

多摩区まちづくり協議会 活動発表会「まちカツ！」

データが語る 「コミュニティ」と「つながり」の重要性

健康・幸福・教育・治安・出生率への効果

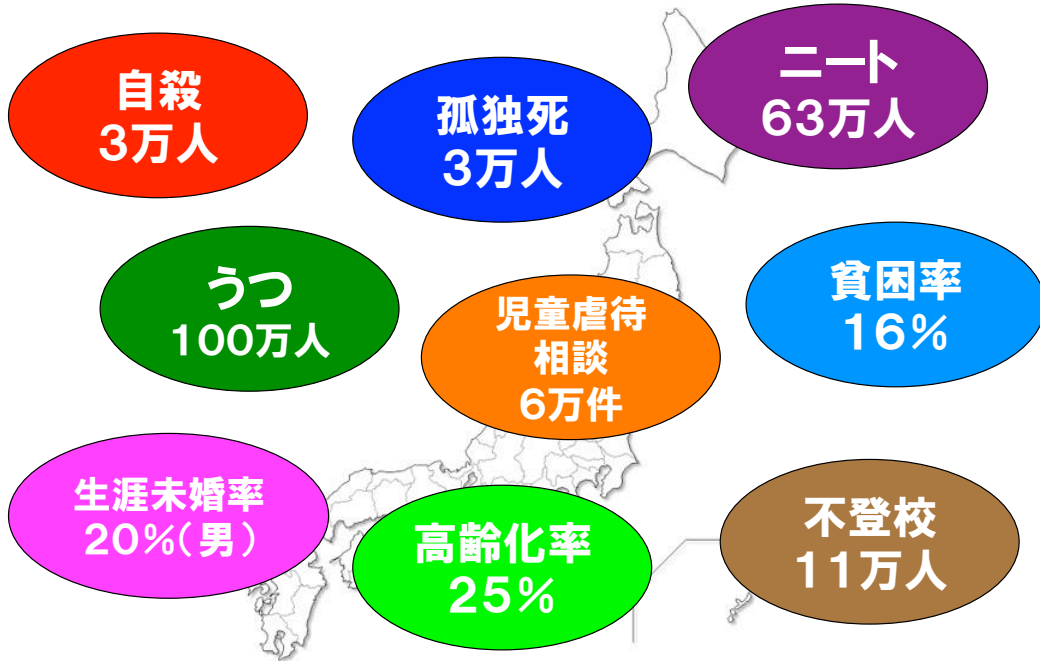
CRファクトリー
Community & Relationship



年 月 日

氏名:

