

100年後も続く島づくり—限界島（集落）への挑戦—

桑原 直行 氏

いづはら診療所



要旨

わずか十数年後、対馬市全体の高齢化率は50%を越え限界集落(島)になると推定されており、島民は希望を失いかけている。高齢者が楽しみや生きがいがないと発言する地域に、子ども達が希望を持つことは難しい。医療や介護・福祉の整備だけではなく、住民の意識改革を進めた生きがいある「まちづくり」をすることこそ、真に健康寿命を延伸する地域包括ケアシステムと考えるが、若い人材や意識変化の乏しい地域では外部からの刺激も必要であり、一步進んだ地域内外の多様な人材が集う地域ごちゃまぜケアを行うことが必要である。そこで休耕地を再利用し島内外の子供・若者と一緒に高齢者が無理なく出来る範囲で助け合い、楽しみながら農業を行える場を作った。高齢者にとっては当たり前の事が実は貴重なものである事に地域の高齢者も見直す切っ掛けとなり、対馬独自の食材を作り、さらに第6次産業を創出する計画も動き出すなど、高齢化率の高い地域でも生きがいを持ち、主体的に生きることが出来るようになってきている。子ども達は自然とふれあい、農作業に参加することで環境保全の重要性や食の安全などを考える機会となり、多世代、他地域と交流することで地域の歴史や文化の意義を体験として学ぶ場となっている。このように島内外、そして韓国などの国外の人々もお互いを尊重し、学び、交流することでコミュニティ・ケアを実践する地域ごちゃまぜケアこそ、地方創生であると考えている。

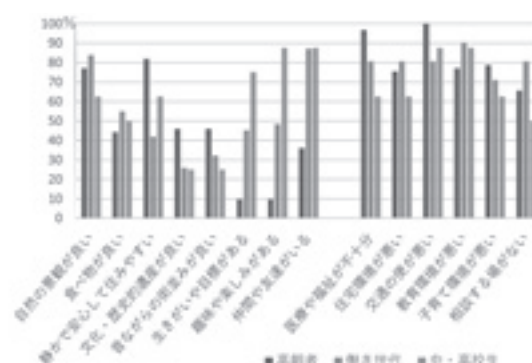
1.対馬の現状と対策

対馬市の高齢化率は現在35%で、十数年後には高齢化率50%を越え、限界集落(島)になると推定されている。これは悪夢ではなく、既に公共交通網が整備できず生活困難な地区が存在している。さらに高等教育機関がない対馬の子ども達は進学のため島外へ流出し、就職も近隣の大都市となるため、様々な職種で人材不足となっている。

高齢者は身体的能力低下を感じながら、独居や老々介護といった深刻な状況の中で孤独感と不安を抱えながら生活しているが、その生活を支える人材がいない。また働き世代は、子育てや仕事、人間関係、親の介護などの悩みを抱えているが、相談したり助けを求めたりする場もないため不安と生き苦しさを感している。こんな状況が続く限り、健康寿命を延ばすことにはならない。このような状況は対馬だけの問題ではなく、日

本全体の姿と言える。

(図1)



医療や介護・福祉の整備だけではなく、住民が生きがいを持ち、安心して暮らせる「まちづくり」をすることこそ、真に健康寿命を延伸する地域包括ケアシステムと考え、そのための意識改革と実践活動を開始した。

2.意識改革と地域ごちゃまぜケア

自分の終末期をどう過ごすのか考え、今日一日を生きがいをもって生き、100年後の対馬のためには今行動しなければならないことを島民に呼びかけている。しかし、対馬には何もないと具体的な行動には繋がらない。対馬独自の貴重なものが沢山あるのだが、島民にとっては昔も今も変わらない当たり前のものであり、その貴重さに気がつかず諦めてしまっている。そのため内部から意識を変えることは難しいのである。

