

4. 超高齢社会における「ソーシャル・キャピタル」の育成

4-1 見えない資産「ソーシャル・キャピタル」とは

「ソーシャル・キャピタル (social capital)」とは「社会関係資本」と言われ、「物的資本 (physical capital)」や「人的資本 (human capital)」と並ぶ新しい概念です。「ソーシャル・キャピタル」は直訳すれば「社会資本」となりますが、経済学における社会インフラと混同しないように、社会学においては「社会関係資本」と訳されています。

「ソーシャル・キャピタル」について、この概念の生みの親であるアメリカの政治学者ロバート・パットナムは、「人々の協調行動を促すことにより、社会の効率性を高める働きをする信頼、規範、ネットワーク等社会組織の特徴」としています。

日本では、「人々が他人に対して抱く信頼」「情けは人の為ならず」「お互いさま」「持ちつ持たれつ」「互助」という言葉に象徴される「互酬性の規範」と言われています。また「ソーシャル・キャピタル」という言葉には、少子化高齢化の移行に伴う健康や福祉・介護の問題、高齢者の孤立・無縁の問題、非常時の助け合い等に有効な対応となり得るであろうという期待が込められています。

4-2 ソーシャル・キャピタルの構成要素と指標

「ソーシャル・キャピタル (社会関係資本)」は比較的分かりにくい言葉であり、物的資本や人的資本に比べ見えにくく、数値化しにくい資産です。そこで内閣府では、2002 年度に下記の三つの項目について調査を実施しました。

表4-1 ソーシャル・キャピタルの構成要素と指標

項目	構成要素	指標
付き合い・交流	近隣の付き合い	隣近所との付き合いの程度と人数
	社会的な交流	友人・知人・親戚との付き合いの頻度 スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況
信頼	一般的信頼	一般的な信頼度
	相互信頼・扶助	近隣の人々、友人、親戚等への信頼度
社会参加	社会活動への参加	地縁的活動への参加状況（祭り、防災訓練等） ボランティア活動への参加率 人口一人当たりの共同募金や寄付の額

以上の三つの項目を統合した指数に関しては、人口が少ない鳥取、島根県などの地方で指数は高く、東京都、神奈川県など人口が多い首都圏では低くなっていました。

1978年～1996年の18年間を時系列で比較によると
 <付き合い・交流>では、全指標で減少、<信頼>では、親戚関係の指標で減少
 <社会参加>では、地元行事への参加の指標で減少となっておりソーシャル・
 キャピタル（社会関係資産）は減少傾向にあることが伺えます。

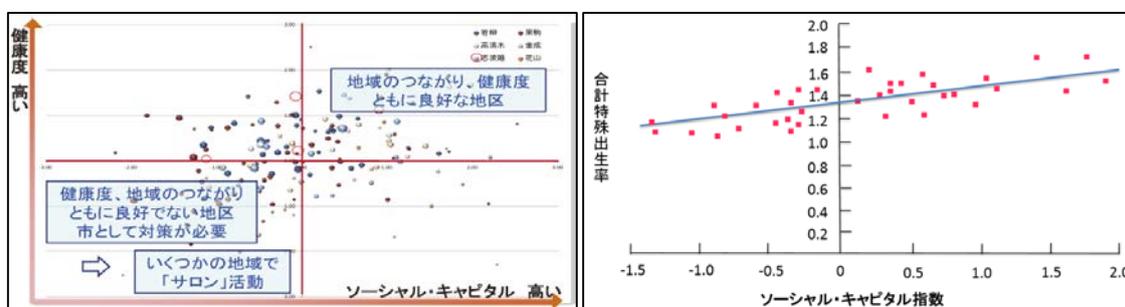
4-3 ソーシャル・キャピタルが及ぼす影響

ソーシャル・キャピタルは、人々の協調行動を活発にすることにより、社会の
 効率性を高める「信頼」「規範」「ネットワーク」等、社会組織の特徴です。

日本のまちは、北欧やヨーロッパ諸国と比べると、コミュニティが貧弱と言われて
 います。これは都市への人口集中による効率優先のまちづくりの弊害や、まちのあり
 方を考えるべき行政やコミュニティとのつながりを軽視した都市計画家、建築家、
 ディベロッパー等の問題であるとも思われます。立派な箱物をつくれればまちが活性化
 するとは限りません。「佛作って魂を入れず」にならぬように注意したいものです。