社会課題先進国日本



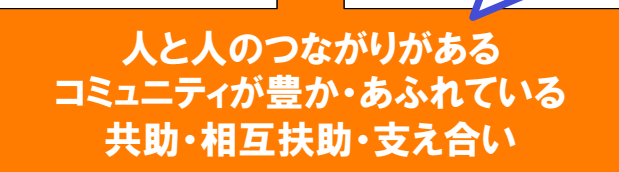
NPO法人CRファクトリー

社会問題と解決策

【現象】

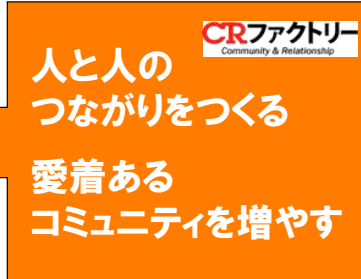


【構造】



このインフラ
づくりをやりたい

【解決策】



NPO法人CRファクトリー

ビジョン・ミッション

【ビジョン(目指す姿)】

すべての人が
自分の「居場所」と「仲間」を
持って心豊かに生きる社会



【ミッション(使命)】

居場所と仲間を感じる
あたたかいコミュニティを
世の中にあふれさせること



NPO法人CRファクトリー

基幹技術・ノウハウ



愛着と関係性のマネジメント

「団体・組織への愛着」や「スタッフ・仲間との関係性」を
どのように高めていけば良いのか、についての

技術・ノウハウ

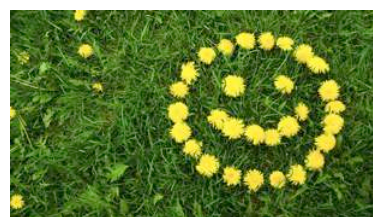
愛着:この団体のことが好きだ・居心地が良い

関係性:この仲間と一緒に仕事・活動していることが楽しい

NPO法人CRファクトリー

信念

**コミュニティが人を幸せにする
社会を良くする**



NPO法人CRファクトリー

志

日本全国を

**「居場所と仲間を感じる
あたたかいコミュニティ」**

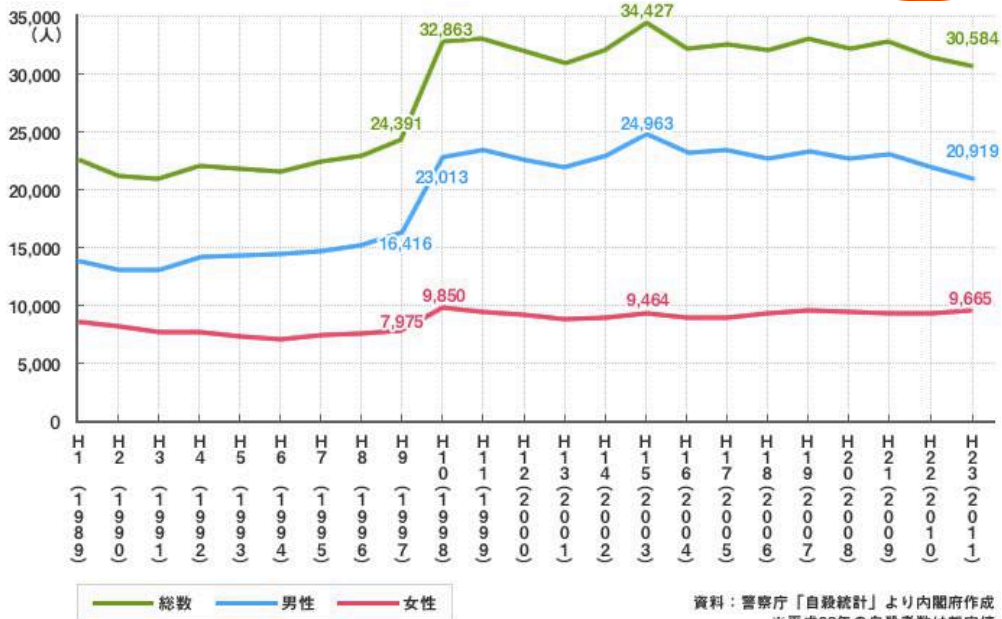
であふれさせる



NPO法人CRファクトリー

自殺

自殺者の年次推移

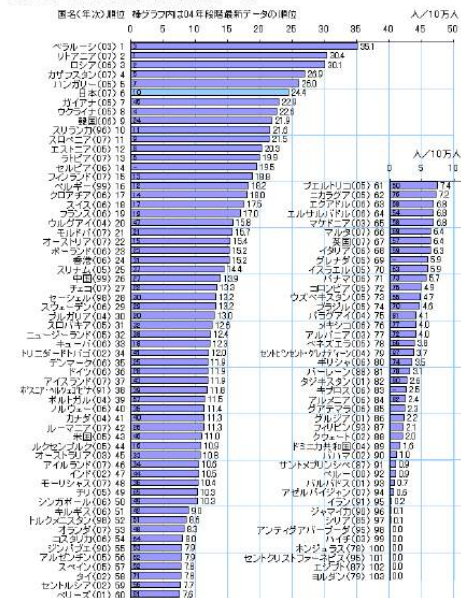


NPO法人CRファクトリー

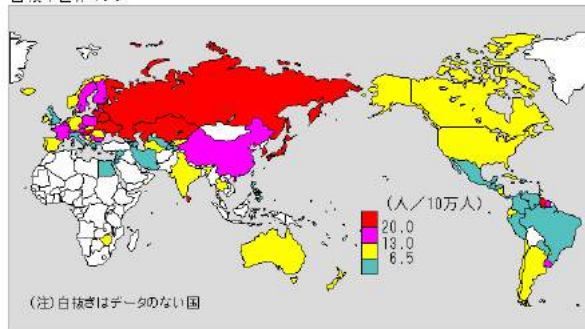
自殺

自殺率の国際比較

自殺率の国際比較(2008年段階の最新データ)



自殺率世界マップ



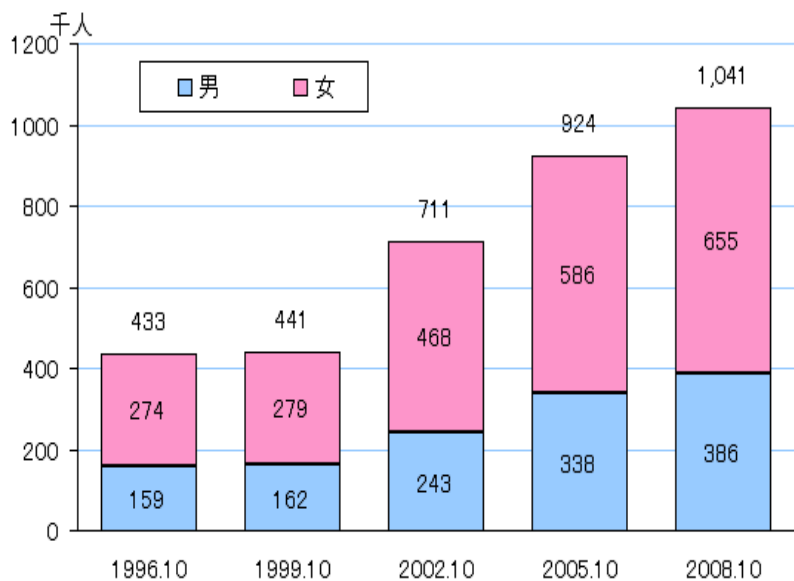
(注) 中国は中国本土の都市部農村部をわける調査地域のみ結果
(資料) WHO (2008年段階)で最も新しい各国のデータ

