南相馬市地域課題・解決調査研究事業

「被災地域におけるソーシャル・キャピタルと健康」

1.背景

2011 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災により、被災した地域で生活を送っていた住民は、仮設住宅や他地域での生活を余儀なくされた。それまでに育まれてきた地域のコミュニティは崩壊したが、現在は避難区域の解除等が進み、被災した地域の復興が進んでいる。地域の復興に重要な要因として地域コミュニティの再構築が挙げられ、東日本大震災によって崩壊したコミュニティの再構築を目指した活動は多くの地域が取り組んでいる。

地域コミュニティの状態を表す概念として「ソーシャル・キャピタル」があり、ソーシャル・キャピタルとは、「人々の協調行動を活発にすることによって社会の効率性を改善できる、信頼、規範、ネットワークといった社会組織の特徴」と定義されている。ソーシャル・キャピタルが構築されている地域は住民間での協働や相互支援が見込まれることから、地域コミュニティをソーシャル・キャピタルの側面から検討することは、地域住民の関係性への理解につながる。また、ソーシャル・キャピタルは心身の健康との関連があることも報告されており、社会関係の豊かさが個人の生活習慣や健康行動に影響を与えることが考えられる。

本事業は被災地域におけるソーシャル・キャピタルの実態を調査することで、南相馬市における地域コミュニティの現状を把握し、地域コミュニティ構築に寄与する知見を提供できることを期待して実施する。あわせて、地域住民の生活満足度を調査し、南相馬市における地域住民の心の健康度について検討する。

また、大阪体育大学の学生が地域住民と交流する活動や住民同士が交流できる機会を提供するなど、南相馬市におけるソーシャル・キャピタルの醸成に寄与する活動も実践する。あわせて、環境整備活動など南相馬市の復興に寄与する活動も行う。

2.課題、目的

南相馬市におけるソーシャル・キャピタルの実態を調査し、地域住民のソーシャル・キャピタルと心の健康度を検討する。検討した内容については今後の地域活動に寄与する知見として地域に提供する。あわせて南相馬市における地域コミュニティ構築に寄与する活動を行う。

3.現在までの活動内容

大阪体育大学社会貢献センターでは、被災地復興支援活動「サンライズキャンプ」を 2012 年から毎年実施している。現在までに、仮設住宅でのサロン活動、土砂の撤去作業、スポーツクラブでの指導、高齢者に向けての体力測定および認知機能検査など多岐にわたる活動を行ってきた。これらの活動の多くは、大阪体育大学の学生が主体的に実施している。

4.事業調査概要

①調 査 協 力：大阪体育大学が実施する復興に寄与する活動に参加していただいた高齢者

②調 査 期 日：2021 年 3 月 24 日（水）

③調 査 方 法：質問紙調査(直接配布・回収)

④調 査 項 目：個人属性項目（性別、年齢、現在の住居に住んでいる期間）

ソーシャル・キャピタル測定尺度（河原田ほか，2017）

・地域の人々の信頼と支え合い

・目的縁による仲間づくり

・まちの専門職への親和性

・地縁による関わり

・近隣とのおつきあい

生活満足度尺度 K（古谷野，1990）

地域コミュニティと外部のコミュニティの交流に関する質問項目

地域の人とのつながりが深くなることに関する質問項目

⑤有効回答数：24 部

5.調査結果

南相馬市におけるソーシャル・キャピタルの実態を調査し、地域住民のソーシャル・キャピタルと心の健康度を検討する事を目的とし、調査を実施した。

表 1 に回答者の個人属性を示した。有効回答数の内、男性が 4 名、女性が 20 名となった。年齢構成に関しては、80 歳代が 9 名、70 歳代が 7 名、60 歳代が 6 名であり、90 歳代と 50 歳代が 1 名ずつとなった。平均年齢は 74.67±8.82 歳であった。現在の住居に住んでいる期間は 10 年未満が 15 名、10 年以上が 9 名となった。

表1. 個人属性

	n=24
性別	
男性	4
女性	20
居住期間	
10年未満	15
10年以上	9

	n=24
年齢	
50歳代	1
60歳代	6
70歳代	7
80歳代	9
90歳代	1
平均年齢	74.67
標準偏差	8.82

表 2 にソーシャル・キャピタル測定尺度と生活満足度尺度 K の記述統計量の結果を示した。

表2. 記述統計量

	平均	標準偏差
ソーシャルキャピタル尺度		
地域の人々の信頼と支え合い	26.58	5.87
目的縁による仲間づくり	18.17	5.08
まちの専門職への親和性	9.08	3.09
地縁による関わり	5.96	2.34
近隣とのおつきあい	11.29	3.23
生活満足度尺度K		
全体	4.42	2.36
男性	3	0.71
女性	4.7	2.47

