

.....
明日を開く、地域活性化のための情報誌
.....



特集 高齢者が活躍する地域づくり

本誌は、宝くじの社会貢献広報事業として助成を受け作成されたものです



1 巻頭エッセー／みんなで子育て・挑戦できる・訪れたいなる香川をめざして

池田豊人（香川県知事）

特集 高齢者が活躍する地域づくり

健康寿命が延びて元気な高齢者が増える中、シニア世代は支えられる側にとどまらず、地域づくりの担い手としても期待されている。高齢者が生き生きと活躍している現場を紹介する。

2	基調論文 生涯現役社会の意義と展望	前田展弘（ニッセイ基礎研究所 ジェロントロジー推進室 上席研究員）
6	NPO法人ソーシャルビジネス推進センター（北海道）	「ゆる元」で地域をまるごと元気に 上田知行
8	株式会社ジーバー（宮城県仙台市）	シニアが活躍する「おしごと」を日本中へ 永野健太
10	秋田県立大学	生涯学習プログラム「いつでも青春キャンパス」 佐藤琢麻
12	NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹（東京都三鷹市）	アクティブ・シニアが輝き続ける場を 戸倉冬樹
14	とやまシニア専門人材バンク（富山県）	シニア専門人材を企業にマッチング 遠藤博伸
16	静岡県袋井市	シルバー人材が「デジタルサポーター」に 久保田邦彦
18	大阪府	誰もが安心して暮らせる“ええまち”へ 吉田夏子
20	農事組合法人三原やまびこ（高知県三原村）	高齢者が無理なく守る地域農業 岩井 清
22	北九州市生涯現役夢追塾（福岡県北九州市）	地域貢献学ぶ「生涯現役夢追塾」 芳賀眞理子
24	うきはの宝株式会社（福岡県うきは市）	高齢者の働く可能性示す「ばあちゃんビジネス」 大熊 充
26	副基調論文 高齢社会対策について	内閣府政策統括官（共生・共助担当）付参事官（高齢社会対策担当）

レギュラーレポート

- 30 地域づくりは人づくり
学びが人を動かし、まちを変える 左京泰明
- 32 移住・定住・交流推進支援事業 秋田県由利本荘市
地域の工芸品で首都圏との交流を促進 熊谷公汰
- 34 連携団体の取り組み 株式会社小学館
メディアパワー×コミックIP 大澤竜二
- 36 首長の思い
暮らしに寄り添い、次代を育てる 平野浩司（北海道美幌町長）

グラビア
手前みそですが… 【大阪府高槻市】

オンライン情報 地域活性化センターの最新情報はコチラ!!

地域づくりデジタル版

4月号以降のデジタル版誌面がオンラインで閲覧できます。



研修の開催情報

地域づくりを担う人材の育成や交流のための各種セミナー・研修などを開催しています。



助成金に関する情報

まちづくりなどへの各種助成金の交付、人材育成や人口・地域経済分析の支援などを実施しています。



浜殿での神事

表紙
防府天満宮の御神幸祭

（山口県防府市）

平安時代、菅原道真公は「無実の罪」により失意のうちに九州太宰府で薨去されました。毎年11月の第4土曜日に行われる防府天満宮の御神幸祭は、太宰府より防府に遷り留まられた道真公のお御霊に、毎年毎年「無実の知らせ」をお伝えし御心をお慰めるため、縁深い勝間の浦まで渡御する壮大なお祭りです。

午後6時、拝殿正面の扉が開かれるや、数百人の裸坊が一同に拝殿になだれ込みます。先頭神輿、第二神輿と次々にかつぎ出される神輿を多くは裸坊が取り囲み、次いで地響きを立てながら重さ500キロの御網代輿が拝殿の階段を下り、参拝者の見守るなか、楼門を経て58段の大石段を滑り降ります。喚声と怒号、約5000人の裸坊が乱舞するさまは壮絶で、西日本屈指の荒まつりともいわれます。

御網代輿が約2.5キロ離れた勝間の浦のお旅所（浜殿）に到着すると「無実の罪」を奏上、道真公の御心を慰めます。

問い合わせ先 防府天満宮

電話0835（23）7700

（写真提供 防府天満宮）

みんなで子育て・挑戦できる・訪れたくなる香川をめざして

香川県知事 ● 池田 豊人



香川県をはじめ全国各地で直面している人口減少と少子化の加速は、地域社会の活力や経済の持続性に大きな影響を与え、次世代の未来に深く関わる、極めて重要な課題です。本県では、この課題解決を図るため、みんなで子育て・挑戦できる・訪れたくなる香川をめざして、「人生100年時代のフロンティア県」の実現に向けて挑戦を続けています。

まず、減少する出生数を反転させるため、「少子化局面打開パッケージ」として、結婚・出産・子育ての各段階に切れ目なく寄り添う支援策を総合的に展開し、若い世代が安心して家庭を持ち、子育てに取り組める環境づくりに努めています。例えば、出会いの機会の創出など結婚支援の強化をはじめ、妊娠・出産や子育てに伴う経済的負担の軽減、保育士の人材確保および業務環境の改善支援による保育の質の向上、本県独自の取り組みである「かがわ子育てステーション」の利用促進による子育て拠点の充実、さらに柔軟な働き方を推進する企業への支援を行っています。また、男性の育児休業取得促進など、家庭と仕事の両立を支える取り組みも着実に進めており、子育て世帯が安心して暮らせる香川を目指しています。

加えて、新たな人の流れを創出するため、移住・定住の促進にも取り組んでいます。香川県には温暖な気候、豊かな自然、瀬戸内の美しい景観があり、こうした地域の魅力発信とともに、都市部からの移住希望者や若者のUターン・Iターン希望者に向けて、仕事や住まいの情報提供、移住支援金の交付、地域コミュニティへのサポート体制の充実など、多角的な施策を展開しています。

地域経済の成長・発展も、県政の重要な柱です。物価高騰や人手不足等の影響を受ける県内事業者への支援をはじめ、新たな産業の創出にも力を入れています。とりわけ、企業の海外生産拠点の国内回帰や地方拠点整備の

機運を好機と捉え、本県独自の「せとうち企業誘致100プラン」を推進し、魅力ある企業の誘致と新たな雇用の創出、AI技術の活用、地域産業の成長を後押ししているほか、香川発スタートアップなどの支援にも注力し、次世代の担い手が夢を持ち、挑戦できる環境づくりを進めています。

観光分野においても、香川県が持つ観光資源の魅力を最大限に発揮し、交流人口拡大を図っています。特に、「讃岐うどん」の認知度は非常に高く、全国に「うどん県」として親しまれ、多くの観光客を惹きつけています。加えて、今春オープンした県立アリーナ「あなぶきアリーナ香川」では多様なイベントが開催され、県内外から多くの来場者が訪れ、にぎわいを見せています。さらに、来年3月には「かがわマラソン」の初開催も予定されており、ボランティア募集などを通じて地域住民の皆さまと一体となって地域を盛り上げる機会となっています。

また、「海の復権」をテーマに2010年から3年ごとに開催し、今年で6回目を迎えた「瀬戸内国際芸術祭2025」は、過去最大の17エリアで様々な作品の展示やプロジェクトを展開しています。アートが持つ力で地域の活力を取り戻し、再生を目指す取り組みは、国際的にも注目を集めています。

こうした取り組みの根幹にあるのは、地域社会・地域住民の活力です。地域それぞれの強みや特色を生かしたまちづくりを支援することが県全体の活性化につながっていくものであります。そこで、今年度から新たに、県に市町の地域課題に共に対応していく「市町連携グループ」を設置し、市町とのより緊密な連携を推進しており、持続可能な地域社会の実現を目指しています。

これからも、県民一人ひとりが安心して暮らし、誇りを持って香川県であるために、地域の声を大切にし、時代の変化に対応した政策を推進してまいります。

生涯現役社会の意義と展望

— 地域人財として高齢者を活かすために —



ニッセイ基礎研究所
ジェロントロジー推進室 上席研究員

● 前田 展弘

はじめに

「生涯現役社会」の必要性、重要性がますます増している。本格的な高齢化が進む日本の未来は、高齢者が約4割を占める「高齢者4割社会」であり、現在の少子化の動向が大きく変わらないうりはその社会が常態化していく。都道府県別に見ても、例えば2045年の高齢化率は、全ての都道府県が3割を超えるなか、5割を超えていく地域も現れる見通しである。人口減少下で相対的に増えていく高齢者がどのような日々をおくれるのか、その姿は地域の様相を大きく左右していくことになる。当然、地域の中で活き活きと活躍し続けられることが本人にとっても地域にとっても望ましいことは言うまでもない。しかし、実際はどうであろうか。本稿では、地域（自治体）の視点に立って、生涯現役社会づくりに必要な取り組み視点について述べてみたい。

なお、生涯現役社会と記することは、高齢まで働かなければならないということを主張するものではない。あくまで本人が望む就労や地域活動等を通じて活躍し続けられる社会を意図している。

生涯現役社会の意義

社会・地域・個人の視点から

まず「生涯現役社会」の意義について改めて確認しておこう。

社会全体では、人口減少に伴う労働力としての期待が最も大きいのが、健康な高齢者が増えることによる医療介護コスト軽減の可能性、また就労する高齢者が増えることによる納税額の増加、また年金制度（賦課方式）が象徴する社会の支え合いのバランスの是正といった観点からも、高齢者の活躍が期待される場所である。

地域（自治体）にとっても、前記のことは共通する。ただ、地域を支える人財の確保という観点からはより重要なテーマであり、同時に深刻

筆者プロフィール

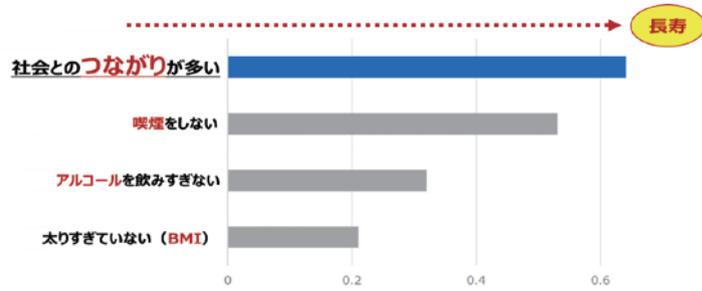
前田 展弘 氏（まえだ・のぶひろ）

1971年生まれ。1994年早稲田大学商学部卒業。2004年よりニッセイ基礎研究所。2009年より東京大学高齢社会総合研究機構客員研究員。厚生労働省「生涯現役地域づくり普及促進事業委員（委員長）」等も兼任。専門はジェロントロジー（老年学、高齢社会総合研究学）。高齢者の生活課題の解決、とりわけ高齢者の就労問題（生涯現役社会の実現）をライフワークとして取り組む。主な著書に「東大がつくった高齢社会の教科書」（2017年）等がある。

な課題であるとも言える。自治体および地方公共団体の総職員数は1994年（328万人）から2022年（280万人）にかけて15%減少してきている（厚生労働省「令和5年版厚生労働白書」）。中心となつて地域を支える人財が減少傾向にあるということだ。「地域の生活環境に対する不安」を聞いた内閣府の調査（2020年）でも、「地域の担い手の減少」が最も回答が多い。さらに、2021年からの「70歳までの就業確保措置（努力義務）」施行を背景に、企業における雇用延長の機運が高まることで、定年を経て地域に参加

し協力できる高齢者は高年齢化し、その数も減少していく可能性もある。企業と地域との間で「人材の奪い合い」が生じていくようなことが懸念される。だからこそ、一人でも多くの高齢者が地域の中で活躍できるように、できれば地域課題の解決に貢献いただけるような仕組みを整えていくことが必要であろう。

そして、生涯現役社会の実現は何よりも一人ひとりの個人にとって必要であることを強調したい。人生100年時代という言葉が喧伝けんでんされ定着してきているが、65歳で定年を迎えても、実に30〜40年にも及ぶ長い人生が期待できる可能性がある。その間を「より良く」最期まで生きていくには、健康やお金のこと、また生きがいがある暮らしができるか、ということが重要である。このことは同時に将来に向けた大きな不安要素でもある。その不安の解消に最も効果的なことが、生涯現役として活躍し続けられることと考える。多くの既往研究からも、高齢期にも人と社会とつながり活動を継続できることが、フレイルや認知症の予防にも効果的であり、健康長寿の実現のために重要な要素であることがわかつている。また約1500本の長寿に関する研究結果を分析した海外の研究でも、「社会とのつながりの種類と量が多い」ということが最も寿命を延ばす要素であるとされる。これは喫煙や飲酒、肥満の予防よりも影響が大きいということである(図表1)。また、資産が枯渇する、いわゆる長生きリスクに関しても、就労を継続できる場合は、最大の生活保障になる。そして、人と社会とつながり続けることは、孤立予防になると同時にそのつながりを通じて生きが



※上記は死亡率との関係性を示している。数値が1に近づくほど(大きいほど)長生きできる傾向にある。
資料: Holt-Lunstad J, Smith TB, Layton JB. Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. Plos Medicine 2010; 7 (7): e1000316. 論文より筆者作成
図表1: 長生きにつながる要因(世界の長寿科学研究148本から明らかにした結果)

いを見いだせることも期待される。以上のように、高齢者にとって活躍できる場、人とつながれる場を長く維持できることは、安心して豊かな長寿の実現に大きく寄与することである。

なお、国が策定する「高齢社会対策大綱」(同大綱は「政府の推進する高齢社会対策の中長期にわたる基本的かつ総合的な指針」、2024年に6年ぶり5回目の改訂を実施)でも、国が目指すべき未来の高齢社会のあり方として三つの社会(柱)の実現を提示しているが、その第一の柱が「生涯現役社会の実現」である。

〔高齢社会対策大綱(2024年9月閣議決定)が目指す三つの社会(柱)〕
①年齢に関わりなく希望に応じて活躍し続けられ

る経済社会の構築↓「生涯現役社会」の実現
②一人暮らしの高齢者の増加等の環境変化に適切に対応し、多世代が共に安心して暮らせる社会の構築↓「地域共生社会」の実現
③加齢に伴う身体機能・認知機能の変化に対応したきめ細かな施策展開・社会システムの構築↓「認知症フレンドリー社会」の実現

◆◆◆
高齢者の就労等の実態と課題
「解消されない「定年後の空洞化問題」

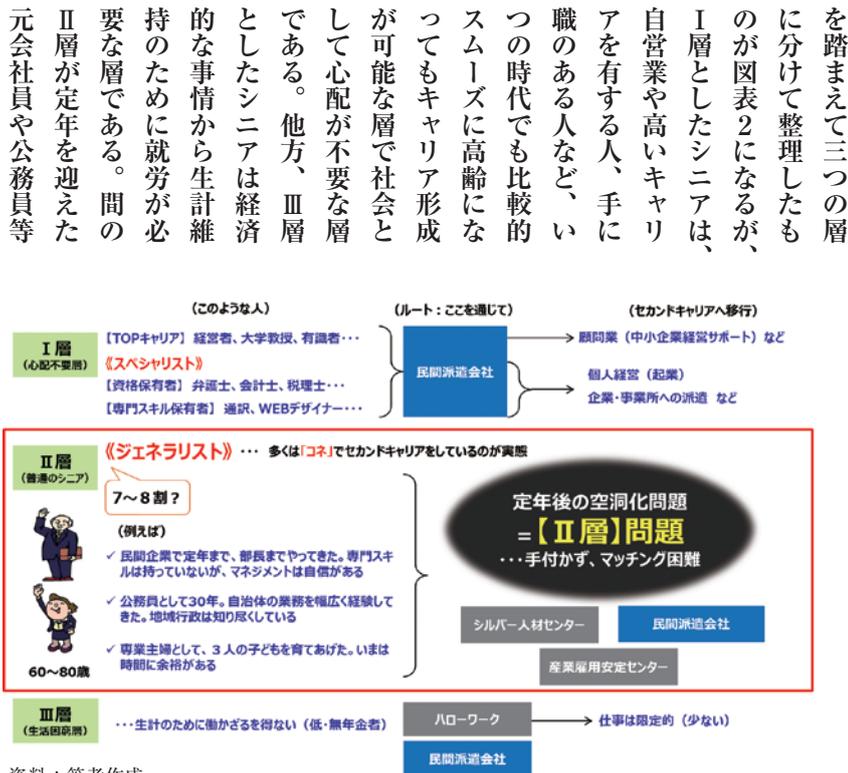
そうした生涯現役社会づくりは進んでいるのだろうか。実態を確認しておこう。

総務省の「労働力調査」結果などから、働く(働ける)高齢者の数および率は近年上昇傾向であることが確認できる。これは雇用延長に向けた政策効果や、何よりも人手不足の波が高齢者を対象とした雇用市場にも及んでいるためと考えられる。このように就労という形で活躍できる高齢者が増えることは前述した趣旨からも喜ばしいと思える一方で、まだまだ物足りない。

