



高齢者の居場所づくりに関する研究

住宅・都市研究グループ
石井儀光

内容 (テキストp.21~p.30)

I. はじめに

II. アンケート調査にみる高齢者の居場所

- 居場所の有無と外出・会話頻度
- 居場所の種類と外出・会話頻度

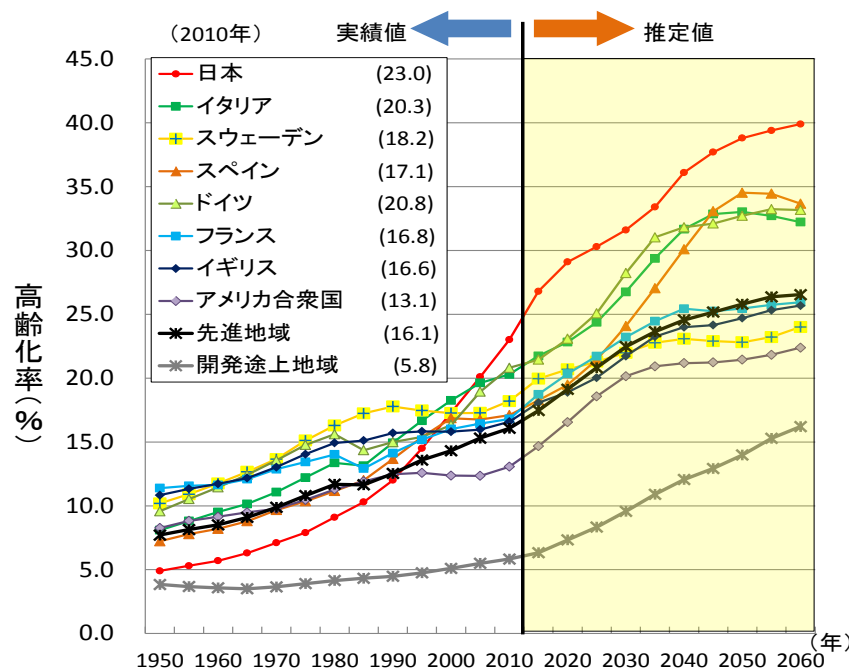
III. 事例にみる居場所づくりのポイント

- 買い物できる居場所
- 地域活動拠点

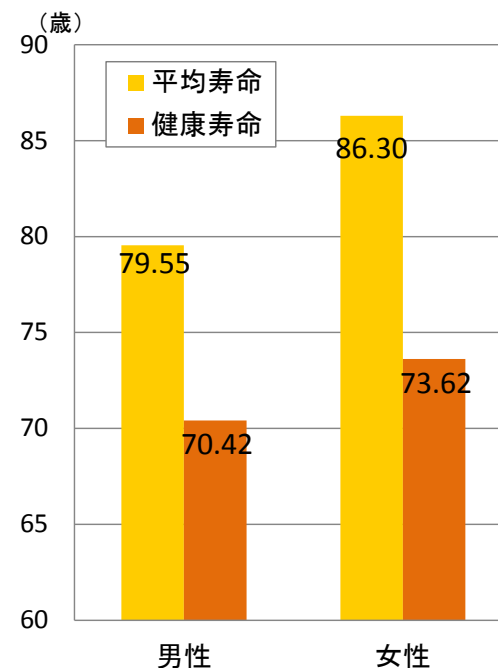
IV. おわりに

I. はじめに 世界に類を見ない高齢社会を迎える日本

- 日本の平均寿命は世界的にもトップクラス。しかし、健康寿命と平均寿命の差が大きく、近年は健康寿命を延ばす取り組みを推進



各国の高齢化率の推移





わが国の平均寿命と健康寿命の格差


※データ出典の詳細は、「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159号 p.7を参照

介護予防とまちづくりとの連携の必要性

- 一次予防では、高齢者の精神・身体・社会における活動性を維持・向上させることが重要

 地域の高齢者が日常生活の中で継続して外出し、参加できるような交流の場や機会を、様々な関係者とともにつくり出していくことが必要

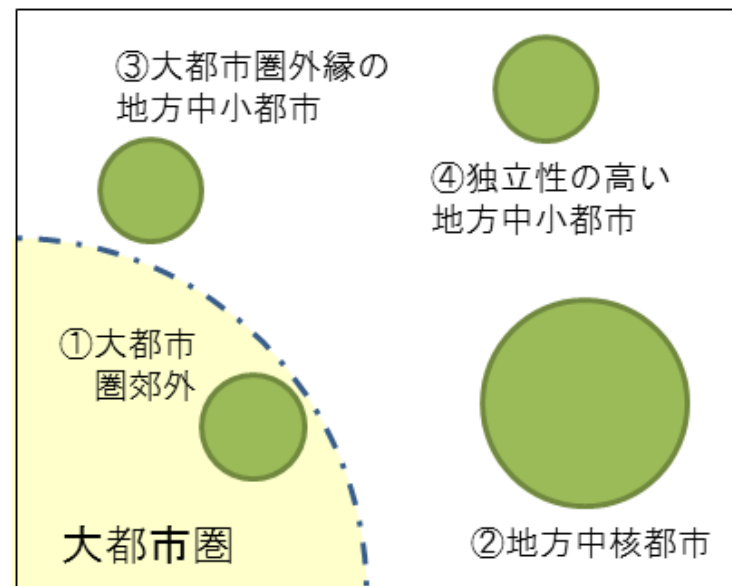
 高齢者が外出しやすい場所や施設づくりといった「まちづくり」の視点から環境づくりを進めることも大切

