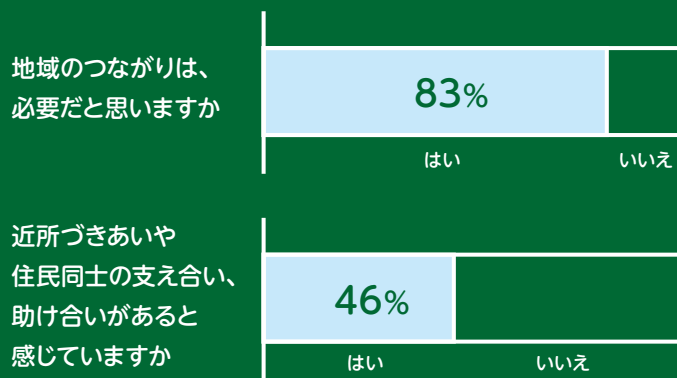


# 地域と大学のチカラを融合 すこやかに、安心して 生活できるまちづくりを

高齢化が進む中、さまざまな世代がすこやかに、安全に暮らせるまちづくりを行うことは急務です。六甲山系の中腹にあり、人口約5100人の神戸市灘区鶴甲地区は、その37.1%が65歳以上。住民アンケートの結果、「隣近所とのつきあいが少ない」「世代間交流が少ない」「災害時の安全性が不安」などの問題点が浮かび上がり、「健康志向が高い」「趣味や学習の場を求めている」こと、大学と連携した活動を望む声が多いことも明らかになりました。そこで誕生したのが「鶴甲いきいきまちづくりプロジェクト」。地域と大学のチカラをいかし、心身共にすこやかで、より安全に暮らせるまちづくりをめざす取り組みを実践しています。

## < アンケート >



つながりは大切 — なのに 交流が少ない

いきいきと安心して暮らせる明日を、共に



2015年の12月には、本プロジェクトを実施する教員が中心となり、発達支援インスティテュート“アクティブエイジング研究センター”を設立しました。このセンターは高齢社会の問題の解決に資するプロジェクトを産学官民が協働し展開し、これから高齢化を迎える世界各国にその成果を発信し国際的にも連携することを目的とするものです。センターにおいて「鶴甲いきいきまちづくりプロジェクト」は基幹プロジェクトとして位置づけられています。

### プロジェクト運営

岡田修一(研究科長・教授)・近藤徳彦(副研究科長・教授)  
長ヶ原誠(KAARb センター長・教授)・片桐恵子(副センター長・教授)  
増本康平(准教授)・原田和弘(准教授)・福沢愛(学外研究員)  
八木倫子(事務補佐員)・西谷今日子

### 研究助成

H24-H26 科学研究費補助金・基盤研究A  
H25・H27 神戸市灘区:大学と連携したまちづくりチャレンジ事業  
H27 大阪ガスグループ財団研究助成  
H27 人間発達環境学研究科若手研究推進支援経費  
H27 異分野融合若手研究アイデアコンテスト経費  
H27-H29 科学研究費補助金・基盤研究B  
H28 産学連携等経費:(株)第一興商 受託研究費  
H28-H30 神戸市灘区:大学と連携したまちづくりチャレンジ事業

### 報告リーフレット企画・制作

増本康平・原田和弘・片桐恵子・近藤徳彦・岡田修一

本プロジェクトは、神戸市灘区役所、鶴甲連合自治会、住民サポーター等のみなさまのご協力のもと実施しています。心より感謝いたします。

## 神戸大学 アクティブ・エイジング プロジェクト



つる かぶと  
**鶴甲**  
いきいき  
まちづくり  
プロジェクト

## 超高齢社会の問題解決には 支え合い、助け合いが不可欠

現在、高齢者単身世帯は 625 万世帯、高齢者夫婦世帯が 628 万世帯です。世帯主が 65 歳以上の世帯が約 1918 万世帯ありますが、そのうちの 3 分の 2 は高齢者だけで生活されており、今後も高齢者のみ世帯は増加していくと予測されています。