高齢者の運動能力を経年的に調べた研究結果を見ると、ここ10年の間だけでも体力的に10歳くらい若返っていることが確認できる。例えば、今の75歳は10年前の65歳と同じ体力があるということである。このように体力的に若返っている高齢者が増えてきているものの、2024年の65〜69歳の就業率は53・6%、70〜74歳では35・1%である。まだまだ社会の中の活躍が期待できる65〜69歳の約半数、70〜74歳の6割強の人は就労していない状況である。もちろん全ての人が就労する

必要はないものの、社会（地域）からすれば、貴重な人材が活かされていない。もったいない。状態が続いていると言える。こうした状況を「定年後の空洞化問題」と称して、これまで全国各地の状況を10年以上見てきているが、この問題は依然として解決できていない。

この「定年後の空洞化問題」をもう少し掘り下げて見ていくと、これはII層シニアと称するいわゆる普通のシニアが直面している問題と見ることが出来る。そもそも高齢者は多様であるなか、就労との関係においても、その人の経験やキャリア、経済環境等によって状況は区々となる。そのことを踏まえて三つの層に分けて整理したものが図表2になるが、I層としたシニアは、自営業や高いキャリアを有する人、手に職のある人など、いつの時代でも比較的にスムーズに高齢になってもキャリア形成が可能な層で社会として心配が不要な層である。他方、III層としたシニアは経済的な事情から生計維持のために就労が必要な層である。間のII層が定年を迎えた元会社社員や公務員等



資料：筆者作成
図表2：層別に見た高齢者と就労との関係（定年後の空洞化問題の洞察）

	両方している	仕事だけしている		地域活動だけしている		いずれもしていない		もったいない
		仕事○	地域活動○	仕事×	地域活動×	仕事○	地域活動○	
(人)	(人)	地域活動○	地域活動×	地域活動○	地域活動×	地域活動○	地域活動×	(%)
合計	3000	10.6	23.6	17.4	47.5	0.3	0.7	
男性	1644	12.8	28.9	11.9	45.7	0.2	0.5	
女性	1356	7.9	17.1	24.2	49.7	0.3	0.8	
I層 男性	408	16.7	23.3	18.1	41.2	0.5	0.2	
I層 女性	258	12.4	17.8	29.5	39.5	0.4	0.4	
II層 男性	780	13.2	29.1	11.9	44.9	0.3	0.6	
II層 女性	720	7.6	14.0	26.1	51.1	0.4	0.7	
III層 男性	456	8.6	33.6	6.1	51.1	0.0	0.7	
III層 女性	378	5.3	22.5	16.9	54.0	0.0	1.3	

資料：筆者作成
図表3：就労と地域活動の実施状況（全国65～74歳男女、3000名）

Q.これから「働くこと」についてどのように考えているか（SA）

	合計	経済的な理由から何としても働きたい	自分のできそう		面白そうなのに、やりがいがある		働きたくても、健康等の問題から働くことができない		経済的に働く必要がない		仕事以外のこと（ボランティア等）に時間を費やしたい		その他
			自分のできそう	面白そうなのに、やりがいがある	働きたくても、健康等の問題から働くことができない	経済的に働く必要がない	仕事以外のこと（ボランティア等）に時間を費やしたい						
合計	1948	2.3%	15.0%	14.4%	16.2%	31.9%	17.4%	2.8%					
I層	420	0.0%	8.6%	14.8%	6.4%	48.1%	20.5%	1.7%					
II層	999	1.4%	15.4%	15.3%	16.4%	31.2%	17.3%	2.9%					
III層	529	5.9%	19.3%	12.5%	23.4%	20.4%	15.1%	3.4%					
男性	946	3.0%	14.3%	17.8%	16.6%	32.0%	14.2%	2.1%					
女性	1002	1.7%	15.6%	11.3%	15.8%	31.8%	20.5%	3.4%					
I層/男性	242	0.0%	9.9%	18.2%	5.0%	50.0%	15.3%	1.7%					
I層/女性	178	0.0%	6.7%	10.1%	8.4%	45.5%	27.5%	1.7%					
II層/男性	443	2.2%	16.0%	20.3%	17.8%	26.7%	14.6%	2.3%					
II層/女性	556	0.7%	14.9%	11.4%	15.3%	34.9%	19.5%	3.4%					
III層/男性	261	6.9%	15.7%	13.0%	25.3%	24.5%	12.3%	2.3%					
III層/女性	268	4.8%	22.8%	11.9%	21.7%	16.4%	17.9%	4.5%					

資料：筆者作成
図表4：今後の就労に関する意向（現在働いていない人の回答）

の方々であり、この層が大多数を占める。このII層のシニアが、定年後に活躍の場を見いだせない空洞化問題に直面しており、この層に対する何らかの働きかけや支援が必要と考える。なお、図表3・4は、全国の65～74歳男女3000名を対象に、属性的要件と経済的要件を味付けしてI～III層に分けた上で、当該層の実態や意識等を筆者が定量的に調査した結果である（2023年）。就労と地域活動を行っているかどうかを聞いた結果では、仕事も地域活動も行っている人は10・6%、仕事だけしている人は23・6%、地域活動だけ行っている人は17・4%、いずれもしていない人は47・5%、もったいない

ていない人は47・5%であった。先ほどの就業率に関することと重複するが、約半数がいずれの活動も行っていないということは、社会（地域）として、もったいない。状況を招いてしまっている。また、就労意欲に関して、現在働いていない人がこれから働くことについてどのように考えているかを聞いた結果を見ると、太枠（赤枠）の部分に注目いただきたいが、「自分にできそうなこと」「面白そうなこと」なら働いてもいいと回答した人が約3割、「経済的に働く必要がない」が約3割を占めている。後者に関しては、働く必

要はないと回答されているが、働くことの健康や生きがい面での効果を知れば、就労への意欲が高まる可能性もある。そのことも含めて、これらの6割の層は社会（地域）の側からの働きかけや支援次第では、新たな活躍の場につながる可能性があるとと思われる。定年後の空洞化問題の介入対象であり、効果が期待できる人たちである。

◆ ◆ ◆ 自治体としての新たな取り組みの視点 ↳ 地域人材養成プラットフォームの創設を

では、地域（自治体）として、特にⅡ層シニアに対して、どのような取り組みが求められるのか考えてみる。まず、これまで多くのⅡ層シニアの方々と接してきた経験から当該層の意識とニーズ（特に就労に関して）をまとめると次のようなことが言える。

定年後、多くの自由な時間があり、体力的にも支障もないため、「何かをしたい」と考えている。ただ、現役当初と同じような仕事や働き方（フルタイム等）は望んでいない。現役当時は勤める会社等で会社のために懸命に働いてきたが、定年後はどちらかと言えば、人のため社会のため^①に貢献できるようなことがしたい。自分が役立てる、感謝されるような仕事をしたい。またマイペースで無理なく働けること、楽しみがある仕事が見たい、といったことである。これらの意識とニーズを踏まえると、公共サービス、介護・福祉、子育て・教育等の「公共性・地域性」が高い仕事が見られる傾向にあることだ（図表5）。

このことを踏まえて何をすべきか。結論としては「シニアの活躍の場を拡げ、マッチングを推進

するプラットフォーム」というべき地域の新たなインフラ（組織）を整備することを提案したい。

地域（自治体）では、就労支援の関係はシルバー人材センターがある。地域活動の支援は社会福祉協議会や自治体内部に担当する部署があるということ、これ以上の取り組みは不要と考えられていたかもしれないが、この組織は就労や地域活動のニーズを一元的に受け止めて、その場に誘う機能を有するプラットフォームといったイメージである。このような組織はあるようでないのが実態ではないだろうか。この点、国の政策としては、厚生労働省の生涯現役地域づくり環境整備事業や、内閣府の多世代参画による地域活力プラットフォーム構築調査事業がこの趣旨と近似した事業を展開している。いずれも大変期待される事業（施策）であるが、まだ取り組み中のところも多く、成果が待たれる段階である。

こうしたプラットフォームが構築されたうえで、さらに期待したいことがある。それは地域で活躍する「地域人材」を養成することである。前述のとおり、特にⅡ層シニアは公共性・地域性の高い仕事（活躍の場）を求めている。そうした多くの高齢者に地域のために活躍してもらえ、地域としても歓迎なことであろう。とりわけ前述した高齢社会対策大綱の二つ目、三つ目の柱である「地域共生社会」や「認知症フレンドリー社会」の実現に資する活動を高齢者が行えれば、地域にとっては一石三鳥とも言えることである。具体的には、プラットフォームが主体となって、地域人材を養成することを目的とした「ライフデザインセンター、地域人材養成センター（いずれも

【Ⅱ層シニアの特徴・実態】
 まだまだ活躍できる、“何かをしたい”（が見つけられない）
 <主なニーズ>
 ① **自分が役立てる、感謝される仕事!**
 - 働く（稼ぐ）<協力する、貢献する!>
 - 企業・組織のため<人のため、社会のため!>
 - 単純労働は好まない
 ② **マイペースで無理なく働ける仕事!**
 - 短日・短時間、体力的負荷が少ない
 ③ **楽しみがある仕事!**
 - 職場が、仕事、仕事を通じた何かがある
 ④ **その他**
 - 自宅のそばで活躍場所・居場所を見つきたい
 - 経験を活かせる
 - 時々ワーク、イベント仕事、これだけ仕事、スポットワーク等

開拓・拡大が望まれる仕事（公共性・地域性の高い仕事）
 ⇒ 公共サービス、介護・福祉、子育て・教育・・・等

資料：筆者作成

図表5：Ⅱ層シニアの特徴と実態

仮称）」といった「シニア向けの地域の学校」を創設し運営することが実効性ある取り組みと考える。いきなり新たな就労や活躍の場に出ることに對して、やや及び腰になってしまう高齢者も少なくない。まず学びという場で知識をつける、地域を知る、そして関係者ともつながりをつくった上で、自分にあつた活躍の場に進むことがよりスムーズである。これは筆者がこれまで行ってきたいくつかの地域づくりの経験からも実感していることである。まさに「学校」という場（機能）が、高齢者の活躍を支援する上で有効である。

福祉の問題で相談等したいときは地域包括支援センター等があるように、これからの生き方を相談したいときにはこの学校がある、という地域はとても素晴らしいと思う。雑駁な提案ではあるが、高齢者が年齢に関わらず活躍できる生涯現役社会（地域）を築くために、それぞれの地域で新たな取り組みが広がっていくことを希望する次第である。

「ゆる元」で地域をまるごと元気に —高齢ボランティアが同世代に運動指導—



NPO法人ソーシャルビジネス推進センター理事長 ● 上田 知行

土台となった「まる元」

私たちのNPOは、北海道全域で地域をまるごと元気にしようと、「ゆる元」というしくみの普及に努めています。ゆる元は、地域の元気な高齢者に安心して運動指導のボランティアに参加していただき、できるだけ多くの高齢者に安全に運動する機会を提供しようとするプログラムです。このプログラムの誕生と普及には、「まる元」という先行するいわば「土台」が必要でした。ゆる元を紹介する前に、まる元について簡単に説明したいと思います。

北海道は日本の約22%の面積を占め、人口は全国の5%程度です。人口は札幌圏に集中し、それ以外の地域での過疎化が深刻となっています。高齢化率は北海道全体では約33%ですが、特に過疎地域では40〜50%に達する自治体も存在しています。さらに積雪寒冷の期間は、積雪や凍結路面などによって外出するには高い体力が求められるた

め、体力の低い高齢者の方々は外に出る機会や意欲が減退します。このように過疎化と高齢化がもたらす北海道の多くの地域に対して、私たちは、地域の高齢者の方々の体力と認知機能を維持向上することが必要と考え、介護予防と認知症予防で地域をまるごと元気にしようという取り組み「地域まるごと元気アッププログラム」（略称・まる元）を2010年に旧産炭地の赤平市で始めました。この取り組みは、NPO法人ソーシャルビジネス推進センターとコープさっぽろ、北翔大学の3者連携協定で行われています。

平均80歳、1600名が参加

まる元の取り組みは、高齢者の体力維持や向上に必要な運動を提供する「まる元運動教室」が柱となっています。地域の高齢者で心身の虚弱化（フレイル）が心配な方や、いつまでも元気に暮らしたいと希望する方に、運



＊まる元、事業のスキーム

動指導の専門家である健康運動指導士が、参加者に見合った適切な運動を指導します。毎週行われる、まる元運動教室の標準プログラムは、①頭と体を運動させる認知機能の維持に有効な脳トレ②自宅でも実施できる関節保護のための筋力トレーニング③転倒しにくい歩行やバランスにつながる機能的体操④参加者同士の交流や意欲を向上するレクリエーション——で構成されています。どの参加者も初めのうちは慣れない運動に戸惑いながらも、どんどん心と体が元気になり、お友達もできて、まる元運動教室が1週間の予定の中心になっていとお話しされます。つえを突きながら通われている参加者で、膝がよくなりつえを忘れて帰られたということもありました。まる元運動教室は2025年4月の時点で北海道の27の自治体で採用され、1600名以上の方が参加し

ています。参加者の平均年齢は80・6歳で最高齢は99歳になります。

「まる元ゆるやか版」を考案

まる元運動教室は、1クラスの定員を25名としています。フレイルが気になる方に、安全で安心できて効果のあがる運動を提供するためです。実施地域は、過疎化し高齢化している自治体がほとんどですが、定員があるのでその地域のすべての方に運動を提供できません。そこで私たちは、2016年にまる元運動教室で元気になり社会活動が活発になった参加者の方や、地域のボランティアさんに向けて、まる元運動教室の内容をより安全に安心して実施できる体操として「ゆるゆるでできるまる元体操」（略称・ゆる元体操）と、その指導者養成カリキュラムを開発しました。

ゆる元体操は、ひとりでもできる6種類の体操「ひとりゆる元」と、仲間に触れ合ったり協調したりして一緒に楽しみながらできる6種類の体操「なかよしゆる元」の2種類から構成され、すべて椅子に座ったままで行うことができます。DVDテキストも作成し、DVDを再生しながら行うと、それぞれ10〜12分程度の時間です。例えば運動を目的としないサロン活動などの集まりの時に、少しの時間で頭や体を動かすことができます。

指導者認定講座を開設

安全性を高めたゆる元体操ですが、それぞれの体操で気をつけたいことや、やり方を知らずにD

V Dを再生したのでは、思わぬトラブルが起きかねません。DVDを再生せずとも参加者の様子を確かめながら、ゆる元体操を正確に実施できるリーダーを養成する指導者認定講座を初級・中級・上級とそろえました。初級指導者は、ゆる元体操を構成する各体操を正しく安全に指導できることを到達目標とします。中級指導者は、初級指導者が体操指導を30回程度経験した者とし、ゆる元体操をより楽しく普及させるアイデアを提案できることを目標とします。上級指導者は普及を決定した中級指導者とし、ゆる元体操を地域で普及するための計画を立案できることとしています。それぞれ認定講座を受講したあとに認定試験を受験し、合格したら北翔大学の学長から認定証が付与され、ソーシャルビジネス推進センターから指導用ビブスが貸与されます。

