



2025.10.30／地方創生フォーラムin青森

人口減少、少子高齢化の進む地域で、 どう自律的な地域づくり を展開するか

田口 太郎／徳島大学総合科学部

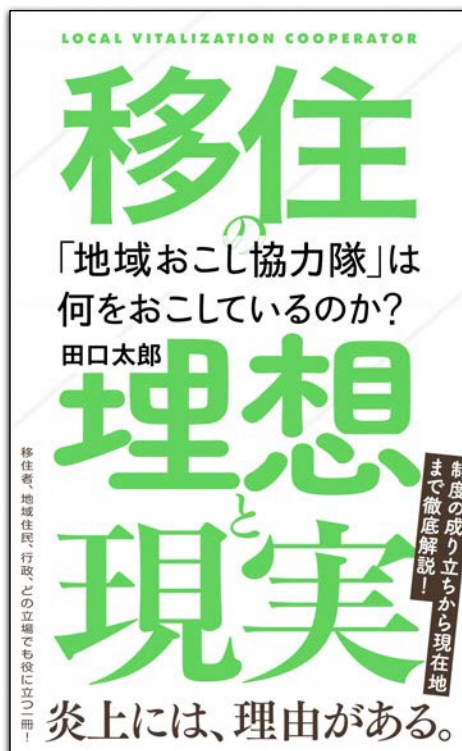
taguchi@tokushima-u.ac.jp

<http://www.taguchi-studio.net>

 taro_taguchi

人口減少、少子高齢化の進む地域で、どう自律的な地域づくりを展開するか

協力隊の本書きました



「地域おこし協力隊」 はなにをおこなっているのか？

発売元：星海社新書

著：田口 太郎（単著書き下ろし）

価格：¥1,485

協力隊に関して、事例ベースではなく、理論を中心に書きました。

なぜ、問題が起こるのか、どうしたら良いのか？
自分なりにわかりやすく書きました。



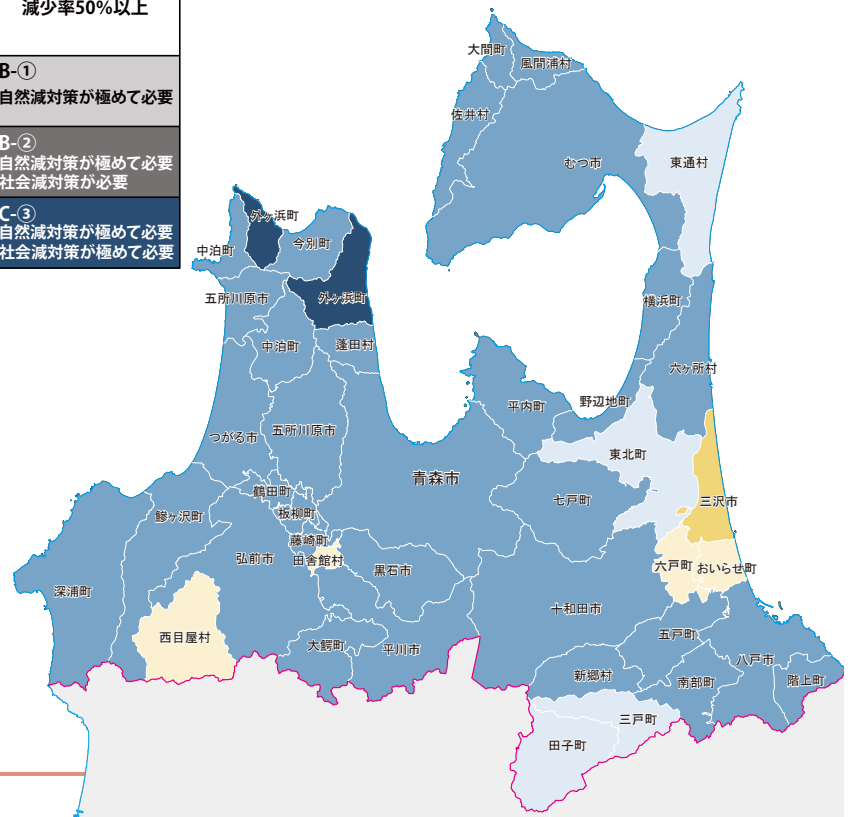
ここにも
書いていますが…

田口 太郎／taguchi@tokushima-u.ac.jp

青森の自治体の位置づけ

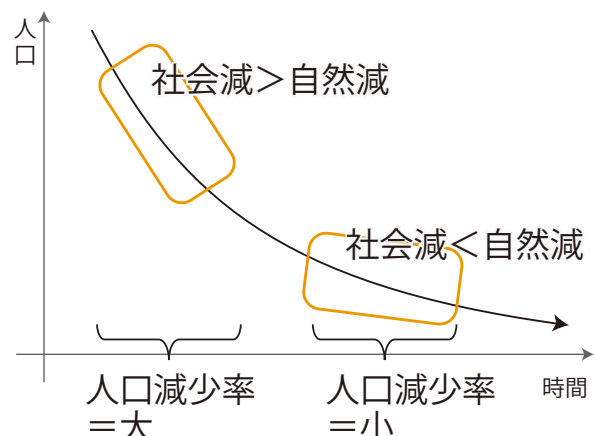
封鎖人口 移動仮定	減少率20%未満	減少率20～50%未満	減少率50%以上
減少率20%未満	A 自立持続可能性	D-① 自然減対策が必要	B-① 自然減対策が極めて必要
減少率20～50%未満	D-② 社会減対策が必要	D-③ 自然減対策が必要 社会減対策が必要	B-② 自然減対策が極めて必要 社会減対策が必要
減少率50%以上	C-① 社会減対策が極めて必要	C-② 自然減対策が必要 社会減対策が極めて必要	C-③ 自然減対策が極めて必要 社会減対策が極めて必要

注)縦軸および横軸の「減少率」は、若年女性人口(20～39歳)の減少率



「消滅可能性自治体」をどう捉えるか

- 若年女性（20代～30代）人口が2020年から2050年までの30年間で50%以上減少する自治体を「消滅可能性自治体」と定義
- 人口減少は等速減少するわけではなく、二次関数的に減少することを踏まえると、人口減少率の低下が必ずしも“状況改善”を意味するとは限らない
- 統計分析は地域の状況を定性的に評価することは出来ないが、定量的に評価している。つまり人口減少下では「質の向上」が不可欠



じんこう【人口】

①一国または一定地域に居住する人の総数。 (広辞苑第6版)

- 地域を“測る”際に多用されてきた「人口」
- 居住を前提としたカウント
- 「一定地域」という枠組み

➡ 「人は一定の地域にとどまって生活している」
という前提のもとに「人口」は捉えられてきた

➡ 本当に現代の人は「一定の地域」という単位に
縛られているのだろうか？ 縛られていない

「人口減少」問題をどう捉えるか？

地域にとって「人口」とは何か？

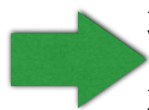
- 地域産業の労働力としての「人口」
 - 地方における産業が就労者を確保できない
 - 後継者不在による廃業の増加
 - 各種地方創生事業の担い手としての人員確保の困難
- 地域社会の担い手としての「人口」
 - 集落維持が困難となっている
 - 地域管理に寄与する1次産業就労者の不足
- 地方交付税の算定基準としての「人口」
 - 悪化する自治体財政
 - 生産年齢人口の減少、高齢人口の増加による

➡ 「人口」を目的に応じて考える必要がある

「人口減少」問題をどう捉えるか？

単純に「人口」といっても捉え方は様々であり、政策と関連する「人口概念」を理解して取り組む必要がある

- 産業振興施策としての「人口」→就労者、産業の担い手
 - 入管法改正/外国人労働者確保→多文化共生施策が必要
 - 継業/事業承継
- 地域社会の担い手としての「人口」
 - 移住→地域との関係性、自治の担い手
 - 就農→農地の担い手、周辺農家との農法の関係
- 地域の統計的居住者としての「人口」
 - いかなる意味を持つのか？



地域における「人口」の意味を考える

地域状況と「人口」の関係について考える

2022年問題

団塊の世代（S22生まれ）が後期高齢者に

- 地域の最大勢力である団塊の世代
- 地域の維持管理の上でも最大の戦力
- 高齢者になっても元気だが、後期高齢者（75歳超え）となると、体力も落ちてくる

2022年問題

- 団塊の世代が引退し、地域の気力・体力が一挙に衰える
- 高齢者が免許を返納すれば、地域での暮らしは立ち行かない
- 団塊の世代が75歳を超える前に、2022年以降の地域の維持管理の方法を検討していく必要がある



時間があまりない！

2027年問題

団塊の世代（S22生まれ）が80代に

- 地域の最大勢力である団塊の世代
- 高齢者になっても元気だが、80歳超えとなり、要支援者となっていく
- 最大勢力が「担い手」から「受援者」に移行する

2027年問題

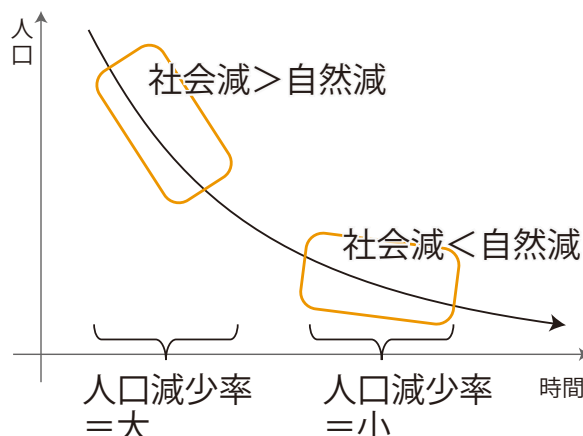
- 団塊の世代が免許返納のタイミング（80前後）に
- 自動車移動を前提とした地域生活の困難化
- 間に合わない自動運転の普及



個人運転移動に依存しない
ライフスタイル獲得の必要

「消滅可能性自治体」をどう捉えるか

- 若年女性（20代～30代）人口が2020年から2050年までの30年間で50%以上減少する自治体を「消滅可能性自治体」と定義
- 人口減少は等速減少するわけではなく、二次関数的に減少することを踏まえると、人口減少率の低下が必ずしも“状況改善”を意味するとは限らない
- 統計分析は地域の状況を定性的に評価することは出来ないが、定量的に評価している。つまり人口減少下では「質の向上」が不可欠



