

考察「IKIGAI を活用した未来の地域づくり」について

○米田 則篤 （和歌山大学 産学連携イノベーションセンター URA 室）

1. はじめに

政府は令和 4 年 12 月に第 2 期「まち・ひと・しごと創生総合戦略」を改訂し、2023 年度を初年度とする 5 か年の新たな「デジタル田園都市国家構想総合戦略」が閣議決定され、併せて「都道府県まち・ひと・しごと創生総合戦略」及び「市町村まち・ひと・しごと創生総合戦略」の策定が周知された。

一方で、地方の人口減や高齢化それに伴う産業の衰退、まちの住みにくさ（過疎地などの公共交通機関の廃止、地域の個人商店や商店街の衰退、公共機関の統廃合など）など悪循環が続いている現状を鑑みて、今一度「持続可能な地域づくり」の重要性を考えてみた。

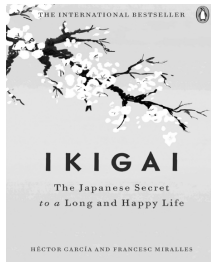
日本固有の概念である「IKIGAI」とは、個人の生活における充実感や意味を示す重要な要素として広く認識され、「好きなこと」「得意なこと」「社会が求めること」「報酬を得られること」これら 4 つの要素が重なり合うことで、個人にとっての「IKIGAI」が形成される。

高齢化社会や過疎化が進む地域社会において、個人の生きがいや地域の活力となり得る。

「IKIGAI」が個人の価値観と社会的ニーズを調和させ、持続可能な地域づくりにおいて中心的な役割を果たす可能性があると考え、この概念を拡張して個人ベースの「IKIGAI」から地域づくりやコミュニティの活性化に応用し、地域住民が共通の目的意識を持つことで、地域全体の発展に寄与する可能性があるのではと考え、本研究に取り組むことに至った。

2. 概要

◆「IKIGAI」（生きがい）とは

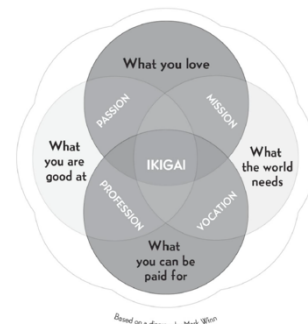


「生きがい」とは、生きることの喜び・張り合いや生きる価値を表す日本語だが、「Blue Zones(長寿地域)」の場所を特定した(Dan Buettner ら,2015) 4 つの地域の中の沖縄大宜味村で、長寿の理由の一つとして言及したことから 2000 年代以降の欧米で広く知られる概念(IKIGAI)でもある。

IKIGAI の概念は、個人が何を大切にし、どのように人生を充実させるかを示す。以下の 4 つの要素から成り立っている。

1. 好きなこと；自分が心から楽しむ活動。
2. 得意なこと；自分のスキルや才能を活かせること。
3. 世の中のニーズ；他人に喜ばれることや社会的に求められること。
4. 報酬を得られること；経済的な見返りがある活動。

これらの要素が交差する部分に、個々の IKIGAI が存在するとされる。IKIGAI は、長寿や幸福感とも関連しており、人生についての指針となることが多い。



◆まち・ひと・しごと創生総合戦略「地域創生」の取組事例

・長野県佐久市「健康長寿のまち」

佐久市は 1950 年代より予防医療に取り組んできたことにより、平均寿命が高いことや一人当たりの国民健康保険医療費が低く抑えられていることが強みでした。しかし、それを地域経済の活性化に結び付けられていない、という課題があり、「健康長寿のまちとしてのブランド確立」「保険サービスとヘルスケア関連機器の輸出」の 2 つの施策を打ち立て、地域活性化を目指している。

・岡山県西栗倉村「ベンチャー支援」

西栗倉村は、村が一括管理する人工林を地域資源としている。その人工林を整備する過程で生まれる材を活用し、30 以上のローカルベンチャーが誕生したが、起業後の個々のベンチャーへのフォローが不十分なことが課題になっていた。そこで、移住から創業、運営、