NPO法人CRファクトリー

うつ病・躁うつ病

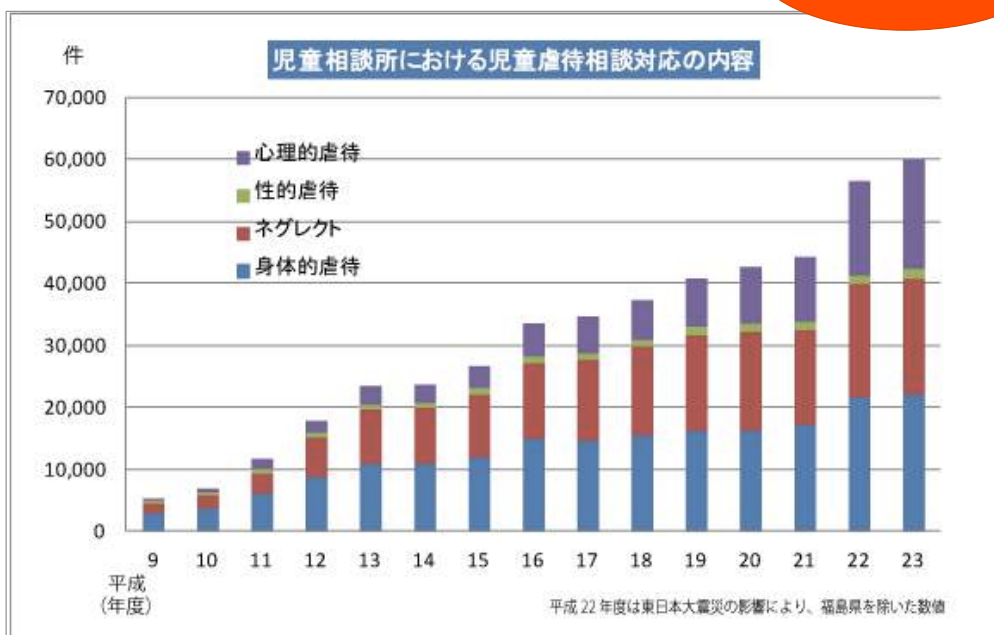
うつ病の
総患者数

うつ病・躁うつ病の総患者数



児童虐待

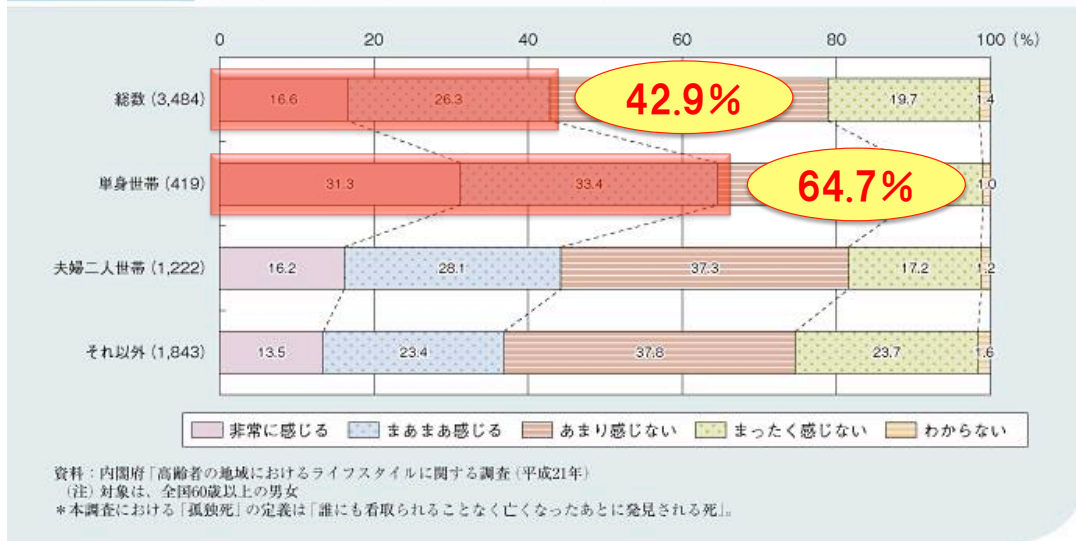
児童虐待
相談対応件数



孤独死が身近な問題

孤独死
無縁社会

図1-2-43 孤独死*を身近な問題と感じる者の割合



内閣府「高齢者の地域におけるライフスタイルに関する調査」2011

NPO法人CRファクトリー

背景

参考：『コミュニティを問いなおす』（広井良典著）

「これからの日本社会や、そこでの様々な課題を考えていくにあたり、おそらくその中心に位置していると思われるのが

「コミュニティ」

というテーマである。

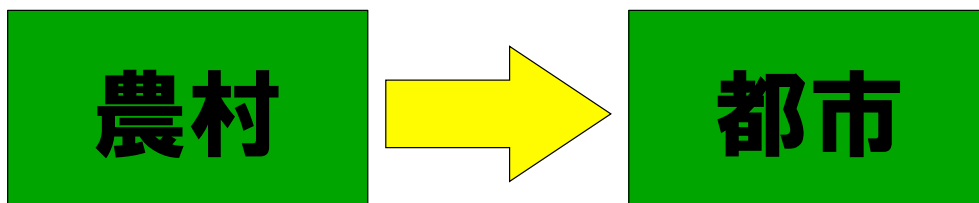
NPO法人CRファクトリー

背景

参考:『コミュニティを問いなおす』(広井良典著)