ソーシャル・キャピタル測定尺度の質問項目において、「1．そう思わない」から「5．とてもそう思う」までの 5 段階評定尺度によって回答を求め、下位因子の「地域の人々の信頼と支え合い」、「目的縁による仲間づくり」、「まちの専門職への親和性」、「地縁による関わり」、「近隣とのおつきあい」ごとに合計得点を算出した。「地域の人々の信頼と支え合い」において 7 項目から構成されており、26.58 という平均値は 1 項目あたり 3.80 であることがわかる。同様に、「目的縁による仲間づくり」においては 1 項目あたり 3.63、「まちの専門職への親和性」においては 1 項目あたり 3.03、「地縁による関わり」においては 1 項目あたり 2.98、「近隣とのおつきあい」においては 1 項目あたり 3.76 という結果が示された。これらから、南相馬市の住民の人と人のつながりをソーシャル・キャピタルから検討した結果において、「地域の人々の信頼と支え合い」、「目的縁による仲間づくり」、「近隣とのおつきあい」という側面で高い値が示された。その一方で「まちの専門職への親和性」、「地縁による関わり」という側面では、他の側面に比べると低い結果となった。よって、南相馬市の特徴としては、近所やまちの人々を信頼し、支え合っており、趣味や健康づくりを共有する仲間がいるが、それらに比べると町内活動や、お祭り・運動会などへの行事への参加がそれほどされていないということが明らかとなった。

心の健康度の指標である生活満足度尺度 K においては、9 項目の質問項目のうち、5 項目が否定的な表現であり、各項目で肯定的な回答に 1 点が与えられている。得点は 9 項目の合計得点を算出した。結果は、男性の平均得点が 3 点、女性の平均得点が 4.7 点、全体平均得点 4.42 点となった。調査における男性の人数は 4 名ではあるが、男性の平均得点が 3 点という結果は、先行研究の結果（3.8 点：岡本，2008、6.4 点：高橋ほか，2010、4.7 点：香川ほか，1998）と比較すると低い値を示していることがわかる。南相馬市においては、女性に比べ男性の生活満足度が高くないということが明らかとなった。

また、ソーシャル・キャピタル測定尺度の各下位因子と生活満足度尺度 K の相関分析を実施したところ、「地域の人々の信頼と支え合い」と生活満足度において r=.32 という低い相関が確認された。これは、ソーシャル・キャピタルにおける「地域の人々との信頼と支え合い」の得点が高い場合、生活満足度尺度 K の得点も高い事が示唆された結果となった。

地域コミュニティと外部のコミュニティの交流に関する質問においては、「交流をすることで健康に望ましい行動につながる」と「交流をすることで人と話す機会を得られている」の項目に、「1．はい」、「2．どちらでもない」、「3．いいえ」で回答を求め、その他、地域コミュニティと外部のコミュニティの交流に関する良い面・悪い面を自由記述で回答する調査を実施した。表 3 に回答の分布および自由記述での回答を示した。

表3. 地域コミュニティと外部コミュニティの交流に関する調査結果

		n=24
交流をすることで健康に望ましい行動につながる		
	はい	22
	どちらでもない	2
	いいえ	0
交流をすることで人と話す機会を得られる		
	はい	22
	どちらでもない	2
	いいえ	0

良い面

・外にでて人と接する会話もできてよいと思う。
・外部の情報が入ってくる
・人との出会と感動　行動をしないと人とは会えなしコミュニケーションが大事だと思う。
・若い人達とのふれあいでとても元気づけられてます。近年若い人達の声を聞く事も少ないので、外部からのコミュニティの交流とても良いことだと思います。楽しみにしています。
・私は原町に来て5年になりサロンに出て来てとても楽しく皆さんといっしょに色々やりとても楽しくサロンの来る日を楽しくまっています。
・交流する事は元気になる事だと思う。
・人に合う事によって自分にはげみになる
・ボランティアの方達の人のなさけ、絆が身にしみました。感謝感謝ありがとう
・交流することで情報や笑い、元気が出る。
・初めてなので楽しみにしています。
・世の中の事いろいろ知る事が出来る
・大阪体育大学さんの一年に一度の楽しみにしていました。常にしないリズム体操など有りがとういつも元気を貰っています。