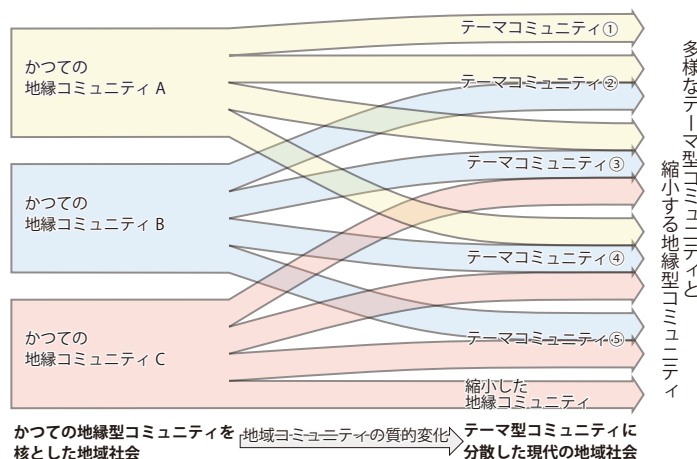
テーマ型コミュニティ化の進展

地縁型中心の社会からテーマ型中心のコミュニティへ

- 社会の成熟化、世帯の生活力向上により、“向こう三軒両隣”での相互扶助の喪失
- 価値観の多様化による脱地縁コミュニティの増加
- 価値観の多様化、様々なネットワークによるテーマ型コミュニティの発展

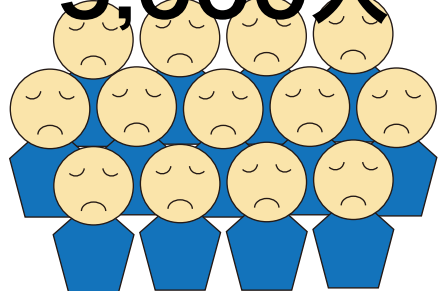


現代ではもはや遅延型コミュニティも「地縁を大切にする」テーマ型コミュニティとなっている



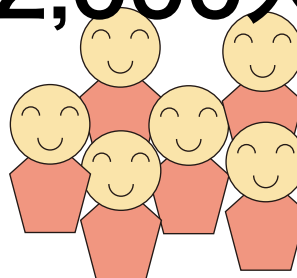
徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp

元気のない
5,000人



VS

いきいきした
2,000人



どちらが
「地域」として
良いか？

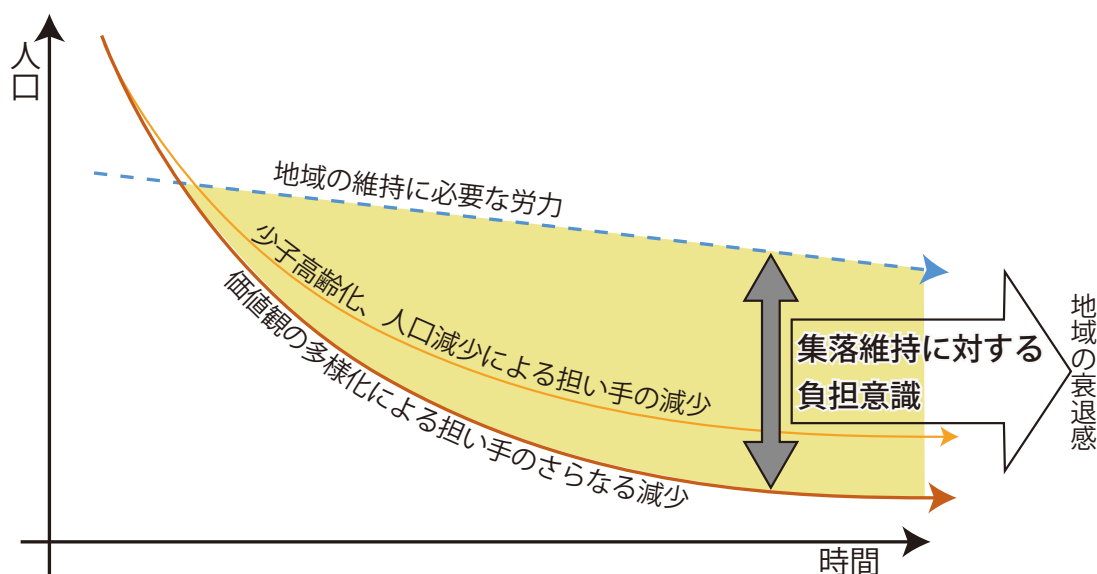


「数の議論」から脱却し、一人ひとりのウェルビーイングを実現する必要

地域づくりの課題／「地域の衰退感」とは？

必要な自治力と担い手数とのギャップ

- 財政健全化に向けた行政職員の減少、行政サービスの減少
- 過疎高齢化による住民自治の限界

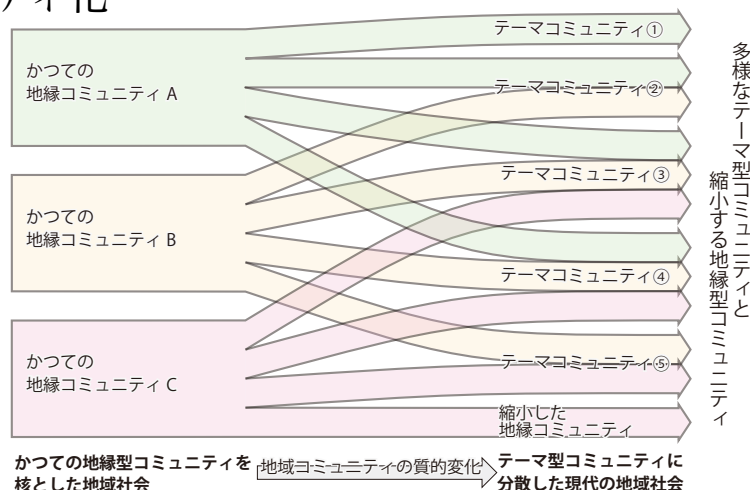


徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp

地域コミュニティの状況変化

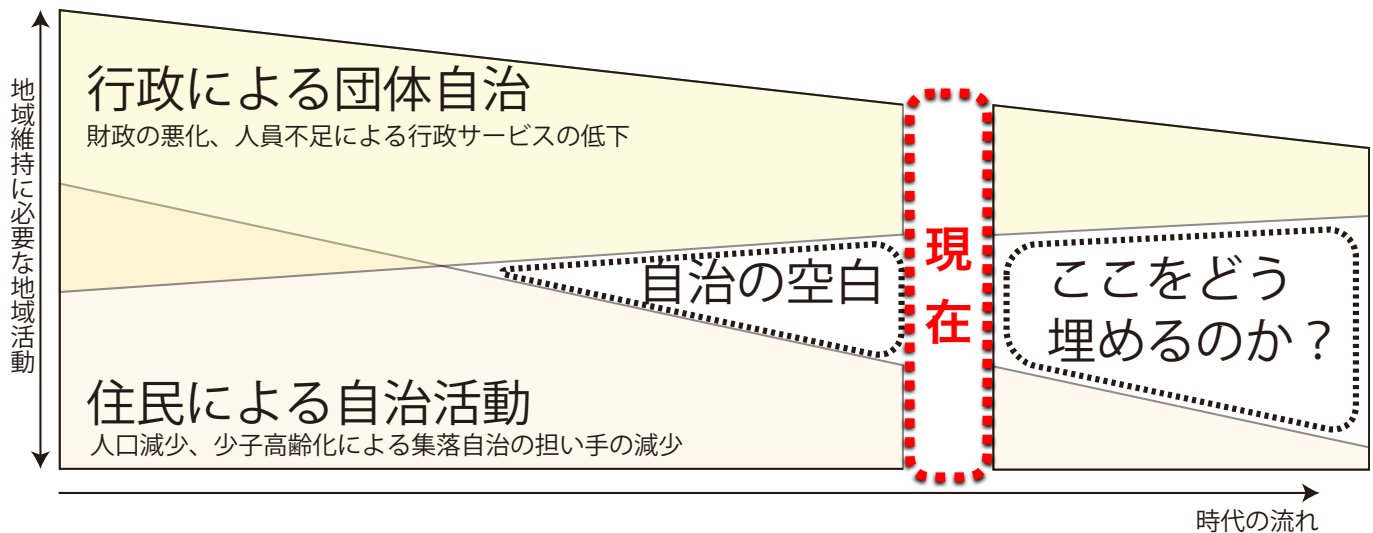
コミュニティのテーマ型化

- “地縁コミュニティ”の枠を超えて周辺地域も含めたエリアで構成されるテーマ型コミュニティの充実
- これまでの地縁コミュニティは“地縁コミュニティに関心がある”テーマコミュニティ化



徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp

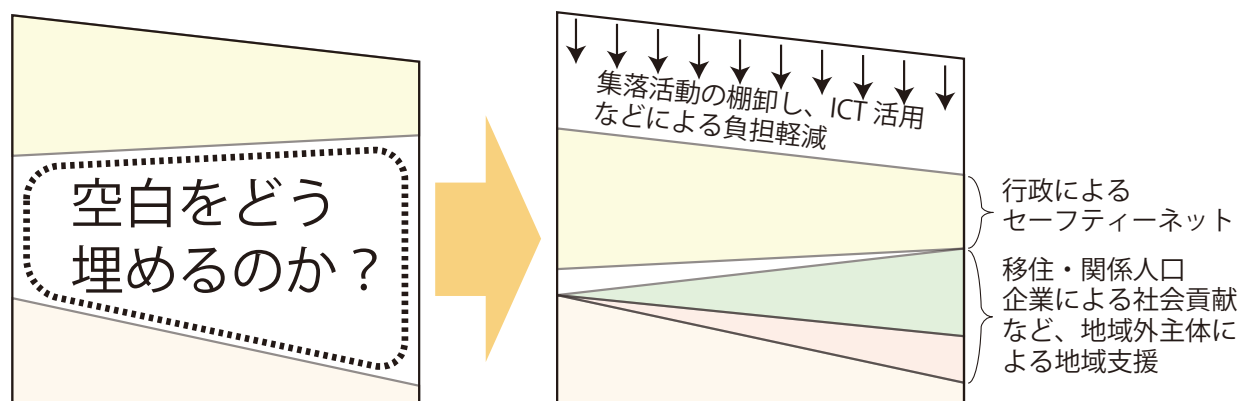
地域における「自治の空白」



「自治の空白」に対する取組みの必要

「自治の空白」を各方面から埋めていく必要

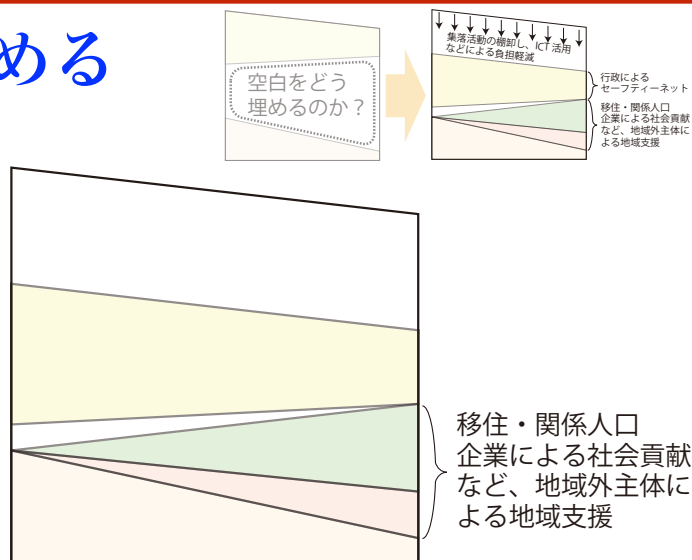
- 行政はセーフティーネット確保
- 住民活動は縮小
- 新たな担い手の獲得
- 活動の効率化の検討



「自治の空白」を埋める

新たな担い手の獲得

- 地域と協働してくれる移住者の獲得
- 地域に貢献してくれる企業の獲得
- 地域を高めてくれる「関係人口」の獲得



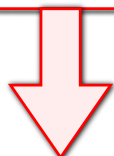
単純に外部人材を呼べば良い
というものではない
地域の自治力向上に寄与する
外部主体の必要