戦後の日本社会とは…

人口大移動



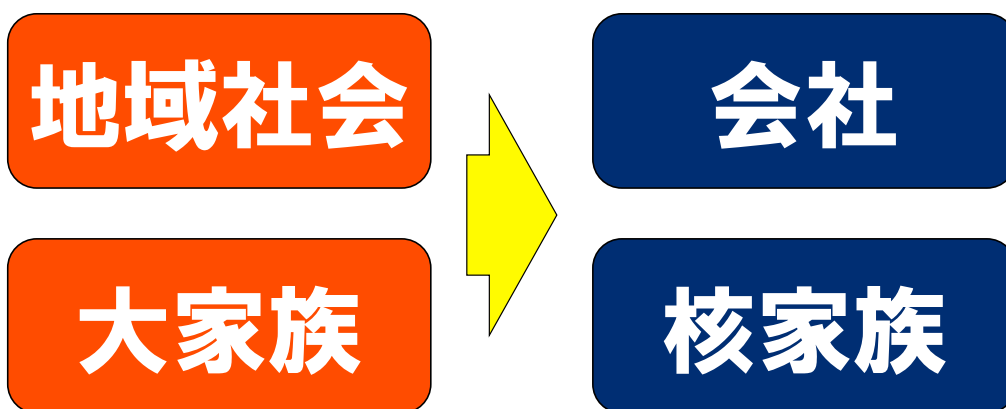
農村共同体

会社
核家族

NPO法人CRファクトリー

背景

つまり…

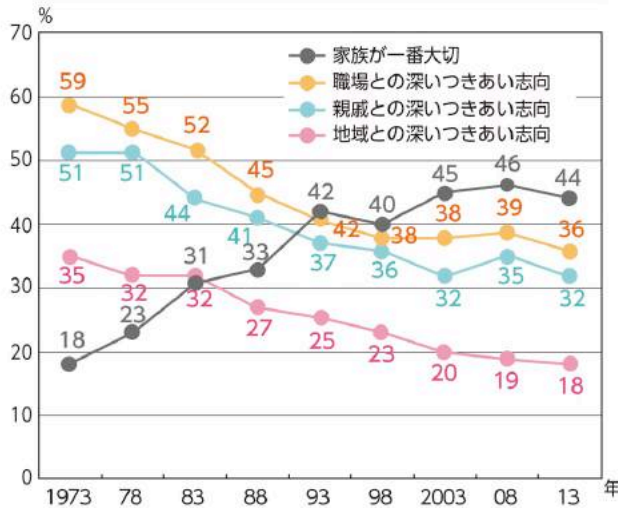


しかし、これらのコミュニティが時代と共に
希薄化・弱体化していることを確認することができる

NPO法人CRファクトリー

背景

希薄化する親戚・地域・職場とのつきあいと 高まる家族の大切さ



出典：第9回日本人の意識調査 (NHK放送文化研究所, 2013) を加工して作成

職場の関係
の希薄化

親戚の関係
の希薄化

地域の関係
の希薄化

NPO法人CRファクトリー

家族・親族関係からの「解放」

家族・親族とのつきあいは 「部分的」「形式的」に

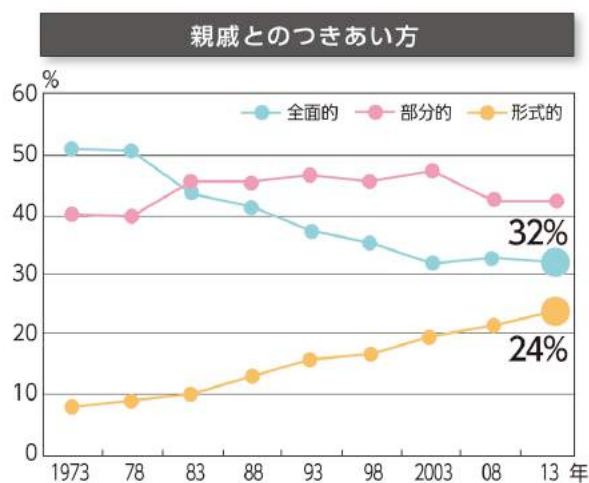
家族・親族とのつきあい方については、「解放」の言説に寄り添った意見も多い。

家族・親族とのつきあい方については、**形式的**なつきあいを希望する人は一貫して増加傾向にある。

『孤立の社会学』(石田光規 2011)

NPO法人CRファクトリー

家族・親族とのつきあい方



出典：第9回日本人の意識調査 (NHK放送文化研究所, 2013) を加工して作成



親戚とのつきあい方は部分的・形式的になっている

NPO法人CRファクトリー

家族・親族関係の「解放」と「剥奪」

「当たり前」が崩れる

人びとの心身に深刻な影響を及ぼすと考えられる孤立の回避に、最も有効な資源は家族・親族関係であった。

しかし、現在、その家族・親族関係の揺らぎが指摘されている。未婚・晩婚化は進み、今まで「当たり前」のように頼れるはずだった家族に頼ることが難しくなったと指摘され始めた(山田2001)。

『孤立の社会学』(石田光規 2011)

NPO法人CRファクトリー

仕事関係の「解放」と「剥奪」

ライフコースからの「解放」と宿り木の「剥奪」

企業社会にも中間集団の解体の波は押し寄せている。日本企業の特徴である**終身雇用、年功序列、企業別組合を中心とした凝集的な集团的体質**は、1990年代に急速に衰えていった。

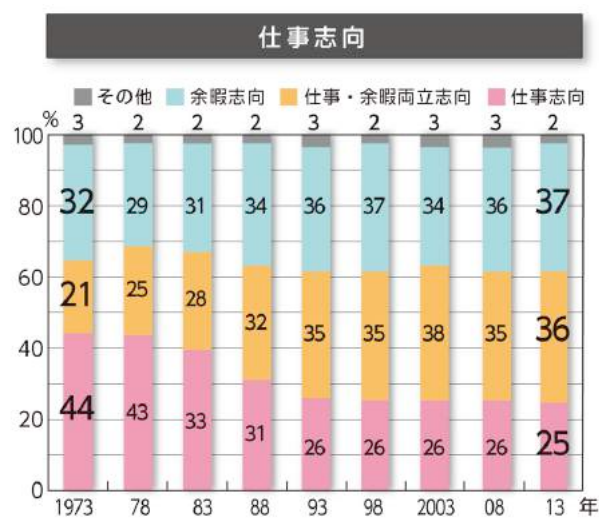
その動きに併せて、働く人びとは自らの意思や考えに従い進路を選択し、それに対する責任をもつことを余儀なくされている。

それは一面では**企業が提供(拘束)するライフコースからの「解放」**であり、他面では**一生涯を保障してくれる宿り木の「剥奪」**である。

『孤立の社会学』(石田光規 2011)

NPO法人CRファクトリー

仕事志向



会社への帰属意識は弱体化の方向に進んでいる

NPO法人CRファクトリー

地域関係

町内会・自治会活動は形骸化

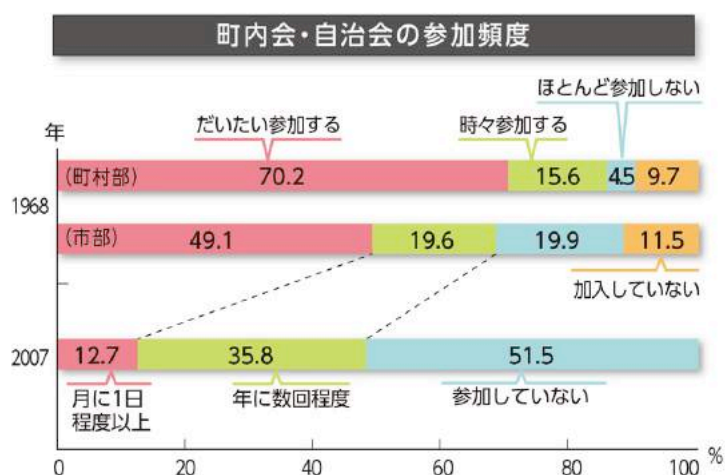
日本のローカルコミュニティの中核を担っていた町内会・自治会の加入状況は、依然としてそれほど縮小していない。ほぼ8割の地方公共団体において町内会・自治会への住民の加入率は7割を超えている。

しかし、参加の実態を見ると、活動がほぼ形骸化している事実が明らかになる。

『孤立の社会学』(石田光規 2011)