悪い面

・コロナが心配
・今の時期はコロナで動けないのが残念
・プライバシーに入って来られると困ります。
・悪いことはありませんがコロナが心配です。

「交流をすることで健康に望ましい行動につながる」という質問に「はい」と回答した方は 22 名確認された。「どちらでもない」と回答した方は 2 名であった。同様に、「交流をすることで人と話す機会を得られる」という質問に「はい」と回答した方が 22 名、「どちらでもない」と回答した方が 2 名という結果となった。「いいえ」と回答した方は 0 名であったことからも、地域コミュニティと外部のコミュニティの交流は、実際に交流している方にとって、健康に望ましい行動につながり、人と話す機会であると認識されていることが明らかとなった。これは先行研究（中村ほか，2002）から示唆されているようなコミュニティ間の交流の効果を南相馬市の住民も感じているということだと言える。また、地域コミュニティと外部コミュニティの交流に関する良い面・悪い面を自由記述で回答を求めた結果、「若い人達とのふれあいでとても元気づけられてます。」といった回答や、「交流することで情報や笑い、元気が出る。」といった回答がみられた。これらから、交流すること自体が調査協力者にとって元気が出る取り組みであることがわかる。「外部の情報が入ってくる」といった回答がある点についても、外部のコミュニティと交流する良い点として説明できると考えられる。「大阪体育大学さんの一年に一度の（訪問を）楽しみにしていました。」という回答からも、今回の調査研究事業で行われている活動が地域コミュニティの方々にとって楽しい交流の場として捉えられていることがわかる。その一方で、悪い面として挙げられていた回答として「プライバシーに入って来られると困ります。」というような点があった。個人のプライバシーを尊重し、他者との距離感を考慮したうえでコミュニティ間の交流を行う必要があると考えられる。また、今日の新型コロナウイルス感染症の情勢の影響から、交流における悪い面として感染症に関する記述があった。本事業調査は、感染症対策を講じたうえでの活動であったが、人と人が交流する場においては、全ての人が納得するかたちで感染症対策を行う必要がある。

地域の人とのつながりが深くなることに関する質問においては、「つながりが深くなることで健康だと感じる」と「つながりが深くなることで孤独でないと感じる」の項目に、「1. はい」、「2. どちらでもない」、「3. いいえ」で回答を求め、その他、地域の人とのつながりが深くなることに関する良い面・悪い面を自由記述で回答する調査を実施した。表 4 に回答の分布および自由記述での回答を示した。

表4. 地域の人とのつながりが深くなることに関する調査結果

		n =24
つながりが深くなることで健康だと感じる		
	はい	17
	どちらでもない	7
	いいえ	0
つながりが深くなることで孤独でないと感じる		
	はい	19
	どちらでもない	5
	いいえ	0

良い面

- 私は毎日ウォーキングをして居ります。高齢者が多く一人くらしの所に声を掛けて毎日元気に生活をしているか声掛けをしています。
- たよりになるし心強く感じる。
- 楽しくて毎日とても良い日ばかりです。
- 話す人が得れば力強いです。
- 地域の人達とのお話し明るい笑顔で心も体も元気になります。
- いつも近所の人と声をかけ合って暮らしています。
- いざと云う時に助け合いが出来る
- 地域のサロンに誘ってもらって元気で過ごしています。
- ひとり暮らしなので、いつも声をかけてくれます。

