域活動への参加が仲間づくりのきっかけ、体力維持につながることへの気づきのための働きかけ

・仕事や地域外での活動などが忙しく、今まで地域とのつながりがなかった人に、些細なことでもきっかけにして積極的にコミュニケーションをとってみましょう。

■退職後の生きがい探しをしている方への地域活動参加のきっかけづくりのための働きかけ

・町内会の会合などで団体の活動を紹介してみたり、町内の掲示や広報などを活用して活動メンバーを募集してみたりしてみましょう。

・団体の活動の充実感や成果などが伝わる PR 活動を行ってみましょう。

公園の掲示板での講演の魅力紹介や団体の活動内容・活動日などの情報提供（さつき台）

地区の広報などを活用しての団体の活動内容の紹介（幸町）

【団体の支援者ができること】

■地域活動への参加が仲間づくりのきっかけ、体力維持につながることへの気づきのための働きかけ

・高齢者が集まる場で、地域活動への参加の重要性や、地域活動への参加が生きがいや地域での仲間づくりのきっかけになることを伝えてみましょう。

・ボランティアなどに興味のある方などを集めて、地域活動への参加による効果を紹介する講習会開催してみましょう。

■退職後の生きがい探しをしている方への地域活動参加のきっかけづくりのための働きかけ

・地域活動やボランティア活動に参加することで行政サービスなどが受けやすくなる取組みなどを行ってみましょう。

健康寿命延伸ワークショップによる地域活動と高齢者の健康について意見交換
（愛媛県新居浜市泉川校区連合自治会）
【出典：高齢者が生き生きと暮らせる街づくりの手引き（建築研究資料 No. 159 号）】

＜処方せんＣ＞地域活動の生活への位置づけ

『参加者に参加の意義を見出してもらうためには？』

○地域活動への共感が芽生え始めた人や地域活動がある生活像を持ち始めた人は、自分に合った参加の意義を見出すことが継続的な参加の第一歩となります。

例えばこんな人

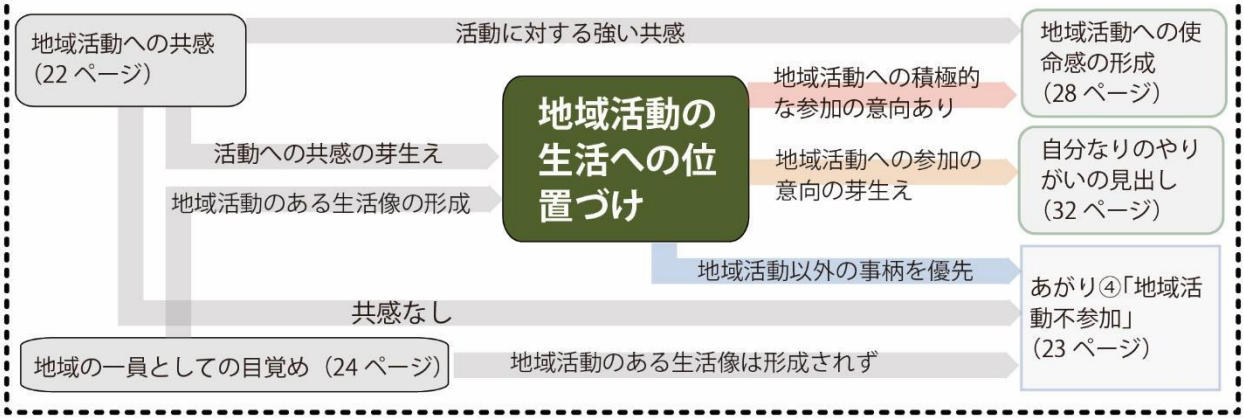
「既に活動に参加している人から話をきいて、面白そうだと思いました」

Ｅさん

「生活にメリハリをつけるために活動に参加してみようと思いました」

Ｆさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「退職後生活における地域活動の位置づけ」から次の〈場面〉を決める〈要因〉として、次の６つが挙げられます。これらが順調に満たされていくと地域活動への積極的な参加の意向ありとなります。一方で、これらが上手く満たされないと地域活動以外の事柄を優先」となります。また、これらすべてが満たされなくても、部分的に満たされると地域活動への参加の意向の芽生え」へとつながります。

社会に役立ちたい思い：
年金生活に入ることで、何らかの社会貢献活動への協力意識や定年退職後も何かしら社会に対する関わりを持ちたいと考えている方もいます。

活動内容の魅力：
活動の内容が魅力的であるほど、活動に関わり参加しようという気持ちの芽生えにつながります。また地域活動に多様な取り組みがあることも興味の門戸を広げます。

趣味活動との両立：
地域課題に気づいた時にその問題に自身が関わるようになるかどうかについて、その気持ちの持ちようは、人によって様々あるようです。「こうあるべき」とは思わないことも大切です。

活動内容の柔軟性：
地域活動に参加してもらうためには、趣味活動などの、地域活動以外の日常的な活動とスケジュール的にも両立ができる必要があるようです。

不安からの脱却：
健康状態や私生活面などで悩みを抱えている場合でも、活動に参加して充実した時間を過ごすことで、不安を時間が解消されることにつながります。

自身の健康維持意識：
健康意識や趣味活動を希求している人の中には、その目的にあった活動には協力してくれることがあります。特に身近な機会をとらえた地域活動は健康維持のためには効果的な方法です。

○自分に合う参加の意義を上手く見出せた場合 ⇒ 28 ページへ
○自分に合う参加の意義が芽生え始めた場合 ⇒ 32 ページへ
○自分に合う参加の意義を見出せなかった場合 ⇒「地域活動不参加」となります 23 ページへ

②参加の意義を見出してもらうための働きかけ例

【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

■それぞれのメンバーのライフスタイルに合わせた参加方法の見出しのための働きかけ

・団体の人数を多くして、全員が毎回の活動に参加できなくても、活動が継続できる体制を整えましょう。

・メンバーごとの興味に合わせて参加できるように、様々な柔軟性のある活動内容を用意してみたり、周囲の住民と協働して多様な活動へ展開できたりする雰囲気をつくってみましょう。

■継続的な参加による良さの共有のための働きかけ

・団体内の交流会を開催したり、少人数でのコミュニケーションの場を設けたりするなどして、メンバーが不安を打ち明けたり、アドバイスし合えたりする機会をつくってみましょう。

メンバーの都合に合わせたスケジュールの調整（幸町）

【団体の支援者ができること】

■それぞれのメンバーのライフスタイルに合わせた参加方法の見出しのための働きかけ

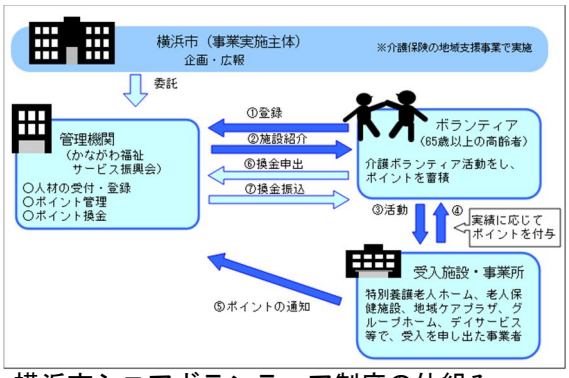
・活動内容や参加方法のレパートリーを提案し、参加様式を多様化するサポートをする。

■継続的な参加による良さの共有のための働きかけ

・地域活動やボランティア活動に継続的に参加することで行政サービスなどが優遇される取組みなどを行ってみましょう。

・地域活動に参加し始めて間もない方を対象に、講習会や、長く地域活動に参加している方との交流会などを開催して、活動参加による高齢者自身に対する効果を伝えてみましょう。

清掃活動場所である公園でメンバーが主体的に開催している寄せ植え講習会（けやき）



横浜市シニアボランティア制度の仕組み

＊所定の研修を修了し、介護支援ボランティア登録をした 65 歳以上の横浜市民が、ボランティア活動を行うとポイントが付与され、このポイントを貯めて一定ポイント以上になると、現金に換金または寄付することができる仕組み

出典：https://www.rakuraku.or.jp/kaigonavi/riyousha/manabitai/volunteer/6.html

ビオトープの清掃管理や自然観察会などを開催（高麗川）

出典：http://komagawakanri.blog.fc2.com/blog-date-201401.html

＜処方せんＤ＞地域活動への使命感の形成

『参加者に活動に対する使命感をもってもらうためには？』

○地域活動に強い共感をもった人や、地域に意義を見出して活動に参加している人が、活動に対する使命感を持つと、それが非常に強力な参加へのモチベーションを生みだすことにつながります。

例えばこんな人

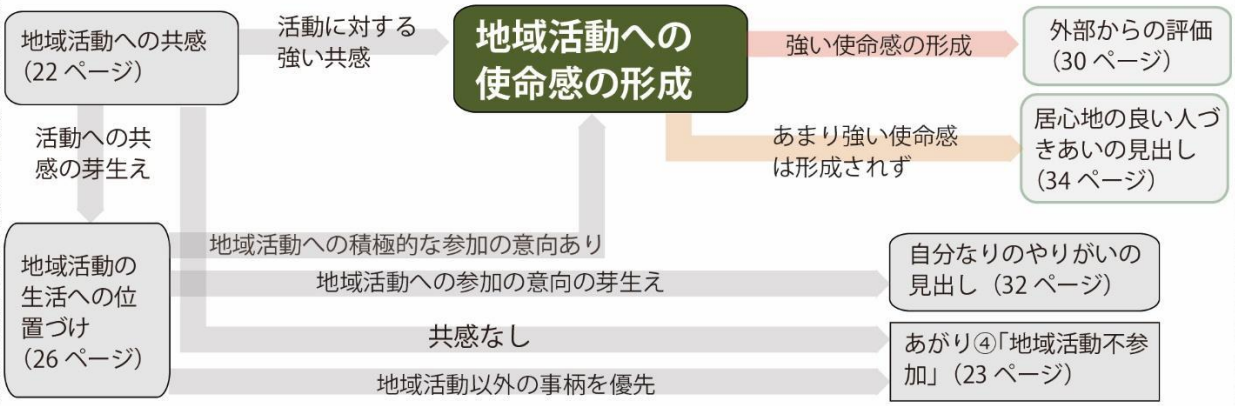
「パトロール活動で地域を安全にしたいと思いました」

Ｇさん

「地域の人々のために何かすることは大事なことだと思い始めています」

Ｈさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「地域活動に対する使命感の形成」から次の〈場面〉を決める〈要因〉として、次の３つが挙げられます。これらが順調に満たされていくと強い使命感の形成につながります。一方で、これらが上手く満たされないとあまり強い使命感は形成されずとなります。

活動の当事者意識：
地域活動への参加を通して、地域環境を守る意識や、地域の課題を自身で解決する意識、また地域活動を担う団体の存在の重要性などを意識することが、当事者意識を持ち始めることにつながります。

役員等の任命：
使命感の形成にあたっての主なきっかけの一つとして、団体内での役員等を務めることがあるようです。役割を担うことで、地域環境のより詳細な課題に関心を抱いたり、メンバー同士の人間関係などに気を配るようになるきっかけとなります。

活動を担う使命感：
団体内の一員であるという意識や自身で課題解決を目指そうとを強く持ち始めることが、活動を担うという使命感につながっていきます。そして、その使命感が最終的には、地域環境を守っているという強い意識にもつながります。

○活動に対する使命感を上手くもってもらえた場合 ⇒ 30 ページへ
○活動に対する使命感があまり強まらなかった場合 ⇒ 34 ページへ

②活動に対する使命感をもってもらうための働きかけ例

【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

■地域環境の守る上での自分たちの役割の重要さの気づきのための働きかけ

・定期的に団体の活動報告会を開催して、日々の活動の成果や新たな地域の課題などについて情報共有する機会を設けてみましょう。
・地域のイベントなどに合わせて通常の活動とは違った活動も開催してみましょう。
・地域内の活動によって環境が改善された場所を認識してもらい、取組みの成果を理解してもらいましょう。

見守り活動のネットワーク会議での情報共有（近文）

【団体の支援者ができること】

■地域環境の守る上での自分たちの役割の重要さの気づきのための働きかけ

・活動時に使用する用具などを提供して、団体の一体感を高め、地域の環境を守っている役割を担っていることを認識してもらいましょう　。
・他の地域活動団体や地元住民などとの交流の機会を設けてみましょう。

住民による道路緑地帯の雑草管理（美しが丘）
＊行政が年２回行う草刈りの合間に地域住民総出で草刈りを行います。草刈り道具は様々な助成を得て少しずつ充実させてきました。

自治体が提供している帽子（左：戸畑区）や活動着（右：東初石）

通常のパトロール活動とは異なる防犯訓練の実施（亀戸）

清掃の活動場所の公園での地域のコンサートイベントの開催（けやき）

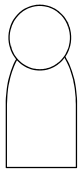
＜処方せんＥ＞外部からの評価

『参加者に社会的な活動意義を実感してもらうためには？』

○地域活動に対して強い使命感を持っている人は、地域の方々にも活動の重要性を理解してほしいと感じています。地域の方々からの活動に対する理解・評価が何かしらの形で表れることは大切なことであると言えます。

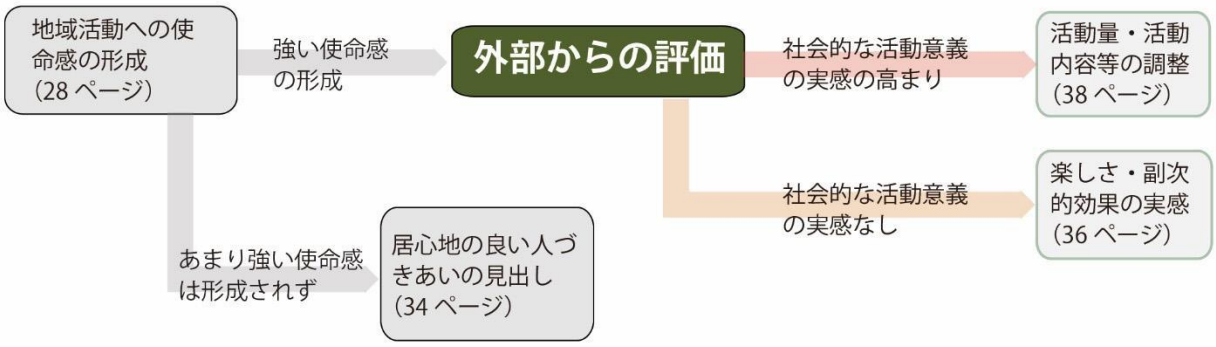
例えばこんな人

「自分たちの活動で、地域の環境を良くしていきたいので、これからも活動に参加したいと考えています」



Ｉさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「外部からの評価」から次の〈場面〉を決める〈要因〉として、次の３つが挙げられます。これらが順調に満たされていくと社会的な活動意義の実感の高まりにつながります。一方で、これらが上手く満たされないと社会的な活動意義の実感なしとなってしまいます。

活動の第三者評価：
活動団体の外部から評価されたり、表彰を受けたりすることで自分たちの活動が評価されることは、団体の活躍が期待されていることを実感できます。客観的に認められることで、活動の必要性や重要性も再認識することにつながります。

マスコミ報道：
外部からの評価の中でも、報道機関や市報や県報など多くの人の目に触れる広報媒体によって取り上げられることは、団体のメンバー自身や地域全体への影響度が強いようです。そして、周囲から注目されているという意識を持つと、より積極的に活動に参加しようという意欲が高まっていきます。

活動の新たな展開：
団体の外部と考え方を共有することで、それが新たな交流や活動へのつながりを生み、これまで活動にはない新たな地域環境の維持・向上のための活動に展開することがあります。具体的には、市の活動団体の連絡城議会等の発足です。こうした活動に係ることで、より地域活動に熱心に取り組むようになることもあります。

○社会的な活動意義を実感してもらえた場合　⇒ 38 ページへ
○社会的な活動意義の実感があまりなかった場合 ⇒ 36 ページへ

②活動団体の社会的な活動意義を実感してもらうための働きかけ例

【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

■団体外部の人々からの期待や評価、感謝の実感のための働きかけ

・他の団体や自治体、警察署などの外部の方々と交流する機会を設け、客観的な意見を踏まえて自分たちの取組みを振り返ってみましょう。

【団体の支援者ができること】

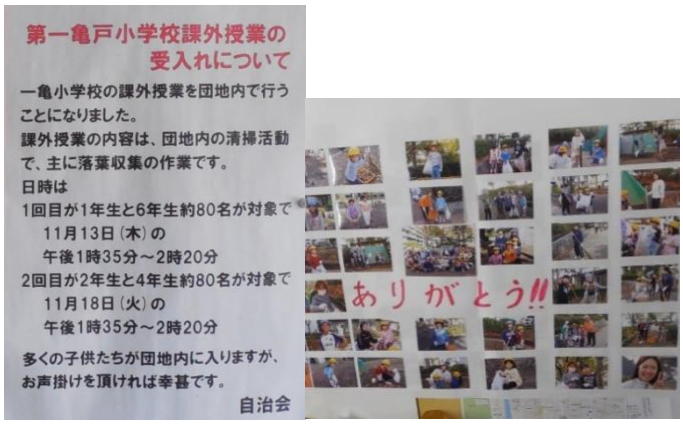
■団体外部の人々からの期待や評価、感謝の実感のための働きかけ

・団体の活動を評価し、表彰や活動成果の取りまとめなどの明確な形で、評価を団体に伝えてみましょう。

・地方新聞や地元の広報誌などで団体の活躍を取り上げてみましょう。

・周囲の住民などとともに、活動に対する感謝をメンバーに伝える会を開催してみましょう。

自治体と共同で作成している安全・安心まちづくりのマニュアル（亀戸・長門南部）



小学校の課外活動の受け入れと、小学生からの感謝を込めた写真（亀戸）

県民だよりによる団体の活躍の記事掲載（東初石）

行政機関からの活動団体への表彰状（戸畑区）

見守り活動参加者への感謝の昼食会（近文）

＜処方せんＦ＞自分なりのやりがいの見出し

『参加者に自分らしいやりがいを見出してもらうためには？』

○個人的なテーマや目的の実現を重視して活動に参加している人や、活動の必要性や参加の使命感の意識があまり強くない人は、団体内での自分らしさの活かし方に気づくことで、継続的な参加への意識が高まります。