NPO法人CRファクトリー

町内会・自治会への参加頻度



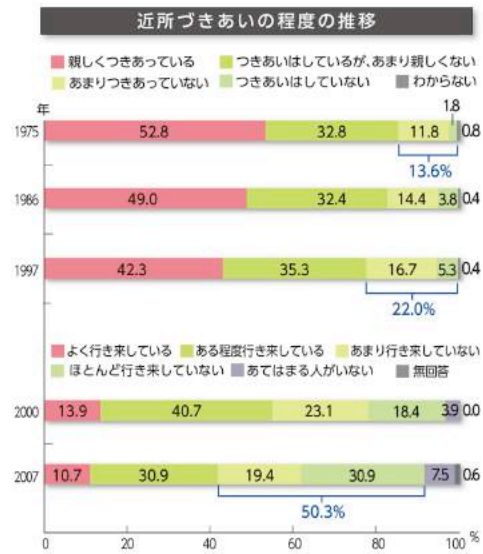
出典：内閣府の「住民自治組織に関する世論調査」(1968年)
内閣府の「国民生活選好度調査」(2007年)を加工して作成



町内会・自治会への参加頻度は下がっている

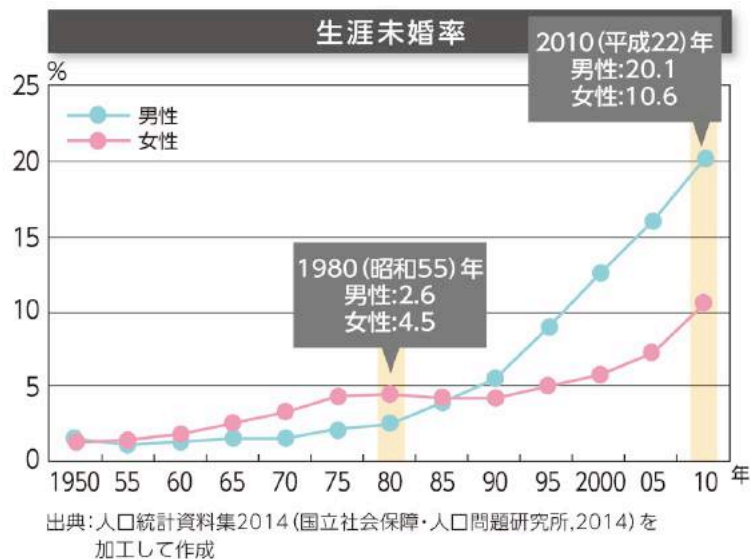
NPO法人CRファクトリー

近所づきあいの程度



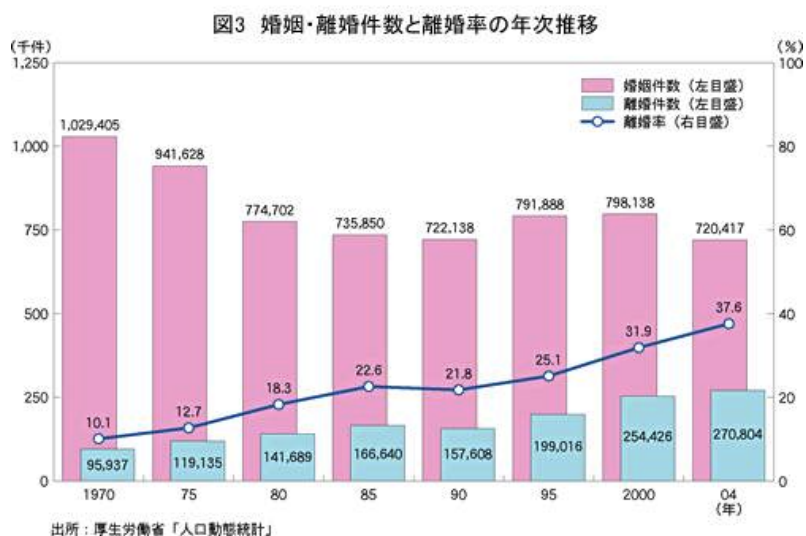
ご近所とのつきあいは、時代と共に薄れている

生涯未婚率



生涯未婚率は今後も上昇し、家族をつくれな

離婚率



離婚率は30%を超え、核家族の維持も難しい

単身世帯数・率



※平成7年から17年の数値は、「新分類区分による遡及集計結果」による。また、割合は分母から不詳を除いて算出した。
資料：国勢調査結果



2010年では**単独世帯**が最も多い家族類型となった

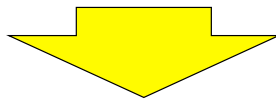
NPO法人CRファクトリー

背景

参考：『コミュニティを問いなおす』（広井良典著）

現代になって・・・

「会社」や「家族」のあり方の変化・多様化

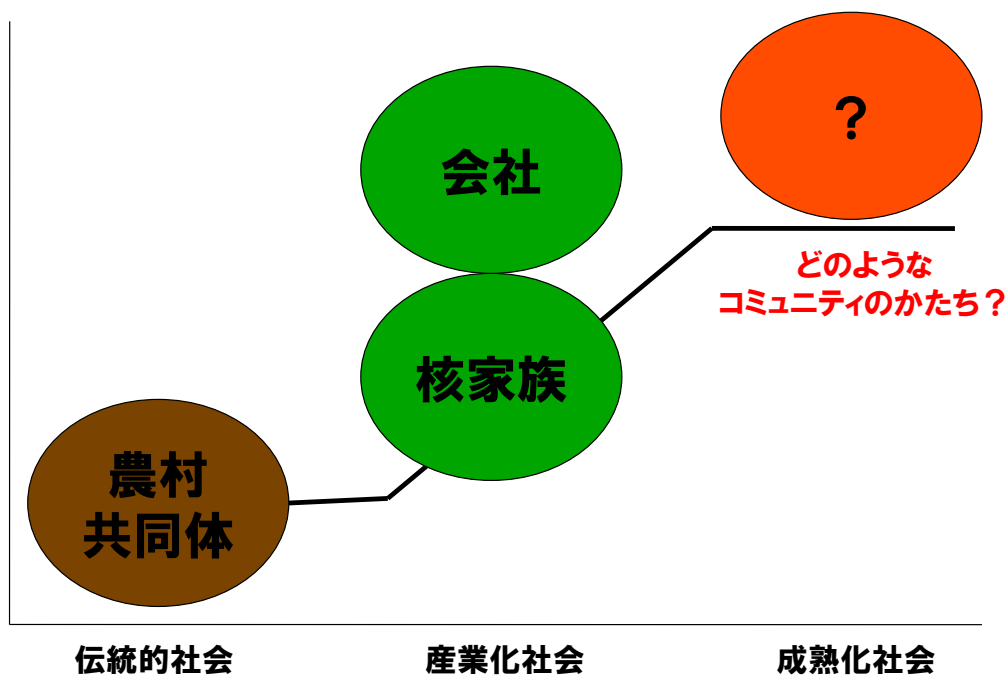


つながりの希薄化
コミュニティの弱体化
個人の孤立

NPO法人CRファクトリー

背景

参考:『コミュニティを問いなおす』(広井良典著)