 「居場所」だけでなく「出番」をつくることが大切。これからの地域を支えるのは高齢者

II. アンケート調査にみる高齢者の居場所

高齢者の生活行動に関するアンケート調査

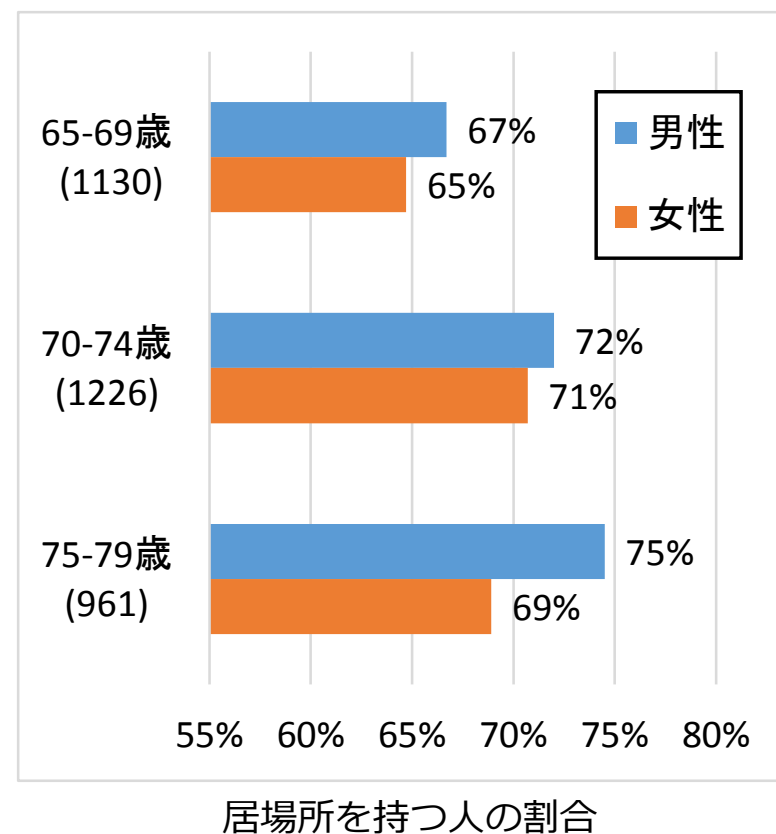
- 右図の都市類型に基づき、特性の異なる地区の高齢者を対象とするアンケート調査を実施（H23, 24）
 - 買い物、福祉・医療を含む各種サービスのニーズ及び利用実態
 - 外出促進・阻害要因などを把握
- 6,700配布、4,058回収（60.6%）