例えばこんな人

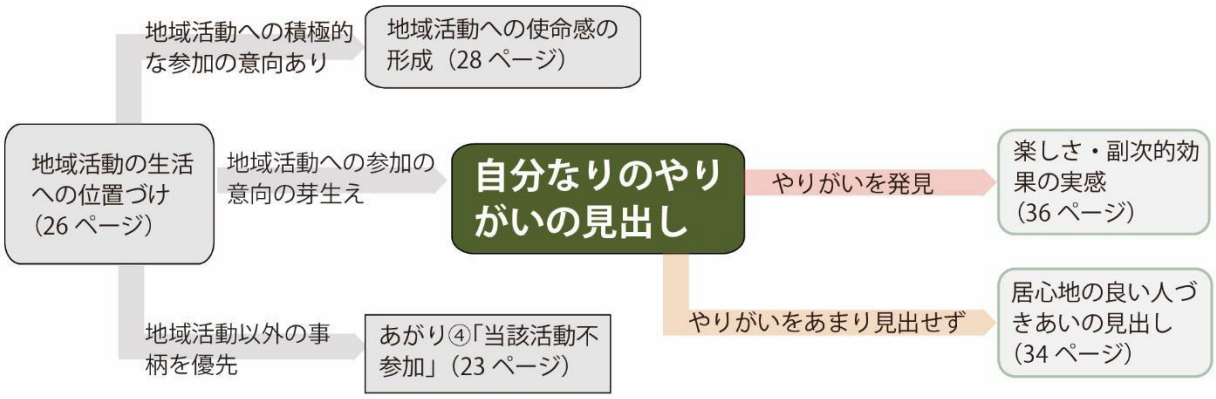
「パトロールで歩くと、健康に良さそうなので参加しています」

Ｊさん

「地域の役に立ちそうな活動なので参加します」

Ｋさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「自分なりのやりがいの見出し」から次の〈場面〉を決める〈要因〉として、次の４つが挙げられます。これらが順調に満たされていくとやりがいを発見につながります。一方で、これらが上手く満たされないとやりがいをあまり見出せずとなってしまいます。

経験・能力の活用：
自分の職歴・学歴での経験や、趣味・特技などの能力を団体内で活かすことで、自分ならでは役割を見つけることとなり、活動の達成感や満足感の見出しにもつながっていきます。

求められる役割：
周囲から期待されている役割を認識することで、団体内での自分の存在意義を実感し、より積極的な参加の意識を持つことが出来るようになります。

生活における活力：
活動に参加することは、そのまま外出頻度が増えたり、家族以外の方々とコミュニケーションを取る機会が増えることにつながります。こうした活動への参加が日常生活のメリハリにつながっていることに気づいてもらうことも重要です。

活動成果の実感：
活動に継続的に参加するモチベーションの一つがやりがいです。極めて個人的な感情ですが、参加動機を構成する要素としては重要です。その内容は人により異なり、他者からの評価や感謝の場合もあれば、個人的な能力の表出や達成感が大事な場合もあります。

○自分らしいやりがいを上手く見出せた場合 ⇒ 36 ページへ
○自分らしいやりがいを見出せなかった場合 ⇒ 34 ページへ

②自分らしいやりがいを見出してもらうための働きかけ例

【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

■自分なりのやりがいの発見のための働きかけ

・団体として困っていることを相談してみて、他のメンバーの気づきを活動の要素に取り入れるとともに、そのメンバーの能力を最大限に発揮してもらいましょう。

・活動に対して感じる問題点やアイディアを聞いてみて、団体内の課題を解決しつつ、活動の新たな展開を模索してみましょう。

■それぞれのメンバーの経験や能力を活かした役割の見出しのための働きかけ

・メンバーの過去の経験などをヒントにそれぞれの適性に合った役割を担ってもらいましょう。

メンバーの専門的な技術を生かした清掃活動の役割分担（けやき）

【団体の支援者ができること】

■自分なりのやりがいの発見のための働きかけ

・メンバーに技術的な講習会などを行うとともに、認定証を発行して、自信をもって団体内での特別な役割を担ってもらうきっかけづくりをしてみましょう。

■それぞれのメンバーの経験や能力を活かした役割の見出しのための働きかけ

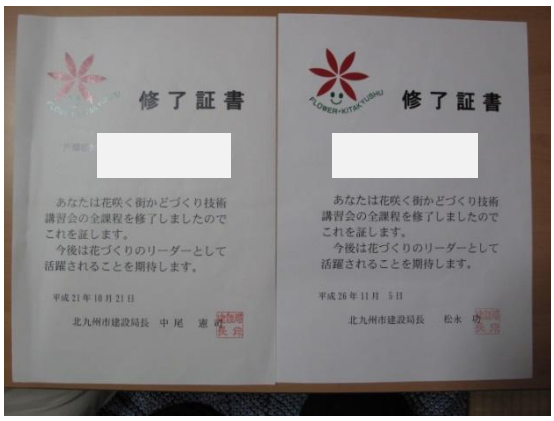
・他の団体と比較して、活動団体の活動で不足している要素を抽出するとともに、リーダーや主要メンバーの相談相手となって、活動の不足要素を補える人材探しを支援してみましょう。

改修前

改修後

多様な参加を認める事例：日曜大工仕事で和室を洋室に改装した事例（旭川市大成地区）

メンバーの職業経験を活かしたニュースの作成（東初石）



自治体で発行している花づくりのリーダーの認定証（戸畑区）

＜処方せんＧ＞居心地の良い人づきあいの見出し

『参加者に居心地の良い人間関係を形成してもらうためには？』

○活動における自分らしさを見出せていない人や、活動の使命感の意識があまり強くない人であっても、他の参加者とよい人間関係が形成できると、それが参加のモチベーションにつながっていきます。

例えばこんな人

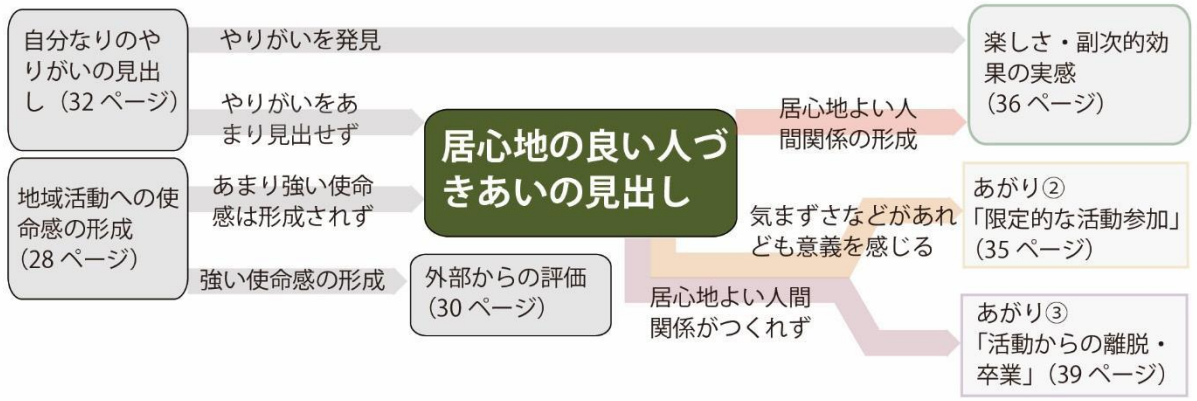
「誘われたから何となく参加しています」

Ｌさん

「地域での知り合いが増えると思って参加しています」

Ｍさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「居心地よい人づきあいの見出し」から次の〈場面〉を決める〈要因〉として、次の５つが挙げられます。これらが順調に満たされていくと居心地よい人間関係の形成につながります。満たされないと居心地よい人間関係がつくれず/気まずさなどが生じます。

地域の課題等を語れる人間関係：
活動に対する思いや地域の課題認識や将来像をともに話し合い、よくしていこうと思える、地域への思いを共感できる仲間関係が団体内に生まれることが大切です。

活動当初の気後れの解消：
活動参加は最初が肝心です。当初は知り合いが少なく心細く感じる方も多いものです。そうした方々の気後れや不安を早目に解消できるよう働きかけていくことが重要です。

参加の心得の共有：
楽しく活動している団体の中にはお互いが気持ちよく活動するためのルールやポリシーを持つことで、お互いの気遣いを大切にしているところもあります。

人づきあいの距離感：
メンバー同士が長く付き合っていくためには、常に親密な関係を気づく必要はなく、その時々のお互いの状況や相性などにも配慮しながら、適度な距離感で接することも大切です。

人づきあいの広がり：
活動を通して人づきあいが広がることもあります。人づきあいの広がりは、日常生活の張り合いにもつながります。一方で、人づきあいの深まりを実感することも居心地よい人間関係の形成のきっかけの一つとなります。

○居心地よい人間関係を上手くつくれた場合 ⇒ 36 ページへ
○居心地よい人間関係をつくれなかった場合 ⇒「限定的な活動参加」となります
このページ下部の囲みをご覧ください

②居心地よい人間関係を形成してもらうための働きかけ例

【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

■人づきあいの広がりの実感のための働きかけ

・団体全員が顔を合わせられる機会をつくってみましょう。

■他のメンバーとの仲間意識形成のための働きかけ

・活動を振り返る機会をつくって、普段の活動に対する思いや今後の目標を共有しましょう。

・心地よい人間関係維持のため、組織の活動ポリシーを明確化し、参加者相互に共有することも安定した人間関係の維持に効果的です。

・活動がないときでも気軽に集まれる活動拠点の場所をつくってみましょう。

活動後のお茶飲み会（東初石）

【団体の支援者ができること】

■人づきあいの広がりの実感のための働きかけ

・活動日に合わせた地域行事の開催などによって、多世代で交流できる機会をつくりましょう。

■他のメンバーとの仲間意識形成のための働きかけ

・他の団体においてのコミュニケーションのための取組みや、参加者の工夫を紹介したり、アドバイスしたりしてみましょう。

団体の防災訓練協力による若い世代との交流の機会（けやき）

あがり②

「限定的な活動参加」とは…

「限定的な活動参加」とは、自身の体力低下だけでなく参加者をとりまく家族環境の変化（介護や孫の世話など）により、皆と同じ活動がしにくくなる場合があります。また、他に取り組みたい活動が生じた場合などが考えられます。

こうした場合は周りの人々が、参加が限られてしまう人の事情を理解し、緩やかでも活動団体とのつながりを継続していけるようにすることが大切です。

また、今回、団体調査を行った中では、右図で示した東初石のほか、近文地区でも一度作った組織をいったん解散し、仕切り直した経緯がありました。全体的に参加状況が低下した時などは地域活動をいったん終了させて、新たな活動団体等を立上げるなど、時には思い切りの良さも必要だと思われます。

H15
流山市初の地域防犯組織「ピースライト」発足

・任意団体
・当番制／負担感が大きかった
・女性が中心で男性が参加し難かった

H18
自治会主催の「自主防犯パトロール」として再発足

パトロール組織の変化（東初石）

＜処方せんＨ＞楽しさ・副次的効果の実感

『参加者に活動の楽しさや効果を実感してもらうためには？』

○団体内で居心地よい人間関係が形成できている人や、活動参加における自分らしさを見出した人、団体の存在意義を実感できていない人が楽しさや地域環境の変化、個人的な効果などを見出すことで、継続的に活動に参加してもらえることが期待されます。

例えばこんな人

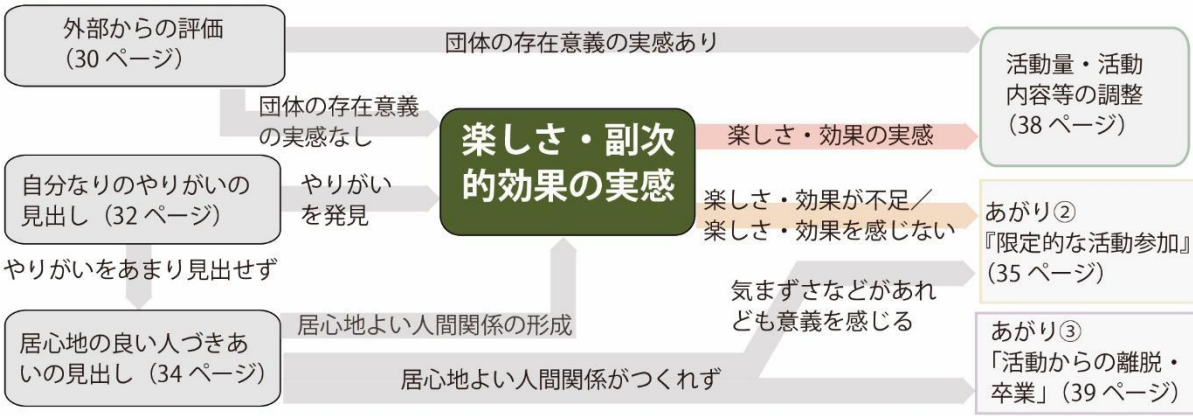
「活動の目に見える成果がないのでもどかしさを感じています」

Ｎさん

「活動へのやりがいは、何となくでしか感じていません」

Ｏさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「楽しさ・副次的効果の実感」から次の〈場面〉を決める〈要因〉として、次の５つが挙げられます。これらが順調に満たされていくと楽しさ・効果の実感につながります。一方で、これらが上手く満たされないと不満／他活動への興味大となります。

活動による健康改善効果：
団体の成果に限らず､それぞれのメンバーの体力面の向上や健康の改善を認識することも継続的な活動への参加の成果といえます。中でも自身の健康数値を記録化することは、活動への参加の前後での違いが把握でき､その変化に対しての面白さや楽しさも発見できます。

活動組織内の信頼関係：
メンバー同士の信頼関係が強いと、それぞれが気兼ねなくコミュニケーションをとることができるので、活動の楽しみや効果をより高めることにつながります。

自然に生まれる会話（コミュニケーション）：
パトロール活動や清掃活動など最中や活動後のお茶飲み会などで会話が弾むと、人間関係の形成に加えて、純粋な楽しみの心もくすぐられます。

他の活動への興味：
地域活動内での楽しさや効果が見つからず、他の活動への興味等が膨らんでしまった場合は、自身の中で地域活動の位置づけが下がってしまう場合があります。

○活動の楽しさや効果を上手く実感してもらえた場合 ⇒ 38 ページへ
○活動の楽しさや効果が実感できなかった場合　⇒「限定的な活動参加」となります
35 ページへ

②活動の楽しさや効果を実感してもらうための働きかけ例

【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

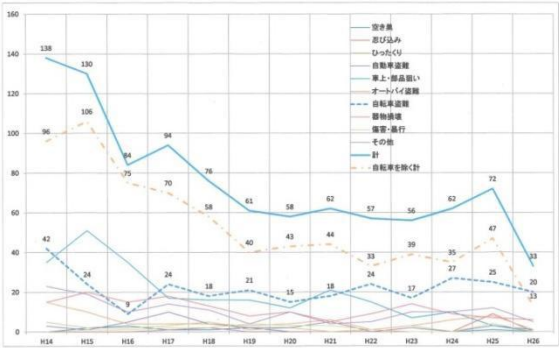
■個人的な参加効果の実感のための働きかけ

・地域活動への参加の効果が可視化できる取組みを実施して、継続的な参加の面白さ実感してもらいましょう。

■メンバーによる団体の活動の効果等の把握のためのたらきかけ

・活動の勉強会を開催したり、団体の実績をデータでまとめたりして、メンバー全体で活動効果を把握したり、今後の活動に向けて幅広い視点を持ってもらったりしましょう。

・団体の活動の恩恵を受けている方々との交流会を開催して、改めて活動の効果や感謝してくれる人々の存在を実感できる機会を設けてみましょう。



地域の犯罪発生件数の推移の整理による活動効果の把握（幸町）

ワークショップでの地区の安全性や見守り活動の効果の確認（近文）

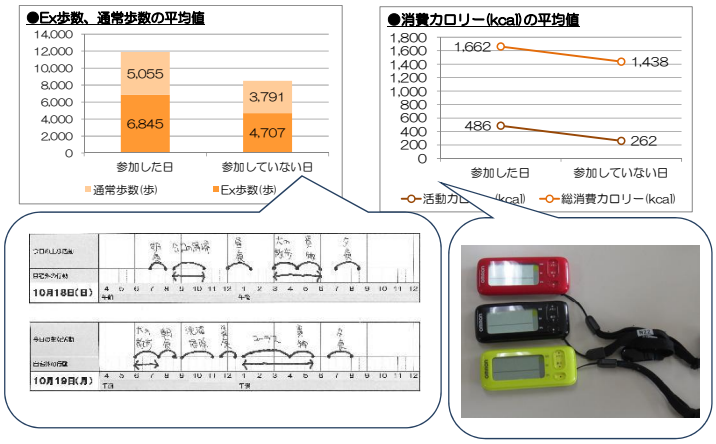
【団体の支援者ができること】

■個人的な参加効果の実感のための働きかけ

・活動量計などを用いて、メンバーの活動参加による効果を検証してみましょう。

■メンバーによる団体の活動の効果等の把握のための働きかけ

・メンバーと一緒に活動エリアの周囲のまちの雰囲気の変化を観察したりワークショップを開催したりして、周辺環境への活動効果を確認してみましょう。



活動量計・活動日誌を用いた調査、分析による活動参加における体力的効果の把握（詳細は 61 ページを参照）

小学生とのふれあい集会と子どもたちからのプレゼント（近文）

＜処方せんⅠ＞活動量・活動内容等の調整

『体力面からも継続しやすい活動だと感じてもらうためには？』

○団体の存在意義を実感している人や、活動に楽しさを見出している人は、体力面に無理がなければ活動への参加が習慣化していきます。一方で、高齢になるにつれて体力的な衰えてくるため、それぞれの体力に合わせた参加が可能となる雰囲気を団体内でつくっていくことが望ましいでしょう。