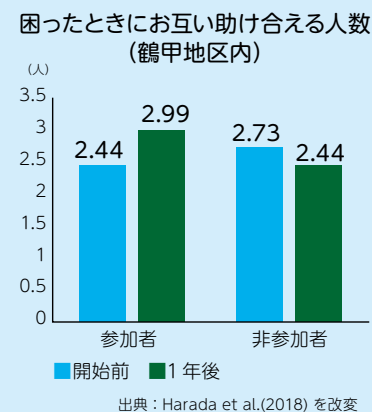
その結果、孤独死、徘徊による行方不明者、高齢者を狙った犯罪の増加、災害避難時の高齢者の孤立が問題となっています。

このような問題を解決するには、地域コミュニティにおける住民同士のつながり（社会的ネットワーク）による支え合い、助け合いが必要不可欠です。

## ひととのつながりが 健康寿命延伸につながる

これまでの研究は、肥満度やアルコール摂取、喫煙と同程度、あるいはそれ以上に、人との接触がなく孤独であることが、死亡率に影響することを報告しています。反対に、豊かな人との関係は健康増進、認知症の罹患率の低下、幸福感の向上につながることでデータによって裏付けられています。

## プロジェクトによってつながりが形成。



住民のみなさまには、鶴甲まちづくりプロジェクトの効果を明らかにするために、2013 年、2015 年、2017 年の3回、調査にご協力いただきました。この調査から、アカデミックサロン参加者に地域での住民間のつながりが形成されたことが明らかになり、この結果は国際学術雑

## 鶴甲いきいきまちづくり (アクティブエイジング) プロジェクト

大学の人的・物的資源を活用し、地域コミュニティの社会的ネットワークの形成・促進を目的とした「鶴甲いきいきまちづくりプロジェクト」も開始から 4 年が経過しました。本プロジェクトは灘区役所の「まちづくりチャレンジプロジェクト」、文部科学省科学研究費補助金などの助成を受け実施され、地域住民のみなさま、行政、企業のご協力をえて、現在までに、のべ 3500 人以上の住民が参加する大きなプロジェクトに発展しました。住民のみなさまと大学が協力して実施している本プロジェクトは世界的にも類をみないものです。



鶴甲いきいきフェスティバル



秋の園芸教室

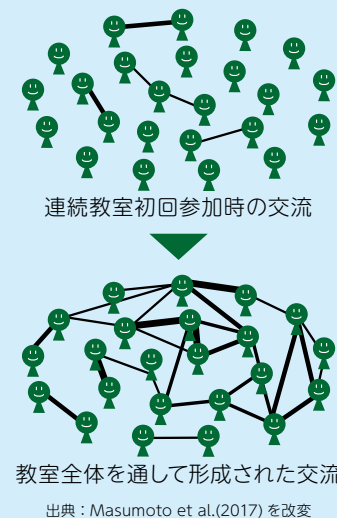


いきいきウォーキング教室



防災避難訓練「リアル避難所体験」

誌に掲載されました。サロンに参加された方にしぼって 3 年間の変化をみると、加齢とともに低下していく身体的健康状態や心理的健康の中の生きがい感が保たれていました。個々のアカデミックサロンは参加者の方々の交流を目的としていません。ですが、継続的に複数のサロンを展開し、多くの住民のみなさまが参加されたことが、このような結果に結びついたものと考えられます。



## これまで開催したアカデミックサロンと タウンミーティング・防災避難訓練(2016年4月以降)

これまでに  
のべ3500人以上の  
方々が参加!

アカデミックサロン		
第 21 回	鶴甲いきいきフェスティバル	2016 年 6 月 26 日 (日)
第 22 回	講習会&みんなでラジオ体操	2016 年 7 月 18 日 (月・祝)
第 23 回	みんなで楽しもう! 大学でひと味ちがう お月見会	2016 年 10 月 16 日 (日)
第 24 回	ビューティタッチセラピー	2016 年 12 月 12 日 (月)
第 25 回	うたとかたりそしてピアノでつづる 子どもの心を描いた作曲家たち	2017 年 3 月 4 日 (土)
第 26 回	鶴甲わくわくパーク	2017 年 7 月 9 日 (日)
第 27 回	鶴甲わくわくひろば	2018 年 9 月 17 日 (月・祝)