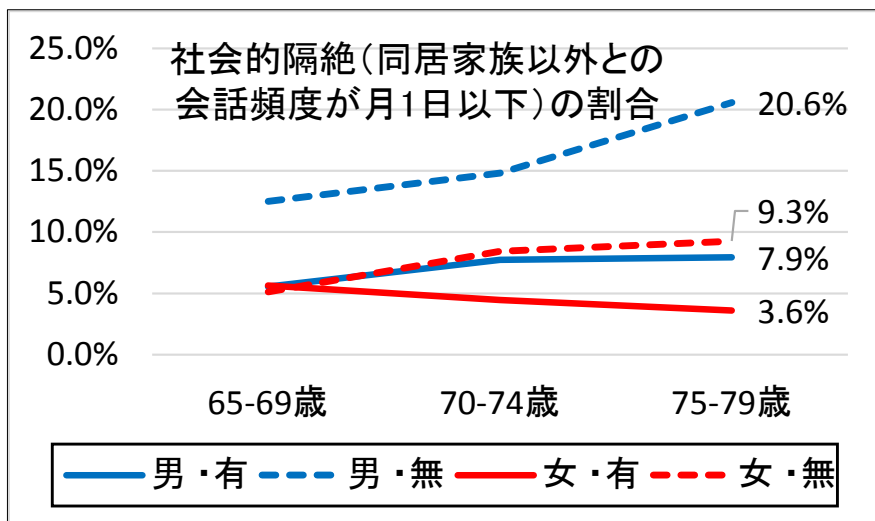
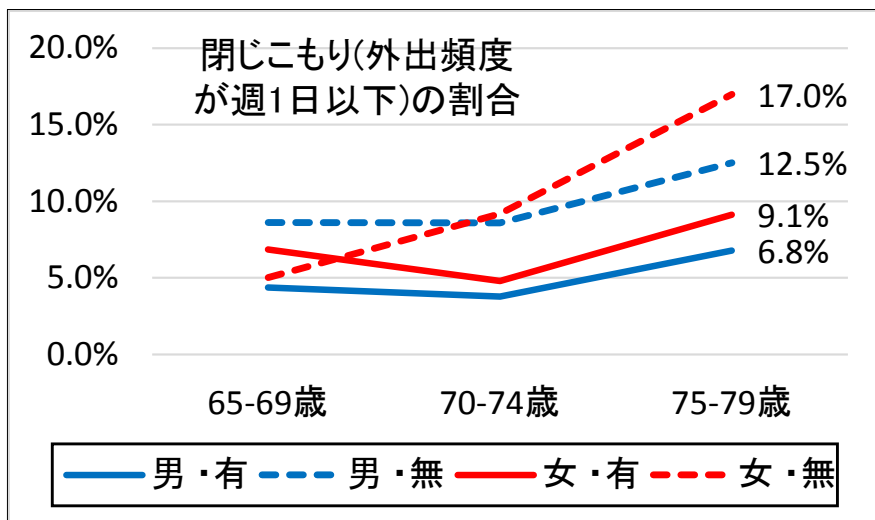
	地区名	配布	回収	%
東京都町田市	郊外部(鶴川団地)	1,500	890	59.3
新潟県新潟市	中心部(古町下町地区)	1,100	708	64.4
	郊外部(松浜地区)	1,100	700	63.6
奈良県橿原市	中心部(八木地区)	750	411	54.8
	郊外部(菖蒲地区)	750	506	67.5
山口県周南市	中心部(徳山地区)	750	386	51.5
	郊外部(周南団地)	750	457	60.9

属性別にみた居場所を持つ割合

- 「特に予定の無い時でも気軽に足を運べる場所」と定義
 - 居場所を持つ人の割合は全体の69.6%（男性70.9%＞女性68.1%）
 - 居住年数が50年を超えると割合が増加。一方、10年未満でも7割超
→元気なうちに転居しても居場所を持てる可能性
 - 地方中心と地方郊外を比べると、後者の女性の割合が低い
 - 近所に親戚の無い人の割合は低い
→自宅外や地域と繋がるために必要
 - フルタイムで働く人の割合が低い



居場所の有無と外出頻度・会話頻度



- 居場所の有る人の方が「外出頻度」、「同居家族以外との会話頻度」が高い。
- 男女とも加齢により閉じこもりや社会的隔絶の割合が高まるが、居場所の有る人は男女ともその傾向が抑えられる。
- 閉じこもりについては女性、社会的隔絶は男性でこの傾向が顕著。
- 居場所が無いと閉じこもりの可能性が1.76倍、社会的隔絶の可能性が2.09倍

居場所の種類と閉じこもり・社会的隔絶の割合

居場所の種類	閉じこもり (全体の7.1%)		社会的隔絶 (全体の7.4%)	
個店	5.6%		4.2%	**
(うち書店)	2.2%		9.1%	
(うち飲食)	4.9%		2.3%	***
商店街・駅周辺	7.7%		7.3%	
商業施設・スーパー	5.6%		3.8%	**
文化施設	6.4%		5.7%	
(うち図書館)	5.2%	*	6.3%	
福祉施設	5.6%		5.7%	
運動施設	4.1%		6.3%	
集会施設	5.1%		4.1%	*
知人宅	3.2%	*	2.2%	**
公園・自然	3.9%	***	4.1%	***
散歩・散策	6.4%		6.4%	

- ほぼ全類型で閉じこもりの割合が全体より低い（特に書店、知人宅）
- 社会的隔絶の割合については、多くの類型で該当者と非該当者に有意差が見られた（特に知人宅、飲食店）
- 閉じこもりに好影響のあった書店や図書館は社会的隔絶への影響が見られない。
- 交流機能の無い居場所は、閉じこもりに好影響があっても、社会的隔絶の防止には必ずしも貢献しない

※独立性の検定結果 (***: p<.01, **: p<.05, *: p<.1)

III. 事例にみる居場所づくりのポイント

1) 買い物できる居場所

くらし協同館なかよし (ひたちなか市)

- 新住民の多い郊外住宅地
- 子供が転出すると頼れる人がいない、車がないと量販店や飲食店、公民館に行くのが難しい
- H16年4月: 生協 (現パルシステム茨城) が閉店。買い物できる場づくりを検討。
- H17年2月: NPO法人設立準備委員会を発足
- H17年11月: 店舗運営開始