「自治の空白」を埋める

集落活動の棚卸し、ICTの活用による負担軽減

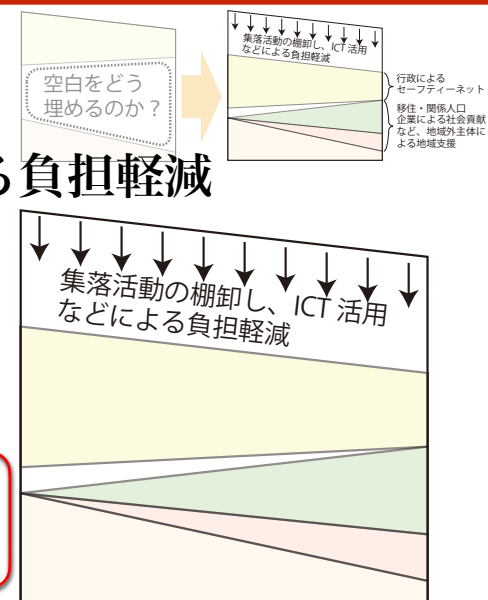
- 地域内のうちの適正管理
- 管理空間の戦略的縮小
- 粗放的土地管理の検討

- 日常生活におけるICTの活用
- 生活実感を損なわないICT活用



地域としての縮小戦略
生活実感を維持した技術活用

DX時代におけるICTの導入は地域間で開きがあり、
将来的に地域間格差が広がる可能性



「集落の教科書」

地域の“不文律”を明文化する

- 地域の良いも悪いも、確認する
- 地域のネガティブな部分と向き合う

ローカル・ルールの更新

- 時代とともに変化する社会状況
- 社会状況に併せてローカル・ルールを変化させる

役の棚卸し

- 地域の様々な役、必要か？を議論する

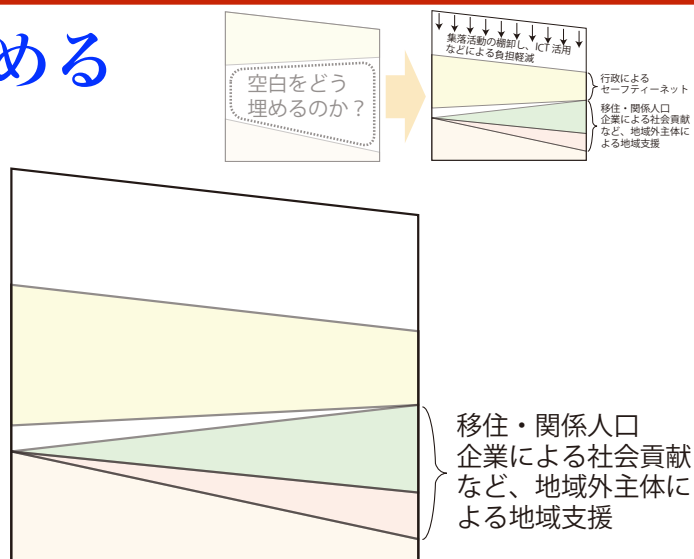


地域を現代的にバージョンアップする

「自治の空白」を埋める

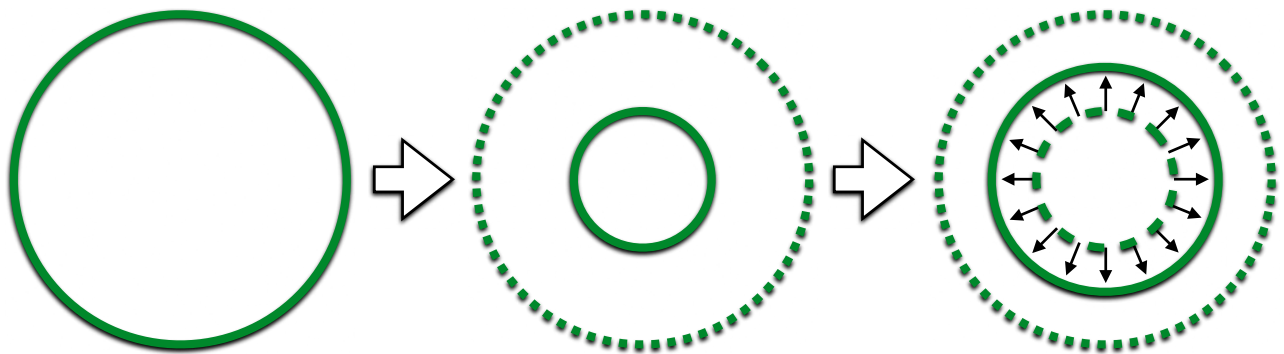
新たな担い手の獲得

- 地域と協働してくれる移住者の獲得
- 地域に貢献してくれる企業の獲得
- 地域を高めてくれる「関係人口」の獲得



単純に外部人材を呼べば良い
というものではない
地域の自治力向上に寄与する
外部主体の必要

「自治の担い手」の獲得を目指す必要



かつての人口
かつての人口
人口=自治力

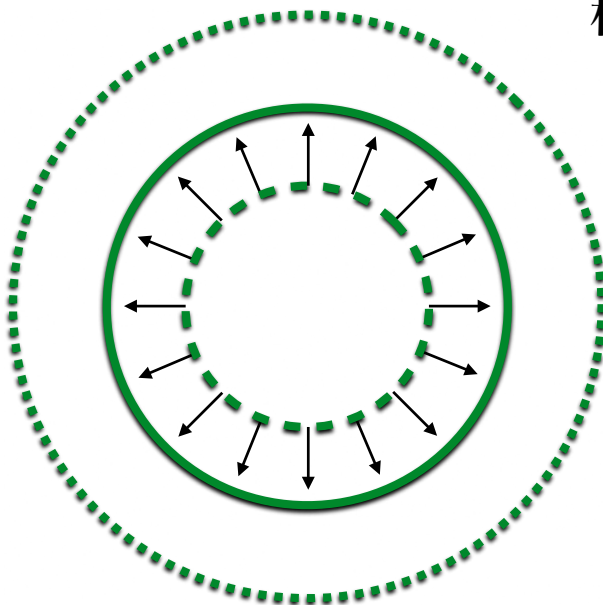
過疎化による
人口減=自治力減

「移住」による
担い手再獲得
=自治力の再生

「担い手の不足」をどう捉えるか？

「住めば皆担い手」とは限らない
移住者

- 地域の状況を知らずして入ってくる移住者
- 人間関係の煩わしさから開放されてく入ってくる移住者
- 田舎でビジネスでもしたくて入ってくる移住者



「移住」ですぐに解決
する話ではない

市民と住民

Citizen

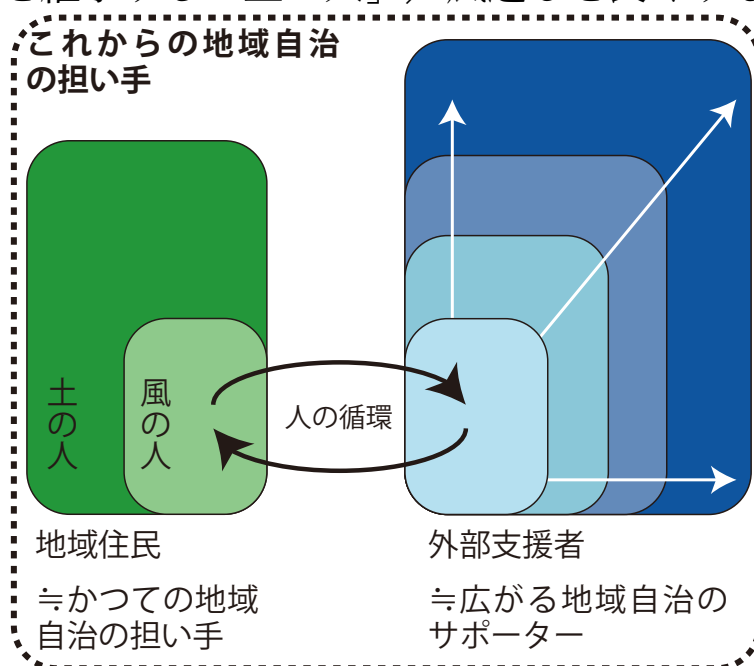
Inhabitants

人口減少、少子高齢化の進む地域で、どう自律的な地域づくりを展開するか

「地域」を“住み継ぎ”、“市民”を増やす

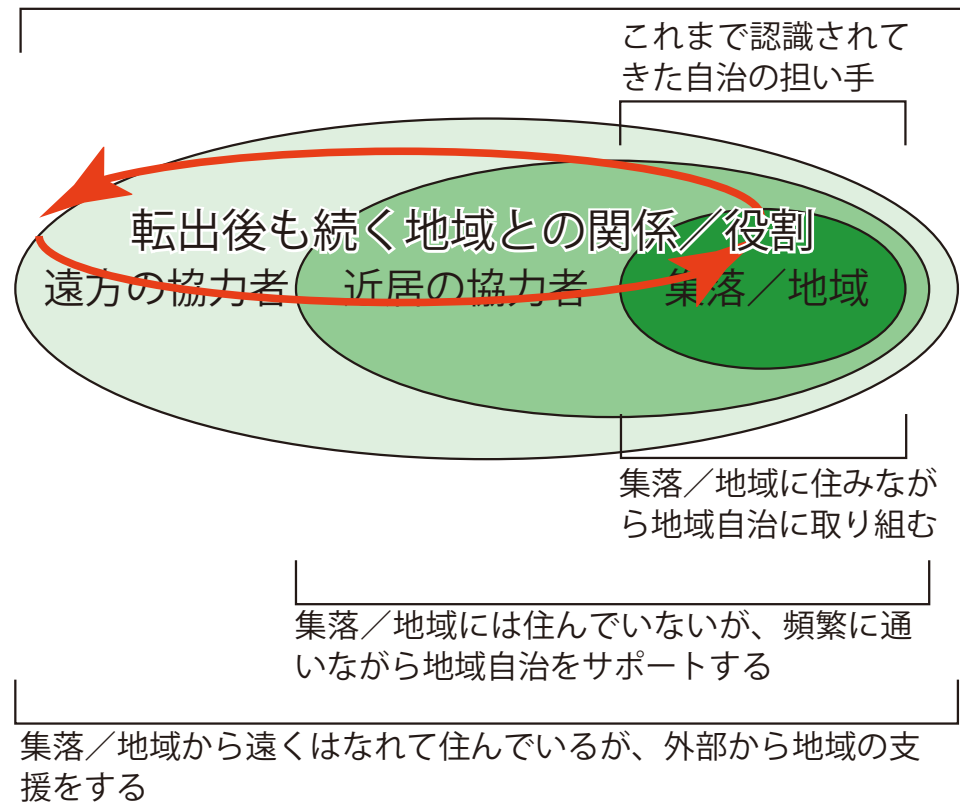
一定量の人口循環のしくみづくり

- 伝統を継承する「土の人」／風通しを良くする「風の人」



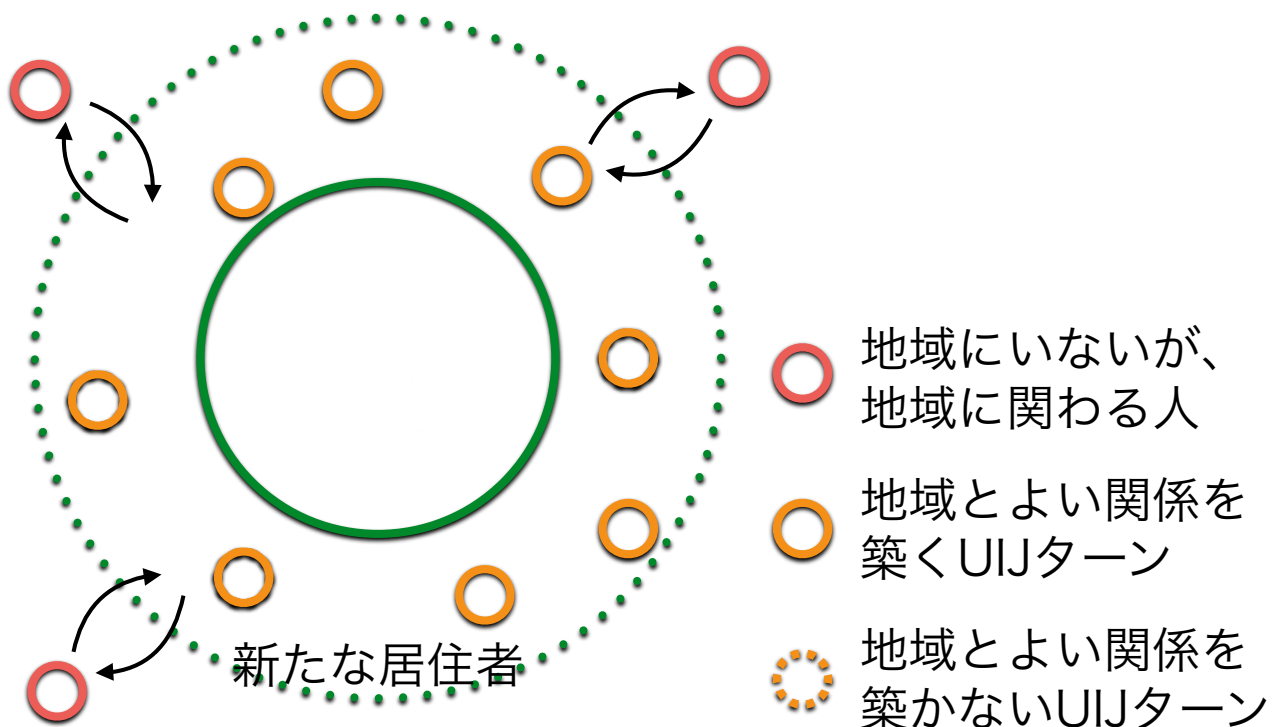
地域自治の担い手の多様化

これから意識すべき自治の担い手



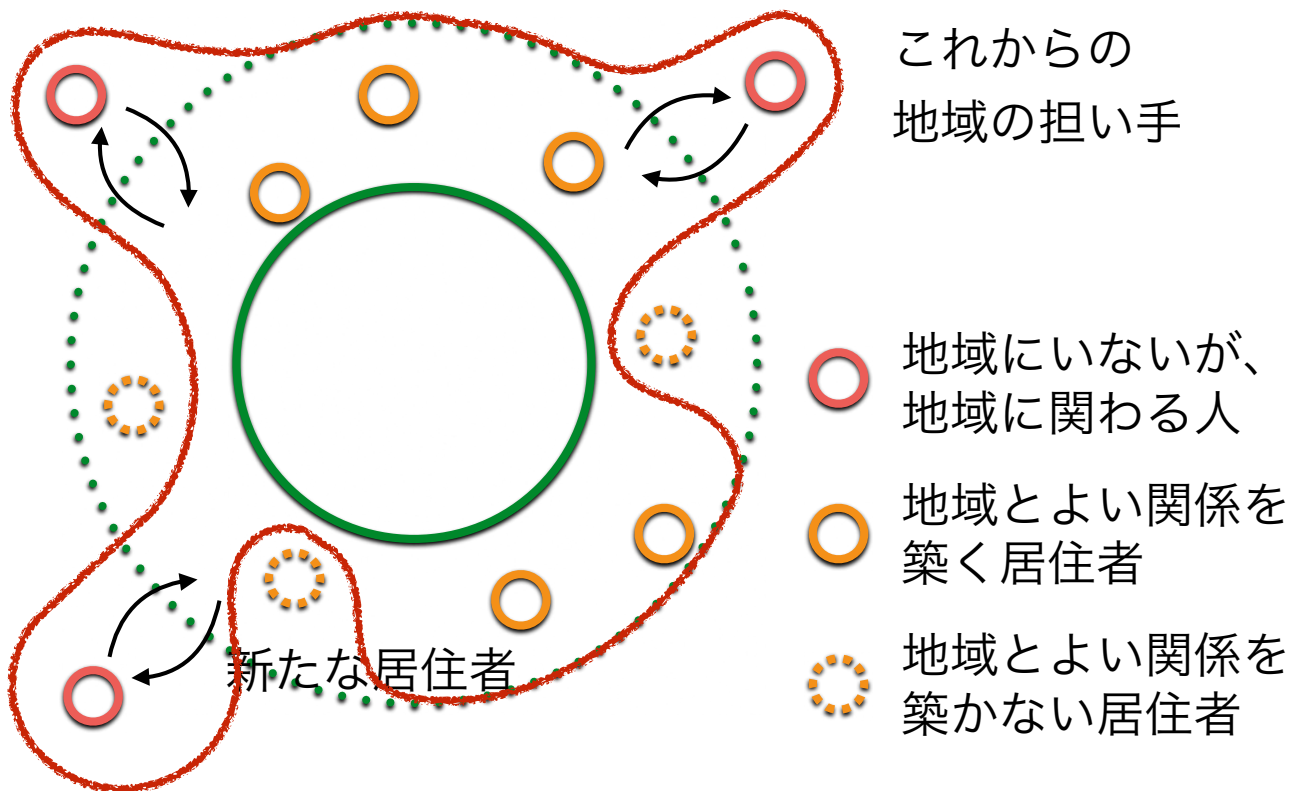
徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp

新しい担い手はどこにいるのか？



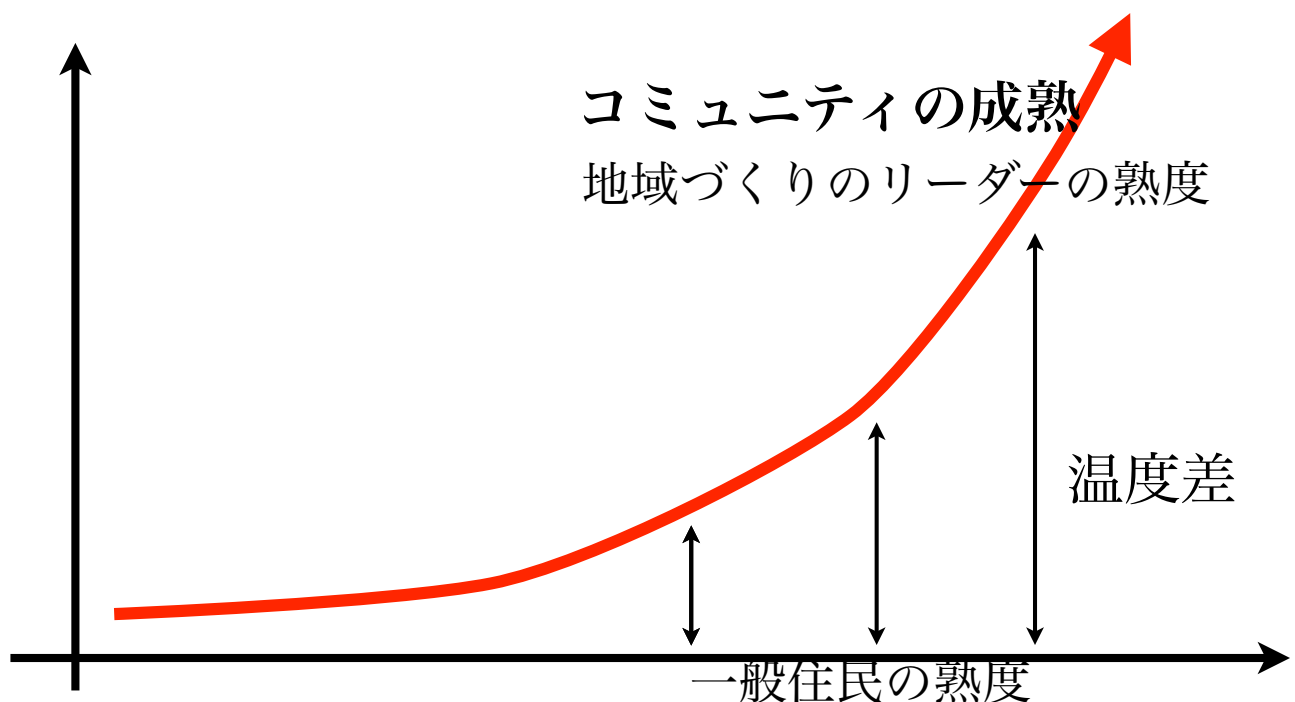
徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp

新しい担い手はどこにいるのか？



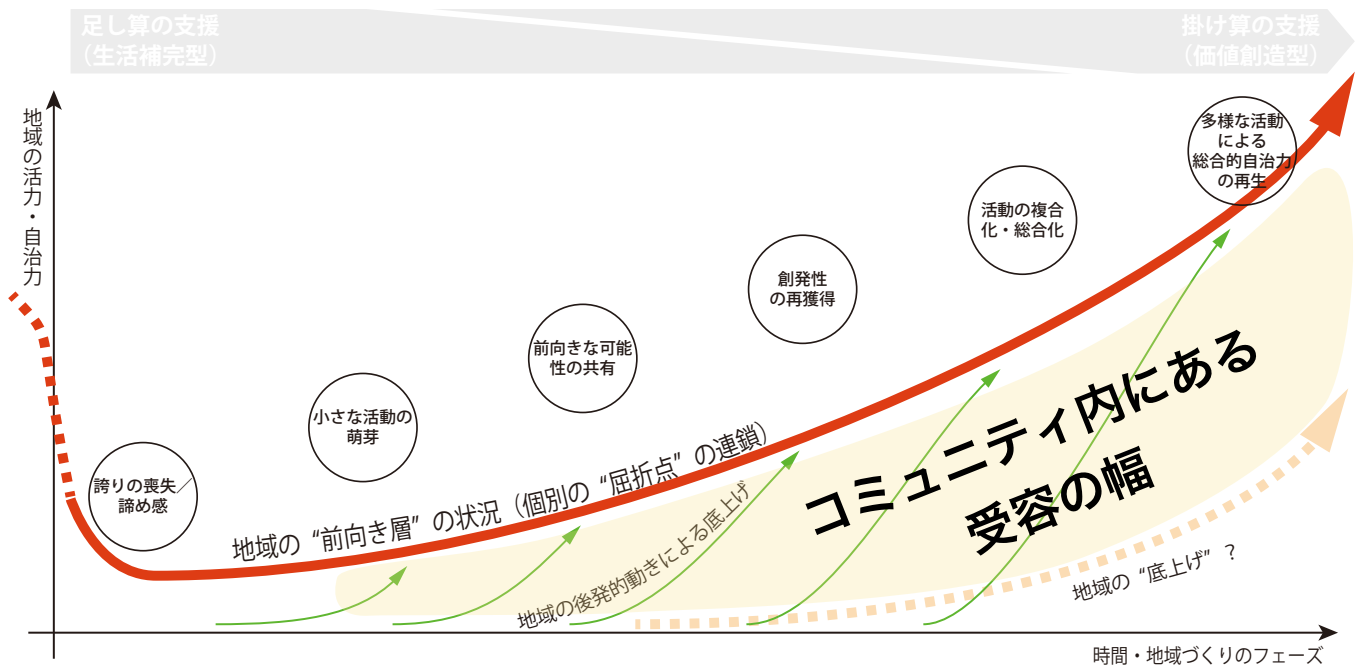
地域に内在する温度差とリーダーの立ち位置

地域にある“温度差”を意識する



人口減少、少子高齢化が進む地域で、どう自律的な地域づくりを展開するか

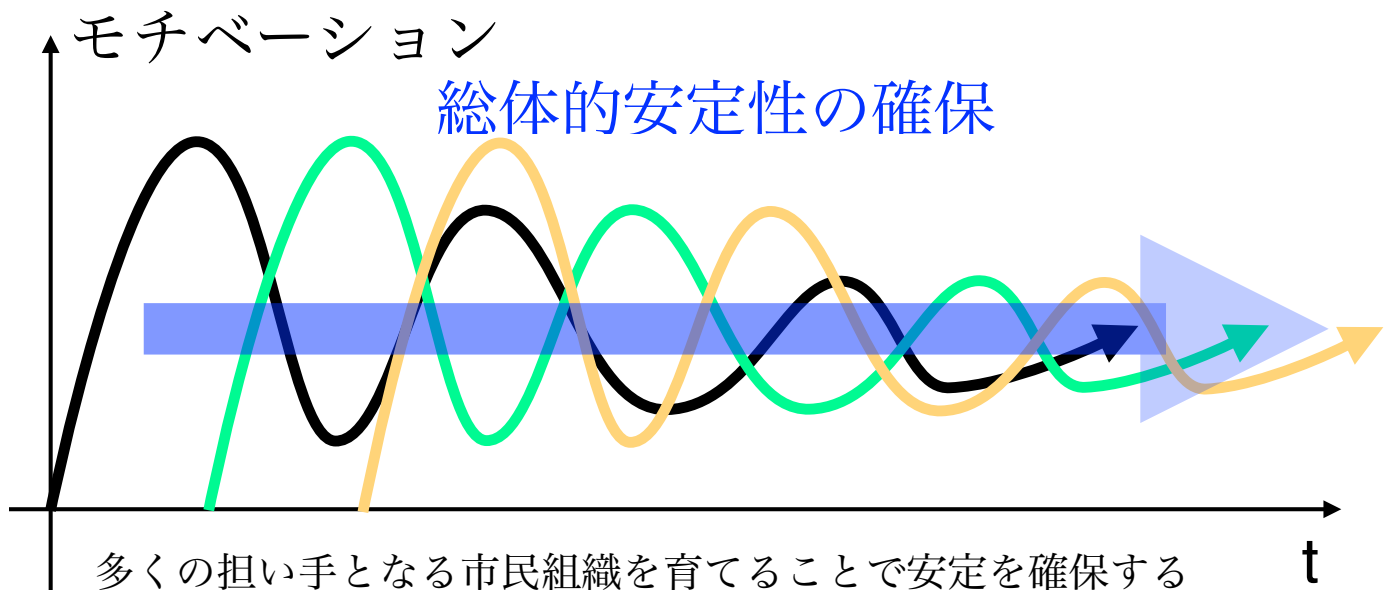
コミュニティの発展の“受容の幅”



徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp

人口減少、少子高齢化が進む地域で、どう自律的な地域づくりを展開するか

始めた後にモチベーションをどう維持するか？



まちづくりモチベーション曲線

徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp

住民主体と市民主体

居住を前提とする「住民」／地域に関わる「市民」

- 道路交通網の発達した現代において「住民」と「市民」はこ
となる
 - 週末だけ行き来する子供世代
 - 通い農業者
- 地域を担うのは「住民だけ」なのか？

多様な担い手を前提としてまちづくりを考える

- 地域内外の様々な主体の連携をどのように育むのか？
- 機能する連携相手をどのように見つけるのか？
- 様々な連携の中で地域が戦略を持つ必要がある

Institutional Process Designという考え方

- まちづくりにおける連携のプロセスデザイン：田口のテーマ

地域づくりはどう進めるのか？

「自立性」ではなく「自律性」

- 地域が独立的に運営されていく、というのは社会状況からし
て非現実的である
- これからの地域づくりは地域住民のみならず、様々な関係者
が連携しながら持続的に取組んでいく必要がある
 - 転出家族／親戚、ファン、行政、NPO、民間企業、etc...
- 様々な関係者（＝主体）が関わる中で、地域住民が意思決定
の中心をなす必要がある
 - 外部の意向に地域が振り回されてはいけない
 - 地域が無自覚的に外部に依存しては持続性は確保できない
- 「地域の自律性」とは「地域自らの意思決定の下で、地域内
外の様々な主体と連携を図りながら地域づくりを進める」



多様なネットワークの戦略的利用

自治のカタチの再設計

地域づくりとは、地域の「自治力」を高める取り組み

- かつては集落自治により、地域社会は自律的に運営されてきた
- 戦後の民主化／政府の拡大、によって役割が変わった
- 人口が減少し、行財政が悪化し、価値観が多様化する中で、地域それぞれが再び「自治力」を取り戻す必要がある

自治力は何によって規定されるか

- 企画力
 - 地域の状況に応じて必要な手立てを企画立案する
- 実行力
 - 立案した手立てを実行する



しかし、この双方とも
衰退させている
少子高齢化・人口減少



地域の外から
協力者を得る必要

自治のカタチの再設計

人口減少しつつも、行政や外部の協力者と上手に付き合っていく“知恵”が必要

- 「協働のまちづくり」は重要。だが、地域に“知恵”がなければ言いなりになってしまう
- 外部との協力、都市部との協力は必要。だが、地域に“知恵”がなければ消費されてしまう