「ゆる元体操」指導者の活動

ゆる元体操指導者をサポートするために、いくつかの工夫がなされています。まず、指導者には、自治体の社会福祉協議会や地域包括支援センターに登録して「ボランティア保険」に加入していただきます。また、養成講座は原則として、まる元運動教室の採用自治体で行われます。これは、まる元運動教室で指導を担当している健康運動指導士が活動面の助言をしたり、フォローアップ研修を行ったりできるようにするためです。ボランティアで指導する中で、指導上の悩みや困りご

とが

高齢者を指導者に「まる元ゆるやか版」＝「ゆる元」

ゆる元体操のご紹介

「ゆる元体操」は、おひとりでも仲間と一緒にでも楽しめる体操です。「ひとりゆる元」と「なかよしゆる元」の2つの内容で構成されており、それぞれ10〜15分にまとまっています。椅子に座ったままで行ないますので、どなたでも安全に取り組むことができます。簡単にできるものから、少し複雑で考えながら行うものまで、頭と体を十分に動かす内容として、以下の3つが目標です。

- ① いつまでも、しっかりと自分の足で歩くことができる活動的なカラダにすることができるように。
- ② 楽しいとうれしいと感じられ、四季の移り変わりを感ぜられるココロにすることができるように。
- ③ 大切なことを考え、必要なことを憶え、間違いない判断ができるアタマにすることができるように。

「ゆる元体操」指導者認定講座

安全に実施できる「ゆる元体操」をより多くの方に実践していただけるよう、北翔大学が「ゆる元指導者認定」講座を行います。正しく安全に指導を実施することができる「初級指導者」、より楽しく運動を普及させるアイデアを提案できる「中級指導者」、地域で普及させるための計画立案ができる「上級指導者」の認定講座となります。

2日間6時間の講座（免除規定あり）と実技テストにより、北翔大学が認定証を発行し、NPOがビブスを貸与します。認定された指導者は、地域包括支援センターやボランティアセンターなどに登録し、自治体と連携しながら安心して活動することができます。

「ゆる元体操」指導者制度は、高齢住民に運動習慣を広く普及させる効果と、介護予防活動への積極的な参加の道を元気な高齢者に広げる効果をダブルに持つものです。



活躍が期待されるソーシャルキャピタル
 ・介護予防サポーター
 ・民生委員
 ・地元高校のボランティア部
 ・「まる元」参加者
 ・介護福祉士等の専門職員
 ・住民有志など

多く出てくることを想定して、指導者を支援する体制を作っておくことが必要です。また、ご近所のサロンのゆる元体操のボランティア指導者が、サロンでフレイルが気になる方を自分自身が参加している、まる元運動教室に紹介してケアしたケースもありました。

これまで初級指導者を938名、中級指導者を88名養成してきました。今後、地域における支え合いはますます大切になると予想されます。私たちは、まる元運動教室とゆる元体操で、助け合い支えあう精神である「社会関係資本（ソーシャルキャピタル）」を醸成する活動を広範囲に広げていきたいと考えています。

ゆる元体操と認定制度

シニアが活躍する「おしごと」を日本中へ —働きたい高齢者に活躍の場を提供—



株式会社ジーバー代表取締役社長 ● 永野 健太

◆◆◆ ジーバーFOODとは？

日本は今、世界で最も高齢化の進む「超高齢国家」です。高齢化率は向こう40年高まり続けると推測されています。その結果、地域には様々な問題が併発しています。たとえば働き手不足の問題。リクルート社によると、2040年には日本中で1100万人の働き手が不足するようになる

と予想されています。他方、少子化の勢いは加速し続けています。2024年の我が国の出生数は、初めて70万人を下回りました。かつては大勢の若者で高齢者を支えていた社会構造でしたが、1人の若者が1人の高齢者を支えなければいけない時代に、もうすぐ突入していこうとしているのです。

そんな中、私たち株式会社ジーバーは、2022年から「ジーバーFOOD」という事業に取り組んできました。ジーバーFOODは、「ジーバーちゃんちゃん」の頭文字と「食(FOOD)」

を掛け合わせてつけた事業の名称で、シニア世代が「食」の作り手となって地域に美味しい料理を提供していく事業として、宮城県仙台市から始まりました。現時点(2025年9月1日時点)までに、宮城県内3拠点で160名以上のシニアの活躍を創出しています。

ジーバーFOODの目的は、高齢者を「支えられる」存在から「支える」存在へと変えていくこと。少し言葉を変えると、誰もが何歳になっても役割を持って人生を全うできる「おしごと」を地域に創出していくことです。

人が働きたいと思う目的の一つではありません。特にシニア世代に特化してみると、働きたい目的は若い世代と大きく異なることがわかります。実際にジーバーFOODに参加しているシニアアメンバーに対して「なぜ、この活動に参加しているのですか?」というアンケートをとったところ、一番多かった回答が「心身の健康のため」、その次に「やりがいを得るため」、次いで「仲間にあうため」という順番でした。「最低限の収入

を得るため」と答えた方は全体の10%程度でした。私たちは、このようなシニアのニーズをかなえる「おしごと」を全国各地で創出するために、ジーバーFOOD事業を日本中へ拡大展開していきます。

◆◆◆ 独自の「おしごと組合」モデル

私たちは、ジーバーFOODを持続可能に運営していくために独自のユニークな仕組みを作りました。題して「おしごと組合」モデルです。漢字の「仕事(≡労働)」が「嫌なことでも我慢してお金のために働く」ことだとすると、ひらがなの「おしごと」は「好きなことや得意なことを通じて、誰かの役に立ち、ありがとうの言葉と一緒に報酬を受け取る」という定義をしています。この、ひらがなの「おしごと」をするための「組合」を地域のシニアが集まって共同出資によって立ち上げ、この組合が主体となってジーバーFOODを運営していきます。

そのため、シニアの報酬は時間給のような考え方ではなく、利益の分配です。仲間と協力してあげた売り上げから経費を差し引いた利益を、平等に分配していく考え方に基づいて利益を個人に配当しています。この仕組みによって「この歳になつてまでセカセカ働きたくない」と思うシニアや、「自分たちのペースで楽しく活動を続けていきたい」と思うシニアにとって、居心地のよい環境を作りながらも、経済活動として持続可能にすることが実現できています。



シニアの活動風景



食堂で提供している一汁一菜のおにぎり定食



自治体や若者世代と関われるきっかけに

地元企業や自治体と連携

とはいえ、地域のシニアだけで全てが完結するかというところではありません。ジーバーFODの基本スタイルである「食堂」を運営するためには、厨房設備や客席を兼ね備えた食堂という「場」が必要になります。また、シニア世代には家庭料理を通じた調理経験が豊富な方はたくさんいる一方で、食堂の運営経験がある方は希少です。そのため、食材の発注や在庫の管理、売り上げ・経費の管理や原価計算など、バックオフィスの業務は苦手な傾向があります。

この「場」を作るといふ部分と、バックオフィスを担うという部分を地元の「パートナー企業」に担ってもらう仕組みを作りました。パートナー企業には、「場」の作り方やバックオフィス業務に必要なシステム等をジーバー本部から提供し、

必要に応じて地元自治体と連携しながらスムーズな運営がしていけるような立ち上げサポートを行っています。2025年9月1日時点で、18社のパートナー企業が誕生しており、業種は不動産業、建設業、介護福祉業、薬局業など多岐にわたります。

ジーバー「おしごと」の目指す未来

内閣府の「高齢社会白書（2024年版）」によると、現在仕事をしている60歳以上のうち90%以上が、高齢期になっても働き続けたいという回答をしています。一方で、そのニーズに応えられるような環境、仕組み、キッカケが圧倒的に不足しているのが現状です。

私たちは、ジーバーFOD事業をシニアが会社とつながっていく「あくまで第一歩」だと考えており、これによって培ってきたノウハウや仕組み

みを今後はより深掘りすると同時に広く多角的に展開していきます。具体的には、ジーバーFODのポテンシャルを最大限に発揮することが一つです。日本の地方における「食」は世界に誇る文化です。この価値を最大限に伝えるためには地元の「手料理」の担い手が必須です。ここを地元のシニアが担い、域外から来る観光客などに提供することで、その地方の価値をより多くの人へ伝えていけるキッカケになると思っています。

もう一つは「おしごとプラットフォーム」の構築です。地域のシニアが持つ経験や知恵をしっかりと引き出し、プロフィールのデータベースを作成。そこにAIを活用して、地域の「おしごと」とマッチングしていくサービスを構築中です。このように、私たちが拡大展開していく事業を通じて、日本中のシニアが当たり前のようになり、人生の最期まで役割を持つようになり、人生を明るく全うしていく未来を作っていきたいと思っています。

生涯学習プログラム「いつでも青春キャンパス」

—シニア大学生がキャンパスライフ満喫—



秋田県立大学企画・広報本部広報・渉外チームリーダー 高橋 徹也

・佐藤 琢麻

◆◆◆ 高齢化先進県の高い教育マインド

本学は65歳以上の方を「シニア大学生」として1年間受け入れ、若い学生と一緒に学習や研究、課外活動に取り組む生涯学習プログラム「いつでも青春キャンパス」を展開し、今年で3年目を迎えました。本事業に取り組み始めた経緯や背景、シニア大学生のキャンパスライフの様子を少し紹介します。

秋田県の人口に占める65歳以上の割合を示す高齢化率は、今年7月時点で初めて4割を超えました。これは、全国平均を大きく上回っており、日本全体の未来の姿を映していると言えます。秋田県は、この大きな課題に直面しており、高齢者が生涯にわたって社会と関わる「生涯現役」社会の推進や、地域コミュニティの再構築といった、未来に向けた挑戦の必要性が叫ばれています。こうした社会課題に直面する秋田県にあって、地域に深く根差し、その課題解決を使命とする秋

田県立大学が果たす役割は何か？ 大学の広報を担当して5年目、コロナ禍で活動できない日々、自問自答を繰り返していました。

一方、秋田県は、文部科学省が実施する全国学力・学習状況調査で、長年にわたり全国トップクラスの成績を維持しています。これは、義務教育の段階で少人数学級の推進や家庭学習が習慣化しているためと言われます。このように、子どもたちの教育に熱心な県民性が、高齢者になっても「学び続けること」の重要性を自然と育んでいる点もあり、年齢を問わず知的好奇心を大切にする県民性とも言えます。

◆◆◆ 学びたいときに学べる環境を

本学の図書館は、地域に開かれた「知の拠点」として、市民の皆様にも利用いただいております。中でも、熱心に学習に取り組むシニア層の姿がよく見られます。「いつも勉強熱心ですねー！」私は思い切って話しかけてみました。すると、「こん

な素晴らしい環境で学べる若い学生がうらやましい」「若い学生と交流してみたい」「研究室や実験室を少し見せてほしい」と数えきれないほどの反応がありました。そのときにひらめいたのです。高齢者が生きがいをもってイキイキと暮らすためには、学びたいときに「いつでも」学べる環境が絶対必要だ！こんなに立派な教育資源があるのに閉じていてはもったいない！と。

圧倒的な地域密着性で高い購読率を誇る地元新聞社との共同実施という形式で、いつでも青春キャンパスを開校する運びとなりました。ただし、65歳以上であれば、誰でも入学できるわけではありません。受験生としてのリアルを体験させるために、「入学試験」を行います。科目は、国語と理科の学力検査、時事問題、それと個別面接です。学力検査は中学校の教科書レベルの基本的な事項を問う問題を用意し、一定期間、受験勉強に励んでいただきます。試験当日は、受験票を握りしめ、緊張した表情で試験に挑んでいます。個別面接では、大学側が圧倒されるくらいの意欲と熱意が伝わります。志願者の多くは、学び直しを理由としています。中には当時、経済的・家庭的な事情で進学を断念した方もいらっしゃいます。こうして大学への強い憧れと羨望のまなざしを胸に、念願のキャンパスライフをスタートさせます。

◆◆◆ 若者と共に研究やサークル活動

入学前に授業の概要、研究の進め方、サークル活動、大学施設の利用の仕方などオリエンテーシ



白衣を着用し顕微鏡をのぞくシニア学生



教員や学生のサポートのもと研究に励むシニア学生

シニア大学生にとって、卒業発表はまさに学生生活の集大成です。濃密な1年間の学びの全てをわずか10分間のプレゼンに凝縮し、教職員や家族を前に発表します。私にとっても、自分の親と同世代のシニア大学生を1年間見守り続け、その成長を実感する瞬間です。「夢のような学生生活だった」「かけがえのない経験」「若返った」など、思い思いの感想が聞かれます。卒業するシニア大学生に贈る言葉としては、卒業はゴールではなく新たなスタートだということ。秋田県立大学で学んだことをヒントに、次のステップに向け行動するキッカケであってほしいということです。何かを始めるのに遅すぎることはありません！ 地域や家庭でも、学びの輪を大きく広げてほしいと心から願っています。

ヨンをを行い、自分の健康状態や体力、学ぶ意欲に応じて自由に学生生活をコーディネートします。そして入学後、すぐに授業が始まります。1コマ90分の授業は「少し長いかな」と私が心配になり講義室をのぞくと、最前列に陣取り、積極的にノートをとったり発言したりする姿が見られます。また、作物栽培実習では、家庭菜園が趣味のシニア大学生も多く、若い学生を指導する頼もしい姿もあります。

何ととっても大学の醍醐味は研究です。研究テーマの例は次のとおりです。

- ・発酵食品利用を目指した野生酵母探索
- ・ハーブのリラクゼーション効果と分析
- ・自分好みのおいしいコーヒーの条件
- ・豪雪地域における積雪センシングの研究

・カメムシ忌避剤の開発

自身が気になるテーマで、自由な発想で教員の指導や学生のサポートのもとに研究します。人生においては「後輩」である若い学生が、キャンパスでは「先輩」となります。シニア大学生たちは、その経験を尊重し、真摯な姿勢で彼らから学びを得ています。また若い学生もシニア大学生の豊かな人生経験を尊敬し、多くのことを学び取り、単に学友というだけでなく、かけがえのない存在となっています。

また、サークル活動にも積極的に参加し、アカペラやアンサンブル、茶道、和楽器、そして箏燈など、多種多様なサークルに所属し、大学祭など



アンサンブルサークル発表会



学園祭で納豆汁とコーヒーの模擬店を出展

で練習の成果を披露するなど若い学生たちとの交流を存分に楽しんでいます。

◆ ◆ ◆
何かを始めるのに遅すぎることはない

アクティブ・シニアが輝き続ける場を — ICTを軸に多様な地域貢献 —



NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 代表 ● 戸倉 冬樹

◆◆◆ 新たなシニア像を模索しながら

1999年、東京・三鷹に暮らす慶應義塾大学のOB・OGたちが交わした、ある小さな会話からすべては始まりました。社会で培った知識や経験を地域のために活かしたい——その想いが共鳴を呼び、やがて任意団体が立ち上がり、翌2000年、NPO法人としての第一歩を踏み出しました。21世紀の新しいシニア像を模索しながら、「地域で生きる」「地域に活かされる」ことの意味を、実践を通じて形にしてきた25年です。

ちょうど団塊の世代が定年退職を迎える時期とも重なり、ビジネスの最前線で活躍してきた人々が地域に戻り始めていました。「これからは、誰かの役に立つ時間を生きたい」。そんな願いを抱いたアクティブ・シニアたちが次々と集い、活動の輪は広がっていきました。現在の会員は三鷹市をはじめ、調布市、小金井市、国分寺市などに居住する30代から90代の約80名です。