例えばこんな人

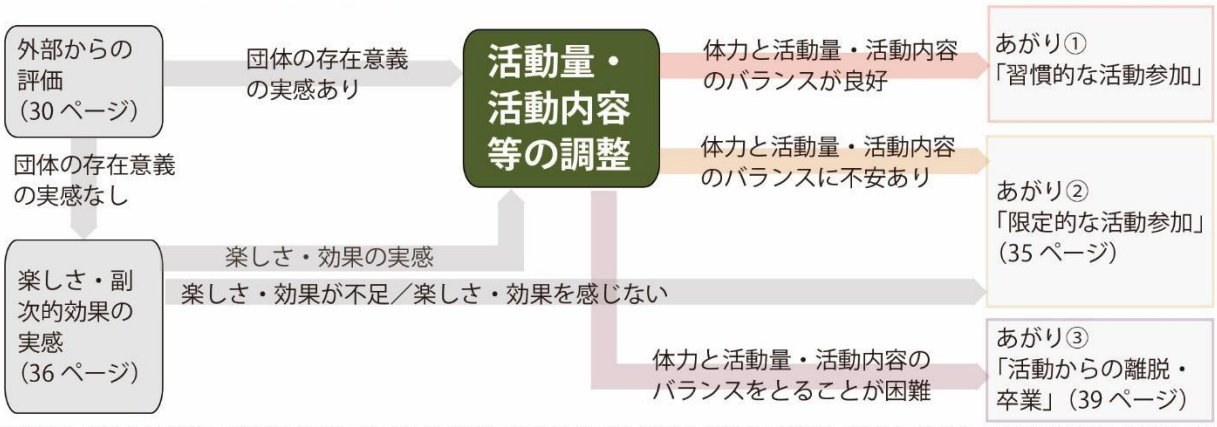
「地域住民からの感謝を受けて、健康であるうちは参加したいと思っています」

Ｐさん

「活動は楽しいので体力的に大変でなければ、今後も続けられそうです」

Ｑさん

【前後の場面との位置関係】
（高齢者の地域活動における『参加すごろく』の全体像については 19 ページをご覧ください）



①次の〈場面〉に進む〈要因〉

○「活動量・活動内容等の調整」から次の〈場面〉を決める〈要因〉としては自身の体力と動量・活動内容のバランスが重要となります。そのバランスの良し悪しで活動への参加状況が変わっていきます。

高齢による体力不安：
年齢が高くなると身体能力が下がり、それまで行うことができた活動ができなくなることがあります。高齢者が主体の活動では高齢者の体力面の不安が生じることは既定の問題として想定する必要があります。

活動内容・活動量の自主調整：
年齢や性別、健康状態などによって個人差がある体力に応じて活動内容を柔軟に調整できる仕組みが重要です。
特に参加者の中でも体力面に対する考え方は様々で、いっぱい活動したい人や、無理のない範囲での参加に留めたい人などがいます。それぞれの参加の仕方を見出してもらうことが大切です。

地域活動を担う気力：
年齢が高くなると身体能力が下がり、それまで行うことができた活動ができなくなることがあります。

家族に対する負担：
年齢が高くなると身体能力が下がり、それまで行うことができた活動ができなくなることがあります。

〇継続しやすい活動だと感じてもらえた場合 ⇒ 「習慣的な活動参加」となります
〇継続的な参加に対する不安が大きくなった場合⇒「限定的な活動参加」となります 35 ページへ
〇継続的な参加が困難となった場合 ⇒「活動からの離脱」となります。下記の囲みをご覧ください

②体力面からも継続しやすい活動だと感じてもらうための働きかけ例

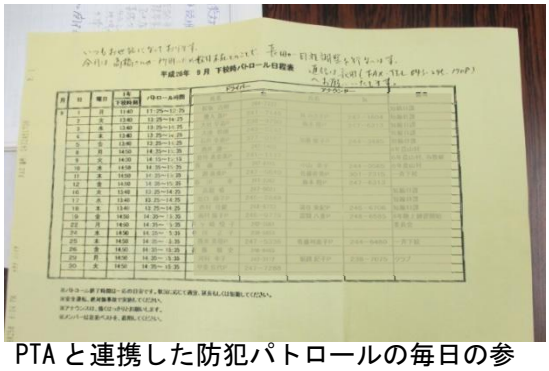
【地域活動団体のリーダーやメンバーができること】

■継続的な参加における体力面の不安軽減のための働きかけ

・メンバーを対象とした健康教室や体力維持のための体操教室なども活動に合わせて開催してみましょう。

■それぞれのメンバーに合った参加ペースの見出しのための働きかけ

・団体の人数を多くして、特定のメンバーに負担が集中しないようにしましょう。



PTA と連携した防犯パトロールの毎日の参加メンバー調整（幸町）

・参加頻度や参加する活動内容の判断をそれぞれのメンバーに任せ、自身の体力に合わせて活動負荷を調整できるような雰囲気をつくる。例えば、体力に自信のない方同士でパトロールのグループをつくって、短いコースを回ってもらったり、あまり筋力を必要としない箇所の清掃を担当してもらったりする方法があります。

【団体の支援者ができること】

■継続的な参加における体力面の不安軽減のための働きかけ

・地域の他の活動団体と連携できる仕組みをつくり、体力的な負荷が大きい取組みは他の団体の若い世代がサポートできるようにする。

・メンバーや地域住民を対象とした健康サポートや体力面の相談会を開催してみましょう。

■それぞれのメンバーに合った参加ペースの見出しのための働きかけ

・体力に不安のある方でも参加が可能な活動のプログラムをリーダーやメンバーに提案してみましょう。

あがり③

「活動からの離脱・卒業」とは…

病気や高齢化に伴い体力が落ち、これまでどおりの団体活動に参加し難くなることにより、地域活動から離脱・卒業する場合があります。活動が続けられなくなった方たちに対しては、全ての活動を急にやめなくても済むよう、体力に応じた別の活動ができないか、適切な団体を紹介するなどといったコーディネーション役の役割を自治体などの第三者の立場で担うことも考えられます。

また、こうした体力の落ちた高齢者を地域でも見守る仕組みなども重要です。

世田谷区砧まちづくりセンターの機能→
＊地域まちづくりの窓口と高齢者・障がい者・子育て支援の窓口をまとめて相談しやすくしています
出典：http://www.city.setagaya.lg.jp/kurashi/105/880/909/d00041006.html

コラム：女性の地域活動参加の世代変化

■　専業主婦が担ってきた地域活動

昨今、地域活動の担い手が高齢化し若い世代に引き継げないという話をよく聞きます。地域包括ケアシステムの構築に向けて地域の支え合い体制づくりが求められていますが、高齢者のための地域活動では、70 代が 90 代を支援している状況で、60 代、50 代の若い人がいない、というのです。地域活動は、地域の特性と住民の属性によって特徴づけられそれぞれ状況が異なりますが、ここでは古くからの地縁関係が希薄な大都市郊外のニュータウンについて女性の視点から考えてみたいと思います。

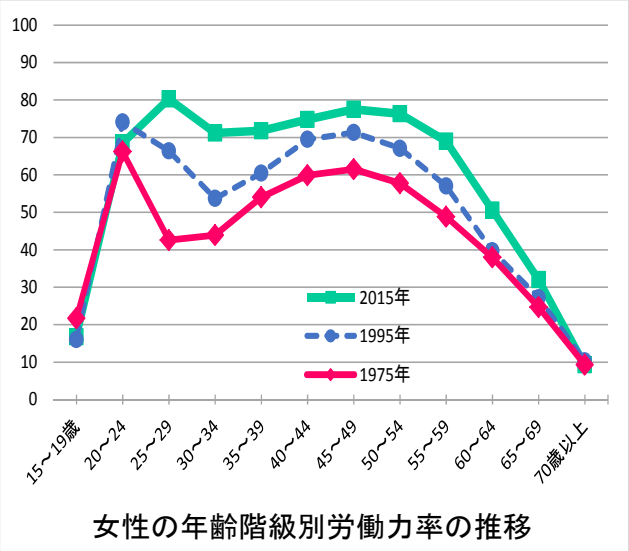
日本の代表的なニュータウンのひとつ、東京西部に位置する多摩ニュータウンは 1971 年にまち開きをし、子育て世代が一斉に入居しました。そのときに 30 歳前後の人々は現在 70 代半ばとなっています。この世代がこれまで行ってきた地域活動に注目してみましょう。入居後まもなく、自治会やＰＴＡ以外にも、生協運動などさまざまな地域活動が行われていました。特に子どものための活動は盛んで、地域文庫活動は数人の有志により始まり、またたくまに参加者が増え、図書館誘致などのまちづくりに関わる活動へと展開していきました。その後 1980 年代にかけて新しく周辺に建設された住宅団地においても、同様の文庫活動が多数生まれています[1)]。

1975 年は 20 代後半から 30 代にかけての子育て期の女性就業率が最も低く、専業主婦が主流の時代でした。子育て中の専業主婦が地域に数多くいて、暮らしや子育て環境を守るという切実な動機から地域活動が盛んに行われていました。女性たちは、地域活動にその能力とエネルギーを注ぎ、地域活動を通じて地域とのつながりを深め、人的ネットワークを作りつつ、活動のノウハウも蓄積してきたといえます。

子どもの成長を機に再就職をする女性がいる一方で、興味深いことは、子育て期の活動をきっかけとして、現在、高齢者を対象とした地域活動の運営で活躍している女性が少なくないということです。

■　男女共同参画社会の地域活動

50 歳前後の世代はどのような特徴があるのでしょうか。60 代後半の団塊世代と 40 代前半の第二次ベビーブーム世代に挟まれた、人口が少ない世代で、男女雇用機会均等法が施行された 1986 年頃に就職時期を迎え、バブル景気を 20 代で経験し、1990 年代半ばの雇用者の共働き世帯が専業主婦世帯を上回った時期に 30 歳頃となっていました。首都圏の高学歴女性を対象とした調査によれば、この世代の 2 割弱が未婚、2 割が子どものいない夫婦（ＤＩＮＫＳ）であり、子どものいる女性は 6 割程度しかいません[2)]。



女性の年齢階級別労働力率の推移

＊労働力率とは就業者数と完全失業者数とを合わせた労働力人口が 15 歳以上の人口に占める割合。 労働力人口÷15 歳以上の人口（生産年齢人口）×100 の数値で示す。　　出典：総務省「労働力調査結果」より

70 代世代に比べると専業主婦は圧倒的に少なく、まさに女性のライフスタイルが多様化した世代です。この世代の子育て時期は、生活環境も整えられてきているため、上の世代が共有していたような地域活動への動機付けも弱くなり、一般にサービスはお金を払って得るものという意識が広まった時期かもしれません。

50 歳前後の世代は、そもそも人口が少なく、地域との関わりが必然的に生じる子育てというきっかけを持たなかった人が増え、就業率が高く地域で過ごす時間が少ない世代といえます。さらに、その上の 60 代も 2000 年以降就業率が高まり、70 代に比べると男女ともに地域で過ごす時間が減っています。長時間労働、長距離通勤という仕事スタイルが変わらないのであれば、大都市郊外のニュータウンでは、男女共同参画社会の実現は、一方で地域活動の担い手を奪うという皮肉な結果を招きかねません。

■　これからの地域活動の担い手

世代により、特に女性は地域社会との関わり方が大きく変化してきていることを踏まえると、従来と同じような流れの中で、地域で活躍する人材を期待するのは難しいことがわかります。仕事をしながらでも、地域活動に無理なく参加できるような工夫や仕組みが必要とされています。また、同じ世代であっても子育て経験の有無や働き方により、ライフスタイルや生活感が異なります。地域活動自体も、同じ活動や運営方法を継続するという発想を転換し、これまで培ったノウハウを引き継ぎつつ、柔軟に対応することが求められているのではないでしょうか。

実際に、高齢者の居場所づくりをしているＮＰＯの女性理事が、「最近になり、定年後も働いていた 70 歳前後の男性が本格的にリタイアして、ポツポツ地域活動に参加し始めている」、「皆で考えて、喧々諤々やりながら皆で結論を出すというのが、女性のやり方だが、企業組織でしっかり仕事をしてきた男性は、立ち位置を上手にとりながら進めている」と語っていました。これは、同じようなタイプの後継者を望むだけでなく、世代や性別に関わりなく担い手を探すことで新しい展開があるということを示唆していると考えられます。

「リタイア後の地域デビュー」という言葉は、男性をイメージしたものです。女性は地域との関わりを持っているという暗黙の了解によるものですが、今後は女性にも地域デビューが必要となるでしょう。なぜなら、ＤＩＮＫＳやシングルは性別にかかわらず、地域との関わりを持たずに生活している人が少なくないからです。こうした人々は将来高齢者になった時、家族のサポートが期待できない分、地域とのつながりがより一層重要になりますが、体力や経済力があるうちはその必要性を感じる機会がありません。地域活動に携わることは、地域活動の継続のためだけではなく、参加する人のためにもなることを、比較的早い段階から伝えていくことや、地域活動に関わる魅力的なきっかけづくりが大切ではないでしょうか。

1）「多摩ニュータウン物語」　鹿島出版会（2012）
2）「何故女性は仕事を辞めるのか」　青弓社（2015）

（松本　真澄）

あとがき

○　まちづくり団体のニーズと高齢者要望のマッチングに向けて

今回の手引き作成を通じて、高齢者の地域活動の参加が家族や地域社会との多様な関わりの中で微妙なバランスの上に成立していることを改めて強く感じました。

本書では、主として首都圏近郊に住む、勤め人を定年退職した後の男性が地域活動に参加することを想定した分析結果を紹介してきましたが、検討会の先生方によるコラムでは、世代や性別、住んでいる地域による変化など、高齢者をとりまく環境は実に多様であることが示されています。この手引きで紹介した様々な取り組みの工夫は、定年退職後の男性だけではなく、女性にもあてはまるものがあると考えています。また、定年退職を迎える前から少しずつ地域活動に関わりを持ちたいと思っている方にも参考になる内容が含まれているのではないでしょうか。

この手引きは、地域活動団体の代表者やメンバーが、今まで何となく地域活動に参加してもらいたいと声掛けを行ってきた状況から、活動に参加してもらいたい高齢者の体力、意識、状況などに応じて、より的確な声掛けが行えるよう、一石を投じているものだと考えています。

また、地域や対象者がおかれている状況によっては、今回取り上げていない新たな参加促進要因や阻害要因、より効果的な働きかけの方法などが見出される場面があると思われます。多様な地域社会の状況の中で、読者の皆さまがこの手引きを参考に生きた情報を付け加え、皆さまの環境に適した地域活動参加促進の方法を見出し、地域で共有して頂きたいと考えています。

○　「高齢者が支える地域社会」が描く未来像

本書を作成するにあたって、10 年以上地域の皆さんと楽しく地域活動を行ってきた数多くの団体の皆さまから様々な示唆をいただきました。活動を始める時は「10 年」はとてつもなく長く思えますが、そうした活動を経験してきた皆さんのスタンスは驚くほど軽やかです。そして、地域で活動することを心から楽しんでいらっしゃいます。慣れ親しんだ地域で、それぞれが持てる技術や経験をいかんなく発揮しながら、心を許す人々に多く囲まれて、地域の子ども達、若いお父さん・お母さんたちとも交流しながら、とても心豊かに過ごされている様子を目の当たりにしてきました。

例えば郊外の戸建て住宅地など、様々に異なる個性や背景を持ち、たまたま隣近所に住むことになった集団の中で、自分たちが安心して暮らせる街を自ら作ってきた先達の達成感に満ちた沢山の笑顔がある一方で、地域との関わりを絶って孤独に暮らす高齢者がおられることも事実だと思います。一人でも多くの方が新たな地域社会の中で充実した老後を楽しんでいただける社会となることを願ってやみません。

（石井　儀光）

参考資料

1　インタビュー調査の概要

国立研究開発法人建築研究所では、高齢者の地域活動への参加を促す仕組みを検討するために、「健康長寿社会に対応したまちづくりの計画・運営手法に関する研究（研究期間：平成 26～27 年度）」の一環として、高齢者を中心として地域活動を行う団体を対象にグループインタビュー調査、個人インタビュー調査を実施しました。ここではその概要を示しています。

1　調査対象団体の選定

（1）対象とする活動の種別

今回の調査において対象とする地域活動の種別は、①防犯パトロール、子ども見守りなど地域の安全・安心に資する活動(安全･安心活動)、②道路、公園など都市ストックの適正管理に資する活動（維持管理活動）の２類型とし、各類型５団体（計 10 団体）に調査を実施しました。

防犯パトロール、子ども見守りなど地域の安全・安心に資する活動（安全・安心活動）

道路、公園など都市施設の適正管理に資する活動（維持管理活動）

（２）対象とする団体の条件

今回の調査における知見が、日本各地で参考となり、実際に取り組めるものとするために、抽出における前提条件と活動主体・地域類型に係る留意事項を踏まえて、調査対象とする団体を選定しました。なお、安全・安心活動の調査対象の抽出にあたっては、東京都青少年・治安対策本部総合対策部安全・安心まちづくり課と共同で調査を実施するため、東京都下で活動している２団体を対象とすることとしました。

■抽出における前提条件

・活動団体の人数は概ね 20 人以上、活動団体の実績は最低 5 年以上の団体
（活動団体内の担い手の世代交代をしている団体を優先的に抽出）

・自主的に地域活動に参画している高齢者が多く、地域活動の運営を工夫している団体
（義務感から地域活動に取り組み始め、地域活動に取り組む中で活動内容が発展的になり、自主的に地域活動に取り組んでいる団体も含む）

・指定管理者には位置づけられていない活動団体

■活動主体・地域類型に係る留意事項

・地域類型は、安全・安心活動、維持管理活動の各類型において、首都圏から４団体、地方都市から１団体を抽出しました。なお、首都圏については、住宅地の環境が地域活動に対して影響を及ぼすことが考えられるため、計画戸建住宅地、集合住宅団地、その他住宅地の３類型を踏まえ、各類型の団体抽出のバランスを考慮して抽出しました。

・活動主体の特性が、活動内容や参加者の心理に影響を与えていると考えられることから、活動主体を地縁系主体とテーマ型主体に分けて、各類型の団体抽出のバランスを考慮して抽出しました。

地縁型主体の団体
・住民団体、ボランティア団体
・公民館活動団体　　等

テーマ型主体の団体
・福祉系団体
・ＮＰＯ団体　　等

表 1-1　調査対象団体の一覧

調査対象団体		所在地	地域類型	活動主体	加入者数	現団体活動の開始時期	活動頻度
安全・安心活動	東初石１丁目自治会 自主防犯パトロール隊	千葉県 流山市	首都圏 ／その他住宅地	地縁型	約８０名	平成 17 年	毎日
	幸町１丁目防犯 パトロール隊	千葉県 千葉市美浜区	首都圏 ／集合住宅団地	地縁型	約１３０名	平成 17 年	毎日
	亀戸２丁目団地 管理組合自治会※	東京都 江東区	首都圏 ／集合住宅団地	地縁型	約１００名	平成 16 年	週１回
	足立区長門南部町会※	東京都 足立区	首都圏 ／その他住宅地	地縁型	約８０名	平成７年	月２回
	近文あい運動	北海道 旭川市	地方都市	テーマ型	約２５０名	平成 18 年	毎日
維持管理活動	グループけやき	東京都 板橋区	首都圏 ／その他住宅地	テーマ型	約４０名	平成 12 年	週１回
	青葉美しが丘 中部地区アセス委員会	神奈川県 横浜市青葉区	首都圏 ／計画戸建住宅地	地縁型	約２０名	平成 16 年	月１回
	さつき台自治会 公園愛護会	神奈川県 横浜市港南区	首都圏 ／計画戸建住宅地	地縁型	約２０名	昭和 51 年	月２回
	高麗川ふるさとの会	埼玉県 坂戸市	首都圏 ／その他住宅地	テーマ型	約１００名	平成 15 年	週 1,2 回
	戸畑区老人クラブ 友親会	福岡県 北九州市戸畑区	地方都市	テーマ型	約３０名	平成 16 年	月２回