アカデミックサロン (連続教室)		
第 8 弾	園芸教室-野菜や草花を育ててみよう-(全 3 回)	2016 年 5/28 (土)、6/18 (土)、7/9 (土)
第 9 弾	秋の園芸教室 -野菜や草花を育ててみよう-(全 4 回)	2016 年 9/10 (土)、10/15 (土)、 11/2 (土) 6、12/17 (土)
第 10 弾	いきいきウォーキング (全 8 回)	2016 年 5/24~7/12 の間の毎週火曜
第 11 弾	いきいきウォーキング (全 3 回)	2017 年 5/27 (土)、6/3 (土)、6/10 (土)
第 12 弾	園芸教室-野菜や草花を育ててみよう-(全 3 回)	2017 年 5/20 (土)、6/17 (土)、7/8 (土)
第 13 弾	秋のいきいきウォーキング (全 4 回)	2017 年 11/4 日 (土)、11/18 (土)、 12/2 (土)、12/9 (土)
第 14 弾	秋の園芸教室 -野菜や草花を育ててみよう-(全 4 回)	2017 年 9/23 (土)、10/14 (土)、 11/25 (土)、12/16 (土)
第 15 弾	いきいきウォーキング (全 4 回)	2018 年 5/12 (土)、5/26 (土)、6/2 (土)、6/30 (土)
第 16 弾	園芸教室-野菜や草花を育ててみよう-(全 3 回)	2018 年 5/19 (土)、6/16 (土)、7/14 (土)
第 17 弾	秋の園芸教室-野菜や草花を育ててみよう-(全 4 回)	2018 年 9/15 (土)、10/13 (土)、11/10 (土)、12/15 (土)
第 18 弾	秋のいきいきウォーキング (全 4 回)	2018 年 11/3 (土)、11/17 (土)、12/1 (土)、12/8 (土)

タウンミーティング・防災避難訓練		
第 6 回	防災避難訓練「リアル避難所体験」	2016 年 11 月 27 日 (日)
第 7 回	防災避難訓練「来て、知って、学ぶ」	2017 年 10 月 29 日 (日)
第 8 回	防災避難訓練「新・防災訓練 鶴甲地区防災訓練 2018」	2018 年 9 月 23 日 (日・祝)

## プロジェクトから創出された知見

このプロジェクトの成果は下記の学術雑誌に掲載されました。

Harada, K., Masumoto, K., Katagiri, K., Fukuzawa, A., Chogahara, M., Kondo, N., & Okada, S. (2018). Community intervention to increase neighborhood social network among Japanese older adults. *Geriatrics & Gerontology International*, 18(3), 462-469.

Harada, K., Masumoto, K., Katagiri, K., Fukuzawa, A., Chogahara, M., Kondo, N., & Okada, S. (2018). Frequency of going outdoors and health-related quality of life among older adults: Examining the moderating role of living alone and employment status. *Geriatrics & Gerontology International*, 18(4), 640-647.

Masumoto, K., Yaguchi, T., Matsuda, H., Tani, H., Totsuka, K., Kondo, N., & Okada, S. (2017). Measurement and visualization of face-to-face interaction among community-dwelling elderly persons using wearable sensors. *Geriatrics & Gerontology International*, 17(10), 1752-1758.

Fukuzawa, A., Katagiri, A., Harada, K., Masumoto, K., Chogahara, M., Kondo, N., & Okada, S. (in press). A longitudinal study of the moderating effects of social capital on the relationships between changes in human capital and ikigai among Japanese older adults. *Asian Journal of Social Psychology*.

Fukuzawa, A., Katagiri, A., Harada, K., Masumoto, K., Chogahara, M., Kondo, N., & Okada, S. (in press). Social networks as a factor in volunteering among elderly Japanese with lower socioeconomic status. *Japanese Psychological Research*.

原田和弘・増本康平・片桐恵子・福沢愛・長ヶ原誠・近藤徳彦・岡田修一.(2018). 高齢者における近隣の坂道に対する認識と活動的な移動習慣との関連: 斜面市街地を対象とした検討. *運動疫学研究*, 20(1), 16-25.

河崎素乃美・谷口隆晴・増本康平・近藤徳彦・岡田修一.(2017). 交流ネットワークの構造変化に対するネットワークモデルを用いた統計的検定手法. *日本応用数理学会論文誌*, 27(2), 112-146.

河崎素乃美・谷口隆晴・増本康平・近藤徳彦・岡田修一.(2017). アクティブエイジングプロジェクトにおける住民交流ネットワークの解析, *応用数理*, 27, 13-20.