発足当時のメンバー

立ち上がり当初には当時の森喜朗首相がパソコン講習の視察に来られたり、2003年には「日経地域情報化大賞」を受賞したりするなど、全国から注目を集めました。

活動の核となったのは、ICT(情報通信技術)

◆◆◆ 知的資源の循環拠点

を基軸とした地域貢献です。パソコンの基本操作に始まり、スマートフォンやタブレットの活用講座へと発展。三鷹市をはじめ、行政や教育機関、民間団体との連携を通じて、地域に根差した学びと支援の場をつくり上げてきました。会員たちは、自らの技術や知見、人脈という「知的資産」を活かしながら、年齢に縛られない多様な「働き方」「つながり方」を体現しています。

事業の展開も多岐にわたります。市役所内のPCヘルプデスク、三鷹市民向けデジタル商品券アプリの活用支援、地域SNSの運営、iPadを使った脳トレ講座、小中学校の家庭緑化活動、そして三鷹市の学校安全推進員「スクールエンジェルス」として、市立15小学校で児童の見守り業務による貢献。多世代をつなぐ活動は、地域における豊かな価値を生み出し続けています。また、東京都と三鷹市の助成金で運営してい



スクールエンジェルの活動



デジ活講習会で講師を務める会員



360度カメラでVRコンテンツを制作



VR講習の様子

そして2025年、設立から四半世紀という節目を迎え、私たちは今、次の時代に向けた新たな挑戦へと舵を切っています。70歳定年が現実となりつつある今、団塊の世代が会員活動の一線を退くなかで、持続可能な組織づくりと担い手の確保は喫緊の課題です。

◆◆◆ 2025年、新たな挑戦

る、おおむね55歳からの無料職業紹介所「わくわくサポート」を通じての就労支援にも力を注ぎ、シニアと地域を結ぶマッチングシステム「いきいきプラス」で簡単な依頼や交流会、講演会を展開。いきいきプラスの会員数は3000名(会費無料)を超え、まさに地域における「知的資源の循環拠点」として存在感を高めています。

事業展開だけではなく、趣味の通じ合う仲間との交流やちょっとした会話ができるサロンの運営なども行ってきました。

技術の進化に応じて、活動も常に進化しています。かつてのPC講座に始まり、スマホ・タブレットへ、そして今では「プログラミングの教育支援」、今後は「生成AI」や「VR」といった先端技術を活用した新たな教育支援へと歩みを進めています。

画像生成AIを活かした脳トレ支援、プログラミング教育、デジタルリテラシーの向上を目指す講座など、テクノロジーの力を味方にし、聞いただけでワクワクするような「子供からシニアのI

◆◆◆ 技術にに応じて活動も進化

それでも、「現役のうちから地域貢献したい方、定年後も新たな挑戦がしたい」というアクティブ・シニアの存在は、私たちにとって大きな希望です。豊富な経験と意欲を持つ彼らが、第二の人生で再び輝ける場づくりを、これからも提供し続けていきます。

CTサポートや生涯学習支援の場を「広げていきたい」と考えます。

◆◆◆
かけがえのない財産を次世代に

この25年で私たちが培ってきたものは、事業の成果だけではありません。共に汗を流し、知恵を出し合い、笑顔を分かち合ってきた時間そのものが、かけがえのない財産です。その財産を次世代につなぎ、さらに豊かな地域社会を築くことが、今の私たちに託された使命だと考えています。

これからも、「シニアが主役」となる地域づくりの最前線で、挑戦を続けます。「自分の経験が、誰かの役に立つ」。そんな実感を得られる場を、一人でも多くの人へ届けること——それが、シニアSOHO普及サロン・三鷹の変わらぬ願いです。

25年の歩みを胸に、未来への新たな一歩を踏み出します。

シニア専門人材を企業にマッチング

―相談から紹介までワンストップ支援―



富山県人材活躍推進センター・
とやまシニア専門人材バンク所長

・遠藤 博伸

人生100年時代と言われています。退職後もこれまで培われた経験や取得された資格をもとに、新しい仕事を見つけて生き生きとした生活を送ってみませんか―。

という問い合わせが寄せられています。

「感染症も下火になったのでそろそろ働きに出よう」「生きがい・やりがい・仲間づくりをしたい」「もう少しだけ収入を得たい」などと考えて職を探すシニアも多いのですが、最近、企業の人手不足感が高まってきている気がします。本県の有効求人倍率は高く(7月は全国第4位)なっていますが、足元ではすでに常用労働者数の減少期を迎え、シニアが大きな戦力になると考えられます。

◆◆◆ 全国初のシニア特化一体事業

「とやまシニア専門人材バンク」(以下「バンク」)は、専門性や豊富な経験を有し、職を求めている概ね55歳以上の方とこれらの人材を求める企業とのマッチングを支援するため、富山県と厚生労働省富山労働局・ハローワークが共同で設置している公的機関です。平成24年10月1日に富山市内にオープンし、令和6年度の就職率は72・5%(登録者847名に対し614名が就職)に上っています。

富山県はもともと高齢化率が高く、生産年齢人口の減少やこれに伴う雇用のミスマッチが予想されました。また、定年制の延長・撤廃の動きがあり、高齢者雇用や高齢者の活用・生きがいづくりが求められるなど産業政策と雇用政策等が課題でした。このため、専門的知識・技術等を有し、就業に意欲的な高齢者とこれらの人材を求める企業を対象に国と県が役割分担をして、全国初となる

シニアに特化した一体的事業を実施することになりました。

◆◆◆ 国と県が役割分担

バンクでの国と県の役割については、国は職業相談、職業紹介、就職決定、求人開拓、就職支援セミナーの開催、求人情報の提供などを担当。一方、県はバンクの窓口受け付け、新規登録手続き(求職者登録、企業登録、求人登録)、一般相談(窓口、電話、メール)、WEB対応、普及啓発広報、関係団体との連携などを受け持ちます。

また、実施運営体制は現在、国が就職支援ナビゲータ(2名)、職業相談員(1名)に対し、県は所長・総合相談員(1名)、普及員(1名)、広報普及員(2名)の計7名となっています。

◆◆◆ ハローワークと一体の支援

利用者にとってバンクを利用するメリットは、次のように整理できます。まず、バンク内に設けているハローワークと一体となった職業相談や紹介がワンストップで受けられること、シニア専門の相談員により就職できるまで支援が受けられることが挙げられます。また、バンク内のハローワークを通じて企業に紹介するため、求職者も企業も面接日程等の調整が容易です。

バンクに登録したシニア人材情報は個人情報保護した上で、インターネットで登録企業に公開されています。求職者はIDとパスワードを使って企業情報や求人情報を検索・閲覧ができ、求人



連日、求職者が訪れるシニア専門人材バンク



パンフレットやチラシ類



バンク内での相談の様子



就職支援セミナー

情報にリクエスト（「応募したい」という意思表示）することができます。また、求職者に対して登録企業（8月末で2228社）からリクエスト（「応募しませんか」というお勧め）が来る可能性があります。

さらに、公的年金、社会保障制度、再就職の方法などについて説明が受けられる求職者支援セミナー

ナーに参加できる利点があります。

バンクでは登録者の勤務条件や技能・経験を踏まえた職場や自身のライフワークに適した職場を選べます。また、相談ではシニア層の就職活動に対する不安や情報不足の解消、再就職に関する情報提供とノウハウ不足への対応、応募書類の添削・面接対策、リスキリング・職業訓練の案内等を行っています。

◆◆◆ 指導者や若手のメンターにも

一方、シニアを雇用する側のメリットとして、シニア人材は、豊かな人生経験と豊富な人脈を持ち、高度な技能やスキルの蓄積がある即戦力として若手の指導者・メンターになれることを挙げる企業担当者がいます。

反面、健康・体力面での不安や、新しい物事への順応性・柔軟性の乏しさ、プライドが邪魔して

若い人の中に溶け込めないなどのデメリットを指摘する声があります。また、暑熱環境や重量物取り扱い等の職場環境改善、情報機器の対応、健康状態の把握など雇用の際にはハード面とソフト面に注意が必要です。

◆◆◆ シニアと共生した地域振興を

バンク運営上の課題も見えてきました。一つは、事務所が富山市にあるため、求職・求人とも富山市が中心になること。また、定年制の延長・撤廃により、バンクへの登録や就職相談に来所される求職者がますます高齢化してきていることも挙げられます。一定の就職率を達成し続けなければ、一体型事業の取り組みが維持できないことも懸案です。

今後、社会ではAIやDXの活用が進みますが、企業では新卒者の確保が一層難しくなっています。地域ではエッセンシャルワーカーが不足し、隙間の仕事や日々の小規模な仕事はかえって増えていくのではないのでしょうか。世界的には日本のシニアの就職率は圧倒的に高いのですが、シニアの雇用は今後も進むと推測されます。常用労働者数の減少をカバーするには女性、外国人、DXでの効率化等が考えられますが、私はシニアの活用が最も効果的な解決策だと感じています。現役の頃とは違った多様な働き方と職場以外での様々な活動とバランスがとれた生活を志向するシニアが増えてくると思いますが、自治体はこのようなシニアと共生して地域振興を探っていく必要があると考えています。

シルバー人材が「デジタルサポーター」に —DX化で地域活動の負担軽減—



袋井市企画部デジタル政策課課長補佐兼DX推進室長

・久保田邦彦

県内でも有数の「若い」まち

袋井市は、静岡県西部に位置し、かつて東海道の宿場がありました。東海道五十三次の宿場の中では、江戸から数えても京都から数えても27番目の中間地の「どまん中」にあたります。

豊かな田園地帯や美しい茶畑が広がり、太田川や原野谷川が流れ、南には遠州灘が広がる自然環境に恵まれています。日照時間は全国でも長く、年平均気温は16度から17度と、年間を通じて快適な気候です。

2020年の国勢調査によると、市の人口は8万7864人で、高齢化率は24・3%となっております。県内でも有数の「若い」まちです。

デジタルバイド対策を推進

さて、近年、インターネットをはじめとした情報通信技術の発展に伴い、スマートフォンやタブ

レットなどのモバイル端末の普及が進み、デジタル技術は急速に進歩しています。その結果、生活のさまざまな場面で利便性を享受することが当たり前前の社会になっています。

一方で、デジタルを活用できる人とそうでない人との格差、いわゆるデジタルバイドが社会課題となっており、「誰一人取り残さない、人に優しいデジタル化」が求められています。

DX（デジタル・トランスフォーメーション）推進の必要性が高まる中、本市でもデジタルの活用により地域全体でさまざまな課題を解決するため、2023年12月に「第1次袋井市デジタル推進計画」を策定しました。

計画では、「みんながデジタルを使いこなし、笑顔で豊かな生活を実感できる『デジタルチャレンジシテイふくろい』」をスローガンに掲げ、デジタルを積極的に活用する姿勢とともに、主要施策の一つにデジタルバイド対策を位置づけ、推進しています。

市のデジタル活用サービス

市では、これまでにデジタルを活用したさまざまなサービスを提供しています。

例えば、市内で行われるイベントや同報無線の内容、災害時の緊急情報をメールやLINEで配信する情報サービス「メローねっと」、市内公共施設の空き状況の確認や予約ができる「袋井市公共施設予約システム」、歩くことでポイントを貯められるだけでなく、体温や体重、睡眠時間などの日々の体調管理にも利用できる「#2961（ふくろい）ウォーク」などがあります。コロナ禍を経て、さらにデジタル活用が進んでいます。

官・民・地域連携でスマホ講座

市が2023年に18歳以上の市民3000人を対象に実施した市民意識調査では、70歳代以上の約6割の方が日常生活の中でインターネットを利用していないという結果が示されました。

このように、デジタルを使っていない方がまだ相当数いる現状において、デジタルの利便性を理解し、実感していただくことが非常に重要であると考えています。

市では、2022年9月に袋井・森地域シルバー人材センターや隣接する森町、通信キャリアのNTTドコモ、NTTコミュニケーションズと「地域におけるデジタル活用推進に向けたパートナーシップ協定」を締結して以来、官・民・地域が連携して地域住民を対象としたスマートフォン

講座（スマホ講座）などのデジタル活用支援に取り組んでいます。

講師はシルバー会員

この取り組みでは、地域の高齢者等にスマートフォン操作方法を教えられるよう、シルバー人材センターの会員を「デジタルサポーター」として育成しました。

2023年12月時点で24名のデジタルサポーターが、地域のスマホ教室などと連携し、コミュニティセンターを会場としたスマホ講座をはじめ、自治会や農業委員会の役員に対してタブレットなどの操作支援を行っています。

講座に参加された方は、スマートフォンの基本操作に加え、「メローねっと」など市が提供する



スマホ講座の様子

袋井市のデジタル活用支援の取り組み①



サービスや、LINE、YouTubeなど利用頻度の高いアプリの使い方も学び、LINEではグループを作って連絡を取り合うなどしています。最近では、ゲームも講座に取り入れていています。また、自治会では、タブレットを活用し、市の事務局との連絡手段を電話からチャットに切り替えたほか、役員の会議や地域への配布資料をペーパーレス化するなど、地域活動を担う方々の負担軽減にも努めています。

袋井市のデジタル活用支援の取り組み②



このように、地域でデジタルを使う人が増えることで生活の利便性が高まり、自治会をはじめとする地域活動の負担軽減に資するとともに、シルバー人材センター側では、新たな雇用創出にもつながっています。今後も、市民の意見を伺いながら、内容のリニューアルを重ね、講座終了後も日常的に利用され、デジタルの利便性を実感できるよう努めます。

誰もが安心して暮らせる「ええまち」へ —「プロジェクト」が描く地域包括ケアの未来—



大阪府福祉部高齢介護室介護支援課 課長補佐 ● 吉田 夏子

◆◆◆ 地域包括ケアの必要性と現状

大阪府では、2040年に向けて急速な人口構造の変化が進行しています。すでに生産年齢人口は減少が進行しており、高齢者人口はピークを迎えようとしています。単独世帯や高齢夫婦のみの世帯が増加する中、介護サービスの需要は高まる一方で、地域コミュニティの担い手不足が深刻化しており、従来の地縁に基づく支え合いの仕組みは、機能しづらくなっています。

こうした状況を踏まえ、2015年に施行された改正介護保険法では、住み慣れた地域で尊厳を持って生活できる社会の実現に向けて、市町村や都道府県が医療・介護・予防・住まい・生活支援を包括的に確保する「地域包括ケアシステム」を構築することとなっています。

地域で高齢者の在宅生活を支えるためには、介護保険制度によるサービスに加え、市町村独自事業や民間市場、地域の支え合い、自助など多様な

資源を把握した上で、保険外サービスの活用を促進することが求められています。そのため、互助を基本とした生活支援・介護予防サービスの創出に向けた積極的な取り組みが、今まさに重要となっています。

◆◆◆ 多様な主体が連携

こうした課題に対応するため、大阪府が推進する「大阪ええまちプロジェクト」（以下「プロジェクト」）は、若者からシニアまで多様な主体が連携し、地域包括ケアシステムの構築をめざす取り組みです。地域団体、企業、行政、住民が一体となり、誰もが安心して暮らせる「ええまち」づくりを進めています。

◆◆◆ プロボノワーカーと先輩団体が支援

プロジェクトの柱の一つが「プロジェクト型支援」です。これは、企業などで培った経験やスキ



プロボノワーカーと地域団体（ほっとらいふ）のプロジェクト進行風景

で、団体の運営基盤強化に寄与する支援を行っています。2024年度末時点で124件の支援を実施しています。

また、「個別相談型支援」では、府内で先進的な活動を展開するNPO法人などの「先輩団体」が、地域団体の悩みに寄り添い、電話や訪問を通じて随時アドバイスをしています。経験に裏打ちされた支援が、次世代の団体の力となっています。