※：安全・安心活動のうち、都内で活動する２団体の調査は、東京都青少年・治安対策本部総合対策部安全・安心まちづくり課との共同調査として実施しました。

２　調査の方法

（１）グループインタビュー調査の方法

グループインタビュー調査では、団体のリーダーを含む現在の活動を良く把握されている数人が一堂に会し、これまでの活動の経緯をご確認いただきながら、団体インタビュー形式で高齢者の参加を促す工夫点や高齢者に与える影響、地域に与える影響等について伺いました。

団体へのインタビュー内容

- 活動の経緯と今後の展望、団体構成、活動内容
- 高齢者の参加を促す工夫点
- 活動における苦労
- 概ねの活動予算
- 行政・他団体との連携、支援
- 高齢者に与える影響、地域に与える影響　　等

（インタビューの時間は各団体 60～90 分程度）

☆個人インタビュー調査のイメージ

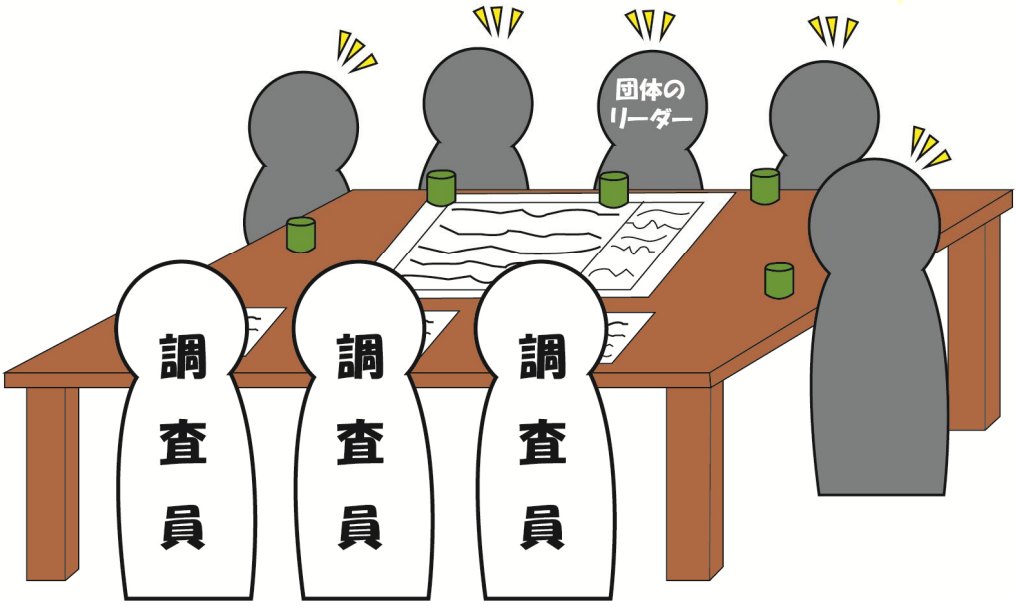


図 1-1　グループインタビュー調査のイメージ

（２）個人インタビュー調査の方法

個人インタビュー調査では、各調査対象団体から 5～7 名推薦いただき、調査対象者の選定にあたっての留意事項を踏まえて調査対象者を決定し、原則一名ずつ個人インタビュー形式で団体に参加した経緯や苦労等について把握しました。但し、調査対象者の強い要望により、一部の方々には複数名同時に調査を実施しました。

■調査対象者の選定にあたっての留意事項

○調査対象者の前提条件

・５５歳以上の定期的に活動に参加されている方

○調査対象者の選定にあたってバランスを考慮した条件

・当該活動団体を発足した頃から活動に参加している方

・当該活動団体を発足して３年程度経ってから活動に参加された方

・１～２年前から活動に参加された方

○調査対象者の選定にあたって加味した条件

・過去に活動への参加状況が変化された方

例えば、「一時期参加頻度が低くなったけど、少ししてから元に戻った」等

・当該活動団体の活動に参加されたきっかけや動機が異なる方

例えば、「友人・知人に紹介された」「活動を実際に見て面白そうだから」「ニュースやホームページを見た」等

・当該活動団体の今後の活動で、次世代の中心的な役割を担うと予想される方

<u>個人インタビュー調査における個人へのインタビューの内容</u>

【活動に関連する事項】

・活動に参加した経緯、きっかけ、苦労
・団体内での役割
・活動における苦労
・地域とのかかわり方の変化
・自身にとっての活動の意味

【合わせて伺った事項】

・住宅の所有形態
・現在の職業
・健康状態
・出生から現在に至るまでの歴史
・家族、親類の状況
・居住地区との関わり、自宅外の居場所

（インタビューの時間は１人当たり 20～50 分程度）

☆個人インタビュー調査のイメージ

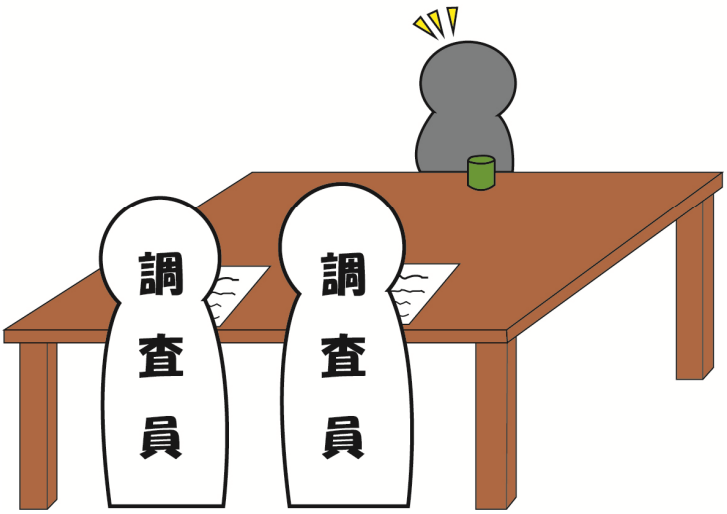


図 1-2　個人インタビュー調査のイメージ

３　団体インタビュー調査結果の整理

■高齢者の参加を促す工夫点

安全・安心活動の高齢者の参加を促す工夫点		東初石	幸町	亀戸	長門南部	近文
参加者募集の情報発信	自治会・町内会、老人会等を通じて参加者を募集する、声かけをする	●	●	●	●	●
	掲示チラシ、会報、ホームページを発行、公開によって、参加者を募集する	●	●			
参加者の負担軽減	１回の活動における負担を小さくする	●				●
	一人一人の参加頻度を多くしすぎない		●	●	●	●
	参加日の変更を容易にできる環境を整える	●	●	●	●	●
活動の成果や課題の共有	定期的に実態調査やアンケート調査を実施して、活動の効果を検証する		●			●
	活動の記録（月報等）を参加者に配布する	●	●			
	参加町内会／参加者同士で良い活動方法や悩み、成果等を共有する		●※			●
子どもや若い世代との交流	地域の子供たちや子育て世代との交流会を定期的に開催する	●		●	●	●
	若い世代と一緒になって活動する		●	●	●	
	小学校やPTA、その他の地域活動と連携して活動する		●	●	●	●

※最近取り組みとして始めたポイント

■参加する高齢者に与える影響、地域に与える影響

安全・安心活動の参加する高齢者に与える影響、地域に与える影響		東初石	幸町	亀戸	長門南部	近文
参加する高齢者に与える影響	メンバーの体力の向上につながっている	●				●
	メンバーの日々の充実感につながっている				●	●
	メンバーの防犯意識の向上につながっている			●		
	メンバー同士の交流の機会になっている	●				
地域に与える影響	地区や周囲の安全性が向上した	●	●	●	●	●
	住民が安心して暮らせるようになった	●		●	●	
	地区に住む高齢者の孤独死の防止につながっている	●			●	
参加者と地域のつながりへの影響	地区の住民等とのコミュニケーションの機会が増加した	●	●		●	●
	子どもたちとのコミュニケーションの機会が増加した		●	●	●	●
	地域コミュニティの重要性に気づいた			●		
	その他の地域活動にも積極的に参加するようになった			●		

維持管理活動の高齢者の参加を促す工夫点		けやき	美しが丘	さつき台	高麗川	戸畑区
参加者募集の情報発信	自治会・町内会、老人会等を通じて参加者を募集する、声かけをする	●	●	●	●	●
	掲示チラシ、会報、ホームページを発行、公開によって、参加者を募集する	●		●	●	
	ボランティアセンター等、行政からの情報発信に掲載する	●				
	特定の地域に限らず、公募等で広く参加者を受け入れる	●	●		●	
	中心メンバーによる推薦からの参加を受け入れる	●	●		●	
	メンバー以外も参加できるイベントを開催する	●		●	●	
参加者の負担軽減	活動の開催日時等を定例化する	●		●	●	●
	活動への参加を強制しない	●		●	●	●
参加しやすい雰囲気づくり	グループ内に上下関係をつくらない	●			●	
	活動メンバーによる話し合いの場を開催する	●		●		●
	維持管理等に関する学習の機会（資料配布）を設ける	●	●	●	●	●

維持管理活動の参加する高齢者に与える影響、地域に与える影響		けやき	美しが丘	さつき台	高麗川	戸畑区
参加する高齢者に与える影響	メンバーの体力の向上につながっている	●				
	メンバーの日々の充実感につながっている	●			●	
	メンバーの住環境に対する意識の向上につながっている		●			●
	メンバーの閉じこもり防止につながっている	●		●		●
地域に与える影響	活動対象の場が地域の交流の拠点となった	●			●	
	魅力的な住環境形成につながっている	●	●			●
	地区内や周辺での住民による新たな維持管理の取り組みのきっかけとなった				●	●
	公園での犯罪防止につながっている	●		●		
参加者と地域のつながりへの影響	地区の住民等とのコミュニケーションの機会が増加した	●		●	●	●
	地区に親近感を持つようになった	●				
	その他の地域活動にも積極的に参加するようになった	●		●		

■行政・他団体との連携、支援

安全・安心活動の行政・他団体との連携、支援		東初石	幸町	亀戸	長門南部	近文
予算支援（予算、保険等）	自治体から予算支援を受ける	●	●		●	●
	自治会からの予算支援を受ける	●	●	●	●	
物品支援、管理（腕章、名札等）	自治体から寄付を受ける		●		●	●
	警察署から寄付を受ける		●			
	小学校やＰＴＡから寄付を受ける					●
	専門家から寄付を受ける					●
	自治会で物品を管理する				●	
技術的支援や情報共有等	自治体や警察署等が主催する講習会に参加する				●	
	自治体との連携体制をとる		●	●	●	
	警察署や消防署との連携体制をとる（青パトの運行等）	●	●	●	●	●
	小学校やＰＴＡとの連携体制をとる		●	●		●
	防犯協会との連携体制をとる		●		●	
	専門家との共同研究等による連携体制をとる		●			●
	その他の自治会活動との連携を図る			●	●	
	他地区の活動団体との連携を図る			●	●	

■その他（活動における苦労や課題、今後の展望等）

団体名	活動における苦労や課題、今後の展望等
東初石	・放置自転車対策の必要性を感じる。 ・少子化により、子どもパトロール隊の参加者が少なくなってきている。
幸町	・地区内の安全性の向上により、住民の防犯意識の低下が懸念される。 ・犯罪ゼロのまちを目指していきたい。
亀戸	・小中学生への地域行事の呼びかけが難しい。 ・参加者が怪我をしたり、活動がきっかけで寝たきりになったりしないように気を付けたい。 ・若い世代にも活動に参加してもらって、世代交代を図っていきたい。
長門南部	・自分たちの地区のみでなく、周囲の地区と連携した防犯活動の必要性を感じている。 ・足立区が推進する「孤立ゼロプロジェクト」を実施していきたいと考えている。 ・次の世代の町会員にも活動を深く理解してもらい、担い手になっていってもらいます。
近文	・当初、子どもとの関わりが普段少ないメンバーはコミュニケーションに苦労した。 ・定年の引き上げとともに活動の担い手確保が難しくなってきている。 ・活動のマンネリ化を防ぐために活動内容に適度に刺激を与える必要がある。 ・子どもたちに、自分の身は自分で守る意識を持ってもらいたい。

維持管理活動の行政・他団体との連携、支援		けやき	美しが丘	さつき台	高麗川	戸畑区
予算支援（予算、保険等）	自治体から予算支援を受ける	●		●		●
	自治会からの予算支援を受ける		●	●		
	財団やコンクールの活動助成に応募する		●			
	参加者から会費を集める				●	
物品支援、管理（用具等）	自治体から寄付を受ける					●
技術的支援や情報共有等	自治体等が主催する講習会に参加する	●				●
	自治体との連携体制をとる	●			●	●
	土木事務所や河川事務所との連携体制をとる	●	●		●	
	その他の自治会活動との連携を図る			●		
	民間事業者との連携体制をとる		●			
イベントの運営	自治会と運営を連携する			●		
	小学校やＰＴＡと運営を連携する			●		

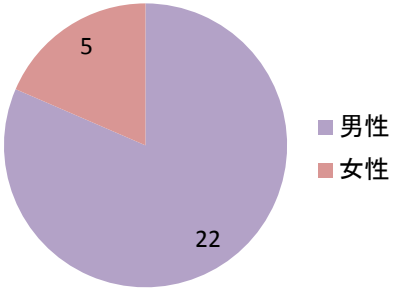
団体名	活動における苦労や課題、今後の展望等
けやき	・メンバーの高齢化に伴い、次世代の担い手の育成が最大の課題となっている。
美しが丘	・住民にとって望ましい歩行者専用道路の管理方法を見出すのが難しい。 ・中心となるメンバーは熱意のある方が望ましいが、その見極めが難しい。 ・近年定員が減ったため、一人一人の負担が大きくなっている。 ・若い世代が移り住んで来たくなるような住環境をつくっていきたい。
さつき台	・地区での居住歴によって活動のモチベーションに温度差があり、メンバーが固定化しない工夫の必要性を感じる。 ・子どもや子育て世代と継続的に関わりを持つことが難しく、担い手の確保が課題となっている。 ・現状にとどまらず、活動の範囲や内容を広げていきたい。
高麗川	・ビオトープに隣接する私有地は立ち入れないため、一体的な空間形成ができない。 ・分科会によっては専門家がおらず、新たな活動の展開が難しい状況にある。 ・野鳥の写真撮影を目的とした参加者も紛れており、ビオトープの環境への悪影響が懸念される。 ・若い世代の方々にもっと入ってもらいたい。
戸畑区	・定年後も仕事をしている人が多く、年齢構成のバランスを取ることが難しい。 ・参加者同士の協力体制を築くことが難しく、安定的に参加者を確保できない。市の補助を受けるために必要な人数は維持していきたい。

５　個人インタビュー調査結果の整理

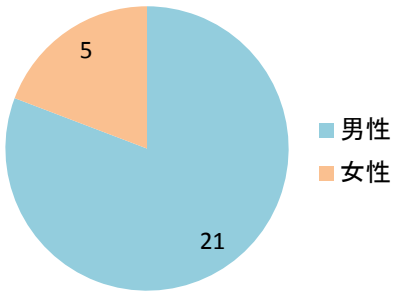
（１）調査対象者の概要

個人インタビューを実施した 10 団体 53 名の男女の人数構成、年代の人数構成、主な参加のきっかけの内訳は次の通りであった。

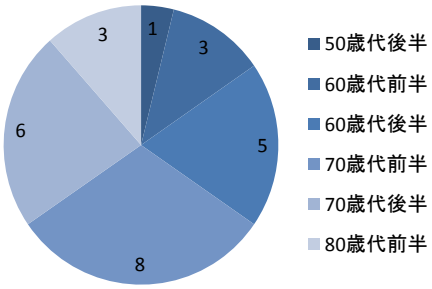
安全･安心活動のインタビュー調査対象者の男女の人数構成



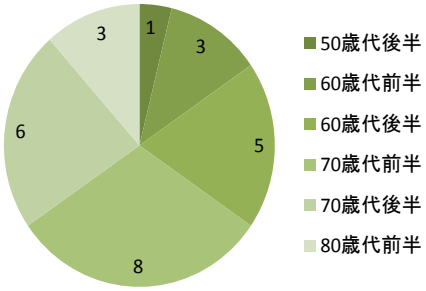
維持管理活動のインタビュー調査対象者の男女の人数構成



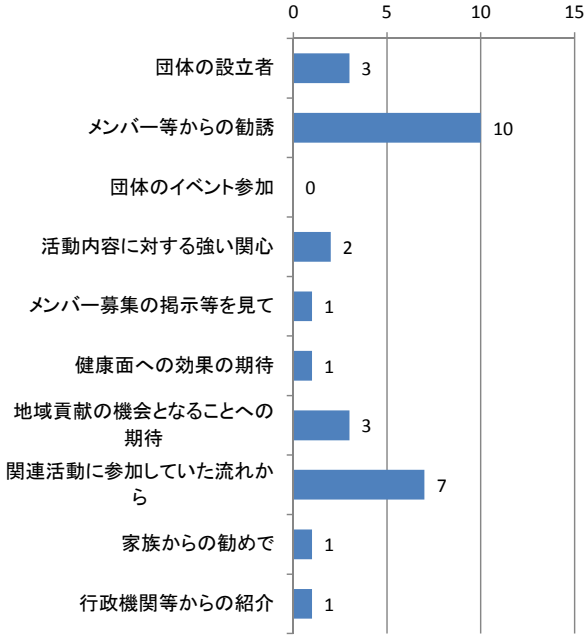
安全･安心活動のインタビュー調査対象者の年代の人数構成



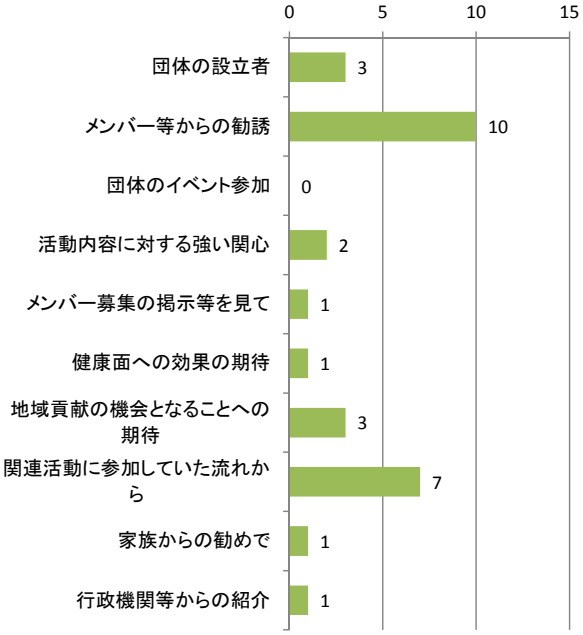
維持管理活動のインタビュー調査対象者の年代の人数構成



安全･安心活動のインタビュー調査対象者の参加のきっかけ



維持管理活動のインタビュー調査対象者の参加のきっかけ



2 インタビュー調査結果の質的分析

1　質的分析によるインタビューデータ分析のねらいと目的

・高齢者の地域活動団体の活動促進要因を探るにあたり、活動参加者インタビューの結果を用いて質的分析を行うことにより、これまであいまいだった活動参加のプロセスの明確化を目指します。