ソーシャル・キャピタルの過多は、社会の治安や犯罪の発生率、教育のレベル、
 健康度等の国民生活の質に影響を及ぼします。例えば人口に占めるボランティア活動
 への参加者の割合が高い地域ほど犯罪発生が少なく、失業率が低く、健康度や出生率
 が高いことが実証されています。

図4-1 ソーシャル・キャピタル指数と健康度及び合計特殊出生率との関係



出典：2017年度版国民生活白書

4-4 都市化と共に希薄になるソーシャル・キャピタル

日本は第二次世界大戦で、多くの犠牲を払い、経済が疲弊しました。しかしその後、
 朝鮮戦争が勃発し、日本は米軍の後方支援にまわり、特需という経済効果がもたらさ
 れました。工業製品の生産量が急増し、好景気に沸いた時代でした。しかし一次産業
 の衰退、工業化は都市への人口集中、核家族化、個人化を促し、近隣との絆である
 ソーシャル・キャピタルが希薄になりました。その後「ポスト経済成長時代・低成長
 時代」に入りましたが、現代の「コミュニティを見直そう」という気運には、格差の
 問題、市場や国家に対する「不信・不安の高まり」、「カイヤ核家族」という組織
 の閉鎖性等が背景があると思われます。

4-5 コミュニティにおける活動

1) 高齢者の見守り、孤立死（孤独死）の防止

高齢者の孤立化や孤独死を防ぐ活動として、様々な活動が行われています。

- ① 近隣や地域での声掛けによる安否確認、民生委員などによる家庭訪問
- ② 配達員による高齢者世帯の安否確認、電力事業者などによる電気やガスの使用状況確認による異常チェック、関係機関へ連絡等
- ③ 自宅に見守りシステム設置
一人暮らしの高齢者の自宅に見守りシステムを設置し、人感センサーで人の動きを察知して安否確認を行い、また緊急時に高齢者自らボタンを押すことでコールセンターへ連絡、緊急対応を実施（第6章 6-2参照）
- ④ 遠く離れた家族に、高齢者自ら定期的に健康具合等を報告 逆に離れた家族がこまめに高齢の親へ安否確認実施（第6章 6-2参照）

2) 自主的な地域での防犯・防災活動

老後の一人暮らしで一番怖いのは火災発生と言っても過言ではありません。住宅火災の犠牲者の約7割が65歳以上の高齢者です。高齢化に伴うもの忘れや痴呆等による不注意が、火災の原因になっていることが多くみられます。特にストーブやコンロ、トラッキング（埃の蓄積による漏電現象）による火災が多く発生しています。そのため火災報知器の設置と共に、ガスコンロをIH調理器具へ、裸火ストーブをエアコン等による暖冷房へ切り替えることも重要な対策です。

防犯に関しては、留守にする場合の声掛けや近隣同士の防犯監視、さらにセンサーや感知器による機械警備等があります。地震や津波などの災害に対しては住んでいる人達同士の協力、高齢者に対する支援等互いに助け合うことが必要です。

この体制づくりは災害が発生してからでは間に合いません。普段から災害時の対応準備、防災訓練、地域ごとのハザードマップづくり等が重要になります。



横須賀市の津波ハザードマップ



スマートフォンによる避難場所表示

3) 子供たちの教育環境づくり

少子化・高齢化が進んだ超高齢社会では、生産人口減少に伴う女性の就労機会拡大に向けて、小学校低学年の下校後の子供を預かり、学習の場を提供する活動が各所でNPOやボランティアの手で進められています。

また子どもの生活や経験は、家族や地域社会の人々との相互作用の中で行われるので、地域ぐるみの取り組みが必要になります。子どもたちの正義感や規範意識を育てていくために、自分の子どもだけでなく、地域の子どもに対しても、やってはいけないことや間違っただけの行いをした場合にはしっかり注意してあげる、よかった時は褒めてあげる等、地域での取り組みが求められています。

4) 高齢者のゴミ出し支援・買物支援・輸送支援

超高齢社会では毎日のゴミ出しや買い物が困難でありながら、十分な支援を得られない高齢者は増えていることが問題になっており、主に自治体や近隣の人達、ボランティアが支援を始めています。国立環境研究所の調査では、ゴミ出しに関して2015年現在約23%の自治体が支援制度を運用しています。



