

緩やかにしなやかに気にかけてあえるまちへ  
～つながりの価値を見つめなおして～

よこはま地域福祉フォーラム  
同志社大学 永田祐

## これからの地域社会の変化

### すでに顕在化している課題



→ 少子高齡化の進展  
社会的孤立の深刻化・頼れる人がいない人の増加

### これからの変化 (2040年に向けて)



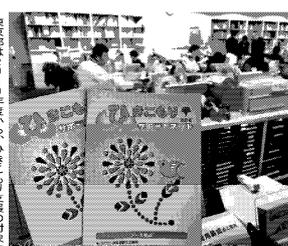
# 社会的孤立の深刻化

- 近年の社会変動により、家族、地域社会、安定した雇用とうまく結びつくことが難しい**社会的つながりが弱い人の課題（社会的孤立）**や**複合的な生活困難を抱えた人や世帯の課題**も顕在化しています。
- 例えば、
  - **8050問題**：介護が必要な高齢者と同居している50代の息子は、孤立無業である（長年引きこもっている、障害が疑われる等）。
- 加えて、長引くコロナ禍の影響により、孤立がよりいっそう深刻な社会問題となっています。
- 例えば、
  - **自殺者数の増加**（令和2年度に21,081人、特に女性は935人増）などは、孤立の問題も要因一つと考えられています。
  - 外出自粛による**高齢者の心身衰弱**や**つながりの消失**も懸念されています。

## 8050問題

- 相談できずに困窮したり、地域社会からも孤立している人が多い。
- 民生委員さんの気づきや高齢者の支援から課題が発見されることが多いが、中高年世代への支援策が少なく、「たらい回し」になることも。

# 中高年ひきこもり深刻



中高年のひきこもりが顕在化している。内閣府が3月に発表した調査では、40〜64歳の推計1万人が自宅に半年以上閉じこもっているが、80代をピークに年々増加傾向にある。2018年度の調査では、ひきこもりの世帯は約10万世帯あり、口数は約100万人に達している。口数は対策を極める。

### 支える親も高齢に 相談できず困窮・孤立

「親のひきこもりが、子どもの支援だけでなく、親の生活や介護、経済的困窮、さらには親の健康や命の危険まで及ぼす。ひきこもりの親は、相談できず困窮・孤立している。ひきこもりの親は、相談できず困窮・孤立している。ひきこもりの親は、相談できず困窮・孤立している。」

「親のひきこもりが、子どもの支援だけでなく、親の生活や介護、経済的困窮、さらには親の健康や命の危険まで及ぼす。ひきこもりの親は、相談できず困窮・孤立している。ひきこもりの親は、相談できず困窮・孤立している。」

「親のひきこもりが、子どもの支援だけでなく、親の生活や介護、経済的困窮、さらには親の健康や命の危険まで及ぼす。ひきこもりの親は、相談できず困窮・孤立している。ひきこもりの親は、相談できず困窮・孤立している。」

2019年4月16日 日本経済新聞 4

# 外出自粛による社会的孤立への危惧

- コロナ禍では、「不要不急」として、多くの地域活動が休止を余儀なくされました。
- 2020年度に前年より外出頻度が減った高齢者は、63.7%という調査結果もあります。
- 外出自粛の影響は、今後、高齢者の健康や社会的孤立に大きな影響を及ぼすことが懸念されています。

## コロナ下、心身衰弱 深刻

### 高齢者、外出自粛響く 「感染対策運動と両立を」

**コロナ下での高齢者の体力低下は深刻**  
(大阪市の調査で高齢化した人の割合)

年齢層	2019-20年度	2020年度
65歳以上	約45%	約64%
75歳以上	約40%	約60%

(注)18-19、19-20年度の別数は異なる

大阪市の調査によると、高齢者の体力低下は深刻な状況にある。特に65歳以上の高齢者は、2019-20年度に比べて2020年度に体力低下の割合が約19ポイント増加した。75歳以上の高齢者も約20ポイント増加した。また、18-19歳、19-20歳の若年層でも体力低下の割合が増加している。

この背景には、外出自粛による運動不足が大きな要因と見られる。高齢者は、感染対策として外出を控える傾向があり、体力維持が難しくなっている。また、社会的孤立による精神的な負担も、体力低下の一因となっている。