・質的研究は、近年、わが国の人文・社会科学の様々な分野で広がりを見せている研究法であり、対象の意味に注目しつつ、自然場面でデータ収集を行い、基本的に帰納的な分析をおこないつつ、対象を新たな視点からモデル化することを目指す研究上の構えと考えられています。(能智正博 2014「質的研究過程の実際―テクストの読みから論文執筆まで―」東京大学教育学研究科,https://www.facebook.com/events/781709495220042/)

・質的研究の方法論や技法としては、エスノグラフィー、グラウンデッドセオリー（Grounded Theory Approach、以下 GTA)、ライフストーリー法などがあります。中でもＧＴＡは手順の明示性が高いことから適用の範囲が広いとされています。(能智正博 2011「臨床心理学をまなぶ 6　質的研究法」東京大学教育学研究科,東京大学出版会)

2　グラウンデットセオリーアプローチ（ＧＴＡ）の多様性と特質

1）ＧＴＡの種類と今回分析手法の制定

・ＧＴＡは 1967 年に「データ対話型理論の発見」(Glaser & Strauss　1967）の中で初めて紹介された質的研究法です。その誕生の背景には、1960 年代当時の社会学の研究活動では、構想力豊かな社会学者によって論理・演繹的に導かれた誇大理論が社会学の研究水準を代表するものと位置づけられており、それらから仮説を導き検証を試みるという研究活動が展開されていました。提唱者の 2 名はこの傾向を批判し,「データを重視した分析から理論生成を促す新しい社会学調査のあり方を提起」してＧＴＡを提唱しました。

(木下康仁 2014「グラウンデッド・セオリー論_現代社会学ライブラリー 17」立教大学社会学科, 弘文堂)

・GTA は最初の提唱以来、50 年が経過する中で、主に社会学よりは看護領域で定着し、保健、ソーシャルワーク、臨床心理など他のヒューマン・サービス領域を中心に拡大して現在に至っており、現在 GTA の名称は質的研究法として世界的にもっともよく知られているものの一つになっています。(木下康仁 2014「グラウンデッド・セオリー論_現代社会学ライブラリー 17」立教大学社会学科, 弘文堂)

・GTA は考案者の 2 人が 1990 年代に激しく対立したこともあり、様々に分化しています。今日でもその分類論は定まっておらず、その分類は 4 種とも 5 種になるともいわれています。このうち、木下（2014）では、①オリジナル版、② Strauss・Corbin 版、 ③Glaser 版、 そして②の改訂（2008 年）を踏まえて独自の分析手法を加えた④Strauss（Corbin）戈木版（2013 年)、さらに、社会構成主義から GTA の再編を提唱した⑤Charmaz 版（2012 年）、また、オリジナル版への関心から構築された⑥修正版（M-GTA）が実践的質的研究法に基づく認識のもと提唱されています。(木下康仁 2014「グラウンデッド・セオリー論_現代社会学ライブラリー 17」立教大学社会学科, 弘文堂)

・このうち、今回の質的分析では、考案者の一人である Strauss・Corbin に直接師事し、独自にカテゴリー関連図の作成を提示した④Strauss（Corbin）戈木版が、具体的なデータと概念の間に明確な対応関係を示せること、カテゴリーの関連性を構造的に捉えつつカテゴリー相互の関連性

を明確に示していたこと、また、分析方法に関する文献が充実していたことから、まちづくり分野で初めて質的分析を行う本稿の取り組みには合っていると考えられたため、この方法によることとしました。（佐藤郁哉 2008「質的データ分析法」一橋大学大学院商学研究科, 新曜社）

２）ＧＴＡによる分析手法の概要と今回作業上の留意点

・Strauss（Corbin）戈木版によるＧＴＡの分析方法の基本は次のプロセスを経ることとなります。右には基本の分析法に照らして今回分析に用いる際の留意点を示します。

（戈木クレイグヒル滋子 2014「グラウンデッド・セオリー・アプローチ概論」慶應義塾大学看護医療学部健康ﾏﾈｼﾞﾒﾝﾄ研究科 http://gakkai.sfc.keio.ac.jp/journal_pdf/SFCJ14-1-02.pdf）

<今回分析の視点>

1.リサーチクエスチョンの設定
自分の関心をはっきりさせる

「高齢者の地域活動参加メカニズム解明」とする。

2.データ収集
複数の方法でデータを収集することが推奨される／多様な変化プロセスを押さえる

既存の54人分のインタビューデータから分析対象を抽出する。

3.データ分析
①オープンコーディング
データの切片化→プロパティ・ディメンジョンの抽出→ラベル名をつける→似たラベルを集めてカテゴリー名をつける→データに戻って精査する
②アキシャルコーディング
パラダイムによりカテゴリーを現象に分類する。各現象ごとにカテゴリー関連図を作る。（この時、カテゴリー間の関連はプロパティ・ディメンジョンでつなぐことにより分析者の思い込みを排除することができる）
③セレクティブコーディング
統合図を作成する

まちづくり分野での事例も少なく、戈木版 GTA がどの程度行えるか試行しながら分析を進める。

４.データ分析と収集を交互に行う
カテゴリー関連図は、理論的比較を行いプロパティ候補を挙げて理論的サンプリングをもとにして次に必要な人や場からデータを収集する

当初分析に用いた残りのデータからサンプリングと検証を行う。ただし、今回データには活動に参加していない人のデータはない。

３　ＧＴＡによる質的分析の実施

データ分析にあたっては、GTA に定められている方法論を参考に、既存のインタビューの結果を用いて、次のような視点から作業を行いました。

①分析対象者の選定

分析対象とするデータは、普遍性が高く退職後に地域活動の担い手として期待される次の要件を持つ調査対象者のデータから、GTA に定められた手順を元に分析作業を行いました。

○分析対象者の抽出方法
- 活動リーダーではない
- 男性　　元勤め人／現在は仕事をしていない／パトロール活動・公園維持管理活動を行っている団体所属／

⇒54 名中 18 名が該当

○詳細分析対象者は、上記のうち活動種別ごとに情報量の多いデータを各 3 名分ずつ抽出

なお、GTA では情報量の多いデータを元に 1 名のカテゴリー関連図に不足する情報を重ねながら分析を行うことが手順となっていますが、今回はまちづくり分野では前例のない質的分析法を用いた検討となることから、各活動種別ごと 3 名分については並行してカテゴリー関連図を作成し、計 6 名のカテゴリー関連図をもとに、理論化に向けた統合図を作成することとしました。

最初の詳細分析を行う 6 名の抽出にあたっては、全体のインタビュー成果を確認した中から、現在の活動参加状況につながる理由などの情報量が多く収集されている者から優先的に選定し、なおかつ、参加のきっかけや活動頻度が異なるデータが収集できるよう配慮して選定しています。

また、残りの 12 名については、カテゴリー関連図が示す流れに沿ってそれぞれの事例を説明できるかについても確認します。これらのデータから補足できる部分は補足して理論的飽和につなげていくこととします。

既存のインタビューデータを用いたため、今回の分析には活動に参加していない人のデータは含まれておらず、理論的飽和を説明するには足りない部分があります。しかし、活動参加促進につながる分析は一通り確認できたものと思われます。

【防犯パトロール活動について】

《パトロール活動》
①東初石Ｄ氏（地域つながりあり／毎日）
②東初石Ｂ氏（地域つながり弱／週１日・出られる時だけ(頻度少ない)）
③亀戸Ｃ氏（地域つながり強い／活動をやめたがっている／週１日

【公園の維持管理活動について】

《公園維持管理活動》
①けやきＡ氏（地域つながりなし／週１日）
②さつき台Ａ氏（知り合い程度／週１日）
③けやきＣ氏（趣味活動多彩／週 0.5 日）

図 2-1　詳細分析対象６名の概要

②基本の分析ルール

カテゴリー関連図の作成に向けた分析作業を行うには細かなルールがあります。カテゴリー関連図を理解する上でも重要な事項として、その概要を次に示します。

・分析者は最初にデータをしっかり読み込み、大まかな分析内容を認識し、データへの感性を高める。
・インタビューデータの切片化は複数の要旨を含まないよう、細かく分けて設定する。
・切片化したデータは、接続詞などのニュアンスに留意し、プロパティ（特性）・ディメンジョン（次元）を設定する、できるだけ発言者の用語を活かして切片ごとにラベルをつける。
・分析後のラベルは時系列を超えてバラバラに組み替え、いくつかのカテゴリーにまとめる。その際、複数のラベルをまとめる概念である〈カテゴリー名〉を設定する。
・カテゴリー間の関連性を読み解きながら、ラベルの入れ替え。再カテゴリー化などを行いながら、そのデータでまとめるべきパラダイム（大筋）を設定する。
・パラダイムは、一つの〈状況〉からスタートし、様々な〈行為/相互行為〉を示すカテゴリー間の関連の経過を経て複数の〈帰結〉に至る図としてまとめる。各カテゴリー間はプロパティ・ディメンジョンで説明できるようまとめる。
・各カテゴリーから次のカテゴリーへの矢印は、プロパティ・ディメンジョンにより、必ず２本以上設定すること。
・準備したカテゴリーでは説明できない可能性が出てきた場合は点線で仮説を示す。

③分析作業を進めていく中で定めたローカルルール

試験的な分析作業を行う中で、分析者によるバイアスや分析レベルを合わせるため、さらに次のようなローカルルールを定めて分析を進めました。

○切片化→ラベル付け作業
・ラベルを付ける際の主語はできるだけインタビュー本人となるようにする。（所属組織等を主語にしない）
・ディメンジョンを出来るだけ量的に把握できるプロパティを設定する
（プロパティ・ディメンジョンはカテゴリー関連を整理した後に再度見直す）
○カテゴリー関連図作成作業
・パラダイムは「地域活動への参加」に統一する。このため、状況と帰結は概ね次のとおり定める
・〈状況〉を「地域との関わり」に固定する
・〈帰結〉はインタビュー本人の活動の参加状況を示すものとする

４　ＧＴＡによる質的分析結果の概要

１）個別カテゴリー関連図の成果と特色

・2 つの活動種別、各 3 名分のカテゴリー関連図からは次のような傾向が見られました。

・**状況（地域とのつながり）：**地域とのつながりがもともとあった者となかった者で大きく最初のきっかけが異なる傾向がありました。特に、活動参加に至る上で、団体に引き込んでくれる人（声をかけてくれる人）の存在は大きいようです。

・**帰結：**地域貢献活動とのつながりが見いだせないと早い段階で「地域貢献活動に参加しない」段階が生じています、活動初期に離脱する帰結が生じる一方で、何らかの形で地域貢献活動と出会い、逡巡した後、徐々に活動を継続していく意識を高め、「習慣的な活動参加」が実現しています。一方、これに至らない者の中には「限定的な参加」や「活動から離脱」する可能性が生じています。

・**行為／相互行為：**状況から帰結に至る際の要因の設定については、地域内のつながりや役割への意識が比較的強いパトロール活動と個人の満足感や達成感により意識が集まる維持管理活動の特色が見られました。

２）統合図の作成

・活動種別ごとに各３者、計６者のカテゴリー関連図をもとに一つの統合図を作成しました。

・6 者のカテゴリー関連図の統合にあたっては、〈状況〉と〈帰結〉を同様に定めることができそうであったことから統合図は活動種別によらず、ひとつにまとめることとしました。

・統合方法としては、それぞれのカテゴリーを比較しながら、似たカテゴリーのものは合わせて新たなカテゴリー名をつけながら、プロパティ・ディメンジョンの整理および、さらにラベルの入れ替え等を行うといった GTA の基本的な考え方に沿った検討を進めました。

・重ね合わせの順番は、最も活動頻度が高く多彩なカテゴリーが表出されていた「東初石 D」氏を基本としつつ、帰結へつながるプロパティ・ディメンジョンの汎用性が高そうな分析結果が得られていた「けやき A」氏を重ね合わせ、これに活動頻度が低い「東初石 B」氏、定年退職後の不安についての情報が追加できる「さつき台 A」氏の順に作業しました。

・最初の重ね合わせ作業では、まずは 4 人分のカテゴリー名を活かす形で整理したところ、それぞれの被験者にとって、活動意義の捉え方が大きく異なっていたことから（例:健康維持のために地域活動に参加している人は健康関連のラベルがとても多くなっていた）、カテゴリーの粒度に差があり過ぎてまとまりませんでした。そこで、再度、４人分のカテゴリーをばらして、プロパティ・ディメンジョンのつながりと、表現の粒度を意識しながら、より高次の概念が示せるよう、統合図に向けたカテゴリーの抽象化を進めていきました。

・統合図のたたき台ができたところで、さらに 2 名のカテゴリー関連図を重ね合わせ、プロパティ・＋ディメンジョンの抽象度をさらに調整したうえで、理論化のもととなる 9 つのカテゴリーを持つ統合図へとして精査していきました。

・統合図を元に残り 12 人分のデータで確認し、更に用語の精査を高めていきました。

上記の検討により作成した統合図は次ページのとおりです。

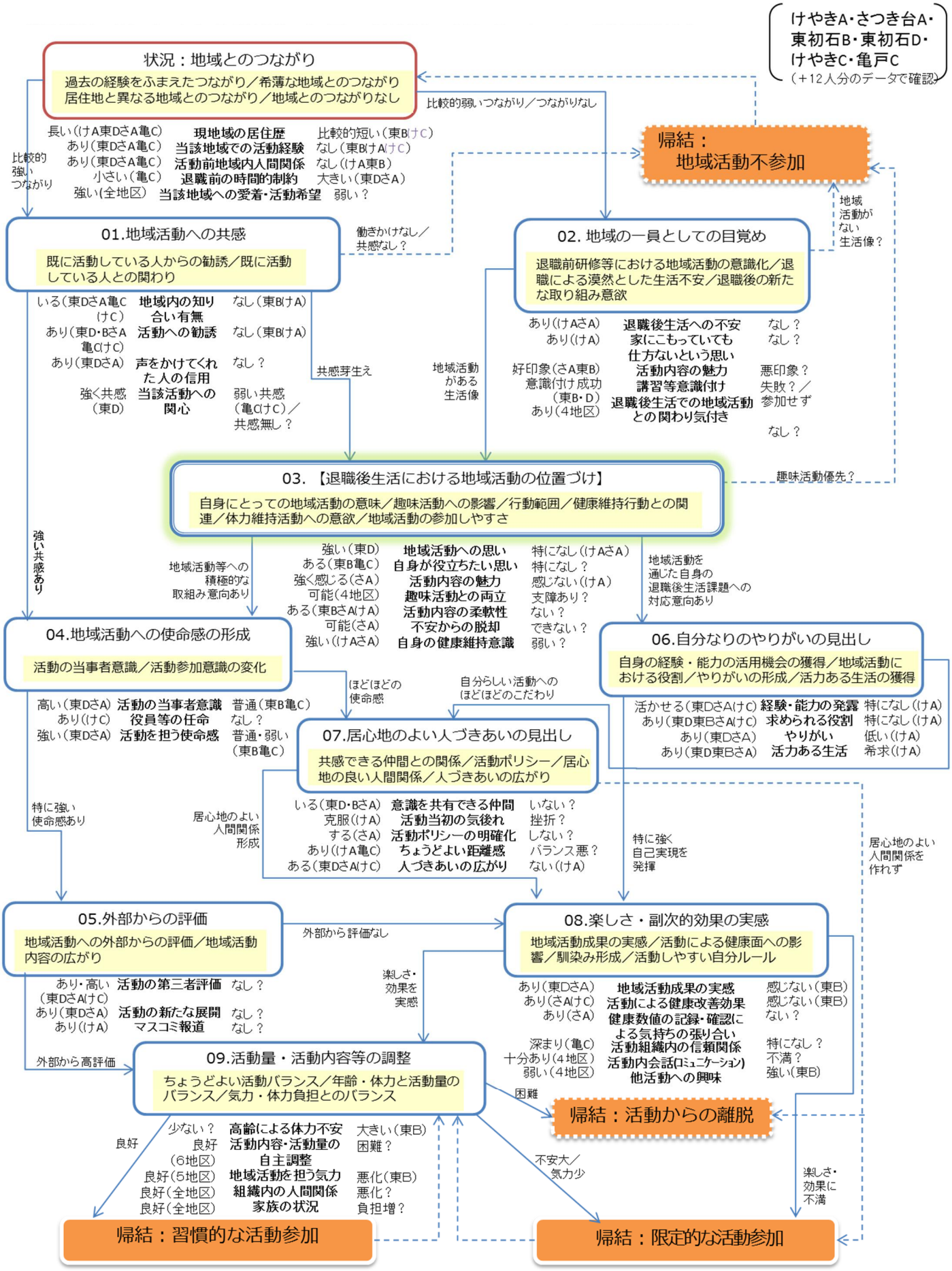


図 2-2　【退職後生活における地域活動の位置づけ】という現象に関わるカテゴリー関連統合図

3 活動量計調査の概要

国立研究開発法人建築研究所では、地域活動が高齢者の健康維持・向上に寄与していることを定量的に把握、分析するため、活動量計等を用いて計測し、活動日時や個人属性の視点から高齢者の地域活動参加の影響の把握を行いました。