悪い面

- あまりにも仲良くなりすぎるところ。
- 深くなるより広く浅くつながりをもちたい

その他意見

- 個人それぞれの都合があるのでどちらとも言えない。

「つながりが深くなることで健康だと感じる」という質問に「はい」と回答した方は 17 名確認された。「どちらでもない」と回答した方は 7 名であった。「つながりが深くなることで孤独でないと感じる」という質問に「はい」と回答した方が 19 名、「どちらでもない」と回答した方が 5 名という結果となった。この項目においても「いいえ」と回答した方は 0 名であったことから、地域の人とのつながりが深まることは、調査協力者の方にとって自身が健康、そして孤独でないと感じる要因になると考えられる。先行研究（吉行ほか，2020）でも、地域に住んでいる他者とのつながりが、個人の健康と孤独感に影響を及ぼすことが示されていることから、南相馬市においても同様の結果が示唆されたと考えられる。また、地域の人とのつながりが深くなることに関する良い面・悪い面を自由記述で回答を求めた結果、良い面として、「たよりになるし心強く感じる。」や「いざと云う時に助け合いが出来る」という回答がみられた。さらに「ひとりくらしの所に声を掛けて毎日元気に生活をしているか声掛けをしています。」や「いつも近所の人と声をかけ合って暮らしています。」という回答も確認された。これらから、南相馬市の住民にとって地域の人とのつながりは重要だと捉え、実際につながりが深くなる行動を起こしていることが明らかとなった。そして、その行動によってつながりが深くなることで、住民はいざと云う時に助け合えるつながりができ、その存在に心強く感じていることが考えられる。コミュニティの交流に関する調査と同様に、悪い面として、「あまりに仲よくなりすぎるところ」や「深くなるより広く浅くつながりをもちたい」という回答や、「個人それぞれの都合があるのでどちらとも言えない」といった回答から、個人によっては深くつながりすぎることに抵抗を覚える可能性も示唆された。

6.復興支援活動報告

①環境整備活動

南相馬市小高区にある道路の側溝の清掃を行った。側溝は落ち葉でせき止められていたが、大阪体育大学の学生により側溝の機能は回復するに至った。

②高齢者の体力測定

50 歳以上の方を対象に体力測定および認知機能等の測定を、小高体育センターをお借りし実施した。毎回参加して頂いている参加者が多く、去年とのデータを比較し、アドバイス及び運動プログラムを指導した。

また、参加者にソーシャル・キャピタルと生活満足度に関する質問紙に回答いただいた。

③サロンでの体操指導

原町区にある復興住宅集会所のサロンにて、学生が事前に作成した体操を指導した。剣道の動きを取り入れた体操やじゃんけん体操など、学生が工夫を凝らして作成した体操を披露し、参加者の方と取り組んだ。新型コロナ感染症対策として、参加者は屋内から、学生は窓を挟んだ屋外から体操を実施した。サロン活動の参加者には、作成した体操の DVD を渡し体操の継続を依頼した。

また、参加者にソーシャル・キャピタルと生活満足度に関する質問紙に回答いただいた。

④神社での環境整備活動

小高区にある神社の階段や道の整備を行った。参道は落ち葉や砂が目立っていたが、学生の清掃後は安全に参拝できる状態となった。

⑤地域ふれあい交流会の実施

多世代の方々が交流する機会の提供を目指した地域ふれあい交流会を浮舟文化会館で実施した。学生がプログラムを準備し、小学生と高齢者、そして大学生の多世代が交流する機会の提供を行った。

⑥施設の見学等

震災への理解が深まる施設の見学を行い、他の活動に役立てた。

活動の様子

①環境整備活動

②高齢者の体力測定

③サロンでの体操指導

④神社での環境整備活動

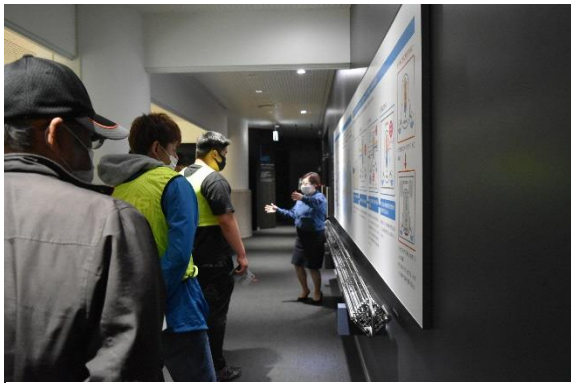
⑤地域ふれあい交流会

⑥施設の見学等

⑥施設の見学等

⑥施設の見学等

⑥施設の見学等



⑥施設の見学等

7.課題と課題解決の提言

南相馬市におけるソーシャル・キャピタルの実態を調査し、地域住民のソーシャル・キャピタルと健康を検討する事を目的とし、調査を実施した。その結果、南相馬市に住んでいてサロン活動や体力測定に参加する方々は、近所やまちの人々を信頼し、支え合っており、趣味や健康づくりを共有する仲間がいることが明らかとなった。本調査では、ソーシャル・キャピタルと心の健康度の指標である生活満足度の指標を用い調査を行い、「地域の人々の信頼と支え合い」と生活満足度に関連があることが示唆された。地域のコミュニティと外部のコミュニティの交流や地域の人とのつながりが深くなることといったソーシャル・キャピタルに関する自由記述の質問に対しても、多くの肯定的な意見や自身が感じる効果の回答があったことからも、地域内における住民同士の信頼・助け合いや異なるコミュニティとの交流が住人のクオリティ・オブ・ライフに寄与していることが考えられる。一方で、町内活動や、お祭り・運動会などの地域行事、地縁活動への参加はそれほどされていないという結果が示唆された。生活満足度については、他の調査・研究で示されている値に比べ、男性の値が低い結果となった。これらをまとめると、南相馬市において、人と人とのつながりは確認され、住民同士お互いが信頼し支え合い、趣味や健康づくりを共有している一方で、お祭りや運動会などの行事への参加がそれほどされておらず、男性の生活満足度が高くないという状況が判明した。