自治体によるごみ出し支援



買物支援の巡回自動車

5) 地域の緑化・花畑づくり、地域住民による公園づくり、道路清掃活動

環境改善の一つとして、行政機関や自治会ではボランティアを募り、地域の緑化や公園の整備、道路の清掃等の活動を推進しています。そのような活動は全国に広まり、そこに住む人たちの絆や助け合いの住民意識を高めています。必要な資材や道具等は行政側が提供していることが多いようです。



寝屋川市における美化活動



飯能市における道路清掃活動

4-6 コミュニティ・カフェ、子供食堂等の開設

コミュニティ・カフェとは、地域社会の中の「たまり場」「居場所」「縁側」「茶の間」と呼ばれる地域の人達の集う場です。そこでお茶や飲食を共にし楽しみながら、子育てや高齢者の支援、まちづくりに取り組んでいます。

そこはリタイアした人達や子育ての終わった人達の居場所になり、子育て支援やサークル活動などの世代を超えた活動の場にもなります。

さらに両親が働いている場合の子供の遊び場や勉強部屋になることもあります。また、子供達やその両親及び地域の人たちに無料または安価で、栄養ある食事や団らんの場を提供し、孤食をなくそうする「子供食堂」の活動が日本各地に広がっています。

Column：全国に広がるコミュニティ・カフェづくり

「コミュニティ・カフェ」づくりの活動は、約10年前から、失われつつある「地域の絆」を再生しようと活発になり、全国に「コミュニティ・カフェ」は約3万カ所あると言われます。

このコミュニティ・カフェの活動を支援する組織として、公益社団法人「長寿社会文化協会（WAC）」や全国コミュニティカフェ・ネットワークがあります。地域活性化の原動力になりつつあるコミュニティ・カフェは、増え続ける住宅地にある空家や空店舗等のコンバージョン利用、地域コミュニティ活性化という点で期待されています。



コミュニティ・カフェ



横須賀市湘南鷹取「みんなの部屋」

4-7 地域の活動を支える「支え合いマップ」づくり

1) 支え合いマップとは

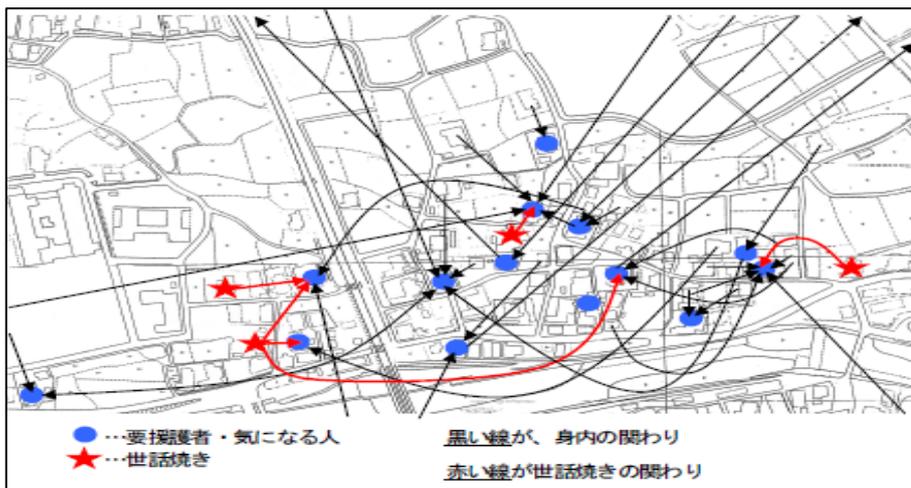
平常時・災害時とも高齢者や障害者が安全に、そして安心して暮らせるために支援するためのマップです。支援マップは「要支援者」及び様々な形で支援する「支援者」を明確にし、あわせて廃棄物集積所、避難場所、医療機関などの情報等を住宅マップなどの地図に落とし込んで活用するものです。

2) 支え合いマップ作りの背景

2025年には団塊の世代全員が75歳以上の後期高齢者になります。移動が困難な人や認知症の高齢者が増える中で、近くに住む人達同士で互いに助け合い、支え合う機運が高まっています。さらに健全なまちづくりという観点では一人暮らしの高齢者のみならず、老老世帯、介護認定を受けている人達、障害を持つ人達も、互いに助け合いながら暮らせることが大切です。近隣の人たちが互いに助け合うには、健康度や要支援度、要介護度、障害の内容と程度等を共有している必要があります。頼れるのは「遠くの親戚より近くの他人」です。災害時に限らず住民の支え合いが重要です。そのためにも日頃から地域のつながり、近隣とのつながりを大切にすることが必要になります。