○支援事例Ⅱ地域団体「ほっとらいふ」の取り組み
移動支援や日常生活の困りごと支援、憩いの場の提供などを行う「ほっとらいふ」では、活動立ち上げから現在の運営に至るまでの工夫を棚卸しし、新たな担い手へのノウハウ伝達や、他地域団体の参考となるマニュアル作成に取り組みました。

「ほっとらいふ」の利用者さんからは、次のような声が寄せられています。

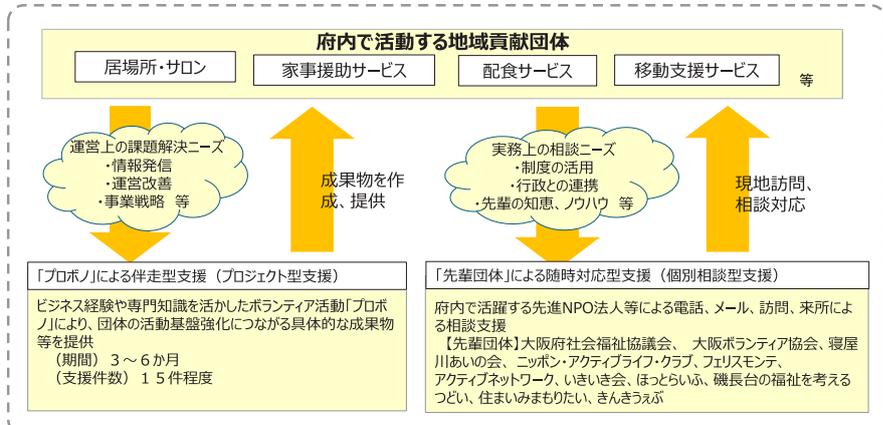
「スーパーなどの買い物にも利用させていただいています。以前は将来のことを思うと不安でいっぱいでしたが、今は安心して生活できることに感謝しています」「食品の買い物が楽になり助か

大阪ええまちプロジェクトにおける地域団体への直接的支援 ～ 住民主体型サービスの創出支援 ～



大阪ええまち

- 「大阪ええまちプロジェクト」は、若手からシニアまでオール大阪で住民主体（支え合い）による地域包括ケアシステムの構築を目指すプロジェクトです。
- 住民主体で活動する地域団体の課題に応じて、①プロボノ（仕事上で得た知識や経験、技能を社会貢献のため提供するボランティア）を活用した「プロジェクト型支援」や、②府内で活躍する先進NPO法人等（先輩団体）による「随時個別相談型支援」をマッチングすることで、運営上の悩みを具体的に解決していきます。



っています。さまざまな催しも楽しみにしています。住み心地のよい町になってきました」
マニユアルが広がることで、他地域でもこのようなニーズを持つ方への支援が増えることにつながります。

情報発信と交流の場づくり

プロジェクトでは、地域団体の活動を広く発信



多様な主体が参加する「大交流会」

行政担当者、地域団体、企業人などが一堂に会する「大交流会」も開催しています。高齢者支援や居場所づくり、多世代交流など、地域の多様な取り組みを共有し、活動の始め方や進め方を学び合う場となっています。

活動の広がりや継続的な支援の必要性

プロジェクトの成果は着実に広がっています。支援を受けた地域団体の約7割が、利用者数の増加やスタッフ確保など、運営基盤の強化につながったと回答しています。さらに、約半数が他団体への紹介意向を示しており、約9割が支援の継続を希望しています。

プロボノワーカーに関しても、9割以上が高齢化といった社会的課題や地域活動への関心が高まったと回答しています。これにより、自身の住む地域での活動に参加するようになったり、支援終

了後も支援先団体との継続的な関係を築いたりするプロボノワーカーも多くおり、面的な波及効果が生まれています。

地域づくりの新たなステージへ

プロジェクトは、地域団体の支援にとどまらず、活動のノウハウをマニュアル化し、他地域への展開を図っています。「大阪ええまちものがたり」などの冊子を通じて、事例研究やエッセンスの共有を進め、地域づくりの新たな仕組みづくりにも取り組んでいます。

また、オンラインイベントの対面への見直しや、地域団体支援の現場見学などを通じて、関係者同士の直接的な交流の機会にも取り組んでいます。中間支援団体や民間企業との連携も強化し、地域貢献活動を担う企業の参画も進めています。

未来の「ええまち」へ向けて

高齢化や人口減少という社会的課題に対して、地域の力を結集し、持続可能な支え合いの仕組みを築いていくことができます。プロジェクトを通して、地域団体、プロボノワーカー、行政、企業、住民など、多様な主体がそれぞれの立場で力を発揮しながら、誰もが元気に暮らせるまちづくりを応援していますので、ぜひ、多くの皆さまにこの取り組みに関心を持っていただき、共に「ええまち」づくりに参加していただければ幸いです。

高齢者が無理なく守る地域農業

「モットーは「愉快に、仲良く、朗らかに」



農事組合法人三原やまびこ代表理事 ● 岩井 清

シシトウを年10トン収穫

三原村は高知県西南の高原地帯に位置し、周囲を450〜850メートルの山々に囲まれた山村です。この地でシシトウを生産する農事組合法人三原やまびこは、平成28年11月に25人の組合員が各1万円を出資して設立されました。行政の全額補助で設置した広さ20アールのビニールハウスの所有者は村で、組合が低廉なレンタル料(年21万6000円)で利用しており、経営的に大きな助けとなっています。シシトウを850本植栽し、年間収量約10トン、平均売上額は1500万円となっており、地元の高齢者が「愉快に、仲良く、朗らかに」をモットーに作業に励んでいます。

高齢者に適した作物

この事業は「限界集落の解消」を目指し、県と村が行政主導型の地域おこしのため、平成27年11

月に「三原村集落活動センター」を発足させたことから始まりました。センターは①特産品販売促進部②移住促進部③店舗部④福祉支援部⑤生産部⑥観光部——で構成されています。

私はJAのOBとして生産部に所属しましたが、高齢化率が45%を超え、過疎化が進む中で、地域の農業を活性化しながら村の持続可能な発展を支えるという課題を簡単に解決できる状況ではありませんでした。

一方で、村には元気な高齢者がたくさんいるため、「ふるさとに何か恩返しができないか」と考え、少額でも収入を得られ、健康維持にも役立つ農産物栽培によって地域活性化を図ることを目標に計画を進めました。シシトウを選んだのは、県内でも生産量が多い上、年間を通して価格が安定し、販売もJAに全量委託でき、経営面からも優れた作物で安心できることが大きな要因です。

シシトウ栽培は3月に定植し、5月から12月末まで収穫できます。毎日作業があるため毎日稼げ、「危険でなく」「作業がきつくなく」「きれいな



シシトウを栽培するビニールハウス

な作業」のため、高齢者にとって最適な作物でもあります。

農事組合法人発足当時の組合員の平均年齢は70代前半でしたが、現在は78・9歳になりました。80歳未満8人、80〜85歳6人の計14人が日常業務に参加。残りの方は、超多忙な時期のみ作業を応援してもらっています。

一心同体の誇れる組織に

今、振り返ると、スタート時点では多くの苦勞がありました。慣れない作業の連続の上、多く実る時期の作業は早朝6時から午前11時に及ぶ時も

あり、さらに収穫終了後、全員で荷造りに取り掛かります。JA規格にそろえる荷造りは大変な作業で、長時間労働になったこともしばしばありました。時には、夜間の作業になりましたが、それでも終わられないことがたびたびありました。

数年前から栽培方法にも改善を図り、棚方式に変更しました。それにより過繁茂が避けられすっきりした圃場となりました。また、収穫が楽になった上、日当たりが良くなって品質が向上し、収穫量も一段と上昇しました。薬剤散布効果も増したと思っています。現在では、作業にも慣れ、収穫と荷づくりの一貫作業もスムーズになり、ゆとりが生じています。メンバーの絆もますます強まり、家族的な、まさに一心同体の誇れる組織になったと思います。

◆◆◆ 孫へのお小遣いに

現在、三原やまびこでは1キロの収穫で200円、1パック(約110グラム)の荷造りで20円の賃金を支払っています。時給制ではなく出来高払いなので、体調などに応じて柔軟に働くことができます。決算により、利益の半分は組合の準備金に積み立て(現在積立金500万円)、残りの半分は稼ぎに連動して配当金で支払っています。

月収は多い人は8万〜9万円、少ない人は6万円ぐらいいと、やや差があります。平等ではなく、作業量によって差があることが「かえって気楽でいい」と組合員の皆さま



収穫したシシトウをパック詰め



組合のみんなで観光旅行



訪れた尾崎正直知事(当時、前列左から2人目)と記念写真

んは言います。賃金は先月の実績により翌月早々に現金で支払います。ここから孫やひ孫にお小遣いをあげられるとみんな大喜びです。多く支払える時は、私も経営を担当する代表理事として一段とうれしく感じます。過去にはある組合員が、念願のエアコンを「シシトウで働いたお金で設置できました」と喜んで報告に来た時には、私自身もうれしくて涙が出ました。

◆◆◆ 新品種にも挑戦

組合では、「一日観光」で紅葉を見に行ったりミカン狩りに行ったりと、毎年みんなで行事を楽しんでいます。県知事が激励のため3回も訪問されたり、地元紙にも取り組みを何回か掲載してもらったりするなど、組合にエールをいただきま

した。

7年目には予想外の成果で、累計売上高が1億円を突破。村長や県の出先の指導者にも参列してもらい、祝賀会を開催しました。人材不足が社会問題化していますが、新規参入希望者がたくさんおり、組織は心配なく運営しています。昨年からは県推奨のまったく辛みがない品種の栽培に取り組んでいるほか、地元小中学校の給食への無償提供も、大変好評です。

残された大きな課題が、代表理事を務める私の後継者へのバトンタッチです。また、昨年はまれに見る暑さによる高温障害で収穫量の低下があり、売り上げ、収益ともに大きな影響を受けました。今年も酷暑ですので、指導機関の下、万全な肥培管理により高温障害が出ないように取り組んでいます。

地域貢献学ぶ「生涯現役夢追塾」

―シニアが社会を動かす時代へ―



北九州市生涯現役夢追塾 事務局 ● 芳賀 眞理子

北九州市は、全国の政令指定都市の中で最も高齢化率が高い都市です。人口の3分の1を超えるシニア世代が暮らす我が市では、医療や介護だけでなく、地域コミュニティの維持や担い手不足など、さまざまな課題が顕在化しています。

しかし、この状況を単なる「課題」としてではなく、新たな社会的資源と捉え、変革の原動力にする取り組みをしています。それが「生涯現役夢追塾」です。

◆◆◆ 20年の歩みと変化する学び

生涯現役夢追塾は、50歳以上のシニアが持つ豊かな知識・経験・人脈を地域貢献へつなげる人材を育成するため、2006年に北九州市の事業としてスタートしました。今年で20年目を迎え、これまで500名以上が学び、卒業後の塾生は地域で多彩な活動を展開しています。

創設当初は団塊世代が中心で、定年退職後の新たな地域の担い手としての人材育成でしたが、20

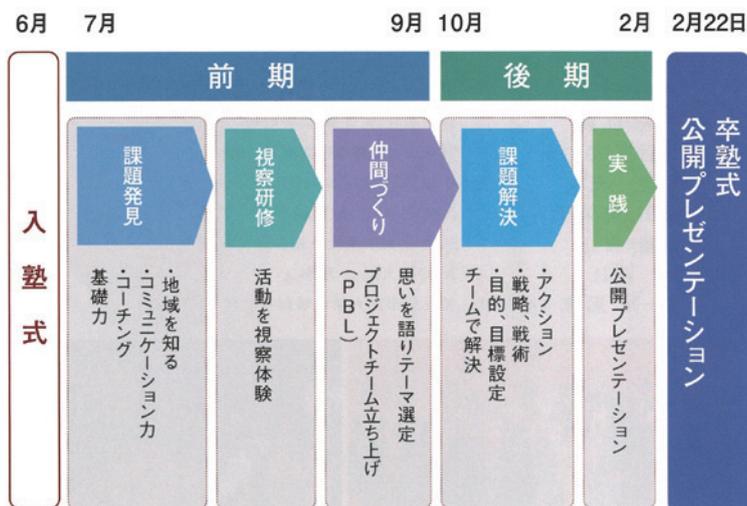
期となる今期は「団塊ジュニア世代」が多数を占め、平均年齢は55歳。学び方や関心の領域も変化し、DX活用や多世代交流など、時代に即した内容も加えながら進化しています。

生涯現役夢追塾のカリキュラムは、1年間で1コマ90分の約30コマです。前期で型を覚え、後期で実践します。主に①アクティブ・ラーニング（AL）②コミュニティ・オーガナイズング（C O）③プロジェクト・ベースド・ラーニング（PBL）――の3本柱で、塾生が主役の「眠れない90分」で構成しています。

アクティブ・ラーニングの講座では、ゲストスピーカーの話題提供をきっかけに、塾生同士が議論し、発表し、全員で共有します。立場や役職にとらわれないフラットな関係での対話を通じ、リーダーシップとフォローシップの双方を磨きます。

コミュニティ・オーガナイズングでは、一般市民が社会を変えていくためにどのように仲間をつくっていくかというハーバード大学の手法をベー

年間スケジュール



スとして体系的に学びます。自身の思いを語る「夢語り」から始まり、チーム編成・構築・戦略立案・巻き込み力・実行力を育成します。ここで言う仲間づくりとは、同じ課題を抱えた仲間同士が一人ひとりの力を持ち寄り、社会を良くしようとする手法です。

一方、プロジェクト・ベースド・ラーニングでは、実際に地域課題解決プロジェクトを立ち上げ、成功や失敗を経験しながら力を高めます。心理的安全性が担保されているこの場では、「今ここでどれだけ失敗するかが成長につながる」として、すべてを学びとします。後半15回はまさに実践編です。その学びの集大成として最終講座では



「えんたくん」(円卓)を使い、フラットな立場で議論



第19期卒業生の皆さん



今期の塾生と
大学生との対話

公開プレゼンテーションとして一般公開します。

また、すべてのカリキュラムで必要とされる社会適応力を養うため、生涯現役夢追塾では独自モデルとして「おばちゃん力」とわかりやすい愛称を使用しています。これは、地域で生き抜くための九つの力を、親しみやすいネーミングで体系化したものです。

井戸端会議のような柔らかなコミュニケーション力や、怖いもの知らずの突破力、巻き込み力やおせっかい力など、一見親しみやすい表現の裏には、地域活動で不可欠な実践知が詰まっています。

もう一つの特徴は、多世代との関わりを重視していることです。「背中を見る人プロジェクト」では大学生が参加し、シニア世代の活動を観察・記録。お互いの価値観を知り、世代間の垣根を越えた協働を促しています。今期は、若者の価値観

を行政施策などに反映することを目的に市が設置した「Z世代課パートナーズ」も講座に参加していただいています。

◆◆◆ 卒塾から広がる地域の新しい風

卒塾後は、多彩なプロジェクトが地域で根づいています。二つの例をご紹介します。

事例① 80歳からの合唱団北九州

(第2期、常光孝一さん)

80歳以上を対象に2018年に発足しました。現在、団員142人、平均年齢86歳、最高年齢97歳です。毎週の練習が楽しみで、敬老の日コンサートは800名入る会場は満員です。仲間づくりと社会参加を両立させています。この合唱団に入ること目標に80歳を待ちわびている方もいらつ

しゃいます。

事例② 若松TERAKOYAプロジェクト

(第9期、楠稔幸さん)

「誰もが立ち寄れる縁側カフェ」を週3回運営しています。昔遊びやスマホ講座など、多世代が集う場として人気です。夢追塾で学んだコミュニケーション・オーガニングの手法を実践し、関係を構築しています。おしゃべりしながら寄り添ったスマホ講座や人気の高い昔遊びには、お子様と一緒に参加する育児ママ・パパもいらつしゃいます。

