

高齢化がますます進む 2030 年の姿をイメージし、今から地域で何をしなければならないかを参加者と一緒に考える「高齢社会 2030 を考える会」第 3 回を、自治体、大学・研究機関、社会福祉法人、NPO、企業・一般市民など多様な方々の参加のもと、8 月 20 日梅田グランフロント C 棟 7 F 都市魅力研究室セミナールームにて開催した。

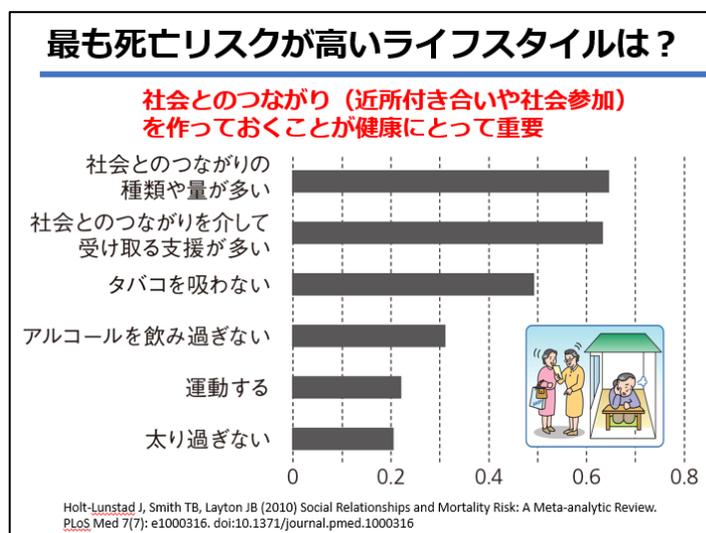


講演される村山講師

冒頭のエネルギー・文化研究所 田中所長の開会のあいさつの後、『「つながり」と健康格差 …喫煙、飲みすぎ、肥満よりも つながりが私たちの健康を決める』と題し、公衆衛生学や老年学の研究者である東京大学高齢社会総合研究機構村山洋史特任講師に講演いただいた。

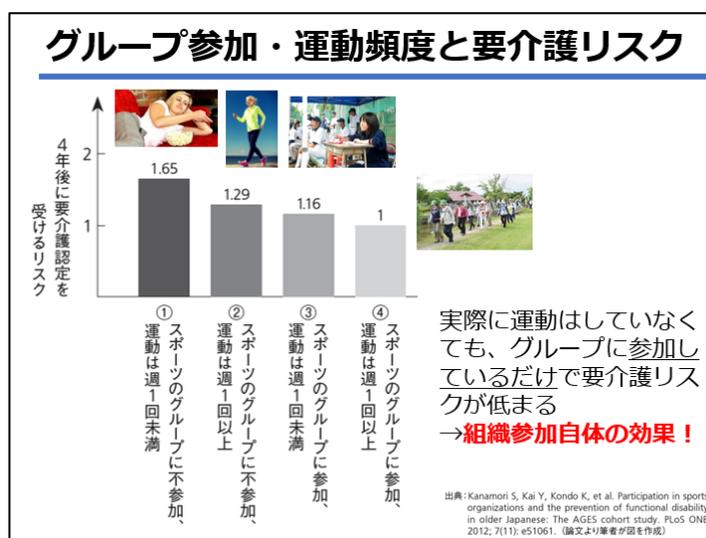
まず、演題にもなっている、近所づきあいや社会参加などの社会との“つながり”が健康に及ぼす影響が大きいことについて、一般的に行われている他の健康法と比較し分析された米国で行われた大規模な統合的研究結果について解説が行われた。

次に、過去にはつながりが強かった日本社会が物質的に豊かになるとともにそれが薄れ、今や国際的にみても社会的孤立者がかかり多くなっている状況が指摘された。



“高齢期においての人と社会とのつながりが縮小していく社会的メカニズム”については、一人暮らしになったり、親族・友人の死別が進むなどの高齢期の状況変化のほかに、「年寄りだから」といった他世代の高齢者への偏見（エイジズム）の存在があることについて言及された。

また、最初に示された米国の研究結果ともつながることだが、運動しなくてもスポーツのグループに参加しているだけでも、一人で黙々と運動する人よりも要介護になるリスクが低減されるという非常に興味深い研究も紹介された。



そのほか、つながりが強いグループには同質の人たちが集まっているため、そこから得られる情報の新規性は限られる。それにくらべ、普段あまり接しない（弱くつながっている）他のコミュニティの人々からは有益で新規性の高い情報が得られる可能性が高い、と広く多様な人たちとゆるいつながりをもつことの重要性が興味深く語られた。

地域のつながり（ソーシャルキャピタル＝地域関係性資本）がもつ健康への恩恵については、“近所の人たちを信頼している人の割合の多さ”と“都道府県別の健康寿命の長さ”の相関関係を示しながら、以下の利点と弊害についてコメントがなされた。

#### 利点

- ① 有益な情報が伝播しやすい
- ② 一般的に良くないとされる行動を制御するインフォーマルな社会統制が強い
- ③ 何かあった時に周囲から助けてもらえる期待や安心が得られる
- ④ 意思決定が迅速で困り事に素早く対応でき効率的

#### 弊害

- ① 八分などそこから外れるものに対する閉鎖性
- ② 従わなくてはというストレス
- ③ 小グループ・派閥が生じやすく対立や誤解が生まれやすい

…利点だけでなく弊害（ダークサイド）についても認識しておく必要がある。

そして、人と社会のつながりについて、特に内輪指向が強い日本人にとって大事なことは、楽しく充実した日々を送ることため、つながりについて気楽に、気軽にとらえて、それを多様化していくこと。それが健康につながると締めくくられた。

村山先生の講演を受けて、当研究所池永顧問からコミュニケーション上の注意点について、「意味わからん」「訳わからん」— デイコーディングの失敗 —と題し、ものごとの解釈、斟酌のベースになる価値観や価値基準が同じだと思いきふことの危険性について、さまざまな行為や歌などの事例を示しながら解説がなされた。

### 弱いつながりの強み

“The strength of weak ties” (Granovetter, 1973)

- 「つながりが緊密な人より、弱いつながりでつながっている人の方が有益で新規性の高い情報をもたらしてくれる可能性が高い」

Granovetterによる実験

- 就職先を見つける際に役立った情報の入手経路
  - 頻繁に会うような人…16%
  - たまにしか会わないような人…84%

高齢社会2030を考える会

**男性が女性に赤いバラを贈ることはイメージしやすい。**

**女性が男性に赤いバラを贈ることはどういう意味なのか判らない。**

©2019 Research Institute for Culture, Energy and Life (CEL) OSAKA GAS CO., LTD. 6

最後の対談では、会場からの質問に答える形で、特に定年後引きこもりがちになる男性のつながりを促すアイデアの紹介や、リアルとバーチャルなどIT社会での今後のつながり方についての意見のやりとりがなされた。



次回（第4回）は、11月15日（金）17：30～19：30  
「シニアも支える地域づくりの試行」をテーマに開催予定。