

国内研修 報告書

～なぜ北中城村では幸福に長生きすることができるのか？～

1. はじめに

本稿では、厚生労働省が発表した、平成 27 年国勢調査をもとにした全国市区町村別平均寿命において、2018 年に 3 回連続となる女性長寿日本一を記録した、沖縄県・北中城村にて行った研修の報告を目的とする。そして、本調査のグループテーマは、長寿の秘訣を明らかにすることとする。個人テーマは、「主観的幸福感」の高い高齢者の割合が、全国平均では 44%なのに対して 52%を記録したことのある北中城村から、高齢者になっても幸福感が高く包摂的なまちづくりの秘訣を明らかにすることとする。なお、同村は、大東建託株式会社が集計した「いい部屋ネット 街の幸福度ランキング 2022<九州・沖縄版>」にて 1 位を獲得しているため、幸福度の高さは高齢者だけに留まらない。

2. 長寿の秘訣

長寿の秘訣について高齢者の方に聞き取り調査を行ったところ、多くの人が「ユンタクすること」と答えた。ユンタクとは、沖縄の方言で「おしゃべり」のこと。「ユンタクしよう」と言って積極的にコミュニケーションを取る光景がよく見られるようだ。合同生年祝に参加されていたおばあちゃんにお話を伺うと、「ユンタクした方が元気になる」「元気になるためにピクニックに行く」とおっしゃっていたように、高齢者自身がユンタクの重要性を自覚し、集まって話をするための行動を起こしているのが印象的だった。なお、大城区の 55 歳以上の男性たちで結成された『花咲翁会』は、花と緑に囲まれた芸術の里づくりを進めており、男性の活動グループのロールモデルとして注目を集めているそうだが、これも活動そのものだけが目的ではなく、反省会と称してビールを飲むことも目的であり、「集まる」ということに価値を感じていることがわかる。

また、北中城村役場の福祉課長の喜納さんにインタビュー調査を行ったところ、従来の長寿大学の取り組みから方針を変え、近年は各自治体におけるサークル活動を推進する方針に舵を切ったと述べていた。介護支援に移行する前の予防活動に力を入れているようだ。サークル活動を「好きな場所で、好きな人たちと、週 1 回やってね」とお願いしているようだ。仕組みとしては、社会福祉協議会が各自治体にお金を渡し、住民による自主的な運営で成り立っているようだ。サークル活動の内容としては、ゲートボールや健康体操など多岐にわたる。なかでも、注目されているのが、毎週火曜日に和仁屋区で行われている「お茶飲みサロン」だ。運営は、和仁屋在住の女性たちを中心としたボランティアが、

4つの班が交代で月に1回レクリエーションを計画するという形態だそうだ。このサロンは、ボランティアメンバーが高齢者に手作りランチを提供しているのが特徴であり、ミニデイサービスの要素も持ち合わせている。「お年寄り地域で見守り支えていく」精神のもと活動しているようだ。実際に、『第四次 北中城村地域福祉計画』（平成29年3月）によると、地域で手助けをお願いしたい人は、「となり近所の人」（4割強）、「友人・知人」（4割弱）、「地域のボランティア団体など」（3割強）と高くなっており、高齢者側も地域の人に手助けを求めている。高齢者福祉となると、一方的な支援が主流になるなか「ゆいまー」の精神のもとで築かれた人間関係が福祉を担っているのだ。これらのことから、ユンタクを尊重した生活支援に力を入れ、高齢者が生きがいを持って長生きすることができる環境を作り上げていることがわかり、これが長寿の土台になっていると考えられる。そして、ユンタクやサークル活動を楽しむことが生きがいとなっているのだ。

3. 幸福感が高く包摂的なまちづくりの秘訣

ここでは、世間では社会的弱者の対象とされる「子ども」と「高齢者」を包摂し、幸福感を持つことのできるまちづくりの秘訣を明らかにする。

まず、「子ども」について考える。調査をしていたなかでも、住民が口を揃えて「子どもは宝」と言っていたのが印象的だった。また、決して子どもを弱者扱いをするのではなく、「未来を担う人」として扱っており、ひとりの「人」として尊重している姿勢が印象的だった。さらに、子どもがスーパー等で泣いているときに、都会では「うるさい」といった具合にマイナスな感情を抱いてしまう風潮にあるが、沖縄では「可愛い」と捉える人が多いというお話も聞いた。実際に、沖縄県は合計特殊出生率において連続で1位を記録している。それだけでなく、積水ハウスが作成した『男性育休白書2022』によると、沖縄県は男性の家事・育児ランキングで総合2位を記録し、夫の育休取得日数ランキングでは1位を獲得している。これらのことから、沖縄県では子どもを尊重し、子育てについても尊重していることがわかる。そのため、育休の取得しやすさがデータに表れているのだ。沖縄県には都会とは異なる独自の子ども観があるのだと考えられる。