施設の概要

- 空き店舗（約330m²）を活用
- 営業時間：午前10時～午後6時（日曜・年末年始定休。10月～3月は5時閉店）
- 食、ふれあい、支え合い、生きがいをテーマに、**買い物や食事**ができる場、みんなが気軽に集まれる喫茶サロン等を運営
 - 高齢者の食生活支援となる惣菜や食品の提供、配達
 - 子育て支援活動・託児、育児相談
 - 健康講座、趣味講座、季節行事
 - 地産地消活動、伝統食の普及活動、生産地交流
 - 全世代が集まれる催事などを開催

施設内のレイアウト



各コーナーのレイアウト

- **食の支援コーナー**：野菜、加工食品、冷凍食品、手作り惣菜等を販売する場
- **ゆっくりコーナー**：購入した惣菜等も食べられる休憩の場
- **食事と喫茶サロン**：コーヒーや軽食を提供する喫茶店
- **つどいのコーナー**：地域の講座を開講する場
- **福祉製品コーナー**：地域の福祉施設等の手作り品を販売する場
- **レンタルボックスコーナー**：地域の人が手作り品等を自由に販売できるコーナー
- **情報・相談コーナー**：高齢者の相談、電球交換などの日常生活サポートを受け付けるコーナー

施設内の様子



食料品等を販売する
食の支援コーナー



ゆっくりコーナー



つどいのコーナー



手作り惣菜を販売



食事と喫茶サロンでの
イベントの様子



地域の人が出品する
レンタルボックス

開設に向けたポイント

■ きっかけ

店舗閉店にあたり、生協から**建物の無償貸与**等の申し出（H16年4月）

NPO法人設立が貸与条件

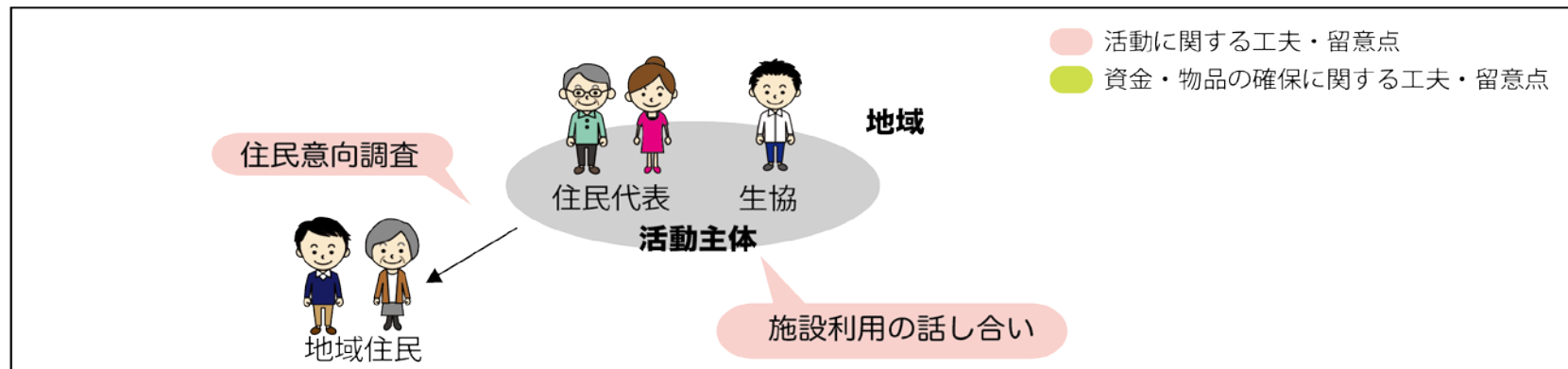
