

住民交流多いと長生き 研究で判明

19学区ごとの地域のつながりをデータで示したカルテ



健康長寿へ学区を「診断」

趣味やボランティア活動が盛んで住民のつながりが強い地域は、健康で長生きの人が多い。近年の研究で明らかになったこうした分析を土台に、北区は二年前から、小学校区ごとの町内会加入率や交流度合いといった具体的なデータを「カルテ」として示し、健康長寿のための地域づくりを住民と考える取り組みを進めている。

(梶山佑)

「想像以上に盛り上がり、取り組みに参加している大杉学区の」

四月下旬にあった報告会で手応えを口にした。地域の目標といえば従来、防犯や防災が主だったが、健康という視点が加わったことで「地域づくりが未来志向になった」という。

大杉学区の場合、北区が作成したカルテによって、サロンなどへの参加率やグループ運営に関わりたと思う人の割合の低さが指摘された。そのため、住民らでの議論をへて同月、高齢

北区 町内会加入率など調べ「カルテ」に

者向けの新たな居場所「大杉サロン」を開設。地域の歴史を生かしたイベントも計画している。

北区はこの取り組みは、研究者や自治体による全国的なプロジェクト「日本老学的評価研究(JAGES)」の調査データを活用したもの。大気汚染や肥満、飲酒よりも、社会関係が長生きに関係しているという近年の研究結果や、要介護状態にならずに日常生活を送ることができる「健康寿命」を重視する考え方が前提となっている。

北区は、独り暮らしの高齢者が市内で最も多い。北区福祉課などは二〇二〇年度にまず、JAGESのデータを基に十九学区ごとに「健康・つながりまじカルテ」と題したパンフレットを作成。高齢者数や認知症カフェの数のほか、閉じこ

もりや老人会への参加、話し相手の有無などの十八項目を五段階で示すことで、各学区の現状を明示した。二一年度はさらに大杉、東志賀の二学区がモデル学区として取り組みに参加。それぞれ十五人ほどが計三回のワークショップに出席し、カルテをたたき台にして学区の強みと弱点を分析してアイデアを出し、一部を実現してきた。

本年度は、他の学区にも参加してもらう計画だ。報告会では、一連の取り組みに助言している日本福祉大学の横山由香里准教授(健康社会学)が講演し「コロナ禍で人のつながりが減ってしまっている。地域の良さを生かして地域づくり、健康づくりを進展させてほしい」と語った。



報告会で成果を語った(左から)横山准教授と大杉学区の北区役所