NPO法人CRファクトリー

背景

参考:『コミュニティを問いなおす』(広井良典著)

こうして、高度経済成長期を中心に日本人にとっての中心的なコミュニティであった**「会社」**、**「家族」**とその関係構造は、幸か不幸か、いずれもこれまでのような形では存在しえなくなっている。

日本社会における根本的な課題は、**「個人と個人がつながる」**ような、**「コミュニティ」**ないし**「関係性」**というものをいかに作っていけるか、という点に集約される。

NPO法人CRファクトリー

ソーシャルキャピタルという概念

【ソーシャル・キャピタル】

社会・地域における**人々の信頼関係**や**結びつき**を表す概念。社会関係資本。

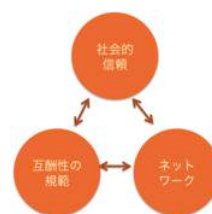
ソーシャルキャピタルが蓄積された社会では、

相互の信頼や**協力**が得られるため、

他人への警戒が少なく、**治安・経済・教育・**

健康・幸福感などに良い影響があり、

社会の効率性が高まるとされている。



ソーシャル・キャピタルと幸福・健康の関係

ソーシャル・キャピタルの概念を端的に言えば、

■社会問題に関わっていく自発的団体の多様さ

■社会全体の間人関係の豊かさ

と言えます。

最近の研究では、

「**ソーシャル・キャピタル**」と「**幸福や健康**」

の相関関係がさまざまな実証研究で

証明されはじめています。



つながりと健康の関係

平均寿命とソーシャル・キャピタルの関係



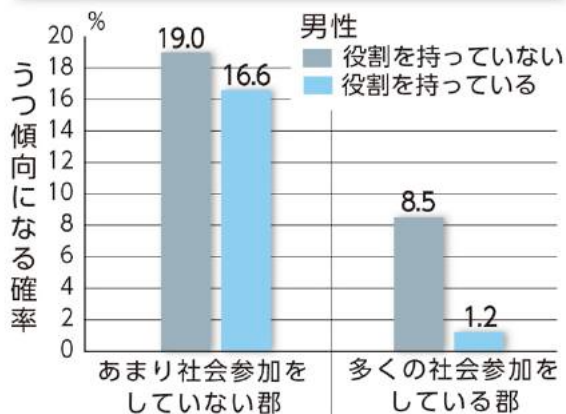
出典: 週刊現代54(33), 166-168, 2012-09-15 講談社を加工して作成



ソーシャルキャピタルが高い国ほど長寿である

社会参加とうつ

社会参加とうつのリスクの関係



出典: 愛知老年学的評価研究 (日本福祉大学健康社会研究センター, 2003~2006) を加工して作成



社会参加をしている人ほど、うつになるリスクが低い

「つながり」が最も寿命に影響する

このメタアナリシスを駆使して、何がいちばん寿命に効くのかという研究がいくつも行なわれました。

なかでも画期的だったのは、2010年に行なわれたアメリカのブリガム・ヤング大学のホルトランスタッドという研究者によるもの。

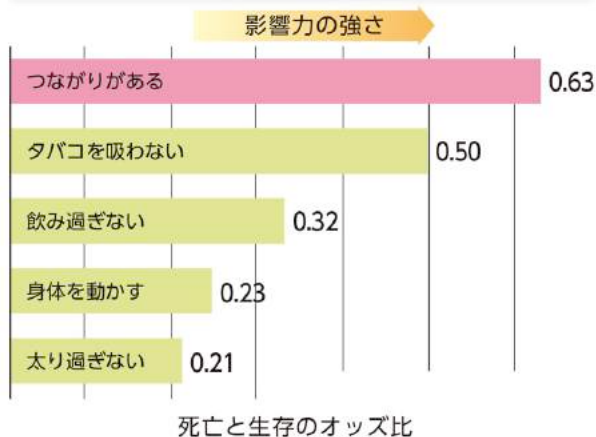
20世紀と21世紀に行なわれた148の研究(総勢約30万人)をメタアナリシスした結果、タバコを吸わない、お酒を飲み過ぎない、運動する、太り過ぎないといった項目よりも、「**つながり**」があることの方が**寿命を長くする影響力が高い**という結論を導きました。