1 調査対象

本調査は、以下の調査対象者の属性を条件として設定し、地域活動団体３団体を対象に、各団体 10 名～20 名程度を調査対象としました。

地域活動は、防犯パトロール、子ども見守りなど地域の安全・安心に資する活動、道路、公園など都市ストックの適正管理に資する活動を行っている団体を対象としました。

表 3-1 調査対象団体

団体	活動場所	主な活動内容	活動頻度	団体規模	対象者
中小路学区コミュニティ推進会	茨城県日立市	青パトロール／子ども見守り活動／公園の美化活動　等	青パト：毎週１回 子供見守り：月に２回	100 名以上	17 名 （男性 7 名、女性 10 名）
東初石１丁目自治会自主防犯パトロール隊	千葉県流山市	防犯パトロール／子供パトロール／高齢者見守り	毎日２回	80 名	12 名 （男性 7 名、女性 5 名）
グループけやき	東京都板橋区	公園の美化活動	毎週日曜日	35～45 名 （定期参加は 10 数名）	12 名 （男性 8 名、女性 4 名）
合計					41 名 （男性 22 名 女性 19 名）

2 調査の方法

（1）調査日程について

本調査は、以下の日程で実施しました。

表 3-2 調査対象と調査期間

	対象		
調査対象	グループけやき	中小路学区 コミュニティ推進会	東初石一丁目自治会 自主防犯パトロール隊
調査期間	平成 27 年 10 月 26 日 ～11 月 22 日	平成 27 年 10 月 28 日 ～11 月 24 日	平成 27 年 11 月 6 日 ～12 月 3 日

（2）調査方法について

・調査期間中、外出時に活動量計を身につけ、データを蓄積することで、日常生活を送る上での活動量と地域活動を行う際の活動量を定量的に把握しました。
・活動量は、歩数、Ex 量、カロリー等を 1 時間単位等で集計しました。
・データは、転送装置を活用してインターネット経由で、サーバーにデータを蓄積しました。
・調査期間中は、当該地域活動を行った日時や日常生活を送る上で活動量が多い活動内容を把握するため、被験者に調査表（自宅外の活動日誌）を記入してもらいました。

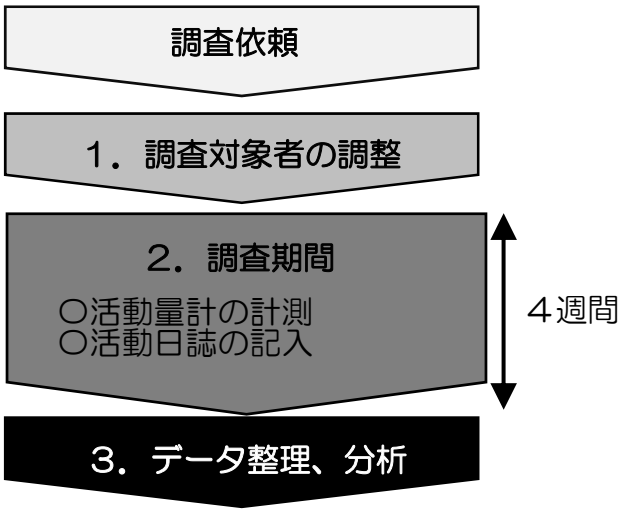


図 3-1　調査の流れ

【出典：オムロンヘルスケア社 HP】

写真　活動量計

3　調査結果の概要

（1）活動種別と当該地域活動の参加の有無による一日あたりの平均歩数の違い

・地域活動への参加は、日常生活における歩行を促すことにつながり、防犯パトロールを行っている団体では地域活動に参加していない日よりも、参加した日の方が一日あたり平均歩数は高い傾向にあります。防犯パトロールの活動は活動頻度が高く、日常的な体を動かす場となっており、地域活動に参加していない日は体を休めていると考えられます。
・一方、公園維持管理活動を行っている団体においては、地域活動に参加していない日の方が地域活動に参加している日よりも一日あたり平均歩数は高い傾向にあります。公園維持管理活動は、活動中に多くの歩行を伴わないため、ほどよく体を動かす機会となっており、体を動かしたい人にとっては、地域活動とは別の機会に体をよく動かしていると考えられます。

表 3-3　活動種別と当該地域活動の参加の有無による一日あたり平均歩数の違い

		一日あたり平均歩数		
		参加した日(A)	未参加の日(B)	A－B
公園維持管理 グループけやき	全体平均	6,402	7,649	−1,247
	男性平均【7 名】	7,191	8,218	−1,027
	女性平均【3 名】	4,822	6,509	−1,247
	前期高齢者等平均(60 歳～74 歳)【6 名】	5,658	7,729	−2,071
	後期高齢者平均(75 歳～)【4 名】	7,889	7,488	401
防犯パトロール 東初石一丁目自治会自主防犯パトロール隊	全体平均	8,557	5,368	3,190
	男性平均【8 名】	9,539	6,043	3,496
	女性平均【4 名】	6,988	4,287	2,700
	前期高齢者等平均(60 歳～74 歳)【6 名】	8,012	4,784	3,227
	後期高齢者平均(75 歳～)【6 名】	9,194	6,048	3,146

（2）活動種別と一時間あたりの平均歩数と平均活動カロリーの違い

・地域活動の種別に着目すると、公園維持管理並びに防犯パトロール活動ともに、地域活動の参加時間帯の方が一時間あたりの平均歩数、平均活動カロリーは未参加の時間帯の平均値よりも高く、健康維持に寄与していると考えられます。

・また、多くの歩行を伴う防犯パトロール活動は、公園維持管理活動よりも一時間あたりの平均歩数、平均活動カロリーは総じて高くなっています。

・一方、公園維持管理活動は、活動カロリーの消費量が防犯パトロールよりも高くないものの、少ない歩数でより多くの活動カロリーを消費しています。

表 3-4　活動種別と一時間あたりの平均歩数と平均活動カロリーの違い

	一時間あたりの平均歩数（歩）			一時間あたりの平均活動カロリー(kcal)			C／A
	参加した時間(A)	未参加の時間(B)	A－B	参加した時間(C)	未参加の時間(D)	C－D	
公園維持管理 グループけやき	970	499	471	65	35	30	0.07
防犯パトロール 東初石一丁目自治会自主防犯パトロール隊	2, 732	307	2,425	103	37	66	0.04

4 調査対象団体の概要

表 4-1　調査対象団体の一覧

調査対象団体		所在地	地域類型	活動主体	加入者数	現団体活動の開始時期	活動頻度
安全・安心活動	東初石１丁目自治会 自主防犯パトロール隊	千葉県 流山市	首都圏 ／その他住宅地	地縁型	約80名	平成 17 年	毎日
	幸町１丁目防犯 パトロール隊	千葉県 千葉市美浜区	首都圏 ／集合住宅団地	地縁型	約130名	平成 17 年	毎日
	亀戸２丁目団地 管理組合自治会	東京都 江東区	首都圏 ／集合住宅団地	地縁型	約100名	平成 16 年	週１回
	足立区長門南部町会	東京都 足立区	首都圏 ／その他住宅地	地縁型	約80名	平成７年	月２回
	近文あい運動	北海道 旭川市	地方都市	テーマ型	約250名	平成 18 年	毎日
維持管理活動	グループけやき	東京都 板橋区	首都圏 ／その他住宅地	テーマ型	約40名	平成 12 年	週１回
	青葉美しが丘 中部地区アセス委員会	神奈川県 横浜市青葉区	首都圏 ／計画戸建住宅地	地縁型	約20名	平成 16 年	月１回
	さつき台自治会 公園愛護会	神奈川県 横浜市港南区	首都圏 ／計画戸建住宅地	地縁型	約20名	昭和 51 年	月２回
	高麗川ふるさとの会	埼玉県 坂戸市	首都圏 ／その他住宅地	テーマ型	約100名	平成 15 年	週 1,2 回
	戸畑区老人クラブ 友親会	福岡県 北九州市戸畑区	地方都市	テーマ型	約30名	平成 16 年	月２回
安全・安心／維持管理	中小路学区 コミュニティ推進会	茨城県 日立市	首都圏近郊 ／その他住宅地	地縁型	約 3,900 名	昭和 52 年	ほぼ毎日

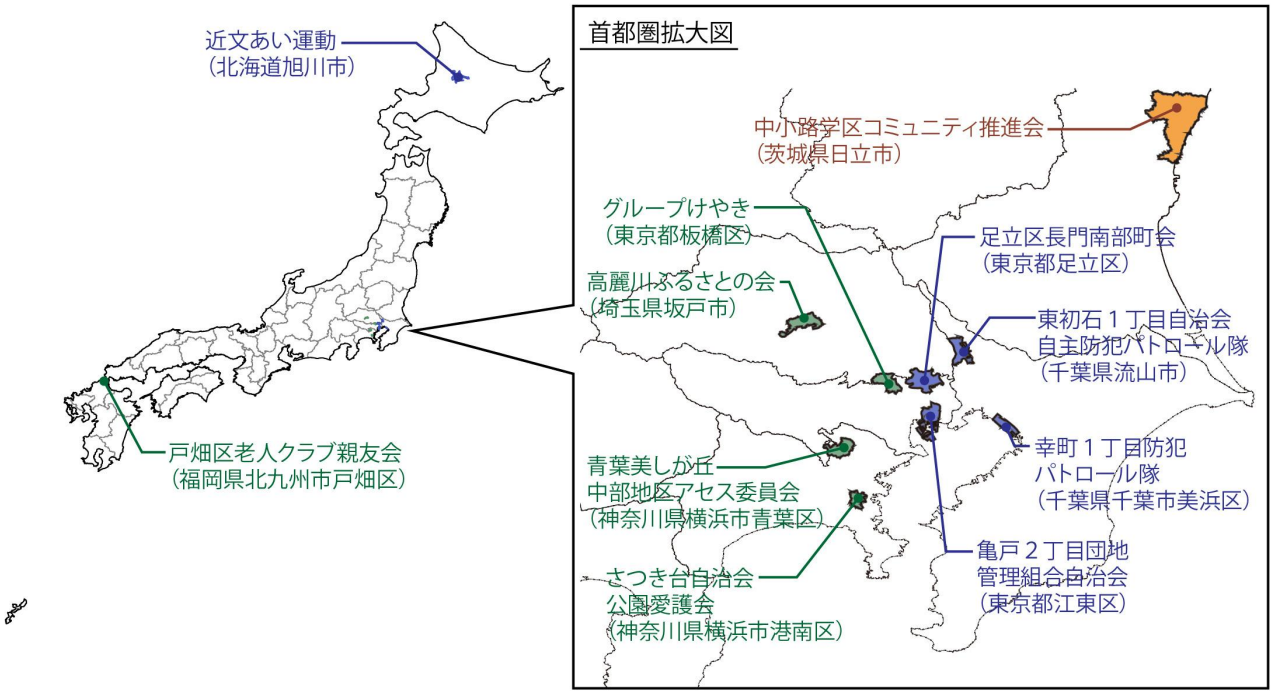


図 4-1　調査対象団体位置図

安全・安心活動①	東初石１丁目自治会自主防犯パトロール隊（東初石）
所在地	千葉県流山市
活動主体	地縁型
加入者数	約８０名
現団体活動の開始時期	平成１７年
活動頻度	毎日
主な活動	・防犯パトロール ・子どもパトロール隊の活動支援 ・高齢者の見守り

○地区および活動団体の概況

・昭和 41（1966）年に常磐自動車道整備構想が公表されたことを契機に、住宅開発が進行した地区です。

・常磐自動車道整備が本格的になり始めた昭和 50 年代頃から、常磐自動車道の地下化およびその上部の公園整備に向けて地域活動が活発化しました。

・防犯パトロール隊は、東初石１丁目自治会区域内において、毎日２回（小学生の下校時と夜８時頃）10 名程度で見回りを実施しています。

○主な活動の経緯

平成 15 年：　全国各地で子どもたちが巻き込まれる事件が多発したこと契機に、地区の有志によって流山市で最初のパトロール隊を発足した。

平成 17 年：　従前のパトロール隊の活動が停滞し始めたため、自治会が引き継ぐ形で、22 名のメンバーで東初石１丁目自治会自主防犯パトロール隊を発足した。

平成 19 年：　自治会館が、千葉県公安委員会から「地域防犯情報センター」に指定され、活動の拠点となった。「子ども防犯パトロール隊」を発足した。

平成 21 年：　自治会と協力して「高齢者への見守り活動」を開始した。

平成 24 年：　防犯ボランティアフォーラム 2012 全国大会および千葉県防犯ボランティア交流大会で活動報告・発表を行った。

活動拠点となっている
地域防犯情報センター

自治会予算で作成している
防犯ステッカー

パトロール中に発見した
悪徳リフォーム被害

子ども防犯パトロール隊
の活動

安全・安心活動②	幸町１丁目防犯パトロール隊（幸町）
所在地	千葉県千葉市美浜区
活動主体	地縁型
加入者数	約１３０名
現団体活動の開始時期	平成１７年
活動頻度	毎日
主な活動	・防犯パトロール ・子どもの見守り

○地区および活動団体の概況

・昭和 49（1974）年の千葉ガーデンタウン開発によって多くの人々が移り住んだ典型的な集合住宅のベットタウンで、当初から当時の 30,40 代を中心にまちづくりが展開されました。

・昭和 58（1983）年に自治会の連絡協議会（36 連協）が発足しました。ほぼ同時に 36 連協をサポートしコミュニティ活動の推進を図るために自治会 OB 等を集めたコミュニティ委員会も発足しました。

地図データ©2015 Google、ZENRIN

・幸町１丁目防犯パトロール隊は、幸町第三小学校学区内において、「より安全で　より元気、より美しい町づくり」という 36 連協の目標に向けて、小学生下校時・夜の 2 チームずつ（徒歩チームと青パトチーム）に分かれて見回りを実施しています。

○主な活動の経緯

平成 17 年：　地区での犯罪件数が年間 130～140 件起こっており、5 月には一晩で自動車が 5 台盗まれる事件が起きたため、7 月にコミュニティ委員会を中心とした 77 名のメンバーでパトロール隊を結成した。10 月には千葉県防犯協会の青パトを 1 か月間試験運行し、12 月から千葉県西警察署管内防犯協会の広報車でのパトロールを開始した。

平成 18 年：　PTA や青少年育成員会から活動が理解され、連携体制を取り始めた。

平成 19 年：　36 連協で青パト（まもるくん）を保有、運行することを決断する。

平成 23 年：　内閣総理大臣賞を受賞し、40,50 人のメンバーが新規に加入した。

平成 24 年：　自転車盗難の被害が多発し、ツーロックキャンペーンを開始した。

36 連協で独自に保有することとなった
青パト「まもるくん」の出発式

36 連協が作成している
地域安全マップ

隊員に配布している
防犯パトロール月報

安全・安心活動③	亀戸２丁目団地管理組合自治会（亀戸）
所在地	東京都江東区
活動主体	地縁型
加入者数	約７０名
現団体活動の開始時期	平成１６年（パトロール隊結成）
活動頻度	週１回夜間巡視（日中は必要時、子どもの見守りは登・下校時随時）
主な活動	・防犯パトロール・子どもの見守り ・高齢者の見守り・防災活動

○地区および活動団体の概況

・昭和 44（1969）年に理事会を設立し、その後区分所有法による団地管理組合の明確化等を図ることを目的として平成 5（1993）年に自治会を分離・独立させ、亀戸２丁目団地管理組合自治会が結成されました。

・設立当初には団地屋上での浮浪者の立ち入りや下着泥棒被害等により、理事会で団地内の見回りを始めました。昭和 50 年代頃には毎日パトロールが行われるようになり、組織的な現在の夜のパトロールの原点となっています。

・現在、パトロール隊は団地内（高層棟屋上や駐車・駐輪場等）およびその周辺で、毎週金曜日の定例日に当番者６名と当日自由参加の奉仕者を加え、15～20 名で夜間巡視を行っています。また、近隣ＰＴＡ、学校との連携、警察署、区の青パト支援等も受け 10 名程度で子どもの見守り活動を実施しています。

○主な活動の経緯

平成 16 年：　当時のリーダーが東京都安全・安心まちづくりアカデミーに参加し、江東区の依頼で個別に見守り活動をしていた方々にその知見を生かそうと話を持ち掛けたことをきっかけに、組織的な活動へと発展した。
自主的な防犯活動団体づくりのために江東区が進めている防犯ボランティア団体支援に登録し、資機材等の支援を受けるようになった。

平成 25 年：　第一亀戸小学校から見守り活動のお返しと子供と地域の居住者の交流を兼ねた清掃活動の申し出があり、コミュニケーションの機会となっている。

亀戸２丁目団地の様子

パトロール隊の詰所

清掃活動を隊員と小学生が行う時の対面式の様子

メンバーによる活動の振り返り

安全・安心活動④	足立区長門南部町会（長門南部）
所在地	東京都足立区
活動主体	地縁型
加入者数	約８０名（町会役員等）
現団体活動の開始時期	平成７年
活動頻度	月２回（朝１回、午後１回）
主な活動	・防犯パトロール ・高齢者の見守り ・道路、公園の美化活動　等

（出典：足立区長定例記者会見資料（H26.11））

○地区および活動団体の概況

・準工業地域でありながら工業や商店は少なく、ほとんどが住宅です。住宅のうち約 4 割が集合住宅、約 6 割が戸建住宅で、900 世帯あるうちの約 850 世帯が町会加入世帯となっています。

・元々は町工場や商店が多く、これらの方が町会役員を務めていましたが、平成 5（1993）年に活動運営等が要因で役員構成が変わり、現在はサラリーマンの方々が中心となっています。

・足立区長門南部町会は、平成 5 年以前から歳末の夜のパトロールを実施していましたが、役員改編によって自治会活動が活発化したことをきっかけに、町会内において、朝の徒歩による消火器点検および防災資材点検と、長門小学校学童の下校時の校門での見守り、青パトでのパトロールを月に 1 回ずつ実施しています。