地域住民代表と生協が施設利用について**協議**（1年半）

■ 仲間づくりと活動イメージの共有

住民意向調査（H17年1-2月）を実施

高齢者は**不便**さの改善、コミュニティでの**触れ合い**や**助け合い**を要望

53名が活動に対する**支援**（1年間無報酬）を表明



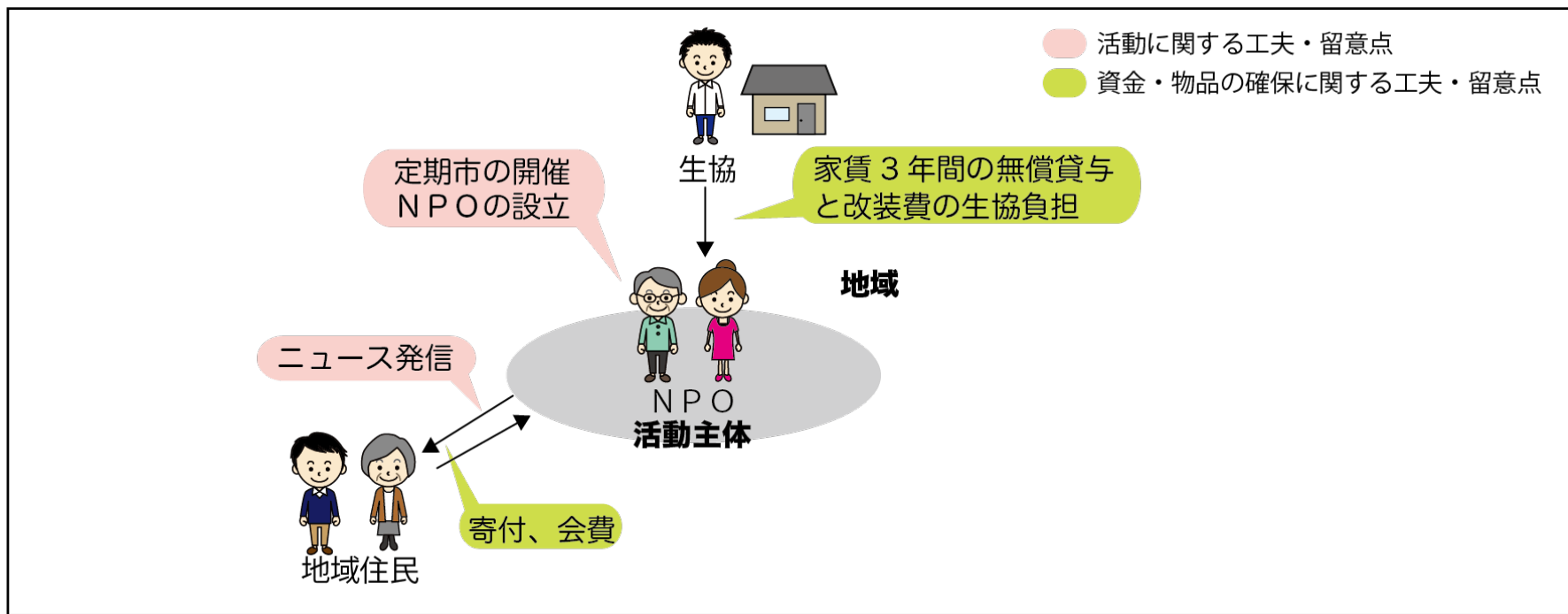
開設までのポイント 1

- 店舗運営に適した法人格を得る → NPO法人設立
- 活動場所・資金を確保する
 - 生協から3年間の無償貸与と4年目以降の安価な賃料設定の申し出
 - 建物の改装費用（700万円）を生協が負担
 - 住民有志から総額108万円の寄付金
 - 店舗内の什器類は、旧店舗のものや住民から寄付されたものを活用
- 販売方法の検討
 - リスク回避のため、買い取り制ではなく委託販売制を採用
 - POSの導入でレジや在庫管理の負担を軽減（POSメーカーがサポート）

開設までのポイント 2

■ 地域住民とのコミュニケーション

週1回青空市を開催し、住民との交流を深める
 開設準備状況の手書きニュースを継続的に発信



開設から運営を軌道にのせるまでのポイント 1

■ 多数のボランティアによるサポート

80人のボランティアによる任意のシフト制（1日平均20名）

テーマ別に8つのチームに分かれて運営（個人の得意分野を活かす）

- ①健康活動チーム、②食の支援チーム、③食事・喫茶サロンチーム、④惣菜チーム、
- ⑤趣味活動チーム、⑥子育てサポートチーム、⑦生活サポートチーム、⑧広報活動チーム