住民が主体的に“知恵を絞る”ことで有益な「協働のまちづくり」が実現



地域の問題をわかりやすく理解&共有する



地域を主語に
行政や外部との連携を図る

「ネットワーク型自治」の可能性

地域をハブとした人的ネットワークを拡大する

- 「地域住民」「ローカルプライド」を中心に据えた上で、信頼のネットワークを構築する
- 信頼のネットワークを的確に運用することで、地域に必要な力を必要なタイミングで導入する
- 「定住者」中心から、「ローカルプライド」中心の地域づくりへの転換

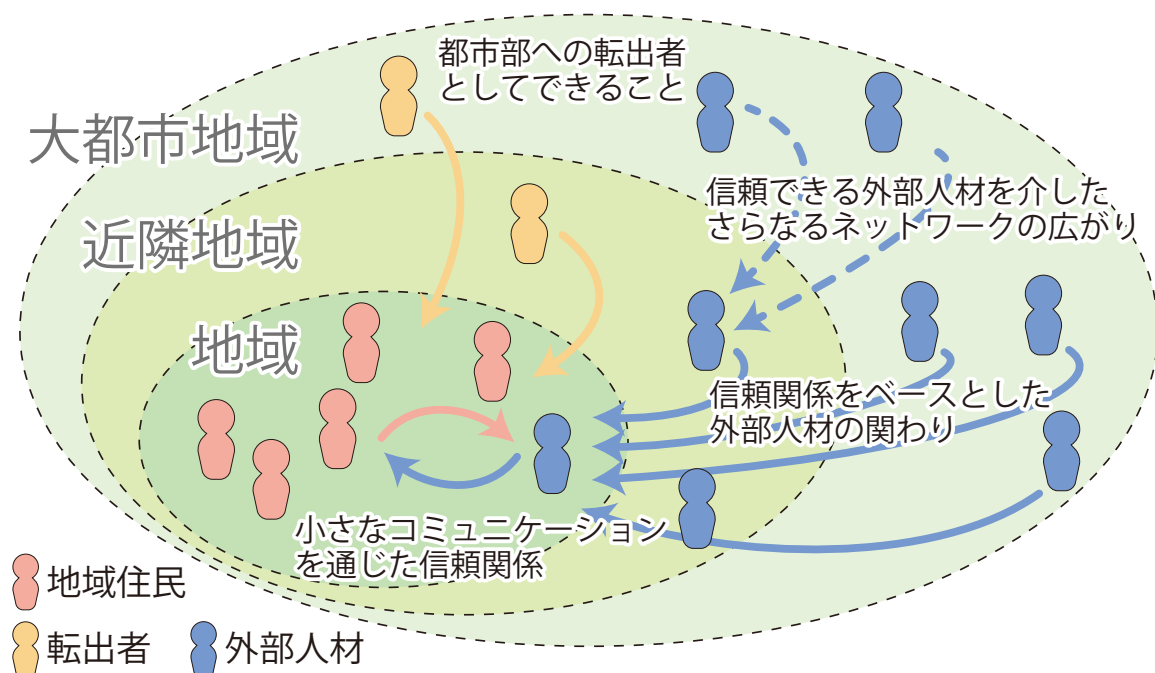
多様なネットワークをつなぎとめる地域

- 多様なネットワークをつなぎとめる魅力を地域がもてるか？
- 前向きな住民が外部人材を引き寄せる

信頼に基づく
「少人口／多人数社会」
の実現

「ネットワーク型自治」の可能性

- 「信頼によるつながり」の広がり



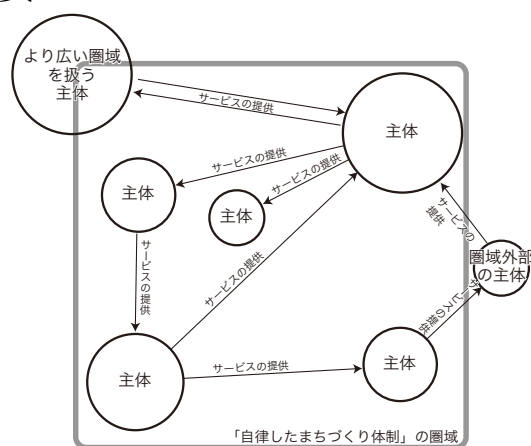
「協働」をどう捉えるか？

カタチだけの「協働」／機能させる「協働」

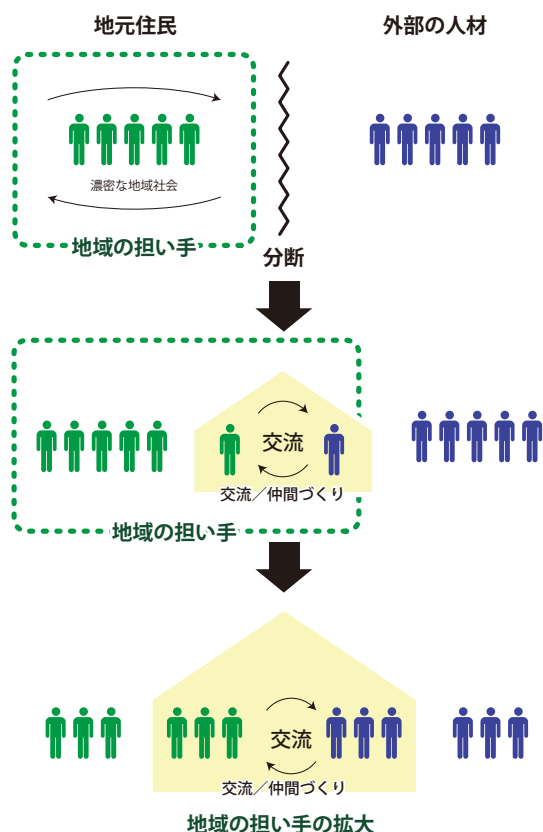
- 「協働」という名の押し付け合いに陥らない
- 「協働」はお互いを利用しあう関係
 - 相手の長所（特性）を借りて、自らの短所（特性）を埋める
 - 自らの長所（実績）を生かして、相手に提供（貢献）する
- 協働を機能させるには主体性が必要
 - 協働は双方向性が重要
 - 一方通行では依頼でしかない
 - それぞれの主体が自覚をもつ必要

協働の相手をイメージする

- 行政ばかりが協働相手ではない
- 近隣の集落
- 近隣の企業、都市部の企業、etc.



「ネットワーク型自治」における交流拠点



- かつて、地域内外の関係は薄かった
 - 外部に対して閉じた地域
 - 外部も地域に対する勝手なイメージを持っていた
- 交流拠点における外部交流を通じた相互理解の促進
 - とはいえ、一部積極的な人のみの交流
 - 他住民との温度差
- 多くの住民が交流に参加することで、交流の意義や外部人材とのネットワークが強化
 - 地域まるごと外部との関係づくりが進む

地域全体と外部の積極的交流にむけて

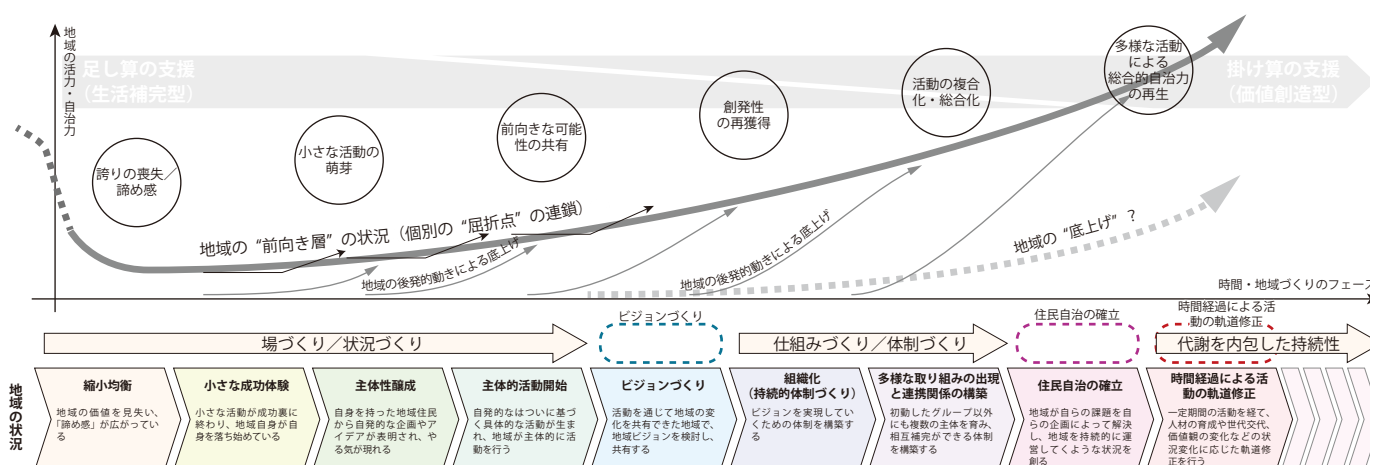
- 地域の中で、“外部交流の先にある社会”の姿を共有する
 - なぜ「外部との交流」する必要があるのか？
 - 「外部との交流」を通じて、自分たちの暮らしはどう変化するのか？
 - どのような「外部」が自分たちにあっているのか？



「移住」「関係人口」
様々な「外部」からの動きがあるが、それが自分たちの地域に具体的にどのような可能性をもたらすのかを具体的にイメージし、共有する必要

地域づくりの全体像

きっかけづくりから地域の自治へ



地域を自律的に維持していくための3要素

地域の“自治”を意識して、“自治の空白”を埋める

- 地域の生活実感に基づいた“衰退感”に対応する
- 地域の温度差を意識した底上げの取組み
- “身の丈”を意識した活動づくり

多様な“市民”との連携によるネットワーク型自治への転換

- 信頼しあえる仲間づくり
- 仲間も含めた戦略的自治の検討

多様な市民を受け入れる交流の場の持続

- 多様な関係づくりによる適度な刺激と変化

徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp



地域の未来の視覚化を通じて、
自覚を促し、対処を考え行動する

集落点検からの 地域づくり

先よみワークショップによる
住民主体の「協働まちづくり」の実現

田口 太郎 / 徳島大学総合科学部
taguchi@tokushima-u.ac.jp
<http://www.taguchi-studio.net>
 taro_taguchi