確認された南相馬市の課題における解決方略として、地域行事や地縁活動への参加水準を高めるために本調査研究事業の復興支援活動を発展させる形で、お祭りや運動会などの地域行事を子供からお年寄りまで参加できる内容で実施することが挙げられる。厚生労働省（2015）によると、地域の異世代の人々が交流できる機会や拠点をつくることがソーシャル・キャピタル醸成の方法として説明されている。既存のコミュニティの枠の外にいる人を巻き込むことで地域全体に活動を広げる（曽根，2017）ことも有用な方法であることが示されており、大阪体育大学が取り組んでいる世代間交流の場である地域ふれあい交流会や高齢者の体力測定と認知機能の測定の結果に基づいた運動指導といった活動が地域に根付いた行事となるよう今後も進めていくとともに、さらに地域の人々が参加し交流できる取り組みとなることが求められる。

生活満足度の側面からは、男性をはじめとした住民の生活満足度が高まる取り組みの実施が求められる。健康状態がよい、頼りになる人の数やボランティア活動の頻度等が増加するほど生活満足度が高くなる（内閣府，2019）ことが報告されており、心身の健康を維持できる身体の体操、心の安定となる時間の確保や積極的な人との交流やボランティア活動への参加が求められる。

一方で、この調査で得たデータは、あくまでもサロン活動や体力測定に参加し調査に協力してくださった方々の回答である点を留意しなければならない。社会的活動に参加していない方の存在を踏まえた実態調査が今後必要である。

8.参考資料

市田信行（2007）．ソーシャル・キャピタル-地域の視点から．近藤克則（編），検証「健康格差社会」-介護予防に向けた社会疫学的大規模調査，107-119

市田信行・吉川郷主・平井筧・近藤克則・小林槇太郎（2005）．マルチレベル分析による高齢者の健康とソーシャル・キャピタルに関する研究．農村計画論文集（農村計画学会誌），第 7 集（第 24 巻別冊），277-282

香川幸次郎・中嶋和夫・芳賀博（1998）．高齢者の社会活動と生活満足度の関係．日本保健福祉学会学会誌，5（1），71-77

河原田まり子・本田光・田仲里江・進藤ゆかり（2017）．地域保健活動の推進に活用できるソーシャル・キャピタル測定尺度の開発．日本公衆衛生看護学会誌，6（2），132-140

厚生労働科学研究「地域保健対策におけるソーシャルキャピタルの活用のあり方に関する研究」班（2015）．住民組織活動を通じたソーシャルキャピタルの醸成・活用にかかる手引き．

古谷野亘（1990）．生活満足度尺度の構造：因子構造の普遍性．老年社会科学，12，102-116

内閣府政策統括官（経済社会システム担当）（2019）.「満足度・生活の質に関する調査」に関する第 1 次報告書

中村好一・金子勇・河村優子・坂野達郎・内藤佳津雄・前田一男・黒部睦夫・平田滋・矢崎俊樹・後藤康彰・橋本修二（2002）．在宅高齢者の主観的健康感と関連する因子．日本公衆衛生雑誌，49（5），409-416

岡本秀明（2008）．高齢者の社会活動と生活満足度の関連-社会活動の 4 側面に着目した男女別の検討-．日本公衛誌，55（6），388-395

曽根智史（2017）．ソーシャルキャピタルを活用した地域保健対策の推進について．平成 29 年度保健師中央会議資料

高橋光子・荒木厚・渡辺修一郎・芳賀博・金原嘉之・田村嘉章・千葉優子・森聖二郎・井藤英喜・柴田博（2010）．高齢糖尿病患者の身近な社会参加は生活満足度と関連する．日老医誌，47，140-146

吉行紀子・河野あゆみ（2020）．要支援高齢者のフレイルと近隣住民ボランティアのソーシャル・キャピタルの関連．日本公衛誌，67（2），111-120