大阪市は、高齢者の体力低下を防ぐため、感染対策と両立した運動の促進に取り組んでいる。例えば、公園や施設で実施される「高齢者向け運動会」や、在宅での運動を促す動画の配信などが挙げられる。

また、高齢者の健康や社会的孤立を軽減するため、地域での活動の促進も重要な課題となっている。地域での活動は、高齢者の健康維持だけでなく、社会的孤立の解消にも効果的である。大阪市は、地域での活動の促進を支援するため、様々な取り組みを行っている。

大阪市や東京都は、高齢者の健康や社会的孤立を軽減するため、地域での活動の促進に取り組んでいる。例えば、公園や施設で実施される「高齢者向け運動会」や、在宅での運動を促す動画の配信などが挙げられる。

また、高齢者の健康や社会的孤立を軽減するため、地域での活動の促進も重要な課題となっている。地域での活動は、高齢者の健康維持だけでなく、社会的孤立の解消にも効果的である。大阪市は、地域での活動の促進を支援するため、様々な取り組みを行っている。

2021年5月4日 日本経済新聞 5

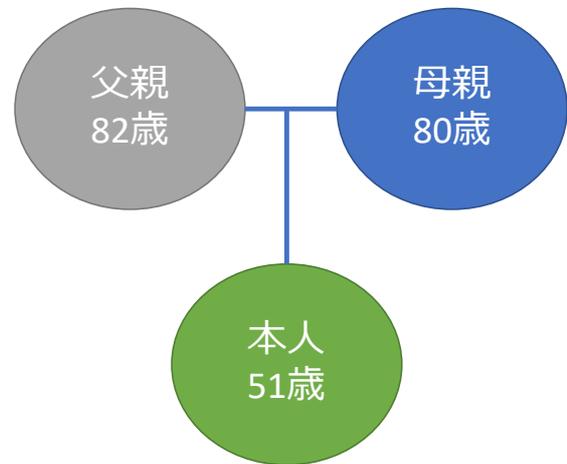
# こうした課題を踏まえたこれからの地域福祉

## 「地域共生社会」の実現

- 「地域共生社会」とは？
  - 「子ども・高齢者・障害者など**すべての人々が**地域、暮らし、生きがいとともに創り、高め合うことができる『**地域共生社会**』を実現する。このため、**支え手側と受け手側に分かれるのではなく、地域のあらゆる住民が役割を持ち、支え合いながら、自分らしく活躍できる地域コミュニティ**を育成し、福祉などの**地域の公的サービスと協働して助け合いながら暮らすことのできる仕組みを構築する**」（ニッポン一億総活躍プラン）
- →専門職がきちんと受けとめる体制をつくる同時に、**居場所や出番のある地域をみんなで作っていきこう**ということです。

# 10年前と10年後

- 父親は、最近体が弱ってきた。介護保険を申請しようかと思っただが、息子のこれからも心配で、お金を貯めておかなければと躊躇している。
- 息子は、41歳で職場を退職してから無職で、ひきこもり状態。
- 10年前に関わっていたら？
- 10年後に関わることになったら？