3) 支援が必要な人達の支え合いに必要な情報

- ① 家族構成と健康状態、非常時の連絡先
- ② 要支援要介護の人達に対する見守り支援及び災害時の支援の必要性
- ③ 買物支援やゴミ出し支援、雪かき支援、清掃支援等の必要度
- ④ 移動のための支援が必要か否か
- ⑤ 介護保険の適用による支援以外の支援の必要度
- ⑥ 住まいや敷地内における維持支援の必要性



支え合いマップの例

出所：住民流総合研究所

4) 調べる内容（役所の調査とは異なる、聞きだす）

- ①健康状態レベル（介護や支援レベル）
- ②安全レベル（歩行可能レベル）
- ③困りごと、気になること（買いもの、病院への送迎、火災や地震等の災害支援、預金の出し入れ、ゴミの処理、除雪、掃除、除草、庭木の手入れ・・・）
- ④孤立状態か否か（子供や親戚とのつながり状態）
- ⑤セキュリティレベル（見守りセンサー等の設置状況）
- ⑥誰が誰につながっているか（接点をマップに）
- ⑦住まいの改善、改修の必要性チェック

5) 支援する人達の決定

支援の内容と共に、誰がどのような支援するか決める必要がありますが、一律に決めるわけにはいきません。基本的には気の置けない、年齢の近い人達同士の支援が理想ですし、複数の人達で行うことが必要です。支援はボランティア活動で行うことが基本ですが、金銭的に余裕がある人達がチケットを購入し、それを支援者に渡したり、支援の程度によって支援者がポイントを受け取り、自分が必要な時そのポイントを使用することができる仕組みもあります。

4-8 ご近所レベルの協調・助け合い

地域のレベルより狭いご近所レベルで、互いによく知っているのは、10世帯から20世帯程度と言われています。特に「向こう三軒両隣」の絆はとても重要です。戸建て住宅の場合、引越した時には昔から「向う三軒両隣」に挨拶をしました。これは自分が住んでいる家から道路をへだてた向かい側にある三軒の家と、左右に並ぶ二軒の家は、ふだんの生活で何かと世話になったり、世話をしたりして、親しい付き合いをしなくてはすまされない関係にある家だからです。

1) 戸建て住宅地域での近隣マップづくり

- ・ご近所の範囲は 10 戸から 20 戸程度 戸建て住宅 背割り配置の例



- 一般的に裏側の家（北側の家）と南向きの家とは、あまり付き合いがないことが多いようです。逆に比較的親密なのは両隣（J,H 宅）及び道路を挟んで向かい側の三軒（B,C,D 宅）です。
- 背割り住宅配置は、道路に対し南向きの家と北向きの家が発生することが多く、日影・プライバシー・眺望等加害者、被害者の関係が生まれると言われています。つまり南側の家は、北側の窓から近接する北側の家を覗くことができ、逆に北側の家は開かれた南の窓を通して、覗かれる関係にあるからです。しかし、近隣の協力体制を築くためには、むしろ北側の人たちを巻き込むこんな親しい関係・活動が重要と思われます。
- 住宅地の開発手法には、定型的な背割りの区画を行い、それぞれの区画毎に建築主が建設する方法に対し、建設地全体の日照や通風の確保し、緑地、区画内通路（フットパス）等を計画的に設ける方法があります。

背割りによる住宅の配置



分譲地の開発業者は、宅地を造成・販売し、そこに、それぞれの設計者及び施工者が施主の希望に沿って戸建て住宅を建設する方法です。この場合、日照や通風、塀の設置等のトラブルが発生しやすく、建築協定や地区計画で規制しているところが多くあります。

住宅のランダム配置（横浜 十日市場 MINAGARDEN）

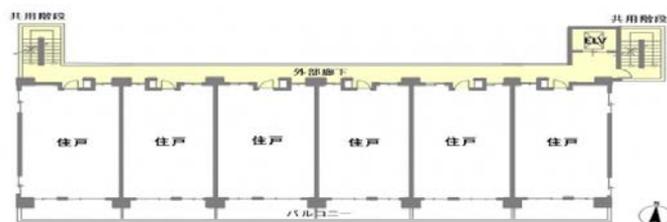


住まいの配置を街区全体で計画し
 共用の空間が広い
 塀や垣根は設けず、区画内通路
 （フォット）パスを設け
 樹木を多く配置する
 駐車場は街区全体で配置する
 着工まで手間と時間がかかるが
 出来栄が良いところが多い