◆◆◆ 学びは終わらない 次なる挑戦へ

この多彩な卒業生たちと共に、「生涯現役夢追塾」は20年の歩みを礎に、次なるチャレンジへと進みます。

そのために、私たちは次の五つに挑戦していきます。

- ・ 持続可能な地域共創プラットフォームの確立
- ・ デジタル技術との融合による学びの進化
- ・ 地域内外ネットワークの拡大
- ・ 多様なライフステージ支援の充実
- ・ 課題発見から解決までの実践力強化

高齢化社会は「課題」であると同時に「可能性」もあります。人生100年時代において、50代以上の力は「支えられる側」から「社会を動かす側」へと変わりつつあります。私たちは今後も楽しみながら学び続け、社会との関係性を保ち、常にワクワクしながら学びの旅を歩み続けます。

高齢者の働く可能性を示す「ばあちゃんビジネス」 —得意の食、料理で収入と生きがい—



うきはの宝株式会社 代表取締役 ● 大熊 充

「高齢者が活躍する」とは

福岡県のうきは市という山々に囲まれた過疎化が進む中山間地域で、75歳以上のばあちゃんたちが働く「ばあちゃんビジネス」の会社、「うきはの宝株式会社」を2019年にスタートさせました。

自然豊かなうきは市は、もともとは主産業が農業。「フルーツ王国」とも言われ、果樹栽培が盛んな町です。わたしの故郷であり、魅力的かつ大好きな町ですが、国の平均よりも早いペースで少子高齢化が進んでおり、高齢者の独居世帯が増加している状況です。その高齢者の方々が、国民年金の受給だけでは生活が困窮し、1週間のうちに誰とも会わない、話さないといった孤立が増える現状を地域で目の当たりにしてきました。

その現状と課題を前に、働くこと（人と関わり感謝される要素）、経済活動（誰かのためになる要素）によって「生きがい」と「収入」を創り、

健康寿命の延伸や社会保障費の削減につなげていくことが必要ではないかと感じて行動に移し、事業を興しました。

「役割」があることが重要

はつきりと確信を持って言えます。何よりも高齢者であるばあちゃんたちにとって重要なのが、「役割」があることです。歳を重ね、高齢になるとは思っていないこと、高齢になっても誰かの、何かのためにやりたい、何かしたいと思っていること。今まで日々、全国各地で高齢者と接点を持ち対話を続け、共に働き続けて来たからこそ確信を持っています。

わたしたちは医療や介護の経験は一度も無く、また、その分野をやるうとはしていません。ここもはつきりと言うと、医療や介護は社会に絶対に必要なインフラですが、高齢者が全てそこに行くしかないというのはおかしいと考えています。必

要なインフラだからこそ、年々増え続ける社会保障費を減らしていき、適正なバランスにする必要があるのではないかと考えています。だからこそ、高齢者に「適度に楽しく働く」という選択肢があってもよいと思いい、高齢者を保護するのではなく、協働、協力して働くという考えの下、働く機会の創出の事業を行っています。

多世代型協働という仕組み

わたしたちは、ばあちゃんたち高齢者の得意なことや特性を活かした「食」と「料理」、ばあちゃんたちの知財に特化した商品・サービスを作り、通販やWebを駆使して収益を上げ、地域の現場では店舗運営を行っています。

そこでは「協働」が必要になります。75歳以上の高齢者だけではビジネスは成り立ちません。ビジネスサイドやマネジメント、企画やデザイン、マーケティングで若い世代がばあちゃんたちをサポートし、多世代が協力して働く「多世代型協働」という仕組みで事業を行っています。高齢者も若い世代もそれぞれの役割を持ち、働きます。

事業内容は、昔ながらの知恵や味を活かした「ばあちゃん飯」を開発・製造して通販で販売しているほか、地域のばあちゃんたちが地域の喫茶店を運営する「ばあちゃん喫茶」、全国各地のばあちゃんたちの輝く姿や活躍、先人の知見や知財、そして人生観を紹介するメディア「ばあちゃん新聞」のタブロイド紙とWeb版の発行、シニアの祭典「ばあちゃんの学校」というイベント企画・運営、また、高齢者との接点や高齢者に対す

高齢女性（おばあちゃん）の活躍の考え方



る知見、ノウハウを企業や団体、行政にシニアへのマーケティングやアドバイスとしてフィードバックすることも行っています。

直近では大手企業や行政とコラボや連携をしています。高齢者就労や高齢者の仕事の創出を加速させています。高齢者を取り巻く現状が多くは非営利や専門職、国や行政の枠組みでしか動いていなかったものを、民間で、そして「ビジネス」で、営利で行うことに意味があると思っています。

そして、当たり前で一番の特徴は、働くおばあちゃんたち高齢者を保護したり満足させたりするのではなく、お客様を喜ばせること、満足させるこ



食品製造の様子



多世代型協働

とを第一に考え、高齢者と働くことをデザインしていくことだと思っています。それがビジネスでありデザインだと考えています。

活躍する姿が偏見を払拭

事業を始めた7年前には「高齢者を働かせるなんて不謹慎だ」「強制労働をさせる気か」といった批判も受け続けてきました。当時は、高齢者が働くという概念や選択肢が無かったからこそ、不審に思われていたのかもしれない。そのような批判や偏見をひっくり返したのは、何よりも働くおばあちゃんたちスタッフが、いきいきと笑顔で輝き、活躍している姿でした。

今は日本の全国各地で、過疎化や超少子高齢化が待ったなしに進んでいて止められません。それは過疎地域に限らず、都市でも同じです。創業当

認知症や要介護でも

近年、わたしたちが一番力を入れている認知症や介護を受けていても役割があれば「働ける」「輝ける」ということを、認知症や要介護当事者と共に経営する「おばあちゃん喫茶」で示しているつもりです。2050年には日本の全人口の1割近い1200万人が、認知症と認知症予備軍になると言われています。働く当事者と共に経済活動を通じて「真の認知症共生地域や社会」を目指していきたいと考えています。

じいちゃんはどうするの？

最後になりますが、じいちゃんたちのことを忘れたわけでも除け者にしたわけでもありません。苦戦しているんです。チャレンジし続けます。

時の批判とは逆に、わたしたちの元には、年間数百件の問い合わせや相談が寄せられ、求められるようになってきました。過疎地域で生まれたおばあちゃんビジネスも、現在は福岡都市圏や全国に拠点やフランチャイズ、コンサルティングで広めています。今後もおばあちゃんたちがいるところにはどこであっても求められ続けると、確信を持って広げていっています。

高齢社会対策について

● 内閣府政策統括官(共生・共助担当) 付参事官(高齢社会対策担当)

我が国は、世界に類を見ないほどのスピードで高齢化が進んでおり、今後もさらなる高齢化の進展が見込まれている。全ての世代の人々にとって持続可能な社会を築いていくために、政府は令和6年9月に新たな「高齢社会対策大綱」を閣議決定し、同大綱に基づき新たな取り組みも開始している。

本稿では、我が国の高齢社会の現状について紹介したのち、政府の高齢社会対策の基本的な枠組みや新たな取り組みについて説明する。

我が国の高齢社会の現状

我が国の高齢化率(総人口に占める65歳以上人口の割合)は年々上昇しており、令和6(2024)年時点では29・3%となっている。また、令和7(2025)年には、いわゆる「団塊の世代」が75歳以上となる。今後の推計を見ると、2030年代後半には85歳以上人口が初めて1000万人を超え、令和22(2040)年には「団塊ジュニア世代」が65歳以上となる。65歳以上人口は2

040年代前半でピークを迎えると推計されており、それ以降、65歳以上人口は減少に転じるものの、少子化の影響等により高齢化率は引き続き上昇を続け、令和52(2070)年には38・7%に達すると見込まれている。

他方で、高齢者の健康の状況に目を向けてみると、健康寿命と平均寿命については、20年間で男女ともに3歳程度延びており、世界の65歳の疾病状況と比較すると、日本の76歳は世界の65歳以上と同等との試算も存在しており、我が国で高齢社会対策を考える際、こうした点にも留意する必要がある。

就業状況については、高齢者が活躍できる環境整備が進む中で、65歳以上の就業者数は21年連続で増加しており、令和6(2024)年には930万人で過去最多となり、年齢階級別の就業率は各年代で上昇傾向にある。就業意欲については、内閣府が実施した調査によれば、60歳以上で収入のある仕事をしている人の8割以上が70歳頃まで、またはそれ以上まで働きたいと回答している。また、仕事をする理由については、「収入のため」

と回答した割合が一番高い一方、「働くのは体によいから、老化を防ぐから」「自分の知識・能力を生かせるから」「仕事が面白いから」など、収入目的以外の理由が全体の約5割を占めており、特に70歳以上では男女ともにその割合が高い傾向にある(内閣府「令和6年度高齢社会対策総合調査(高齢者の経済生活に関する調査)」)。

就業以外の社会活動についても、近年増加傾向にあり、例えば、総務省の「令和3年社会生活基本調査」によれば、65歳以上の者のうち28・4%の方が何らかの学習活動に参加している。内閣府が実施した調査では、社会活動に参加してよかったと思うこととして、「生活に充実感ができた」など、ポジティブな受け止めが多くなっている。また、直近1年間における65歳以上の者の社会活動への参加状況と生きがいの感じ方について、何らかの活動に参加した人のうち、生きがいを「十分感じている」、または「多少感じている」と回答した者は84・6%であり、いずれの活動にも参加しなかった人を23・0ポイント上回っているという結果も出ている。他方、社会参加活動をしないう理由としては、地域において自分に合った活動が少ないと感じている割合が他の年代と比べて60代以上には多く、また、どのような活動が行われているか情報がないという点も挙げられている(内閣府「令和5年高齢社会対策総合調査(高齢者の住宅と生活環境に関する調査)」)。希望に応じて地域や社会とつながりをもちながら、高齢者が生き生きと活躍できる場の創出や地域社会活動の裾野の拡大等をいかに図っていくかという点も課題となっている。

政府の取り組み

～高齢社会対策の基本的な枠組み

我が国において高齢化が急速に進展し、国民生活に様々な影響を及ぼしている状況を踏まえ、経済社会の健全な発展および国民生活の安定向上を図ることを目的として、高齢社会対策の基本理念およびその方向性を示すことにより、高齢社会対策を総合的に推進するため、「高齢社会対策基本法」（平成7年法律第129号）が平成7年11月8日成立（同月15日公布）し、翌12月16日に施行された。同法により、政府は、政府が推進すべき高齢社会対策の指針として、基本的かつ総合的な高齢社会対策の大綱を定めるべきこと（第6条）や、内閣府に、内閣総理大臣を会長とする特別の機関である「高齢社会対策会議」を設置し、高齢社会対策の大綱の作成、対策について必要な関係行政機関相互の調整、対策に関する重要事項の審議及び対策の実施の推進を行うこととされた（第15・16条）。平成8年に最初の高齢社会対策大綱が閣議決定されて以来、経済社会情勢の変化等に対応するため、おおむね5年ごとを目途に見直しが行われており、直近では、令和6年9月に、政府は新たな「高齢社会対策大綱」を閣議決定した（図1）。

高齢社会対策大綱では、「高齢社会対策」を増加する高齢者を支えるためだけの取り組みではなく、今後、高齢者の割合がこれまで以上に大きくなっていく社会を前提として、全ての世代の人々にとって持続可能な社会を構築していくための取り組みと位置づけ、その推進に当たっての基

【概要】 高齢社会対策大綱（令和6年9月13日閣議決定）

1 大綱の目的

- 「高齢社会対策」は、高齢者を支えるための取組だけでなく、**高齢者の割合が大きくなる中で持続可能な社会を築いていくための取組。**
- 我が国は世界に類を見ないほどのスピードで高齢化が進み、今後更に進展。人口構成や社会構造の変化に伴い、**経済社会の担い手の不足。経済規模の縮小のほか、一人暮らしの高齢者の増加等のライフスタイルの変化や認知機能が低下する人の増加等**に伴う様々な影響や課題が懸念。
- 一方、我が国の**平均寿命は世界で最も高い水準となり、高齢者の体力的な若返りも指摘。65歳以上の就業者は増加し続け、意欲も高い。**

年齢によって分け隔てられることなく、若年世代から高齢世代までの全ての人々が、それぞれの状況に応じて「支える側」にも「支えられる側」にもなれる社会を目指し、全世代の人々が「超高齢社会」を構成する一員として、希望が持てる未来を切り拓いていくことが必要。

2 基本的考え方

- I **年齢に関わりなく希望に応じて活躍**し続けられる経済社会の構築
- II **一人暮らしの高齢者の増加等**の環境変化に適切に対応し、多世代が共に安心して暮らせる社会の構築
- III **加齢に伴う身体機能・認知機能の変化**に対応したきめ細かな施策展開・社会システムの構築

今後の高齢社会対策の推進に当たって

- 関係行政機関の間の緊密な連携・協力、施策相互間の十分な調整、各分野における数値目標及び参照指標の設定
- 施策の推進状況の検証・評価を踏まえ、必要な改善を行うための仕組みの構築
- 地域の企業・団体やNPO等の多様な主体との連携等により、地方公共団体における地域の特性を活かした施策の展開を後押し

（図1）

本的考え方として、①年齢に関わりなく希望に応じて活躍し続けられる経済社会の構築②一人暮らしの高齢者の増加等の環境変化に適切に対応し、多世代が共に安心して暮らせる社会の構築③加齢に伴う身体機能・認知機能の変化に対応したきめ細かな施策展開・社会システムの構築——の3点を掲げ、政府を挙げて取り組む基本的な施策を取りまとめた。

一つ目の「年齢に関わりなく希望に応じて活躍し続けられる経済社会の構築」は、個々人にとっ

てウェルビーイングの高い社会の実現につながる。とともに、少子高齢化やそれに伴う生産年齢人口の急減等の変化の中で、経済や地域社会において幅広い世代の担い手の確保を可能とし、経済社会を持続可能なものとする上で有効である。このため、高齢者の体力的な若返りや長寿化が進む中で、高齢期においても、希望に応じて、自らの知識、経験等を活かせる居場所をもち、多様な活躍の機会が得られる環境を整備していくことが必要であり、それが結果として高齢世代からの知識、経験

等の継承にもつながる。

この分野における具体的な施策としては、「年齢に関わらない活動機会の拡大」として、高齢期を見据えたスキルアップやリ・スキリングの推進、企業等における経験やスキルに基づく配置等の雇用の質の向上のための環境整備、多様な就業等の機会の提供、地域の課題解決に取り組むプラットフォームの構築といった地域社会の担い手確保のための施策（詳細は後述）、地域の身近な場やオンラインにおける学習機会の充実等を盛り込んでいる。また、「高齢社会に関するあらゆる世代の理解の促進」として、幅広い世代における加齢に関する理解の促進、高齢期のデジタル・デバイス等の解消、早い段階からの社会保障教育や金融経済教育の推進等の施策を盛り込んだ。

二つ目の「一人暮らしの高齢者の増加等の環境変化に適切に対応し、多世代が共に安心して暮らせる社会の構築」については、今後、一人暮らしの高齢者の増加等が見込まれる中で、高齢期においても地域で安全・安心に暮らせるようにすることが必要であり、経済社会の急速な変化の中で、個々人が抱える多様な複合的な課題や生活上のニーズへの対応を可能としていくために、地域社会を構成する様々な主体がそれぞれの役割を効果的に発揮できるような体制づくりや制度整備をはじめとした取り組みが不可欠である。また、幅広い世代の参画の下で地域社会づくりを行える環境を整備していくことで、地域のセーフティネット機能を高めていくことが重要である。

具体的な施策としては、地域包括ケアシステムの構築の一層の推進、介護人材の確保や介護現場

の生産性向上、仕事と介護を両立できる雇用環境の整備等の推進、身寄りのない高齢者等の支援の充実、住宅、福祉等を連携させた居住支援の充実、空き家対策の推進、地域における移動手段の確保、高齢社会の課題解決に資するAI技術の研究開発の促進等の施策を盛り込んだ。