出典：『友だちの数で寿命はきまる』（石川 2014）

NPO法人CRファクトリー

「つながり」が最も寿命に影響する

寿命に影響を与える要因



出典：「友だちの数で寿命は決まる」(石川喜樹,2014)を加工して作成



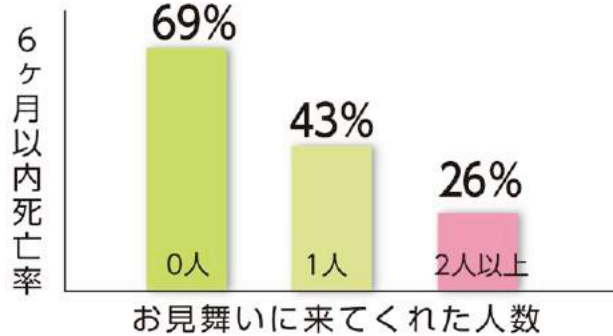
寿命に最も影響を与える要因の一位は「**つながり**」

NPO法人CRファクトリー

お見舞いに来てくれる人で死亡率が変わる

お見舞いに来る人の数で死亡率が変わる

急性心筋梗塞で入院した75歳以上の男女117人



出典：『友だちの数で寿命は決まる』（石川喜樹,2014）を加工して作成

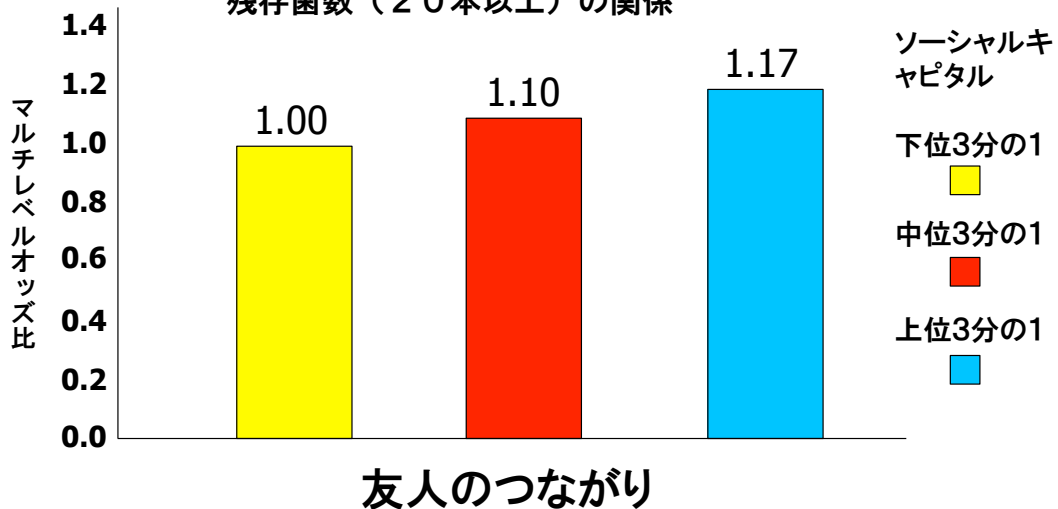


お見舞いに来てくれる人がいれば**死亡率**が下がる

NPO法人CRファクトリー

地域のソーシャルキャピタルと残存歯数

地域のソーシャルキャピタルと残存歯数（20本以上）の関係



出典：東北大学大学院医学系研究科医科学専攻 社会医学講座公衆衛生学分野
機関：Community Dentistry and Oral Epidemiology
調査時期：2010年

NPO法人CRファクトリー

友情と健康

様々な研究によって、例えば、**友人の数**や、**親密な信じ合える関係にある人の数**や、**コミュニティへの参加**といった社会的な結び付きを示す指標は、ほとんどどれも**社会参加が健康に非常に良い影響を与える**ということが示されている。

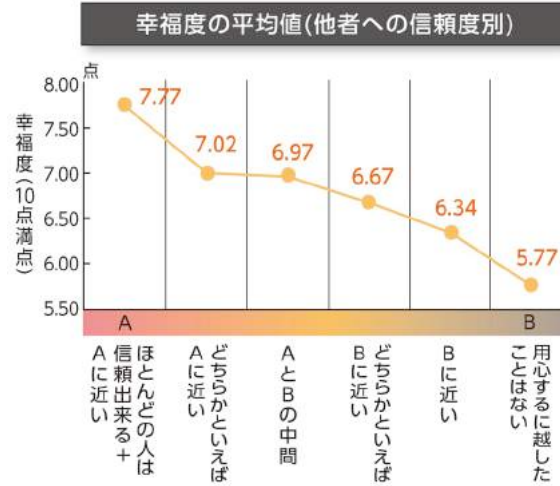
健康の要因として友情の重要性を示す証拠は、一般市民の観察研究だけではない。いくつかの研究は、**心臓発作を起こした人の生存率は、社会的なサポートが良ければ3倍も高くなる**ことを示している(バークマン)。

友情と健康

友情と健康の関係を示す研究でおそらく最も注目すべきものは、シエルドン・コーエンらによる一連の実験であろう。コーエンは、18歳から55歳の健康な276人のボランティアに一般的な風邪のウィルスを含む点鼻薬を与え、交友関係の範囲(配偶者、両親、同僚、隣人、所属するグループなど)のデータを集めた。全員が同じように感染するようにして、どの人が風邪をひくか、そして友情によって症状に違いが出るかを調べた。驚くべきことに、**社会的結び付きの少ない人は、多い人に比べて4倍以上も高い割合で風邪の症状を示した**。

ソーシャル・キャピタルと幸福の関係

他者への信頼の度合い別に幸福度をみると、**他者を信頼する人ほど幸福度が高い**という結果が得られた



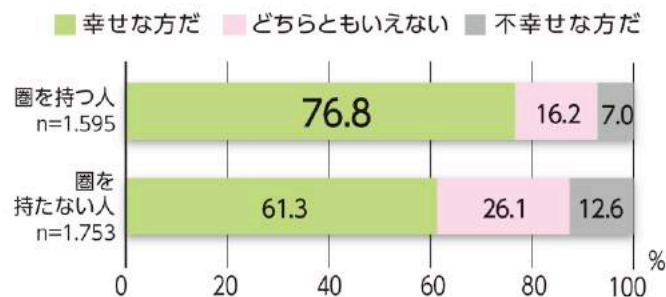
出典:「どんな人が幸せなのか〜幸福に対する価値観との関連から〜」(第一生命研究室,2011年)を加工して作成

NPO法人CRファクトリー

コミュニティと幸福の関係

圈づくりと幸福度

Q あなたは、自分のことをどの程度幸せだと思っていますか。



出典:「生活動カ調査」(博報堂生活総合研究所,2012)を加工して作成



コミュニティを持つ人は幸福度が高い

NPO法人CRファクトリー

保護者のつながりと教育の関係

保護者を取り巻くソーシャル・キャピタルの教育効果

	テストスコア	退学抑制	大学進学	問題行動抑制
学校との会話が深い		+		
学校の会議に頻繁に参加する			+	
学校の方針理解度	+			
子どもの友人の親を知っている	+	+	+	+
親相互の支援関係		+	+	