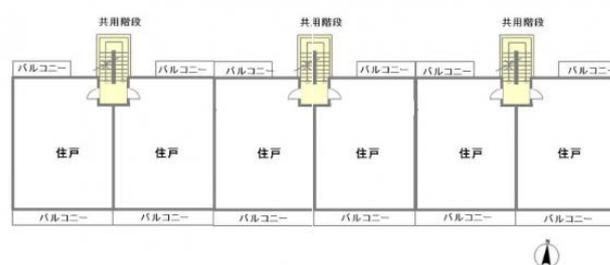
2) 集合住宅における近隣マップづくり

- 日本の高層住宅は主に外廊下型と階段室型に分かれます。

外廊下型集合住宅



階段室型集合住宅



外廊下型は両隣の関係が密接です。向う三軒は中廊下式でないと存在しませんが、近年中廊下式アパートはほとんどなくなりました。階段室型は1フロア2戸で構成されますから、隣の家との関係は動線上とても密になります。高層住宅で特に問題になるのは上下階の関係です。下階への音・振動の問題や水漏れの問題は特に注意する必要があります。

音の問題は発振源者の顔が見えないことが多く、深刻な関係に発展する可能性があります。そのため、床にカーペットを敷き詰め、下階への音や振動を弱めることが多く行われています。集合住宅は一般に管理組合があり、そこでは住み方のルールや近隣のトラブル解決のための努力・協調が求められ、定期的に集会が開かれ運用・管理について話し合いが持たれています。

4-9 プライバシーの問題・個人情報保護の問題

助け合いに対し、プライバシーや個人情報保護は相いれない面があります。しかし、助け合うための情報を共有するには、この問題を解決しなければなりません。助け合いに必要な情報は、基本的に住民の誰かが知っていなければならない情報です。マップ等を作成する場合はその趣旨をよく説明し、互いに理解してもらい、住民間で取り扱いを注意することが肝要です。

住民の中には「自分のことを話題にしないで！いいからほっといて！」という人があるかもしれません。しかし「今後ますます高齢化が進み、いずれ皆助け合わなければならない」「皆で孤立化・無縁化を防ごう」「孤立死ゼロへ」という意識を共有するように仕向けることが肝要と思われれます。

Column：自助・互助・共助・公助とは

「自助」とは、他人の力に頼らず、できるだけ「自分自身の力で課題を解決する」ことです。これには自らの市場サービスの購入も含まれます。

「互助」とは、当事者の周りにいる家族や地域の近所の人達、ボランティア等による自発的助け合いにかかわることを指します。自分自身の力で行き詰った時にはサポートが必要になりますが、時によっては、自身がサポートする側に回ることもでき、その役割を持ち続けられる人同士が助け支え合う「互助」が重要となります。

「共助」とは、一定のシステムの中で行われる支援活動や相互扶助です。医療、年金、介護保険、社会保険制度などは被保険者による相互の負担で成り立っています。またコミュニティビジネスも一般的には「共助」に含まれると考えられています。

「公助」とは税金を払っている国や地方自治体に支えてもらうことで、一般財源による高齢者福祉事業、生活保護、人権擁護、虐待対策等個人では解決できない諸問題に対する行政の支援等があります。戦後の日本では都市化と共に、地域における様々な業務は「公」が行うべきという風潮が強くなり、「互助」の面が弱くなった結果、「ギクシャクした社会」になることが懸念されています。

防災活動に関しては上記の「自助・互助・共助・公助」とは異なる使い分けをしています。つまり、「自助」とは、家庭で日頃から災害に備え、災害時には事前に避難したりするなど、自分の命は自分で守る、自分のことは自分でなんとかするという意味です。「共助」とは、家族だけでなく、町内会や自治会などの小さな地域コミュニティ単位で、防災としての助け合い体制を構築する、また災害発生時に実際に助け合うことを指しており、「互助」を含む意味で使われています。

「公助」とは、市役所や消防・警察による救助活動や支援物資の提供など、公的支援のことを言います。災害時には、自助・共助・公助が互いに連携し一体となることで、被害を最小限にできるとともに、早期の復旧・復興につながるものとなります。