対馬では以前から域学連携を行い、島外の高校生、大学生、研究者などのホームステイ受け入れを行っているが、この活動の手助けをしている島民は、対馬では当たり前のものが実は貴重なものである事を島外の人たちから逆に気付かされている。

このように人材が少なく、意識変化の乏しい離島では外部からの刺激が必要であり、地域完結にこだわらず、一歩進んだ地域内外の多様な人材が集う地域ごちゃまぜケアを行うことが必要であると考えた。

3.地域ごちゃまぜケアとしてのアグリパークプロジェクト

生きがいの1つとして農業を続けたいと思う高齢者は多い。しかし、体力の落ちた高齢者が農作業を一人で行うのは辛い。実際、対馬の耕地面積の35%が耕作放棄地となっている。そして耕作放棄地は様々な問題を引き起こす。放棄地で雑草や害虫が増えることで、周辺の農地に影響をもたらす。また中山間部の農地は人と野生動物の領域の緩衝地帯であるが、人の活動がない耕作放棄地の増加より野生動物の活動範囲が広がり、鳥類・シカ・イノシシによる集落の作物被害は避けられない。さらに保水機能、災害の緩衝地帯としての働きも失われてしまう。

そこで20年以上放置された耕作放棄地を、子供・若者と一緒に高齢者が無理なく出来る範囲で助け合い、楽しみながら農業を行える場に再生する活動を開始した。地域の元気な高齢者に指導してもらいながら島外の大学生や企業人も一緒になって、草を刈り、トラクターで耕す。子ども達も石や枝・根を拾うなど出来る事を行ってもらった。一人では大変な作業も、たくさんの有志が集まることで立派な畑に再生された。比較的痩せた土壌でも育つ蕎麦から栽培開始するが、対馬の蕎麦(対州そば)は原種に近い品種とされ、地理的表示

保護制度に登録されたものである。

このように集まる場が出来てくると、世代間の交流が始まる。高齢者も昔を回想し、対馬の良さや文化を伝承するとともに、子供の頃おやつ代わりに食べていた固有種のガラビ(山葡萄)、黄野いちご、サルナシなどが獣害に遭い失われつつあることに気付き始め、その保存とジャムや果実酒などの第6次産業を創出する計画が動き出した。子ども達は自然とのふれあい、食の大切さや環境保護の重要性を学んでいる。収穫祭においては蕎麦の脱穀を昔ながらの方法で行うなど、対馬の歴史・文化を親子で体験できる教育の場となり、対州そばを食べながら地区住民も島外の人たちも集い楽しみ、絆を深める場となっている。

また、プロジェクトに参加している関東の大学生も、自然と共生し、より良く生きる大切さに共感してくれている。学生自身も対馬で何が出来たかを考え行動しようと、他学部・他大学との繋がりを広げており、未来を創る人材に育っている。

4.考察と今後の展開

アンケート調査からも地元民は地元の良さを意外に知らない。そして年齢が上がるほど生きがいや楽しみを失っている結果となっている。地元から離れたり、外部からの人たちにふれあうことで初めて気がつくことも多いが、離島の高齢者は孤立しがちであり、島外と交流する機会は少ない。そのため積極的に島外支援者とふれあう場をつくる必要がある。

地域住民が外部支援者と繋がりながら、老若男女、病気や障がいの有無にかかわらず、生きがいある生き方を考え行動し、お互いを見守り、寄り添い、助け合うようなコミュニティ・ケアを実践する地域を目指し、このプロジェクトをさらに進めていく予定で、認知症の方、知的障がい者、介護施設入所者等のプロジェクト参加が決まっている。

継続的な活動をすることでお互いの健康状態を知ったり、普段の生活でも声を掛け合ったりすることで地域の見守りとなり、少子高齢化の進んだ地域でも安心して暮らせる社会へと成熟するであろう。

このように島内外、そして韓国などの国外の人々もお互いを尊重し、学び、交流することでコミュニティ・ケアを実践する地域ごちゃまぜケアこそ、地方創生であると考えます。