三つ目の「加齢に伴う身体機能・認知機能の変化に対応したきめ細かな施策展開・社会システムの構築」については、加齢による身体機能・認知機能の変化は個人によって様々であるため、日常生活や社会生活における様々な影響や、それに伴う支援のニーズもまた多様であることから、高齢期をひとくくりで捉えるのではなく、従来にも増して、それぞれの置かれた状況や生活上のニーズについて解像度を上げて実態を把握し、それぞれの実態に応じた活動ができる環境整備、社会システムの構築が求められる。様々な主体による連携の下、多様な意見を丁寧に吸い上げながら、実態に基づいたきめ細かい施策の実施が求められるとともに、施策分野の壁を越えて、必要な支援等が適切かつ円滑に行われる仕組みの構築が必要となる。

具体的な施策としては、認知症施策の総合的かつ計画的な推進、身体機能・認知機能の状態にかかわらず生活しやすい環境整備、金融経済活動における認知機能が低下した人への支援強化、消費者被害の防止、認知機能の変化に応じた交通安全対策の推進、バリアフリー化の推進、高齢期の特性に配慮した防災・防犯対策等の施策を盛り込んだ。

そして、今後の高齢社会対策の推進に当たって、

関係行政機関の緊密な連携・協力を図るとともに施策相互間の十分な調整を図ること、また、地方公共団体と地域の多様な主体の密な連携による地域特性を活かした施策の展開の後押し等をするこ

◆◆◆ 新たな取り組み

多世代参画による地域社会の担い手確保

ここで、「高齢社会対策大綱」を踏まえ、内閣府が新たに取り組んでいる事業を紹介する。

社会全体で高齢化や人口減少が進展している中で、地域社会においても、高齢者の就労の長期化や女性の就業率の上昇なども背景に、担い手が減少している。他方で、厚生労働省が実施した調査では、約3割強が、地域における社会参加活動に関心を示しており、地域における社会参加活動を進めるために有効だと思ふ施策については、約4割が「簡単に社会参加活動に参加できる仕組み」、約3割が「実施されている社会参加活動内容の周知・広報」「社会参加活動を行うことのできる場の提供」と回答している（令和4年度少子高齢社会等調査検討事業「報告書」）。

このような状況等を踏まえ、高齢社会対策大綱では、「多様で複合化した社会課題に対応していくため、幅広い世代の参画の下、地方公共団体、大学等、企業・団体、NPO、地域住民等の多様な主体の連携により、地域社会の課題解決に取り組むためのプラットフォームの構築や活用を促進を図る。その一環として、幅広い世代から地域社会の担い手を確保するため、地域の仕事や社会活動、学習機会等の情報を一元的に把握でき、それ

それぞれの働き方のニーズや状況に応じて個々の業務・作業等を分担して行うモザイク型のジョブマッチングを含め、多様な活躍の機会が提供される仕組みの構築を図る」とこととされた。

なお、モザイク型のジョブマッチングとは、従来ひとりで担うものとされていた地域における「仕事」を「作業」レベルに細分化し、参加する上でのハードルを下げることも、

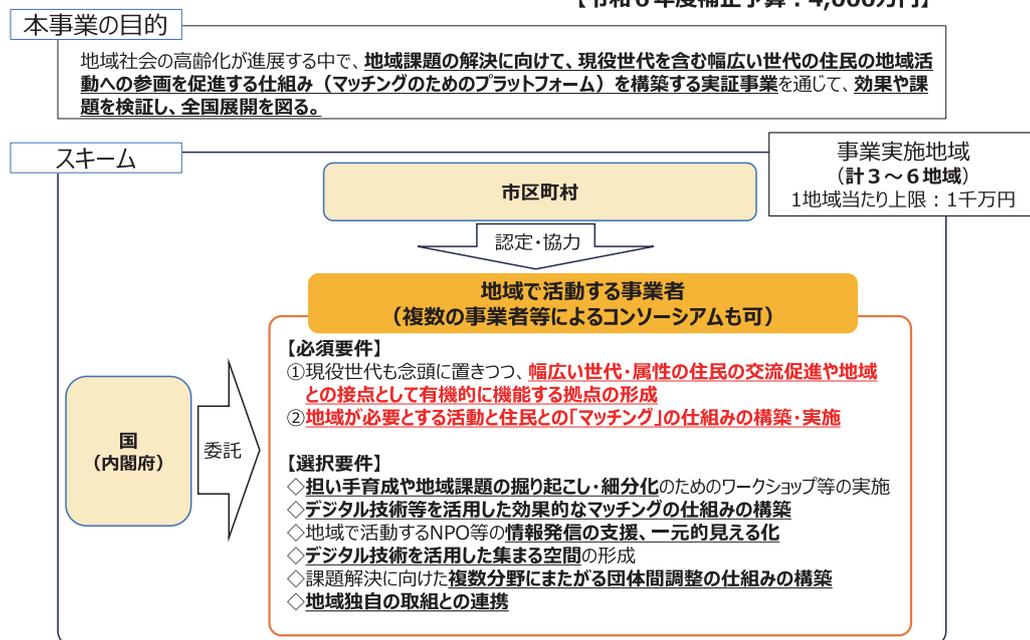
地域住民の対応力を具体的に把握した上で個々人の意欲・能力・都合等にに応じて作業と地域住民とを具体的に結びつけるものであり、こうした取り組みにより、フルタイムが困難な高齢者や子育て世代等の参加のハードルを下げるとともに、手軽さを求める現役世代のニーズにもマッチすることを目指すものである。

内閣府では、高齢社会対策大綱に盛り込まれたこうした問題意識を踏まえ、地域課題の解決に向けて、現役世代を含む幅広い世代の住民の地域活動への参画を促進するため、「多世代参画による地域活力プラットフォーム構築調査事業」を実施している(図2)。

地域が直面する課題の解決に向けては、主に福祉分野を中心に、重層型支援体制整備事業や孤独・孤立対策官民連携プラットフォームなどの取り組みが既に展開されているが、本事業の特徴は、対象とする地域課

多世代参画による地域活力プラットフォーム構築調査事業 (概要)

【令和6年度補正予算：4,000万円】



(図2)

題を限定せず、新たな地域社会の担い手の掘り起こしと、地域課題と地域社会の担い手をマッチングするプラットフォーム(仕組み)の構築にフォーカスを当てている点にある。

具体的には、地元市区町村から認定を受けたNPO等の受託事業者が主体となつて、当該市区町村の協力のもと、①現役世代も念頭に置きつつ、

幅広い世代・属性の住民の交流促進や地域との接点として有機的に機能する拠点の形成②地域が必要とする活動と住民との「マッチング」の仕組みの構築・実施——を必須事項として実施することを求めており、これらの相乗効果により地域課題の解決に向けた枠組みを構築することを目指している。現在、東京都板橋区、神奈川県横浜市、兵庫県神戸市、熊本県熊本市、宮崎県三股町の5地域を対象に、今年度末まで実証事業を実施することとしている。

内閣府では、本事業の成果や課題を整理・評価するため、「多世代参画による地域社会の担い手確保に関する検討会」を開催し、有識者の知見も踏まえつつ、市町村・NPO等の横断的な協力・連携体制の構築、現役世代など新たな地域社会の担い手の掘り起こしに向けた施策、地域課題と担い手をマッチングする効果的な施策とコーディネートの人材育成などの課題について、今後の施策展開に資する検討を行うこととしている。

終わりに

高齢者の割合が大きくなる中で、全ての世代の人々にとって持続可能な社会を築いていくために「高齢社会対策」はますます重要になっていく。年齢によって分け隔てられることなく、若年世代から高齢世代までのすべての人が、それぞれの状況に応じて、「支える側」にも「支えられる側」にもなれる社会を目指していくことが必要である。本誌を読んでおられる方々におかれては、引き続き、ご理解とご協力をお願いしたい。



学びが人を動かし、まちを変える

特定非営利活動法人シブヤ大学
代表理事

左京 泰明 氏

◎ 左京 泰明 氏プロフィール

1979年福岡県生まれ。早稲田大学卒業後、住友商事株式会社に入社。2005年に退社後、特定非営利活動法人グリーンバードを経て、2006年、特定非営利活動法人シブヤ大学を設立。東京・渋谷のまち全体をキャンパスと見立て、住民が主体的に学び合う場を提供している。

「地域づくりは人づくり」では、人材育成をテーマに全国のさまざまな方を取材し、その熱い思いや取り組みを紹介しています。今回は、誰もが参加することができる学びの場を通して、参加者の「何か」を見つけていることを支援するシブヤ大学代表理事の左京泰明さんにお話を伺いました。

「社会を動かす力」に惹かれて

「地域づくり」や「人づくり」に関心を持ったきっかけは。

最初から「地域づくり」という言葉を意識していたわけではありません。実は新卒の時点では、行政などの公的な仕事に興味がありました。父が自治体職員だったこともあり、そのような道を自然と考えていたのです。しかし、世の中を動かすためには、やはりビジネスの力が必要だと感じ、まずは民間で学ぼうと考えて商社に入社しました。

ただ、3年ほど働く中で「これからどう生きていくべきか」と悩んでいた時期がありました。その頃、ノーベル平和賞を受賞した社会起業家の話を目にし、「こうした形で社会に関わる道もあるのだ」と強く感じました。寄付ではなく、ビジネス的な手法で社会課題の解決に取り組むという考え方に大きな魅力を感じ、自らNPOを立ち上げようと決意しました。

そこで活動している人を探していた中で、当時渋谷区議であり、NPO活動にも取り組まれてい

た長谷部健さん（現渋谷区長）と出会いました。お話しする中で非常に共感する部分が多く、「一緒にやらないか」と声をかけていただきました。そこから「学びの場をどうつくるか」という話になり、シブヤ大学の構想が始動しました。

「街がキャンパス」という仕組みをゼロから

シブヤ大学では、どんな取り組みをしているのですか。

シブヤ大学には、いわゆる教室が存在しません。カフェやギャラリー、公園など、街全体を教室に見立て、さまざまな人が先生となり、互いに学び合う仕組みを採用しています。しかも、学生も先生も特別な資格は必要ありません。誰でも参加でき、誰でも教えることができます。それが非常にユニークな点です。

当初は行政の生涯学習事業として提案されましたが、前例のない仕組みであったため、区としては動きづらい部分もありました。そこで、NPOとして立ち上げ、行政と連携しながら進めるという流れになりました。

私自身、会社員時代に自主的に勉強会を開催していた経験がありました。ただ学ぶだけでなく、仲間と出会う場の重要性を強く感じていました。その経験を踏まえ、シブヤ大学も「授業」だけを提供するのではなく、人と人がつながる場を意識して構築してきました。

授業は毎月5本程度、年間で60本ほどを目安に実施しています。すべてゼロから手づくりで、企

画、広報、資金調達まで、関わるメンバーが試行錯誤を重ねながら形にしています。

― 洪谷をフィールドに社会をつくる

― なぜ、洪谷なのですか。

よく尋ねられますが、正直なところ、他の地域に展開しようと考えたことはあまりありません。洪谷というフィールドには、私たちにとって大きな意味があります。

洪谷は、情報発信力に優れています。ここで何か面白いことを行くと、他の地域にも波及していきます。だからこそ、洪谷で実践していることが、他の地域の方々に届き、参考にしていただけたらと考えています。

ただし、モデル事業としてパッケージ化し、他の地域に展開するという発想は持っていません。それぞれの土地には、それぞれのやり方があり、抱える課題や背景も異なります。私たちが取り組んでいることがヒントになれば、それで十分だと思います。



講義を聞く学生たち



田んぼでの農作業体験

洪谷という地域をつくることは、社会をつくることにもつながると考えています。地域は社会課題の最前線であり、ここで成果を出せれば、他の地域や社会全体にも意味をもたらすと信じています。

― 人生と向き合うプロセス

― 活動を続けて、学生やボランティアスタッフに変化がありましたか。

多くの変化が生まれています。授業をつくるという行為は、単なる企画ではなく、自分自身の人生と向き合うプロセスでもあります。たとえば、現在は会社員でありながら、将来的には地域に関わる仕事を志している方が、自ら会いたい人物を先生として招き授業を企画する。そうした経験が次のステップへと進むきっかけになることもあります。

ボランティアスタッフも非常に多様で、大学生からシニア世代まで幅広い層が関わっています。今年度はおよそ70人が「Stack（ストラック）」などを通じてつながり、授業の企画や運営に携わってくれています。その中で新たな仲間ができた、価値観が変化したりすることは、日常的に起きています。

特に印象に残っているのは、3歳の頃からどろんどろんぐり拾いの授業に参加していた子どもが、現在ではその授業を運営するNPOの一員となっているという話です。活動を長年続けているからこそ見える変化であり、人が変わるといえるのは一瞬ではなく、このような積み重ねによって実現するのだ

と感じています。

― きっかけをつくる、それが人づくり

― 左京さんにとって「地域づくり」「人づくり」とは。

「人づくり」や「地域づくり」という言葉は、時に「誰かを変える」という印象を与えることがあります。しかし、私自身はそうした考えをおこがましく感じています。人や地域を「つくる」などということはできないと考えています。

けれども、誰かが何かに出会い、自ら変わる「きっかけ」をつくることは可能だと思っています。シブヤ大学もまさにそうで、「この授業で出会いがあった」「少し考え方が変わった」といった、小さな変化の積み重ねが人を変え、地域を変えていくのではないのでしょうか。

地域は、社会課題の最前線にあります。孤独死や高齢化など、あらゆる課題が日常の中に存在しています。だからこそ、そこに真正面から向き合えば、少しでもよい仕組みをつくることができ、それは社会全体にも波及する可能性があると思っています。

結局のところ、地域を変えるのは一人ひとりの思いや行動にほかなりません。私たちは、そうした人々が集う場をつくるだけです。そして、そこに集った方々が、それぞれの答えを見つけてくれることを願っています。

地域活性化センター副参事

● 山田 健太（愛知県春日井市から派遣）

地域の工芸品で首都圏との交流を促進

—「本荘^{ぶつ}ごてんまり」制作体験と

羽後本荘駅自由通路整備事業—



由利本荘市観光文化スポーツ部観光振興課 主査 ● 熊谷 公汰

受け継がれる多様な伝統文化

由利本荘市は、平成17年3月22日に旧本荘市を中心とする1市7町が合併して誕生し、令和7年3月22日に20周年を迎えました。日本海と鳥海山のふもとに広がる地域には、特色ある文化が各地に残されています。

本荘地域（旧本荘市）に伝わる工芸品「本荘ごてんまり」は、鮮やかな模様と三方に下がる房が特徴。丸い形は円満の象徴とされ、古くからお祝いの装飾品として親しまれてきました。本市では、この民芸品を次世代に継承するため、定期的に制作体験教室を開催しています。また、毎年10月には、全国の愛好家が技術

と美しさを競う「全国ごてんまりコンクール」を実施し、会場には多様な作品が並び、多くの来場者でにぎわいます。

さらに「本荘こけし」（秋田県伝統的工芸品）や「本海獅子舞番楽」（国指定重要無形民俗文化財、鳥海地域）など、地域に根差した多様な伝統文化も受け継がれています。

駅の自由通路を 新たな観光スポットへ

本市の主要駅である羽後本荘駅は、令和3年8月に新駅舎となり、東西を結ぶ自由通路が新設され、公募により「ごてんまりロード」と命名されました。天井はごてんまりで装飾されましたが、市民からは愛称

にふさわしい、さらなる整備を求め声が寄せられていました。

令和6年、羽越本線全線開通10周年を契機として、地域活性化センターの「移住・定住・交流支援事業」の助成を受けて、階段や壁面にラッピングを施し、吹き抜けにはタペストリーを設置しました。フォトスポットは秋田県立大学の学生が「ごてんまりのなる木」をテーマにデザインし、県立ゆり支援学校の生徒が作品を制作しました。