定年退職した経理経験者が経理を担当

■ 魅力ある特徴づくり

地場産野菜を使い、食の安全にこだわったお総菜や喫茶メニュー

地元コーヒーショップの協力でこだわりのコーヒー（豆の販売も）

喫茶コーナーでは歌声喫茶も開催

豊富な趣味講座

開設から運営を軌道にのせるまでのポイント 2

■ 補助金を有効活用

子育てサロンや高齢者サロンは、共同募金会配分金や市の事業補助

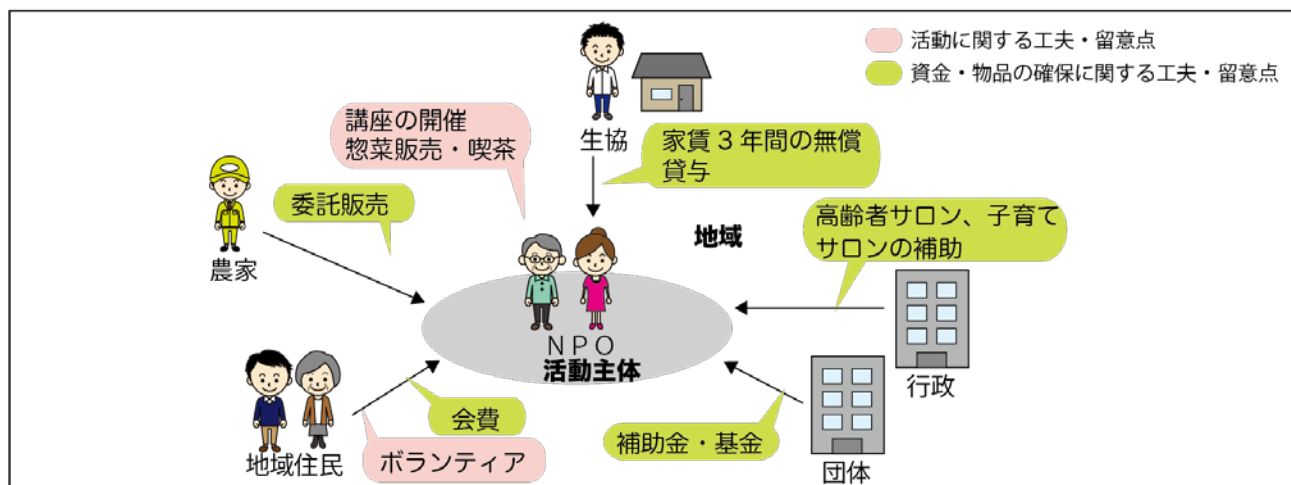
食育活動はレインボー・パル基金の補助金で機材を整備

費用がかかる立ち上げ期は補助金を活用し、その後は補助金に頼らない

■ 収益を得る工夫

有料の**趣味講座**

干し芋の通信販売



くらし協同館なかよしのポイント まとめ

■ 体制面のポイント

- 地元住民でNPO法人を設立(店舗貸与の条件)
- 開設前のアンケート調査と青空市による試行
- 地域住民のニーズに応じた多様な事業展開
- ボランティアが80名(1日20名程度で運営)

■ 資金面のポイント

- 土地・建物は生協から3年間無償貸与(以降も低額貸与)
- 主な収入は会費、寄付金、委託販売手数料、各種講座の参加料で、収入は概ね安定
- 各種事業の立ち上げには補助金を活用

III. 事例にみる居場所づくりのポイント

2) 地域活動拠点

東初石1丁目自治会自主防犯パトロール隊

(流山市)

- 千葉県流山市の東初石1丁目自治会を母体とする任意の地域活動団体
- 活動範囲は自治会区域内に限定
- 東初石1丁目の人口は1,520人（586世帯）、高齢化率26.8%（H22国調）
- パトロール隊の登録者は、男性56名、女性28名の計84名（H26年時点）



活動の概要とポイント

- 毎日**2回**（小学生の下校時間帯と夜8時頃）の地域パトロール
- 1回あたり**40分**程度のパトロール（速度の遅い方はショートカット可）
- 年末年始も活動。雨天中止。
- 昼夜のパトロール後に自治会館で**お茶会**
→交流を深める**居場所**の役割