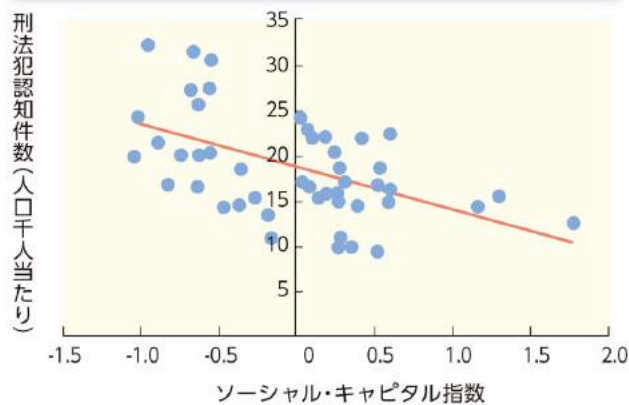
出典:「ソーシャル・キャピタル[きずな]の科学とは何か」(露口健司,2014)を加工して作成



親同士が知り合いと、**子どもの学力も向上する**

つながりと犯罪の関係

ソーシャル・キャピタルと刑法犯認知件数の相関



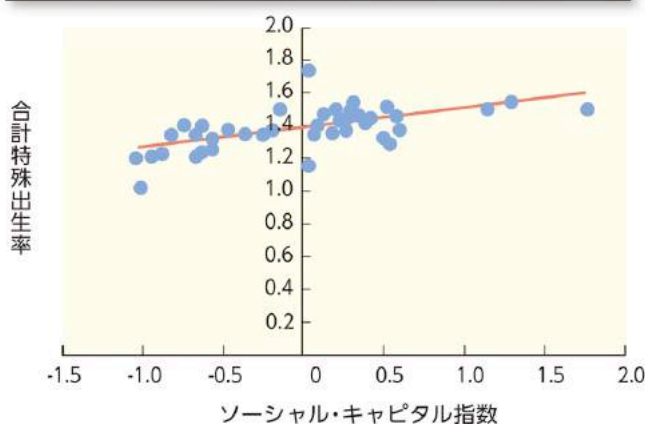
出典:「ソーシャル・キャピタル:豊かな人間関係と市民活動の好循環を求めて」(内閣府,2003)を加工して作成



つながりの豊かな地域は**犯罪**が少ない

つながりと合計特殊出生率の関係

ソーシャル・キャピタルと合計特殊出生率の相関



出典:「ソーシャル・キャピタル:豊かな人間関係と市民活動の好循環を求めて」(内閣府,2003)を加工して作成



つながりが豊かな地域ほど**出生率**は高い

未来に必要な三種類の人的ネットワーク

ポッセ:頼りになる同志

比較的少人数の信頼できる仲間。声をかければすぐ力になってくれ、メンバーの専門技能や知識やスキルレベルが似通っているとよい。

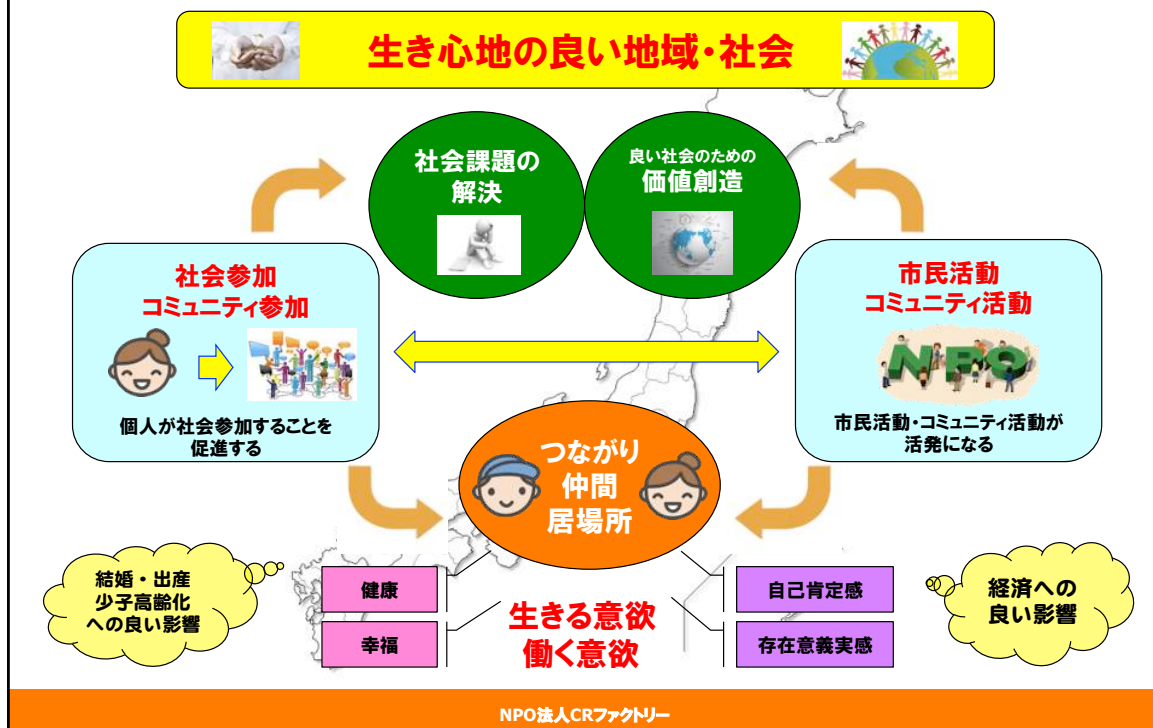
ビッグアイデアクラウド:大きなアイデアの源

イノベーションを生み出すために、多様なアイデアや視点を組み合わせることが不可欠。多様で大人数のネットワークが必要。

自己再生のコミュニティ:支えと安らぎの人間関係

あなたのことを大切に思い、愛情をいだいてくれる人たちと関わり合って、いわば強力な「自己再生のコミュニティ」をはぐくむことが重要になる。

コミュニティ社会構想



コミュニティ社会

すべての人が

「居場所と仲間を感じるコミュニティ」

に所属すれば、

自殺も、うつも、児童虐待も、孤独死も減る

前向きで幸福な個人が増えて、

経済が活性化するし、結婚・出産も増える

日本は、世界が真似するような、

つながりと支え合いのあるコミュニティ社会になる