事業拡大までを一貫してサポートする仕組みを作る、「森林組合や木材流通事業者、行政等が連携して「百年の森林センター（仮称）」を新設。森林資源量の把握から伐採、製品販売までを効率的に行う木材供給体制を整えていく」などベンチャーの働きを促進させる取り組みを行っている。

- ・滋賀県ほか「琵琶湖を中心とした滞在型観光の推進」

滋賀県は観光入り込み客数が全国 1 位、インバウンド観光各数の増加率が全国 2 位（いずれも平成 26 年）でありながらも、日帰り観光客が約 93%であることが課題であった。そこで 1 県 4 市が連携し、環境整備は行政が行い、その後の自転車メンテナンスや観光客の受け入れ態勢整備などの観光ビジネスについては民間が主体的に取り組むことで、官民連携の取り組みを行なっている。

◆課題と未来学的視点

それぞれの地域が抱える社会課題に地域資源をうまく活用して、解決する取り組みが全国で行われつつあるが、顕在的な個別課題対応だけでなく、「MECE(Mutually Exclusive and Collectively Exhaustive)=モレなく、ダブリない」な潜在的な関連課題も含めた、根本的で包括的な課題解決が持続可能な未来の社会形成に不可欠である。不確定要素が多い「VUCA」時代において、未来を見据えるのは困難ではあるが、本質的な「地域の寛容性と社会全体の幸福 (hedonic & eudaimonic Well-being)」を常に考え、「変動性」や「曖昧性」に常に対応することで、あるべき地域の未来作りが出来るのではと考えている。

3. まとめ

沖縄県大宜味村の高齢者とのインタビューで「Ikigai: The Japanese Secret to a Long and Happy Life」の著者であるエクトル・ガルシア氏らは、健康で活動的な高齢者に共通するのは、それぞれが生きがい、つまり生きる価値のある何かを持っていることです。「生きがいは何かと尋ねると、友人、ガーデニング、アートなど、明確な答えが返ってきました。「誰もが自分の生きる情熱の源が何であるかを知っており、毎日忙しくそれに取り組んでいます」

また、高齢者だけでなく、若者にも生きがいは広がっています。2021 年に 21 カ国で行なったユニセフの調査では、若者（15～24 歳）の約 36%が、緊張したり、心配したり、不安になったりすることが多いと回答し、19%が落ち込んだり、物事に興味がなくなったりすることが多いと答えました。「子どもの頃、私たちはみんな将来何になりたいか考えていましたが、若いうちから自分の生きがいについて考えることも重要です。もし私が若い頃に生きがいについて知っていたら、私の人生は違ったものになっていたでしょう。」とコメントしている。「生きがい」という言葉とその啓発的な性質が世代を超えて広まれば、「生きがい」は豊かで充実した人生を表現する普遍的な言葉としてさらに進化するかもしれない。

社会全体の幸福 (hedonic & eudaimonic Well-being) を目指す新たな「未来の地域づくり」にこの概念を適応することで今までにない新たな可能性があると考えている。

またこれから本研究を進める上で、共感して頂ける研究者や自治体の方々のご協力と様々なご意見を伺いたいと考えている。

【参考文献】

- 1) 「Ikigai: The Japanese Secret to a Long and Happy Life」 Héctor Garcia and Francesco Miralles ,2016
- 2) 「The Blue Zones: areas of exceptional longevity around the world」 Poulain M, Herm A, Pes G, 2013
- 3) 「Ikigai: The Japanese Secret to a Joyful Life」 JapanGov KIZUNA Linking Japan and the World, 2022
- 4) 「地方版総合戦略の策定等に向けた 人口動向分析・将来人口推計の手引き」 内閣官房デジタル田園都市国家構想実現会議事務局 内閣府地方創生推進室 2024
- 5) 「On the Concept of Well-Being in Japan: Feeling Shiawase as Hedonic Well-Being and Feeling Ikigai as Eudaimonic Well-Being」 Michiko Kumano, 2017