地域活動の個人への影響 ～活動量調査～

- 目的

防犯パトロール活動が**個人の健康**に与える影響を把握

- 方法

活動量計を使って、1日の歩数・活動消費カロリー・エクササイズ量などを4週間計測

参加者12名（男性7名、女性5名）

- 調査結果（速報・歩数のみ）

防犯パトロール参加日の1日あたりの平均歩数は**7,786歩**

不参加日の1日あたりの平均歩数は**4,869歩**

→ 個人の健康増進に良い影響がある

※厚生労働省の目標値：65歳以上男性：7,000歩

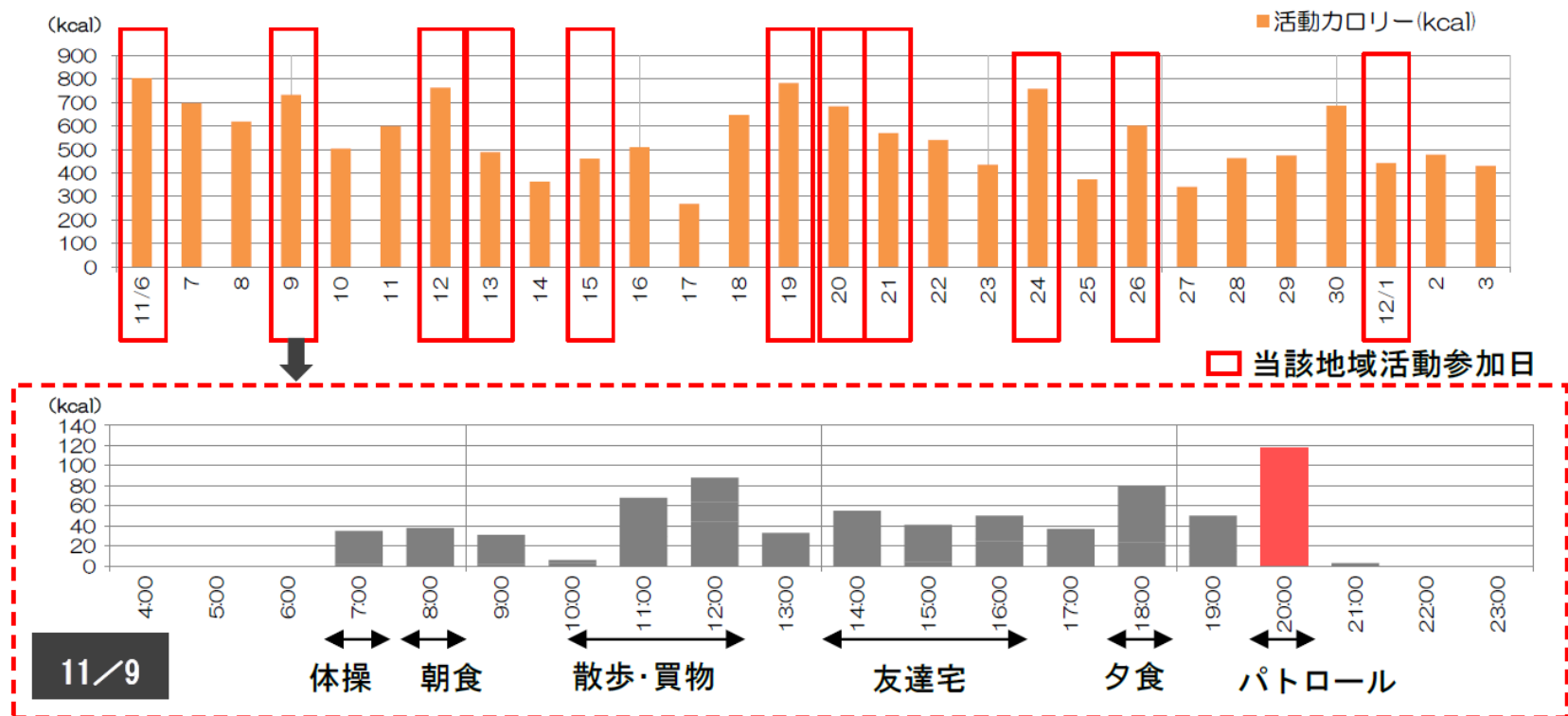


使用した活動量計
omron HJA-401F

参考

- 時間単位の活動量を計測しているため、今後、詳細に分析予定

図 調査期間中の日別の活動カロリーと、ある一日の活動カロリー（東初石、H12さん）



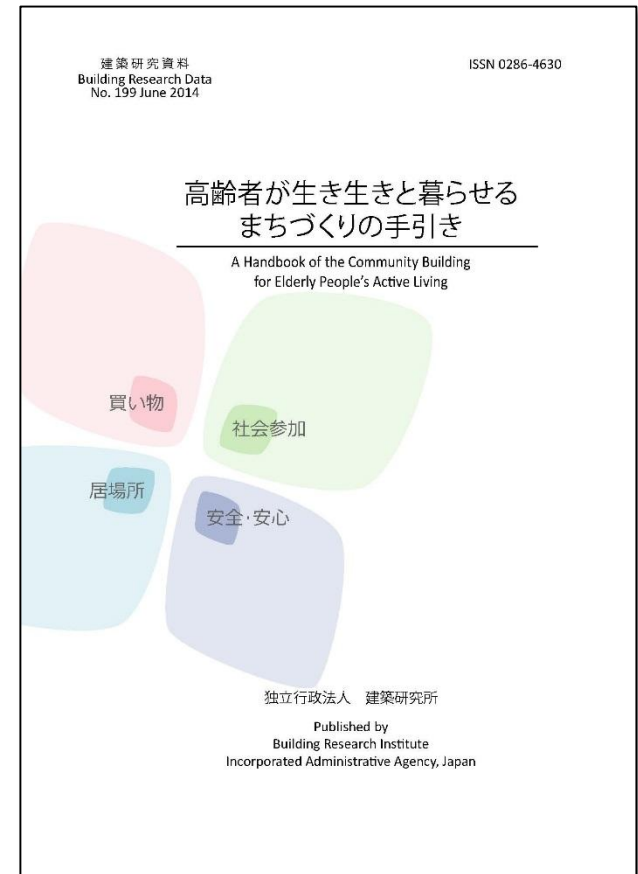
「まちづくりの手引き」の出版

- “高年齢者が生き生きと暮らせるまちづくり”を以下のように定義し、方向性を示す

- ・ 地域の特性に応じて、
- ・ 高年齢者がそれぞれの地域で
- ・ こころもからだも健康に
- ・ 暮らし続けることができるまちづくり

- ・ こうしたまちづくりを行う地域団体、支援する自治体や専門家による活用を想定