なぜ「見える化」が必要か？

地域づくりは「地域全員」の取り組み

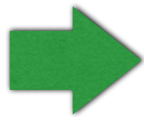
- ・一部のリーダーのみの活動となりがち
- ・一部リーダーの取り組みには持続性や普及に課題がある

なぜ、地域の人達は参加しないのか？

- ・いまいち「ピンとこない」地域の将来
- ・「不安」はあるが、具体的にイメージできない

具体的な活動イメージが見えない

- ・問題に対して、何をしたら良いのか、分からない



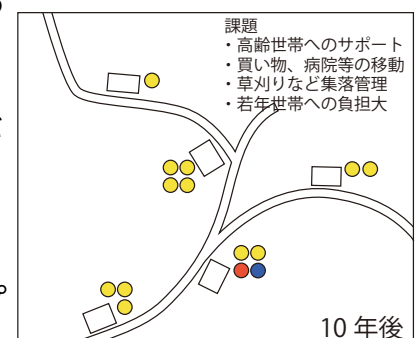
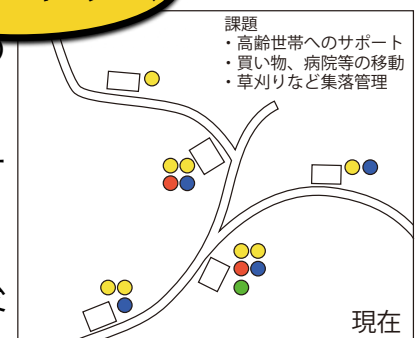
地域の遠からぬ将来をより具体的にイメージすることで、自分たちの地域の将来の実感を得る仕掛け作りが必要

集落点検W.S. 地域の現状を理解する

WSの目的：

- 地域の現在、未来を“見える化”する。高齢化が進む神野地区の現状を地図上にプロットし、底から想定される課題を具体的にイメージする。
- 現在と10年後の状況を比較することで、今後厳しくなる集落状況を理解し、「何ができるか？」を検討する際の基礎情報とする。
 1. 各地区で各家にどのような人がいるかを地図上にプロット
 2. 現在の課題を列挙する
 3. 同様に10年が経過したことを想定してプロットする

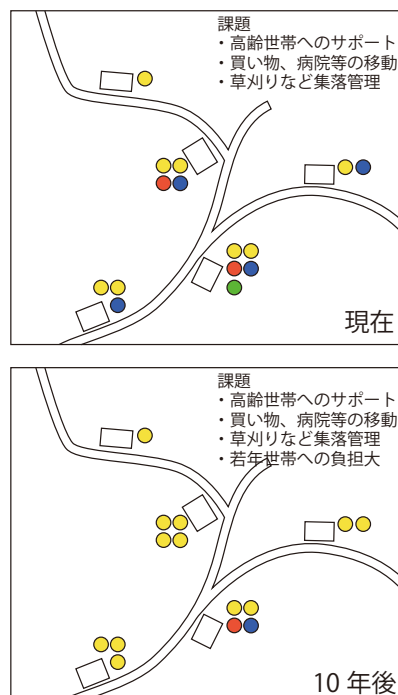
わかりやすく



集落点検W.S.

WSのポイント

- 地域の高齢者を75歳以上と規定することで、現実的な高齢者をイメージできる
- シールで貼ることで主体的に作業することとなり、結果を受け止めやすい
- 集落単位でシールで表現するため、行政が示しがちな統計情報よりも理解しやすい
- 色で状況が表されるため、視覚的に状況変化を理解できる

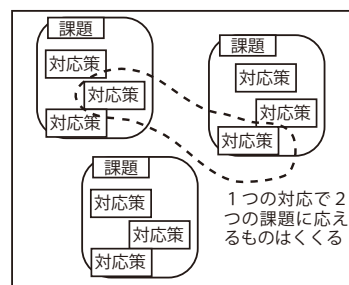


対策のブレインストーミング

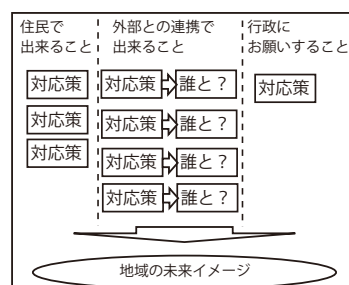
何をすべきかを考える

WSの目的：

- 10年後の課題に対して、この10年の間でやるべきこと、しておくべきことを整理する。
- すべてやる、という前提で準備すると難しいため、とにかく沢山アイデアを出した上で、次回以降で優先順位を決め、具体的な行動方策を検討する。



1. 前回W.S.の成果を振り返る
2. 現在の課題、10年後の課題に対してやるべきこと
3. 課題へ対応するために連携が必要な主体を考える
4. この10年の新しい取り組みで描ける未来の



優先順位の決定と具体化

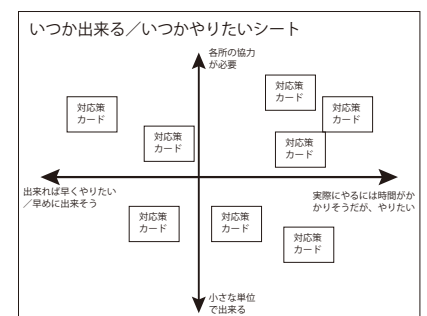
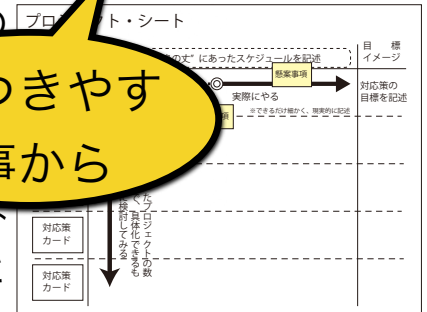
何からするかを考える

WSの目的：

- WS02で出された対応策について、それぞれの優先順位を決め、優先順位の高いものから具体的にどのように進めていくか、も考える
- 優先順位の低いものについては、捨てるのではなく、いつかできる／いつかやりたいリストとして記録

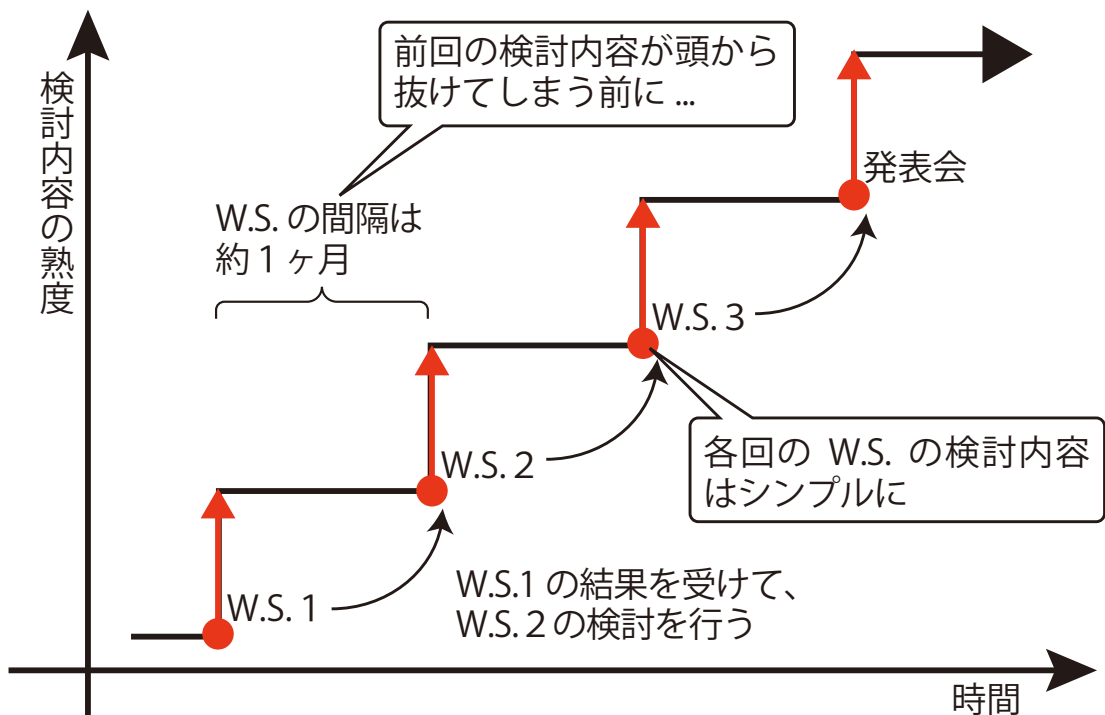
1. 前回W.S.の成果を振り返る
2. 対応策の優先順位の検討
3. プロジェクト・シートの記述