10年間、引きこもり状態

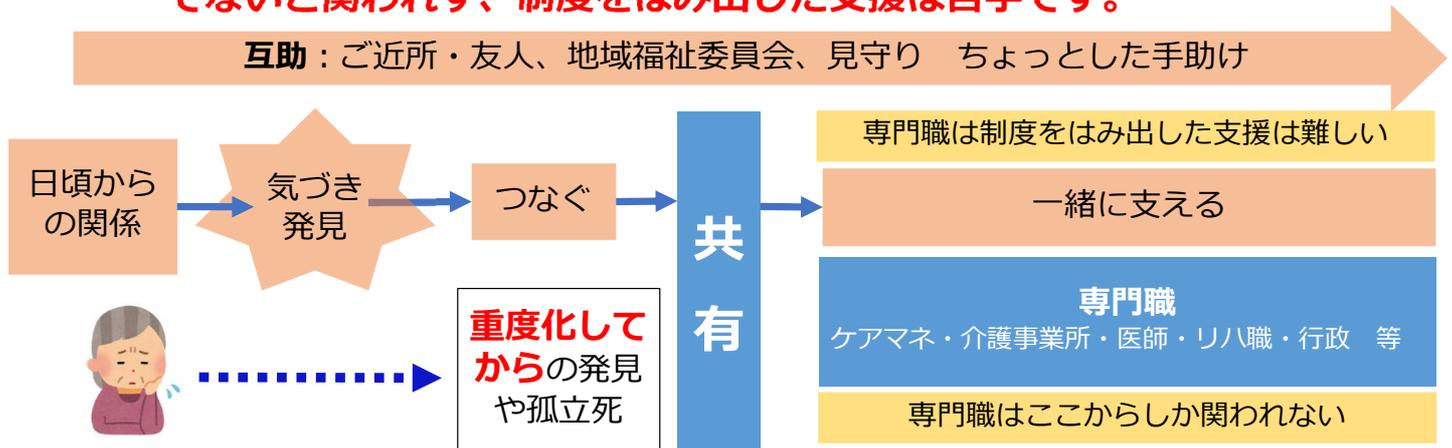
7

## SOSを出すことが難しい人もいる 孤立している人の特徴

- **自ら声を上げることが難しい**
  - 様々な理由（困難を自己責任とみなす社会的風潮や様々な経験の積み重ねから、自ら声を上げることができない（ニーズが潜在化しやすい）。
- **多様化、深刻化、複合化しやすい**
  - 生活の積み重ねの中で、時間とともに多様化したり、深刻化して支援が困難になっている場合が多い。
- **支援を受ける力が弱い**
  - 生きる意欲が低下していたり、自暴自棄になっている場合も多く、支援者と信頼関係を形成し、関係構築していくことが難しい。
- →自らSOSを出せない、困っていても助けを求められない。

# 住民（地域）だからこそできること

- 行政や専門職がきちんと受けとめることが重要ですが、**行政や専門職には、難しいことがあります**。例えば、専門職や行政は、**困ってからでない関わらず、制度をはみ出した支援は苦手です**。



9

# 私たちには役割と居場所が必要だ

- 私たちは、社会的存在で「**役割の束**」の中を生きています。



- 孤立した状態になると、役割がなくなり、自分が認められる場がなくなってしまう、自尊心や自己肯定感が低くなってしまいます。
- 役割は人との関係の中で生まれるので、社会の中でつながりをつくっていくことができないと、役割も作れません。

- 「人は誰かのために働くのだと思います。その動機を与えてくれるのは、誰かの存在です」「出会いの中で私たちは意味づけられていくのだと思います」（奥田知志「伴走型支援」有斐閣、2021年）

10

## 「つながり」が人を元気にする

- 社会参加活動をしていないことは、**1.41倍**
- 人との接触頻度が低いことは、**1.57倍**
- **孤独感**は、**1.58倍** 認知症発症リスクを上昇させる。

• 出所：村山洋史「なぜ夫と別れても妻は変わらず健康なのか」ポプラ新書。

- 要介護状態になりにくい人の特徴は、運動だけでなく（よりも）**「社会参加し、人の役に立つ社会的役割を持っている」** ことにあることは、近年の研究の常識になってきました。高齢者に限らず、つながりが人を元気にします（出会い、つながり、元気。）

11

## 大事なものは... 「地域と専門職」の力合わせ

### （地域） 地域の高め、多様な居場所や関係を作る

- SOSを出す、出せる、つながりのある地域。
- 抱え込まず、気づいた課題を専門職につなげる。
- 地域で必要な取り組みを作り、お互い様の範囲で支える。

### （社協・専門職） 多機関がもっと連携する

- たらい回しにせず、受けとめる体制をつくる。
- 地域との力と協働する。
- 地域の取り組みを支える。
- 最後の砦となって市民の暮らしを守る（行政）。

社協やケアプラザに両者をつなぐ役割を果たして欲しい。

できることにとりくみながら専門職や行政と**協働**する。



地域の思いを尊重し、**協働**する。

12

# 「助け上手・助けられ上手」に

- 「孤独は山になく、街にある。一人の人間にあるのではなく、大勢の人間の『間』にある」（三木清『人生論ノート』）。
- 答えも人と人の「間」にしかない。
- 人は、人と出会い、つながることで元気になる。地域で、手を貸したり、助けてということが出来る人が増えていくこと＝「助け上手」「助けられ上手」になることが、共生社会の実現の一步だと思っています。
- 福祉は、ふだんのくらしのしあわせづくり、特別なことでなく「気にかける」範囲を少し広げること、そして行政や専門職がそのsosを受けとめて、助け上手の皆さんと協働していける体制をつくっていききたい。