・町内クリーン作戦は春と秋の年 2 回行っています。

○主な活動の経緯

平成　７年：　地区内での諸犯罪から住民を守るために、消火器点検および防災資材点検、防犯パトロールを始めた。

平成 19 年：　青パトによるパトロールを開始した。また、警視庁綾瀬署長および綾瀬交通安全協会会長から交通安全活動に関する表彰を受けた。

平成 22 年：　児童見守り活動を開始した。また、12 月にまちの防犯診断を実施した。

平成 25 年：　警視庁生活安全部長および東京防犯協会連合会長から地域安全運動に関する表彰を受けた。

平成 26 年：　足立区の補助により、2 月から地区内に防犯カメラを設置している。

児童、保護者等による
防犯パトロール

地域住民による防犯
まちづくり憲章づくり

長門南部町会防犯まちづくり憲章

長門南部町会では、子どもから高齢者まで安全で安心できるまちづくりを目指し、この憲章を定めます。

長門南部町会では、

一、防犯・防災パトロール活動や、日常生活のなかでの見守り活動を積極的に行います。
一、あいさつの声が響くまちを目指します。
一、道路、公園などの清掃を定期的に行い、地域の美化に努めます。
一、高齢者宅や空き家の情報を共有し、地域で見守ります。
一、暗がりなどを定期的に把握し、改善に努めます。
一、防犯カメラで上記活動を補い、さらなる安全を目指します。

平成２６年２月６日　長門南部町会

長門南部町会防犯まちづくり憲章

安全・安心活動⑤	近文あい運動（近文）
所在地	北海道旭川市
活動主体	テーマ型
加入者数	約２５０名
現団体活動の開始時期	平成１８年
活動頻度	毎日
主な活動	・子どもの見守り ・高齢者の見守り

○地区および活動団体の概況

・12 町会からなる近文小学校の校区と一致する旭川市郊外の住宅地であり、地区の周囲には国道 12 号や道央自動車道の旭川 IC があります。

・市内に 64 の地区市民委員会がある中で、近文地区は市内の戦後にできた振興地域よりも特にまとまりが強い地区です。

・近文あい運動は、近文小学校学区内において、近文地区社会福祉協議会が活動の中心となって、毎日低学年の集団下校時に各所で見守り活動を実施しています。また、地区の防犯活動の向上を図るために、安全・安心マップの作成やくらがり調査等にも取り組んでいます。

○主な活動の経緯

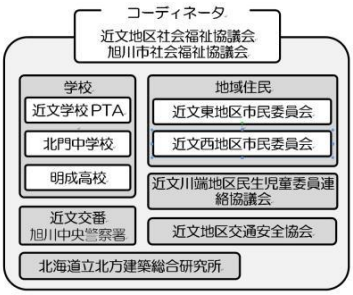
平成 17 年：　大型ショッピングセンターの出店を契機に、地区内の犯罪不安感が増加したことから、安全性の実態把握のためのアンケート調査を実施し、安全安心マップを作成した。

平成 18 年：　１月に社会福祉協議会が中心となって子どもの見守り活動である「近文あい運動」を開始し、４月には常時 100 名程度の規模にまで発展した。

平成 20 年：　住まいと街の安全安心プロジェクト（国交省・警察庁）のモデル地区に指定され、これまでの活動の課題や今後の目標、方針、取り組み方策を整理した計画を策定した。

平成 21 年：　くらがり調査、集中型見守り量調査を実施した。

平成 23 年：　門灯、玄関灯の効果の確認実験を実施した。



近文あい運動の実施体制

小学生とのふれあい集会の様子

集会での子どもたちからのプレゼント

くらがり調査の様子

維持管理活動①	グループけやき（けやき）
所在地	東京都板橋区
活動主体	テーマ型
加入者数	約４０名
現団体活動の開始時期	平成１２年
活動頻度	週１回
主な活動	・公園の美化活動

○地区および活動団体の概況

・板橋区の南部、東武東上線のときわ台駅から約600m 圏に位置する地域で、マンションや戸建住宅が混在し、近くに富士見台小学校があります。

・相続に伴う売却予定であった東武東上線ときわ台駅から北側に延びる商店街の沿道に面する工場併用住宅の跡地において、商店街の会長等の数名で公園整備の要望を出しました。板橋区がこの敷地を取得し、区として初めて住民参加型による公園づくりに取りながら木造賃貸住宅地区整備促進事業を活用して防災公園として整備しました。

地図データ©2015 Google、ZENRIN

・グループけやきは、公園整備のワークショップの参加メンバーが中心となって立ち上げられており、区と公園管理に係る協定を結んで、毎週日曜の公園清掃や花壇の手入れ、公園での地域との交流イベント、近隣小学校の総合学習等における協働作業等を実施しています。

○主な活動の経緯

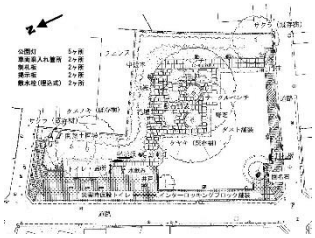
平成 11 年：　商店街 70 店舗を中心としたアンケート調査から公園整備の要望を板橋区に出したことをきっかけに、住民参加のワークショップ開催（９回）による公園整備の検討が始まった。

平成 12 年：　「けやきの公園」の開園に合わせてグループけやきが立ち上げられ、板橋区と里親の間で「公園の里親制度」の協定を締結し、活動を開始した。

平成 14 年：　「陽だまりコンサート」「防災体験 in けやきの公園」の毎年秋の開催を開始した。

平成 15 年：　「寄せ植え講習会」「餅つき大会」の開催を開始した。

平成 16 年：　「こいのぼり大会」「七夕まつり」の開催を開始した。



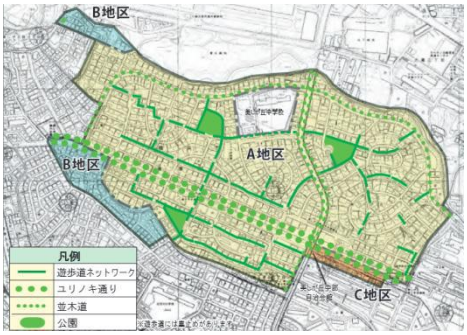
けやきの公園平面図

小学生による
清掃活動の様子

第 10 回七夕まつり
（平成 25 年 7 月）の様子

第 11 回陽だまりコンサート
（平成 24 年 10 月）の様子

維持管理活動②	青葉美しが丘中部地区アセス委員会（美しが丘）
所在地	神奈川県横浜市青葉区
活動主体	地縁型
加入者数	約２０名
現団体活動の開始時期	平成１６年
活動頻度	月１回
主な活動	・街路樹や緑地帯、歩行者専用道路の整備仕様の検討



○地区および活動団体の概況

・昭和 30 年代に東急電鉄によって開発され、日本で先進的にラドバーン方式（歩車道分離方式）を大規模に取り入れた代表的な住宅地です。

・昭和 47（1972）年に、全国初の住民発意での建築協定を締結した。平成 16（2004）年には建築協定を地区計画に移行し、開発当初からのまちづくりの理念や住環境を守り続けています。

・住環境水準や住民意識の低下の懸念から自治会の専門委員会として設立された青葉美しが丘中部地区アセス委員会では、歩行者専用道路・遊歩道の修景計画研究活動やガイドラインのルール見直し検討活動、地区計画施行エリアを示す標識の歩道への設置活動等を実施しています。

○主な活動の経緯

平成 16 年：　地区内 52 路線の道路を歩行者専用道路への認定替え要請書作成にあたって現地を歩いたところ、歩道の劣化が放置されている実態を発見し、自治会に報告。住環境水準や住民意識の維持のためにアセス委員会を設立した。

平成 18 年：　ハウジングアンドコミュニティ財団の助成を得た活動で街路樹の樹木診断を実施した。また、すまいのまちなみコンクールで得た助成で地区の詳細調査を実施し、アセス委員会で台帳を作成した。

平成 19 年：　道路管理者である横浜市青葉土木事務所から歩行者専用道路の改修について、地元としての意見を求められ、遊歩道改修研究グループがとりまとめた報告書を提出し、改修に向けて意見交換を続けている。

青葉美しが丘中部地区街づくりハンドブック（出典：美しが丘中部自治会ＨＰ）

維持管理活動③	さつき台自治会公園愛護会（さつき台）
所在地	神奈川県横浜市港南区
活動主体	地縁型
加入者数	約２０名
現団体活動の開始時期	昭和５１年
活動頻度	月２回
主な活動	・公園の美化活動

○地区および活動団体の概況

・高低差があり、幅員の狭い道路が見られる住宅地であり、地区の北西部にある社宅跡地では開発が進み、子育て世代も入ってきています。また、自治会参加者は、戸建住宅の方だけでなく、マンション居住の方も多くなっています。

・地区内には、下永谷東公園、大久保三丁目公園、井戸ノ久保公園、井戸ノ久保北公園、大久保三丁目第二公園、大久保三丁目第三公園及び現在整備中の大久保三丁目第四公園があります。

地図データ©2015 Google、ZENRIN

・さつき台自治会公園愛護会は、60～79 歳の方を中心に、常時 9 名ほどで主に下永谷東公園と大久保三丁目公園の清掃活動を実施しており、その他の公園は居住している周囲の人達が個別に清掃を行っています。他にも、農機具の手入や、中低木剪定の講習会に参加しています。また、公園愛護会だけで行っているイベントはないが、自治会等と協力して、運動会や祭を行ったり、畑で採れたものを祭り等で加工食品（ポテトチップスやフライドポテトなど）として販売したりしています。

○主な活動の経緯

昭和 39 年：　横浜市で公園愛護会制度が設立され、各愛護会が土木事務所から公園管理の依頼を受け、近隣住民に周知する流れであった。

昭和 51 年：　老人会がそれまでやっていた地区内の公園がなくなったこと、住宅地整備に合わせて初代リーダーとなる方が提案していた公園が整備されたことをきっかけにさつき台自治会でも公園愛護会が発足した。

平成 16 年頃：　草が生い茂っている未使用地に、浮浪者等が立ち入って治安が悪かったため、自治会で開墾した。3 段畑となったことで、公園清掃以外の活動が広がった。

下永谷東公園の様子

下永谷東公園の堆肥場

大久保三丁目公園の様子

大久保三丁目公園の花壇

維持管理活動④	高麗川ふるさとの会（高麗川）
所在地	埼玉県坂戸市
活動主体	テーマ型
加入者数	約１００名
現団体活動の開始時期	平成１５年
活動頻度	週 1,2 回
主な活動	・河川の美化活動 ・河川の動植物の観察会、勉強会

（出典：高麗川ふるさとの会ＨＰ）

○地区および活動団体の概況

・平成 8（1996）年に高麗川が「ふるさとの川整備事業」の河川指定を受け、浅羽地区を中心とした河川改修が計画されたが、堤防改修による景観の悪化の懸念から住民による反対運動が起こり、市民の声を整備計画に反映させるために「こまがわ市民会議」が設立されました。

・意見交換の末、平成 15（2003）年に事業の一環として整備された浅羽ビオトープは、多種多様な動植物とふれあい、自然の共生を学べる野外学習の場として多くの市民の方々に活用されています。

・浅羽ビオトープの維持管理を目的として設立された高麗川ふるさとの会では、ビオトープや河川の清掃のみならず、７つの分科会に分かれて、大学と協働して水質調査等を実施しています。

○主な活動の経緯

平成 15 年：　浅羽ビオトープが誕生したのを契機に、高麗川の良好な水辺環境の修復・保全を願う市民の有志である高麗川勉強会や設立準備委員会のメンバーが中心となって高麗川ふるさとの会を設立した。当初は、設立準備委員会のメンバー5,6 名の勧誘により、148 名の初期メンバーが集まった。

平成 22 年：　武州・入間川プロジェクトの助成を受けた。

平成 23 年：　環境省より水環境保全活動功労賞を受賞した。

平成 24 年：　城西大学が高麗川プロジェクトを開催した。

平成 26 年：　河川協力団体に登録し、みどりの愛護功労者国土交通大臣表彰を受賞した。

ふるさとの川整備事業の概要（出典：荒川上流河川事務所ＨＰ）

分科会名	主な活動内容
環境分科会	草刈り作業、環境デー作業
植生分科会	草刈り作業、散策路整備、植生観察会
水棲・水質分科会	水辺の整備、水質検査
野鳥分科会	野鳥の定期調査、探鳥会
高麗川塾分科会	ボランティアスタッフの主催による講座の開催
学童支援分科会	毎年夏休みに行われる子供たちの自然観察教室での安全管理協力
広報分科会	ふるさとの会全体の運営管理、高麗川にちなむ写真展開催

各分科会の主な活動内容

維持管理活動⑤	戸畑区老人クラブ友親会（戸畑区）
所在地	福岡県北九州市戸畑区
活動主体	テーマ型
加入者数	約３０名
現団体活動の開始時期	平成１６年
活動頻度	月２回
主な活動	・道路および公園の美化活動

○地区および活動団体の概況

・昭和 34（1959）年に戸畑区沢見２丁目、千防２丁目、小芝２丁目、天神２丁目域内にて結成された老人会であり、現在 180 名程度が参加しています。

・地区内には千防公園（街区公園、1,961 ㎡）と小芝公園（街区公園、1,991 ㎡）があります。

・戸畑区老人クラブ友親会は、5 つの活動グループに分かれており、清掃は自主で集まった活動です。元々は千防公園の茫々な草を見かねて始めた公園清掃や、市の事業での道路清掃でしたが、その後北九州市の公園愛護会や道路サポーター制度に登録し、助成を受けながら活動しています。

○主な活動の経緯

平成 16 年頃：　千防公園の茫々な草を見かねて、清掃活動を開始した。

平成 18 年：　戸畑区老人クラブ友親会で、千防公園と小芝公園の公園愛護会に登録した。

平成 20 年：　浅生まちづくり協議会が平成 19 年 12 月に道路サポーターの認定を受けたことを知り、1 月に道路サポーターに登録した。

平成 25 年：　8 月に国土交通省が行う「道路ふれあい月間」において、2007 北九州市道路サポーターの会のとして表彰を受けた（平成 25 年時点で登録 5 年が経過した団体を対象とした市内 22 団体の一つとして表彰された）。

平成 26 年：　1 月に北九州市制 50 周年記念で、美しいまちづくりに貢献した団体としての表彰を受けた。

道路清掃活動の様子

団体で管理している市民花壇

団体の活動拠点となっている集会場

安全・安心活動／維持管理活動	中小路学区コミュニティ推進会
所在地	茨城県日立市
活動主体	地縁型
加入者数	約 3,900 名
現団体活動の開始時期	昭和 52 年
活動頻度	ほぼ毎日
主な活動	防犯・防災活動、生活環境活動

○地区および活動団体の概況

・日立市の中心部、ＪＲ常磐線日立駅から約２Km に位置する中小路交流センターを活動拠点とし、中小路小学校区で組織された団体です。

・駅を中心とした中心市街地の周辺には、マンションや戸建住宅を主体に市街地が広がっているほか、大規模工場や高校なども立地しています。

・コミュニティ推進会には、生活環境部、防災防犯部等の７つの部会があり、「防災・防犯」、「生活環境」、「健康づくり」、「福祉」、「見守り」等の活動を行っています。

・防災・防犯活動として防犯パトロール、下校時の見守り等を、生活環境活動として不法投棄パトロール、児童公園清掃やあんず並木清掃等を、健康づくり活動として健康ウォーキング、中小路運動教室等を、福祉活動としてふれあいサロンの開催、配食サービス等を、見守り活動としてふれあい回収、要支援者の見守りの活動を行っています。

○主な活動の経緯

昭和 52 年：　昭和 50 年に「日立市民運動推進連絡協議会」が発足したのを契機に、昭和 52 年に「中小路住みよくする会」として活動が始まった。

平成 18 年：　その後、地域に根ざした特色ある実践活動が行われるようになり、平成 18 年から「中小路コミュニティ推進会」として活動が開始した。また、平成 21 年には日立市社会福祉協議会と連携して地域特性を生かした福祉活動を行っている。

防犯パトロール

小中学校、商店会などと連携した清掃活動の様子

5　高齢者の外出機会や行動範囲

高齢者は加齢により、外出頻度が低下する傾向にあるといわれています。そこで、高齢者の外出機会や行動範囲はどうなっているのかを見てみることにしました。ここでは、国土交通省が実施した平成 22 年全国都市交通特性調査データから、高齢者の外出機会や行動範囲について見てみることにします。

全国都市交通特性調査とは

わが国の都市交通計画・施策のあり方を検討のために、都市規模と都市の交通特性との関係を明らかにすることを主な目的とする全国調査が昭和 62 年から概ね 5 年から 7 年に 1 度実施されています。調査時点により対象自治体数の変動はありますが、平成 22 年は 130 自治体を対象に実施されました。

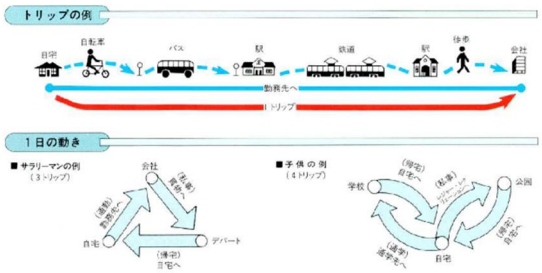
全国都市交通特性調査の特徴には、以下のようなことが挙げられます。

○1 自治体あたり 500 世帯程度を抽出し、それぞれの世帯の人ごとの 1 日の動き（トリップ）を調査票に記入する形式で行われています。

○全国の都市の交通特性を同一年に平日・休日ともに把握できます。

※トリップとは

人がある目的をもってある地点からある地点へ移動した単位をトリップといい、目的がかわるごとにトリップもかわります。1 回の移動でいくつかの交通手段を乗り換えても 1 トリップと数えます。目的がかわると 2 番目のトリップとなります。



出典：国土交通省：都市における人の動き（第 2 編）

■高齢者の外出機会や行動範囲

この分析では、高齢者の外出機会を「外出率」で、行動範囲を「平均トリップ時間」で見てみることにしました。今回は、平日のデータを用いています。

外出率は、ある人が 1 回でも外出した記録のある場合は外出ありととらえ、外出ありの個人数を個人サンプル数で除した数値としました。

平均トリップ時間は、トリップ毎の時間を個人毎に集計して、それの平均値としました。

■全国的な動向

・高齢者の外出率（図 5-1）は、他の年代よりも低く、女性の方が外出率は低い傾向にあることがわかります。また、後期高齢者になれば、性差による外出率の差が大きくなっています。

・平均トリップ時間（図 5-2）は、男性は生産年齢世代よりも低いですが、女性はあまり大きな差は見られません。とはいっても、男性の方が行動範囲は広いととらえることができそうです。

・地域活動との関係を直接とらえるための調査区分はありませんが、近い目的（ここでは社交・娯楽）で徒歩と自転車での外出を取り出して集計してみました。この区分での外出率（図 5-3）では、