とっつきやすい事から



連続W.S.による検討

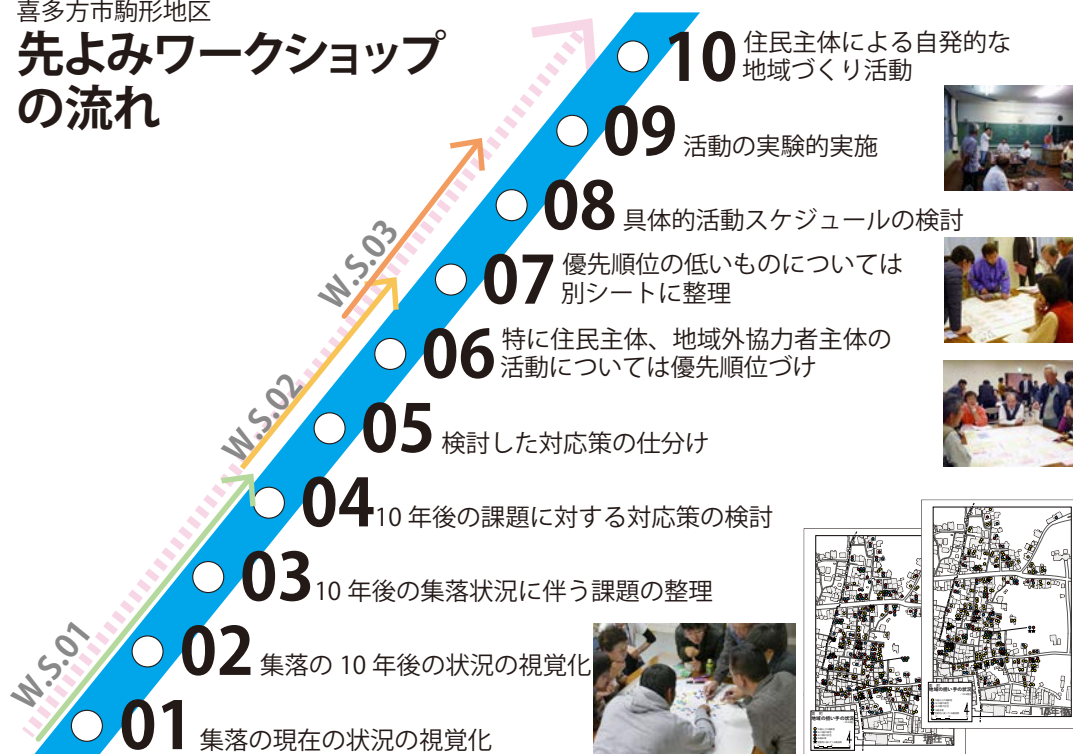
毎月1回、全3回の連続ワークショップ+住民発表会を予定



W.S.スケジュールの視覚化

喜多方市駒形地区

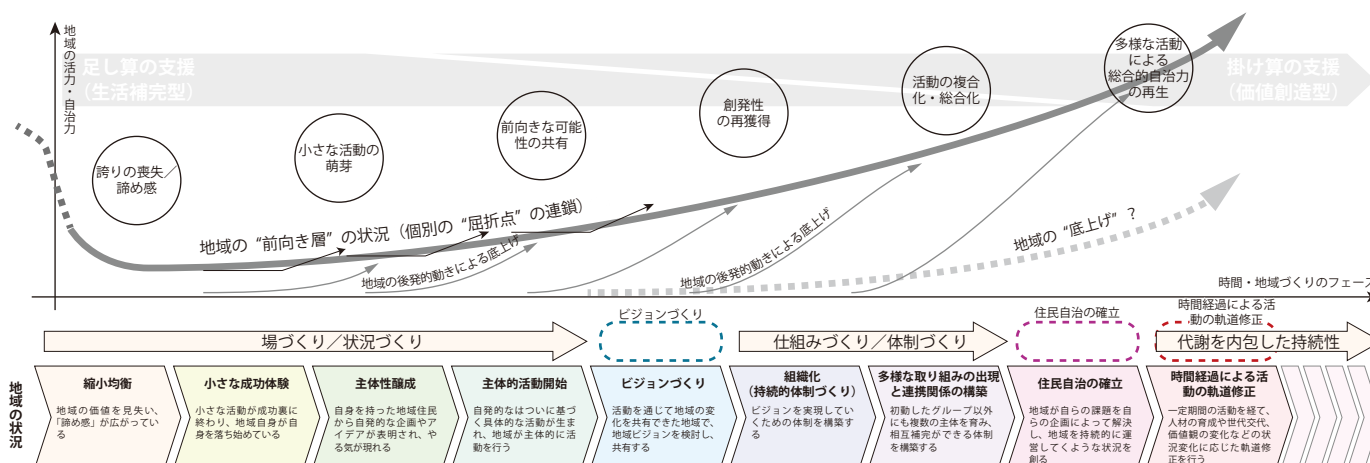
先よみワークショップの流れ



人口減少、少子高齢化の進む地域で、どう自律的な地域づくりを展開するか

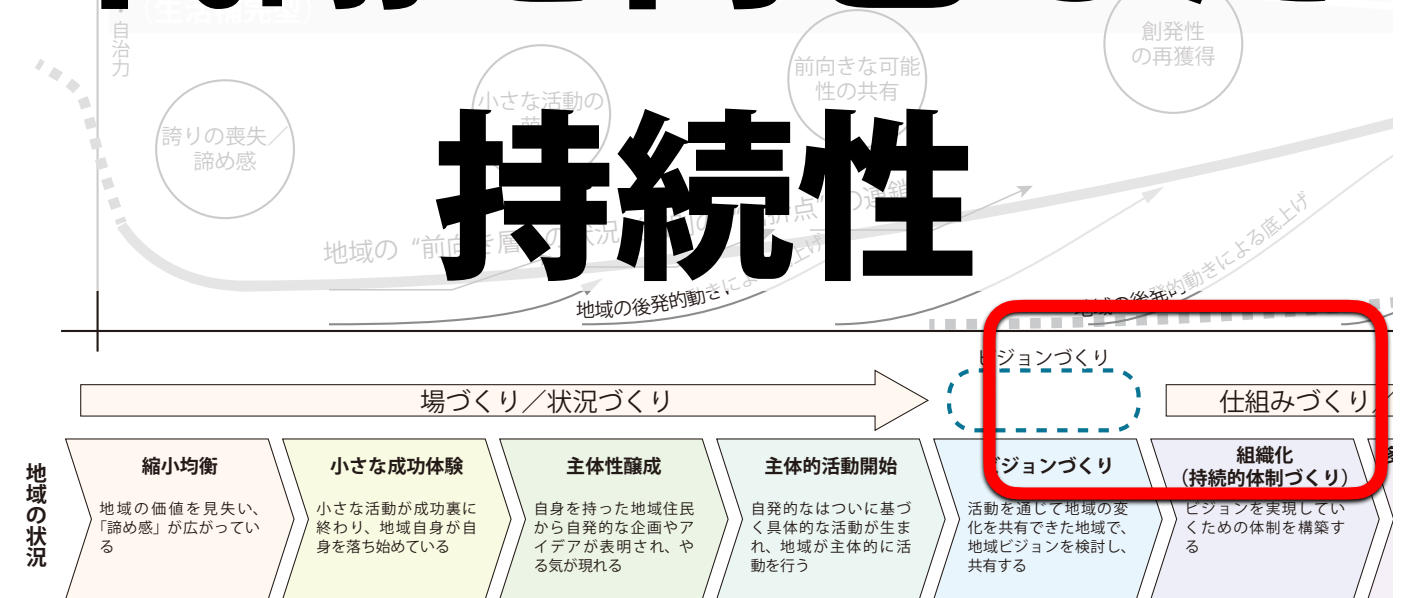
地域づくりの全体像

きっかけづくりから地域の自治へ



地域づくりの全体像

代謝を内包した持続性

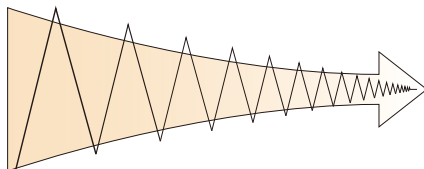


徳島大学 田口太郎 / taguchi@tokushima-u.ac.jp

代謝を内包した持続性 とは？

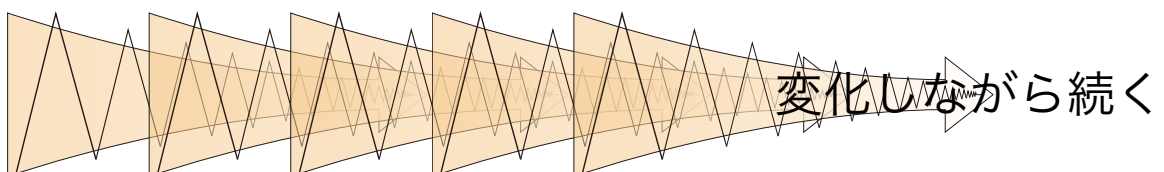
代謝：新しいものが加わることによる化学変化

- 固定的持続
 - 一定の状態を維持しながら持続する
 - 時間経過とともにエネルギーが落ちていく



続けるのが大変…

- 代謝的持続
 - 新しい要素を加え、変化することで、順応し、持続する

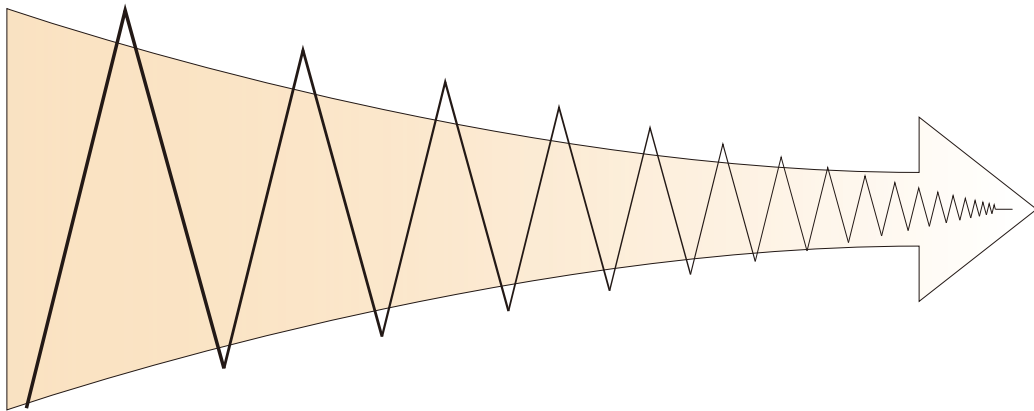


変化しながら続く

固定的な持続の問題は他にも…

固定的：変化がない

- 新しいアイデアが生まれにくい
- 新しい変化についていきにくい
- 新しいメンバーが入ってきにくくなる



まとめ

人口が減少しても「担い手」がいれば地域は持続する

- 多様な「担い方」を創れるか
- 多様な「担い手」を受け入れられるか
- 創り、受け入れるには“ゆるさ”がキーワード

いかに、住民／市民と行政が同じ問題意識を共有するか

- 地域へ提供する“情報のデザイン”
- 地域の人達と考える“思考のフレームワーク”を提供できるか

持続的には代謝が必要

- 時代が変わればカタチも変わる
- 時代が変わればやり方も変わる

時代にあった、地域の文脈に合った戦略づくり

- 国から提示されるモデルに寄せすぎずに、利用する