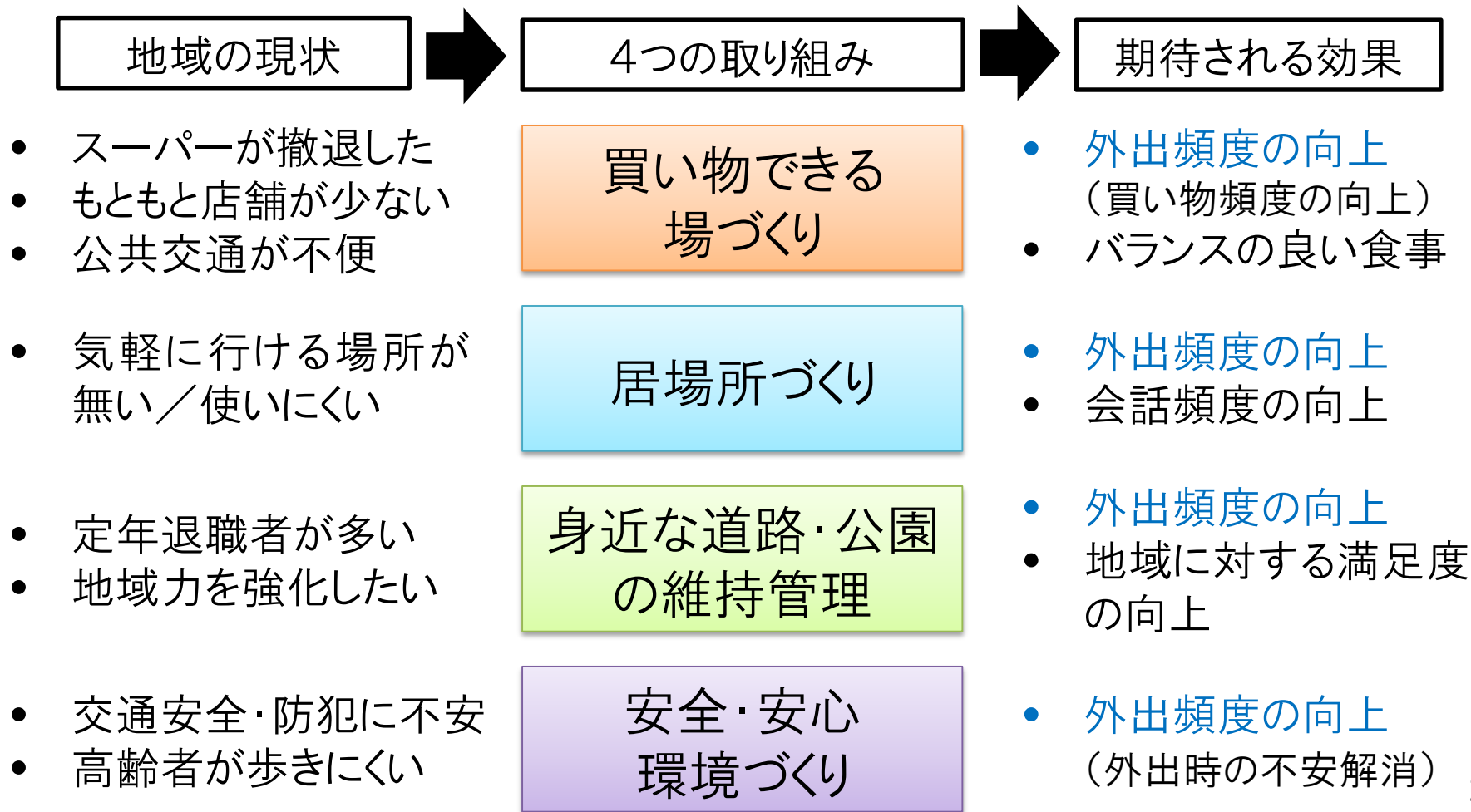
(建築研究資料159号)



建研HPからダウンロード可

「手引き」で扱う4つの取り組み

4市7地区の高齢者約4千人が回答したアンケート調査から、安定居住に必要な取り組みと期待される効果を導出(参考:建築研究資料158号)



「手引き」の構成

第1章 「高齢者が生き生きと暮らせるまちづくり」とは

わが国の高齢化の状況と課題、高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの考え方を整理

第2章 まちづくり活動事例の取り組みと成果

活動を始めたきっかけや活動内容、成果等について整理

第3章 まちづくり活動の進め方と留意点・工夫点

まちづくりを進め方について、取り組み段階ごとのポイントを整理

第4章 行政・専門家の技術的支援

第5章 事例集(全国16事例)

おわりに

- 「高齢者が生き生きと暮らせるまちづくりの手引き」は、居場所や地域活動を持続的に運営する側面から**活動団体**に着目し、ポイントを整理した
- 今後、居場所づくりや地域活動を行う**個人**に着目し、「（仮称）高齢者の地域活動参加促進のためのまちづくりの手引き」を、建築研究資料としてとりまとめていく予定
- 次期中期計画では、地域内の空きスペースを活用した居場所づくりについて研究予定

ご清聴ありがとうございました