65 才未満よりも高齢者の方が高く、前期高齢者が最も高くなっています。前期高齢者では男女の差はありませんが、後期高齢者になると男性の方が高く若干差が見られるようになります。

また、平均トリップ時間（図 5-4）では、同じく前期高齢者が最も高くなっていますが、後期高齢者や性別での差は大きくありません。

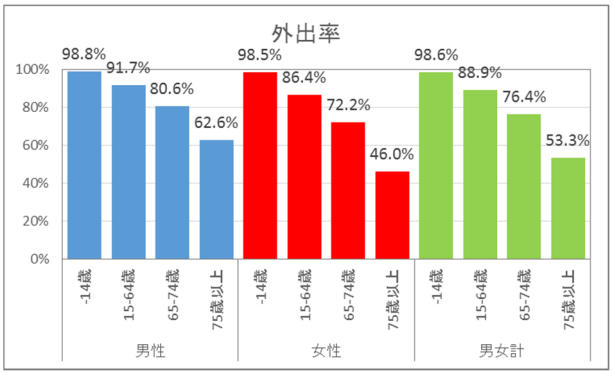


図 5-1　外出率（全目的・手段）

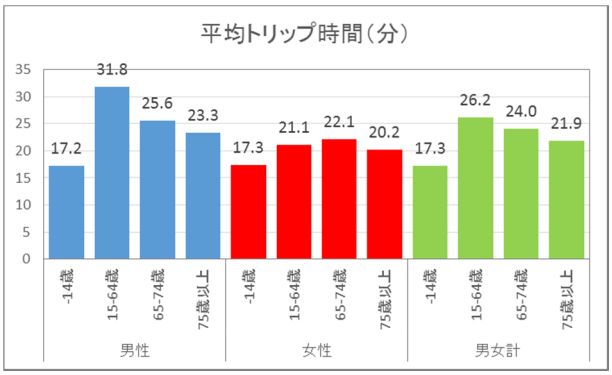


図 5-2　平均トリップ時間（全目的・手段）

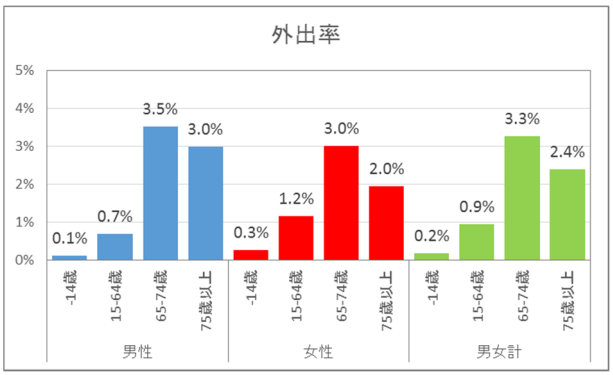


図 5-3　外出率（社交・娯楽、徒歩+自転車）

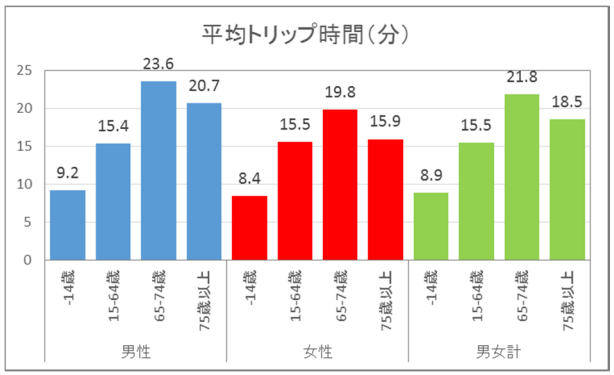


図 5-4　平均トリップ時間（社交・娯楽、徒歩+自転車）

■市街地と郊外による違い

・次に、都市内での違いを見てみることにします。ここでは、人口の多い市街地と少ない郊外での違いを見るために、国勢調査の人口集中地区（以下 DID）内外によって集計をしてみました。

DID とは

人口集中地区（Densely Inhabited District）と呼ばれ、国勢調査の基本単位区内の人口が、4000 人/km²以上の区が連続していること、かつ隣接する基本単位区との合計人口が 5000 人以上として定義されています。厳密な意味ではないものの、DID の区域を市街地と見なすことが多く、この分析でもそれに沿って、DID 内を市街地、DID 外を郊外としています。

・全目的・手段での集計での外出率（図 5-5）を見ると、郊外よりも市街地の方が若干大きく、その差は年齢が上がるごとに大きくなっていることがわかります。この傾向は、男性よりも女性の方がやや大きくなるようです。つまり、市街地よりも郊外の方が、後期高齢者の女性は外出機会が少なくなりますが、男性の外出機会はあまり減らないということができます。また、平均トリップ時間（図 5-6）を見ると、市街地の方が若干長いことがわかりますが、市街地と郊外の差は大きくありません。

・地域活動と近い目的（社交・娯楽）で徒歩と自転車での外出における外出率（図 5-7）を見てみると、高齢男性の外出率は、市街地と郊外で大きな差が見られますが、後期高齢者の女性ではその差

はあまり大きくありません。また、平均トリップ時間（図 5-8）を見てみると、同様に男性の方が市街地と郊外での差が大きい傾向が見られます。

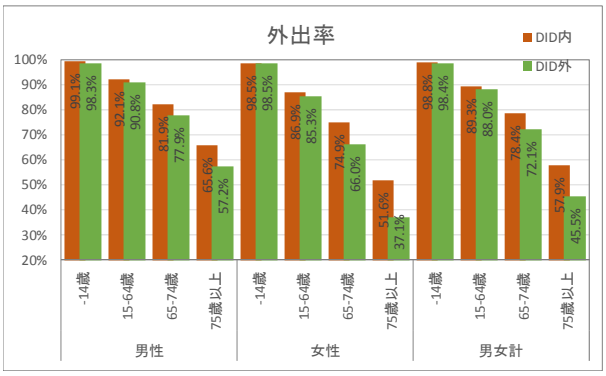


図 5-5　外出率（全目的・手段）

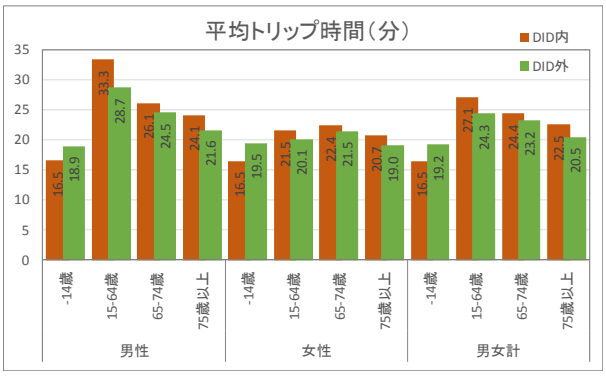


図 5-6　平均トリップ時間（全目的・手段）

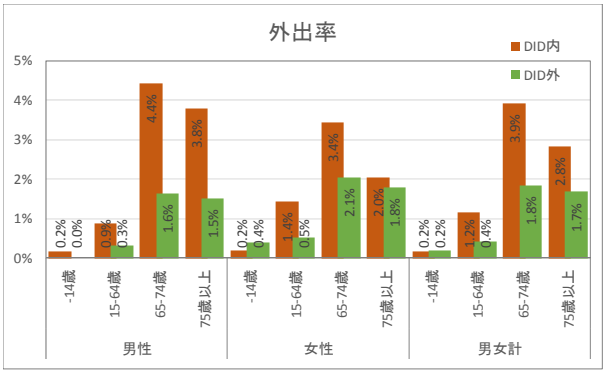


図 5-7　外出率（社交・娯楽、徒歩+自転車）

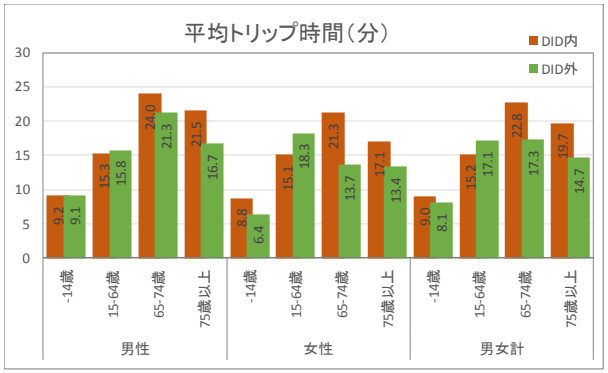


図 5-8　平均トリップ時間（社交・娯楽、徒歩+自転車）

・さらに、全国の地域類型別の違いを見てみます。全国都市交通特性調査では、130 自治体を 14 の地域に分類していますが、ここではさらに 5 地域に再編して見てみることにします（表 5-1）。

表 5-1　分析において使用した都市類型と対象自治体

都市類型	調査対象市区	調査対象町村
三大都市圏	さいたま市、千葉市、東京区部、横浜市、川崎市、名古屋市、 京都市、大阪市、神戸市、取手市、所沢市、松戸市、稲城市、堺市、豊中市、奈良市、青梅市、小田原市、岐阜市、豊橋市、春日井市、津島市、東海市、四日市市、亀山市、近江八幡市、宇治市、泉佐野市、明石市	五霞町、清川村、飛鳥村、南知多町、菰野町、千早赤阪村、稲美町
地方中枢都市圏A	札幌市、仙台市、広島市、北九州市、福岡市、小樽市、千歳市、塩竈市、呉市、大竹市、太宰府市	
地方中核都市圏B	宇都宮市、金沢市、静岡市、松山市、熊本市、鹿児島市、小矢部市、小松市、磐田市、総社市、諫早市、臼杵市	
地方中核都市圏C	弘前市、盛岡市、郡山市、松江市、徳島市、高知市、高崎市、山梨市、海南市、安来市、南国市、浦添市	当別町、余市町、蔵王町、大郷町、安芸太田町、筑前町、築上町
その他の都市	湯沢市、伊那市、上越市、長門市、今治市、人吉市	鷹栖町、大空町、清水町、六戸町、川西町、国見町、益子町、東庄町、 入善町、中能登町、玉城町、愛荘町、みなべ町、勝央町、上板町、南関 町、大津町、八重瀬町、東川町、広尾町、白糠町、平内町、鰺ヶ沢町、風間浦村、楢葉町、高山 村、東吾妻町、立山町、穴水町、佐久穂町、信濃町、南伊勢町、紀北町、 南山城村、香美町、紀美野町、智頭町、奥出雲町、和気町、つるぎ町、 松野町、中土佐町、相良村、国富町、高千穂町、宜野座村

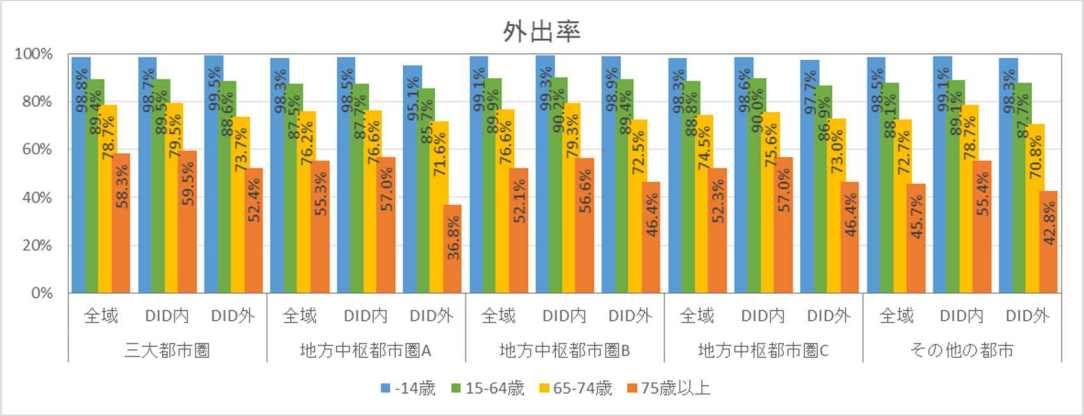


図 5-9　外出率（全目的・手段）

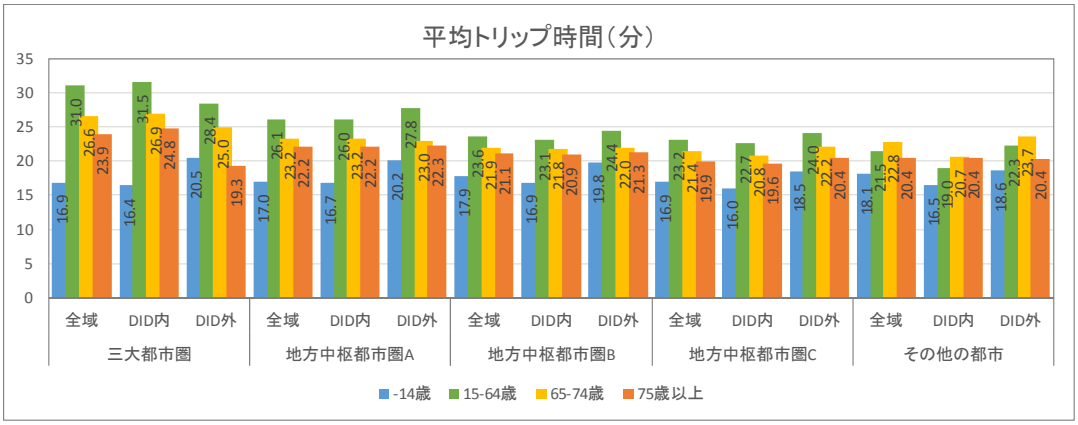


図 5-10　平均トリップ時間（全目的・手段）

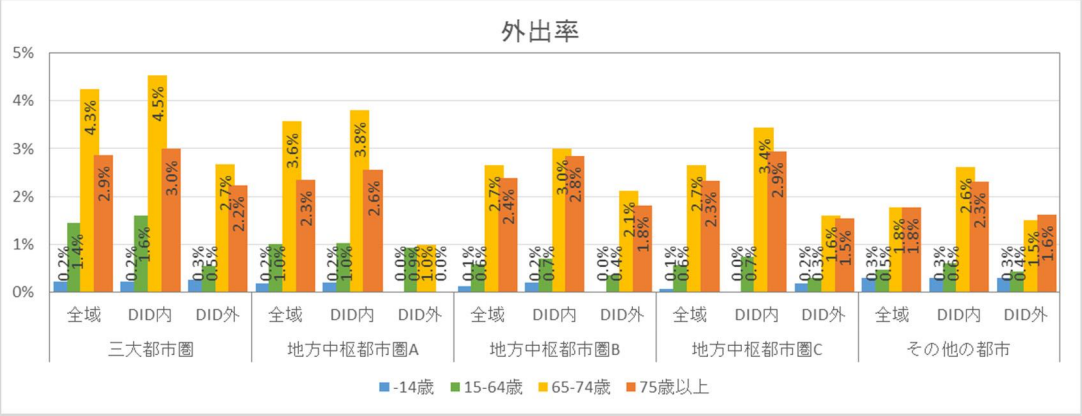


図 5-11　外出率（社交・娯楽、徒歩+自転車）

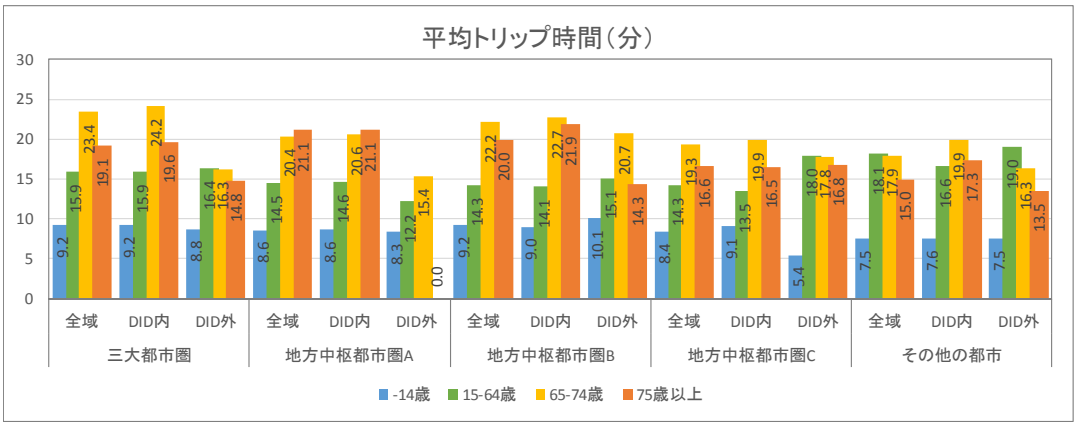


図 5-12　平均トリップ時間（社交・娯楽、徒歩+自転車）

・全目的と手段でみた外出率（図 5-9）では、前期高齢者と後期高齢者の外出率は総じて減少することがわかりますが、その減少の度合いの地域的な違いや市街地と郊外での違いは見られません。一方、平均トリップ時間（図 5-10）では、前期高齢者と後期高齢者では大きな違いは見られませんが、総じて減少することがわかります。地域的には、若干ですが、地方に行くほど数分程度トリップ時間が短くなる傾向があることがわかります。

・地域活動と近い目的（社交・娯楽）で徒歩と自転車での外出における外出率（図 5-11）を見てみると、前期高齢者と後期高齢者の外出率は概して減少する傾向が見られます。さらに地方になれば外出率が下がることと、市街地と郊外での差が大きくなる傾向が見られます。例えば、地方中枢都市 C の前期高齢者の外出率は 2.7%となっていますが、市街地では 3.4%であるのに対して、郊外では 1.6%と約半分以下の外出率になることがわかります。また、平均トリップ時間（図 5-12）を見てみると、概して全目的と手段の場合と同様の傾向となっていますが、地方中枢都市 A では前期高齢者よりも若干ですが後期高齢者の平均トリップ時間が長くなっていることがわかります。

■まとめ

全国的なデータを元に高齢者の行動特性や圏域について統計的に見てみました。全国的なサンプル調査であるため、大まかな傾向をとらえることにとどまりますが、高齢者の年齢階層や地域・市街地との関係が明らかになったと思われます。

※この分析には、統計法第 33 条に基づき提供を受けた全国都市交通特性調査の調査票情報（国総情建第 204 号）を使用した。

（阪田　知彦）

© 建築研究資料　　第 178 号

平成 28 年　12 月 27 日　印刷・発行

編集
発行　国立研究開発法人建築研究所

本資料の転載・複写の問い合わせは下記まで

国立研究開発法人建築研究所企画部企画調査課

〒305-0802　茨城県つくば市立原 1 番地
電話（029)864-2151（代）