そして、北中城村では県独自の子ども観に加えて、子育て世帯を支えている別の要素がある。福祉課長の喜納さんは、子育て世帯が移住してくる理由について「人のつながりが生むソフト面の住みやすさがあるから」と指摘していた。この、ソフト面の住みやすさこそが子育てのしやすさを補完しているのだ。支援者が一方的に支援をするのではなく、サロン活動等で積極的に交流の場を設けるといった支援を行っているが、子育てのしやすさの要因であるのに加え、幸福感をもたらす要因になっているのではないかと考える。

さらに、北中城村教育委員会は、地域の全ての大人が子どもたちの成長や教育に積極的に関わっていくことを誓う「かかわり宣言」を発表しており、2013年度の優れた「地域による学校支援活動」の推進で文部科学大臣表彰を受賞している。合言葉は、「わったーわ

らばーたー」「わったー学校」である。「わったー」とは「私たちの」という意味であり、「わらばーたー」とは「子どもたち」を指す。つまり、私たちの子どもたちであり、私たちの学校であるという考え方だ。各自治会や青年会、老人クラブ、商工会など村内の80団体以上が宣言に賛同し、村ぐるみで子育てに取り組もうという共通認識を持っているのだ。このように、村民に「私たちの」という所有意識を持たせられていることこそが、子どもを包摂し、尊重するまちづくりの秘訣ではないかと考える。

次に、「高齢者」について考える。聞き取り調査をするなかで、高齢者の方を「先輩方」と表現しているなど、目上の人や先祖を敬う姿勢が強いように感じた。社会福祉協議会の大城さんに、地域コミュニティの強さについてお話を聞くと「北中城村では旧暦文化が生きていて、先祖の先輩方が生きてきた証を大事にしている」ということをおっしゃっていた。加えて、2月6日は「ジュールクニチー（十六日祭）」であり、先祖のお正月であるから先祖供養を行うということも教えて下さった。これらを踏まえ、高齢者を包摂するまちづくりの根底には、先祖を敬う心があると考えられる。

沖縄県では、干支が巡ってくる年ごとにトゥシビー（生年祝い）を行う文化も存在する。トゥシビーの年である「カギマヤー」（97歳の誕生日）には、村がオープンカーに乗せてお祝いをするなど、長寿を村が盛大にお祝いしているようだ。



私たちはタイミングよく、熱田自治会の合同生年祝いを見学させていただくことができたが、「カチャーシー」という伝統的な踊りを老若男女問わずにイキイキと踊っている姿や、婦人会や青年会などの各団体もイキイキと余興を披露している姿が印象的であった。

（撮影：筆者・2.5）

このように、お祝いの場が参加者と高齢者を繋ぎ続け、長寿を村単位でお祝いすることが高齢者の生きがいとなるだけでなく、「村の宝」だという意識が芽生えることで、高齢者を敬う気持ちを再認する場になっているのではないかと考える。

また、北中城村では、役場が「美寿（ミス）きたなかぐすく」を就任するというユニークな取り組みを行っている。これは、選出された80歳以上の女性に、女性長寿日本一の北中城村を県内外へ広くPRし、村における催事や公式行事に参加するとともに、観光親善使節として観光のPR活動や、親善交流を担ってもらおうというものだ。役場だけでなく、アンテナショップでありながらも観光客が来ないという「しおさい市場」は、家庭菜園レベルでも規格外の野菜でも販売するというスタンスで運営しており、ここで野菜を売

ることが高齢者の生きがいとなっているようだ。納品時にユンタクを楽しむ光景も見られるそうだ。総じて、高齢者を敬っているからこそ、一方的に「やってあげる」のではなく、あえてタスクを与え、見守りながら一緒に取り組むことで、高齢者自身が存在意義や生きがいを見失わないようなサポートをしているのが特徴である。このおかげか、実際に、地域づくりへの参加意向のある高齢者の割合が、全国では56.95%なのに対し、北中城村では、63.6%とかなり上回っている。このように、地域に貢献することが高齢者の生きがいとなり、地域への帰属意識を高く持たせられていることこそが、高齢者を包摂し、幸福感を与えることができるまちづくりの秘訣ではないかと考える。

4. 考察

今回の調査では、なぜ北中城村では幸福に長生きすることができるのかという問いを立てて調査を行い、2, 3章を通して各々を明らかにした。調査を通して、そもそも、都会とは「幸福」の定義が異なるように感じた。現に、沖縄県は経済的には豊かではない。にもかかわらず、幸福だと感じている人が多いのは、沖縄県では幸福が経済によって左右されにくいということがわかる。つまり、お金を使って非日常を買わなくとも日常、すなわち日々の暮らしに満足しているのである。調査をしているなかでも、老若男女問わずイキイキと過ごしている姿が印象的であった。