竣工は「全国ごてんまりコンクール」と「ゆりほんスマイルフェスタ」に合わせて行い、盛大にお披露目しました。当日は全国から多くの制作者が集まり、鮮やかな装飾に喜びの声寄せられました。駅周辺のハコ

ウインイベントも重なり、家族連れなど幅広い来場者にごてんまりをPRする機会となりました。

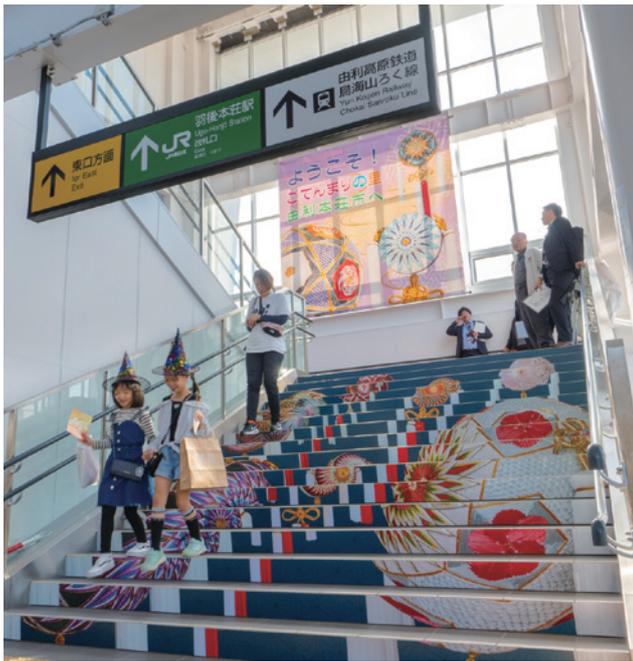
本荘ごてんまりで 首都圏とつなぐ

ごてんまりの制作体験は、これまで市内の公民館などでの開催が中心で、年配女性の参加が多く、技術習得を目的とする色合いが強いものでした。移住・定住・交流支援事業の助成を受けた「由利本荘市と首都圏をつなぐ『本荘ごてんまり』制作体験教室」事業では趣向を変え、若手制作者の協力を得て首都圏でイベントを開催しました。その結果、若年層や男性を含む幅広い世代が参加し、普段触れる機会の少ないごてんまりを通じて本市を広くPRすることができました。

参加者からは「来年も開催してほしい」との声が多数寄せられ、実際に首都圏の参加者がコンクールに来訪するなど成果がありました。来年度は出品したいという声も上がっています。

地域のにぎわい創出に期待

本事業は想定を上回る反響があったことから、今後はごてんまりに限らず、「本荘こけし」の絵付け体験なども企画し、首都圏での体験型イ



市民でにぎわうごてんまりロード

ペントを通じて多面的に市の魅力をPRしていきたいと考えています。コロナ禍以降停滞していた県外でのイベント拡大に向け、大きな自信となりました。

また、ごてんまりロードの装飾は市内外から好評を得たため、令和7年度には「鳥海山」「本荘こけし」「本海獅子舞番楽」のデザインも新たに加えました。今後は季節に合わせてタペストリーもリニューアルする予定です。市の玄関口である駅を華やかに装飾できたことで、ごてんまりをきっかけに首都圏との往来が活発化し、地域のにぎわいの創出につながることを期待しています。



お披露目の式典



ごてんまりロードに加わった新たな装飾



ごてんまりの制作体験イベント



地元大学生によるフォトスポットの制作

地域活性化センターは、地域づくりに取り組む団体のうち、「地域づくりは人づくり」というセンターの理念に共鳴する団体と連携協定を締結し、相互の職員交流や共同事業等を実施しています。今回は株式会社小学館の取り組みについて、同社の大澤竜二さんにご紹介いただきました。（企画・人材育成グループ）

メディア・パワー×コミックIP ――出版社の地方創生――



小学館 第二ブランドメディア局
エキスパート・プロデューサー

● 大澤 竜二

2024年8月7日、小学館と地域活性化センターが連携協定を締結して、約1年が過ぎました。

その間、センターから10人の「インターン」を小学館で受け入れ、小学館からは「地方創生実践塾」へ4度、講師を派遣しました。

今後さらなる人材交流、人材育成、先進事例の発信などを推進していくこととなります。

なぜ小学館が連携協定を締結したのか

そもそもなぜ出版社である小学館が、地域活性化センターと連携協定

を締結することになったのか。まずはそこから紹介させていただきます。

実は、これまでも小学館は地方創生案件を数多く手がけてきました。

特に私の所属していたアウトドアメディア『BE・PAL』は、自然

体験型公園のプロデュース（福岡県北九州市）、道の駅を活用したアウトドア観光動線の開発（宮崎県えび

の市）、自然歩道・ロングトレイルの魅力向上（鳥取県）など、地域の

自然を活かした課題解決策を自治体の皆さまと共創してきました。

ほかにも『ココロコミック』は

子ども目線の施策を通して、茨城県

や宮崎県日向市などと地域活性化に取り組んでいますし、愛知県豊橋市が

舞台のライトノベル『負けヒロインが多すぎる』（作・雨森たきび、イラスト・いみぎむる 小学館）は、

聖地巡礼で盛り上がっています。

小学館には幼児からシニアまで幅広い層をカバーしたメディア群と、

ドラえもん、名探偵コナンなどのコミックIPがあり、それぞれの担当

編集者が、それぞれの守備範囲で自治体案件に向き合っていたのです。

これらを統合し、シナジーを生み出すために2024年、社内連携を

強化、地方自治体とのコミュニケーションを活性化するプロジェクトを立ち上げました。

こうした小学館のユニークな地方創生案件にご注目いただいたのが、

当時、地域活性化センター常務理事だった川住昌光氏です。



連携協定調印後の水野麻紀子小学館取締役（右）と川住昌光地域活性化センター常務理事（当時）

小学館の地方創生応援サイト『ロコ・ラボ』の取材で川住氏にインタビューさせていただいた際、さまざまな共創アイデアが出ましたが、その第一歩が連携協定締結でした。地域活性化センターではさまざまな民間企業と連携協定を締結していますが、出版社とは初めての提携になります。

小学館の地方創生応援サイト『ロコ・ラボ』のご紹介

小学館には2018年ローンチの地方創生応援サイト『ロコ・ラボ』があります。

こちらは小学館の地方創生案件を紹介する、キュレーションサイトとしてスタートしましたが、地域活性



『ロコ・ラボ』掲載、竹内あかりさん（派遣元・鳥取県米子市）執筆記事 タイトルが秀逸！
<https://loco-labo.com/7211/>



小口裕史さん（派遣元・愛知県長久手市）執筆記事
グラフ入りで説得力あり！
<https://loco-labo.com/7280/>



吉田光来さん（派遣元・鳥取県）執筆記事 写真のセレクトが良い！
<https://loco-labo.com/7137/>

化センターとの連携を機に、2024年、さまざまな自治体の先進事例を発信するメディアに生まれかわりました。

そしてこの新メディアを受け皿に、地域活性化センターからのインタビュの皆さんにオン・ザ・ジョブ・トレーニングを体験していただきました。

小学館のベテラン編集者が、企画立案、取材、執筆、タイトルワークなどを指導し、実際に記事を書き、『ロコ・ラボ』に掲載。地方創生に興味をお持ちの多くの読者に読まれています。

地方創生実践塾へ講師派遣 表現力・発信力を磨くコツ

1年目は、インタビューを受け入れる立場でしたが、2025年からは地方創生実践塾へ講師を派遣する取り組みも始めました。

出版社の持つノウハウ、編集者の持つスキルをセンターの皆さんに身につけていただきたく、セミナーを複数回開催しています。

伝わりやすいタイトル、文章とは？ ジェンダーや差別表現など炎上しない表現力とは？ 編集者が日常的にケアしているポイントを押さえれば、広報や情報発信はもっと楽しい仕事になります。

むずかしいことをやさしく
やさしいことをふかく
ふかいことをおもしろく

おもしろいことをまじめに
まじめなことをゆかに
そしてゆかに
あくまでゆかに

これは、私たち編集者が必ず覚える作家・井上ひさしの言葉です。この最後の1センチンス、「ゆかいなこと」はあくまでゆかに、「ゆかい」が大事です。発信者が「ゆかい」な気持ちで書いた文章は、読者を「ゆかい」にします。発信することの楽しさ、喜び、達成感をセンターの皆さんに実感していただきたいです。

小学館グループ29社の 地方創生に関する取り組み

小学館には、傘下のグループ会社が数多くありますが、特に「小学館・集英社プロダクション」（※小学館と集英社は兄弟会社です）と「ことどもりびんぐ」は自治体案件にも積極的に取り組んでいます。こうしたグループ会社のリソースも、地域活性化センターとの連携に活かしていきたいと考えています。2年目に入った小学館と地域活性化センターの連携にご注目ください。



北海道美幌町長 平野 浩司

暮らしに寄り添い、次代を育てる ～美幌の人づくり～

美幌町は、北海道の東部、オホーツク海から30キロほど内陸に位置する、人口約1万7000人の町です。農業と林業を基幹産業とし、オホーツクの玄関口・女満別空港からまちの中心部までは、車で15分ほどの距離です。また、まちの中心部から車で30分ほどの場所に、天下の絶景といわれる景勝地「美幌峠」があります。眼下には日本最大のカルデラ湖・屈斜路湖がコバルトブルーに輝き、晴れた日には阿寒摩周国立公園や世界自然遺産の知床連峰まで一望できます。

美幌町の町並みは、半径2キロ以内に町民の約8割が住んでいるコンパクトシティで、その中心部には商業施設や金融・医療機関など日常に求められる機能が集約されています。加えて、地域産業を支える甜菜工場と、災害対応や地域連携の要となる陸上自衛隊美幌駐屯地も立地しています。

林業では平成17年から森林認証に取り組み、環境に配慮した森林保全と町産材を活用することにより、地域経済の活性化の循環体系を進めています。さらに庁舎は道内自治体で初の「ZEB Ready」認証を取得し、基準比73%のエネルギー使用量削減を実現し、省エネの拠点として、ゼロカーボンの実装を進めています。

子育てしやすいまちづくりも進めており、所得制限なく18歳まで医療費を無償化、国の制度に加えて令和7年度から第2子の保育料を所得にかかわらず無償化しています。学校給食費も第3子以降を無償化、第1・2子は半額補助とし、幼稚園・保育園の給食費も町の補助で負担を軽減するなど、経済的不安を和らげ、産み育てやすい環境を整えています。また、全国の舞台へと羽ばたく

子どもたちを後押しする「未来のアスリート・アーティスト応援事業」では、技術と感性を磨く機会を広げており、子どもたちは、陸上、水泳、クロスカントリースキー、ラグビー、音楽コンクール等で活躍しております。

観光においては、令和6年10月、津別町―美幌町―大空町を結ぶ全長約25キロの「屈斜路カルデラトレイル(KCTI)」が開通しました。美幌峠からアクセスでき、阿寒摩周・釧路湿原・知床の3国立公園を結ぶ「北海道東トレイル」の一部として、屈斜路湖の外輪山を歩きながら、大地の成り立ちと人の営みに触れられます。「峠に立ち、風を受け、歩いて知る」その体験が、健康づくりや環境教育、地域内消費の循環にも波及します。トレイルルートの開通を契機として、官民一体となって、まちなか滞在へ誘導する導線づくりを進め、地域が一体となった観光まちづくり、交流人口・関係人口の拡大と地域経済の活性化を進めているところです。

基盤の強さは、人に宿ります。私自身、地域活性化センターが開催する「全国地域リーダー養成塾」の第4期修了生であり、副町長(第10期)、教育長(第12期)を含め、これまで15人の職員が修了しています。塾への派遣は地域に新たな視座と行動力をもたらす投資であり、現場で汗をかきながら学びを実践し、次世代の挑戦を後押しする推進役となる人づくりを進めてきました。

森とまち、暮らしと観光、子育てと学び―美幌の取り組みは一本の線で結ばれています。その真ん中にあるのは、町民一人ひとりです。私は、この線を絶やさずたくし、次の世代へまっすぐ手渡すことに、全力を尽くしてまいります。

手前みそ
ですが…

大阪府

高槻市

321

高槻市は、大阪と京都のちょうど中間に位置し、街のにぎわいと豊かな自然、歴史と文化が共存するまちです。

大阪市、京都市の中心部へ鉄道で約15分と、両都市へのアクセスに優れていることに加え、観光やビジネスの拠点として最適です。市内中心部には百貨店や飲食店等が立ち並び、にぎわいと活気にあふれています。また、市街地から少し足をのばすと、北摂の山々を背景に、豊かな自然が広がっています。

市内には、四季折々に楽しめる景勝地「摂津峡」や、日本で唯一、大王墓でありながら古墳の中を自由に歩き回れる「今城塚古墳」、弥生時代の大集落跡を整備した緑豊かな「安満遺跡公園」など、自然と歴史の資源がたくさん。加えて、西日本の将棋の聖地「関西将棋会館」が移転オープンし、「将棋のまち高槻」としてますますの盛り上がりを見せています。

寒天や富田の地酒、服部シロウリなど、江戸時代から続く名産品のほか、ご当地グルメ「高槻うどんギョーザ」も有名です。

にぎわいと自然、歴史、文化が共存するまち 高槻



■安満遺跡公園

弥生時代の遺跡が眠る、甲子園球場約5個分の敷地を擁する公園。週末には様々なイベントが開催されます



■高槻城公園芸術文化劇場

高槻城公園エリアにあり、かつての高槻城を思わせる堀や塀などの歴史的な景観をデザインした劇場



■摂津峡

四季折々の魅力をもせる景勝地。隣の三好山には国史跡で続日本100名城に選ばれた芥川城跡も



■高槻城公園の高山右近像

戦国時代に高槻城主を務めたキリシタン大名であり、カトリック教会の「福者」としても有名



■今城塚古墳

継体大王の真の陵墓とされ、日本で唯一墳丘内に立ち入ることができる大王墓。歴史館を併設しています



■関西将棋会館

令和6年にJR高槻駅前に移転オープンした将棋の聖地。1階のオフィシャルショップではグッズの販売も！



清鶴酒造



壽酒造

■富田地区の地酒

富田は灘や伏見より長い歴史を持つ酒どころ。今も2軒の酒蔵が伝統を受け継いだ酒造りを続けています



■高槻うどんギョーザ

餃子のあんに刻んだうどんを混ぜ、皮で包まずに焼いた、見た目はお好み焼き、味はギョーザのご当地グルメです



高槻・富田地区の酒造り

地域づくり 11月号

2025年11月1日発行 編集・発行＝一般財団法人地域活性化センター

東京都中央区日本橋2-3-4 日本橋プラザビル13階 電話03-5202-6131(代)

<https://www.jcrd.jp/> 印刷・製本/株式会社太平印刷社

法律で許可された場合以外に本誌からの無断転載を禁止します

落丁・乱丁はお取り替えます。編集担当 (03-5202-6139) E-mail: hensyuu6139@jcrd.jp まで、ご連絡下さい。



地域活性化
センターからの
メールマガジン
登録はこちら



消防団防災学習



宝くじ桜



移動採血車



宝くじドリームジャンボ絵本



一輪車

宝くじは、 みんなの暮らしに 役立っています。

宝くじは、少子高齢化対策、災害対策、
公園整備、教育及び社会福祉施設の
建設改修などに使われています。



青色回転灯装備車



検診車



パブリックアート



滑り台広場



一般財団法人 日本宝くじ協会は、宝くじに関する調査研究や
公益法人等が行う社会に貢献する事業への助成を行っています。

一般財団法人
日本宝くじ協会
<https://jla-takarakuji.or.jp/>