北中城村で、全国平均をはるかに上回った「主観的幸福感」とは、P (Positive Emotion=ポジティブ感情)、E (Engagement=物事への積極的なかかわり)、R (Relationships=他者とのよい関係)、M (Meaning=人生の意味や意義の自覚)、およびA (Accomplishment=達成)の五領域で形成されるものである。高齢者自身が人とのつながりの大切さを自覚しており、ユンタクが盛んで、高齢者の生きがいづくりに手厚い北中城村だからこそ、上記の五領域が満たされているのではないだろうか。このように、個人がお金をかけずとも地域に住んでいるだけで幸福感に満たされる。そんなまちづくりの秘訣を明らかにすることができた調査であった。

5. まとめと今後の展望

今回の調査を通して、支援者による一方的な支援が利用者の幸福を支えているのではなく、「お互いさま」な関係性こそが利用者の幸福を支えているのだと実感した。それは、「ゆいまーる」の考え方が沖縄の福祉の根底にあるのではないかと思う。また、沖縄県は男性の育休の取得日数で1位を記録していたり、特に北中城村では高齢者が積極的にサロン活動に参加していたりと、他の地域と比べて、福祉における「利用しやすさ」が強みであるという印象を抱いた。この背景には、職場においても地域においても、良好な人間関係を築けていることが挙げられるだろう。いくら制度がより良いものであっても、利用す

ることができなければ意味がないため、基盤となる人間関係を良好にすることこそが、福祉における利用しやすさにつながり、「ゆいまーる」の福祉につながり、住民の幸福度の向上につながるのではないかと思う。今後も、「お互いさま」の福祉を実現させるための策を考えていきたい。

また、沖縄県独自の子ども観があり、「子どもは宝」「未来を担う人」という考え方があからこそ、今日まで伝統が受け継がれてきているのではないかと考える。伝統があることで、共通認識が生まれ、同じ方向を向くための方位磁石のような役割を果たしている。しかしながら、近年では伝統が途絶えてしまうことが危惧され、地域間の断絶が懸念されている。少子化等の影響もあり、地域によっては消失してしまうだろう。たとえ消失してしまったとしても、伝統に代わる方位磁石のような存在を創出することができるよう模索し、既に伝統が存在しない地域にも汎化していければと思う。北中城村におけるサロン活動は、方位磁石のような役割を果たしていると考えられ、いずれにしても、地域を単位として取り組むことが重要なのではないかと思う。

さらに、今回の調査では、幸福感が高く包摂的なまちづくりの秘訣を明らかにしたが、住民に帰属意識を持たせるには、地域における各人の存在意義を与えてこそである。そのため、地域での役割や生きがいを与えなければ帰属意識など生まれない。あくまで、住民に帰属意識を持たせられるかどうかは、地域を単位として主観的幸福感の向上に取り組むかどうかにかかっているのではないだろうか。そして、帰属意識が生まれたときに初めて、返報として地域に貢献したいという気持ちが生じると考えられるため、住民主体でまちづくりを行えるようにするためにも、まずは、地域住民の主観的幸福感を考えて働きかけていくべきだと考える。

今回の調査で、沖縄独自の子ども観があつて、子育てがしやすいということはわかったものの、子どもの自己肯定感を比較したときには、沖縄県の方が東京都よりも下回っていたのが印象的だった。子育て環境は整っていたとしても子育て環境は望ましいとは言えないのだろうか。沖縄県は、子どもの貧困率において全国1位を記録しており、子育てにおいて貧困は切っても切り離せない関係にあるため、今後は、貧困との関係性を踏まえながら子育て環境についても検討していきたい。加えて、沖縄県は「チャンプルー文化」であるが、今回の調査の対象には含んでいない「障害者」の方も包摂し、インクルーシブな地域社会を築きあげられているのかについても調査していきたい。

<参考文献>

1. 2022年12月14日、大東建託株式会社 『街の幸福度&住み続けたい街ランキング2022 <九州・沖縄版>』
https://www.kentaku.co.jp/miraiken/market/pdf/research/sumicoco/release_happiness2022_kyushuokinawa_20221214.pdf
2. 全国町村会 HP 『沖縄県北中城村／女性長寿日本一と世界遺産中城城跡の村』
<https://www.zck.or.jp/site/forum/13974.html>

3. 北中城村 HP 『美寿（ミス）きたなかぐすく』
<https://www.vill.kitanakagusuku.lg.jp/kakuka/fukushi/kourei/1293.html>
4. KITAPO(北中城観光ポータルサイト) 『大城集落』
https://kitapo.jp/spot/visiting/spot_ogusuku-settlement/
5. 積水ハウス 『男性育休白書 2022』
<https://www.sekisuihouse.co.jp/ikukyu/research/>
6. 平成 29 年 3 月, 第四次 北中城村地域福祉計画
<https://www.vill.kitanakagusuku.lg.jp/material/files/group/15/4thchiikifukushiplan.pdf>
7. 2014 年 2 月 28 日, 琉球新報 DIGITAL 『村ぐるみで子育て 北中城村「かかわり宣言」発表』
<https://ryukyushimpo.jp/news/preentry-220343.html> (2 月 26 日 現在)
8. 2018 年 9 月発行, 北中城村役場 企画振興課 『長寿の秘密』