

中山間地域を対象とした若者の「生きがい」に関する研究

—四万十町十和地区を事例として—

1210556 山田 彩

高知工科大学 経済・マネジメント学群

1. 概要

近年の日本では少子高齢化が進んでおり、特に地方の中山間地域では地方都市に比べ少子高齢化が急激に進んでいる。少子高齢化が進んでいく中で、効果的な移住定住政策が必要であり、特に、若者の定住を増やしていくことが求められる。今回研究の対象とした高知県四万十町では、対策事業として、「移住定住政策」に力を入れ、移住者を増やすべく様々な支援を行っている。そのような積極的な取り組みで移住者が増えているのが現状である。

そこで本研究では、移住者や地域住民にヒアリング調査を行い、若者が四万十町に住み続ける要因や若者が求めていることを明らかにし、中山間地域に住む若者の生きがいを見出す。そして、少子高齢化が進行している過疎地域に若者を呼び込む方法を見出す。

2. 背景

近年日本の各地において、少子高齢化による人口減少が起きている。中山間地域では、高齢化が進行していき若者が減少することにより、後継者問題につながり、地域の衰退、さらには消滅の危機に発展する。そのため、地域に若者を増やしていくことが求められている。

本研究で対象とした高知県四万十町十和地区は、中山間地域の中でも多くの若者が在住して、その地で働いている。そのような若者が多いと言うことは、十和地区には若者が住みやすい環境があるということである。

そこで私は、なぜ十和地区に若者が集まるのかを明確にし、中山間地域に在住している若者たちは、何を「生きがい」としているのかを把握することができれば、過疎地域への移住政策が効果的に実施することができると考えられる。

樋口恵一・安藤良輔・福本雅之(2016)の「高齢者の活動と生きがい意識の関係性分析」によると、「生きがい」とは、生

きている実感や喜び、充実感、張り合い、自己実現などの概念により表現されている。また、仲正人・山本努(2015)「過疎地域における高齢者の生きがいとその要因に関する考案」では、社会との関わり合い(社会活動)や、家族との触れ合いや友人、知人との付き合いなど、人との関わり合いが大きな影響を及ぼすことと示されている。

このように、中山間地域の高齢者の生きがいに関する研究は多くみられたが、中山間地域の若者の生きがいについての研究は少ないと感じた。高齢化が進んでいく中で、高齢者の生きがいや現状を把握することは重要なことであるが、中山間地域への若者増加を目指すためには、もっと若者に目を向けることがより重要であると考えられる。

このことから、若者の定住を増やし、地域活性化につなげていくために、中山間地域の若者の「生きがい」に着目し、若者が住みたいと思える地域環境を築いていくことが求められる。

3. 目的

本研究では、四万十町十和地区を対象として、在住している若者たちが思う地域の理想像や「生きがい」となる要因を明らかにすることで、中山間地域に若者が定住できる地域の在り方を提案する。

そして、今後の地域移住政策における若者の生きがい形成手法の一案を提示していく。

4. 研究方法

本研究は以下の手順で行う。

- ① 既存の論文調査や統計調査をもとに四万十町十和地区の現状を調査し、整理する。
- ② ①より得られた情報から、中山間地域の生きがいを見出

し、ヒアリング項目を作成する。

- ③ 四万十町十和地区をフィールドとして、在住している若者(20～30代)の方々にヒアリング調査を実施する。
- ④ ヒアリング結果より、若者の生きがい感や、十和地区での生活の現状を明らかにする。
- ⑤ ④より、中山間地域の若者の生きがいとなる要因を見出し、若者が求める地域の在り方を提案する。

5. 地域の概要

5-1 四万十町の概要

四万十町は、高知県高岡郡に属し、平成18年3月20日には高知県の窪川町、大正町、十和村が合併した町である。本町東部(窪川地域)は、中央部を南流する四万十流域の標高230mの高南台地に位置し、約2,000haの農地が広がっている。本町中部(大正地域)は、旧幡多郡の北部「北幡地域」に位置し、平野は四万十川、梶原川沿いにわずかに見られるが、そのほとんどを山林が占めている。本町西部(十和地域)は、地区の中心部を東から西に四万十川が蛇行して流れ、流域沿いに農地が点在しているが、総面積の約9割を山林が占めている。

位置は、東から西に流れる四万十川の中流域にあり、東南部は土佐湾に面している。町域は東西43.7km、南26.5km、総面積642.28km²であり、そのうち林野が87.1%を占め、田畑は4.8%を占めるに過ぎない。集落の多くは四万十川とその支流の河川沿いや台地上にあり、一部は土佐湾に面する海岸部にある。

人口は16,622人で、8,376世帯である。(2020年4月)国勢調査により総人口の減少にともない、生産年齢人口(15-64歳)、年少人口(0-14歳)ともに減少しており、人口減少・高齢化が進んでいる。

5-2 十和地区の概要

十和地区は、四万十町の西部に位置している地区で、総面積の約9割を山林が占めている。人口は2,567人で、1,242世帯である。

十和地区では、おかみさん市や道の駅などで様々なイベントを行っている。

おかみさん市は、四万十町十和地区の生産者が集まってできた、生産者の方々の株式会社である。野菜の出荷販売を中

心に、バイキングやツアーなどの企画、加工品の開発販売、IS014001という安心安全野菜の取り組みなども精力的に行っている。

また「道の駅四万十とおわ」では、高知県初となるジップラインが2020年6月27日にオープンされた。往路は四万十川対岸まで川舟で移動日本最後の清流を見て触って感じ、復路は対岸デッキから道の駅まで全長約220mのワイヤーを滑降り、四万十川を上空から鳥のように眺める景色は絶景である。

このように十和地区では、人を呼び込むために様々なイベント活動を行っている。

6. 四万十町の政策

6-1 福祉政策

少子高齢化が進行している四万十町では、様々な福祉政策が行われている。高齢者福祉サービスでは、軽度生活支援事業、高齢者等外出支援事業、生きがいサロン・ふれあいサロン、配食サービス、在宅介護手当、認知症の人と家族の会などがある。さらに高齢者支援だけでなく、育児支援も行っている。子育て支援サービス、地域ぐるみの子育て支援、経済的負担の軽減、子育てについて学ぶ環境の整備、親と子の健康の確保及び増進育児相談、などの支援がされている。このように様々な支援が充実している。

6-1 移住定住政策

四万十町では、移住定住政策に力を入れており、平成28年に合併後初の転入超過を実現し、平成29年度の移住者数は190人にのぼった。それは、移住定住における四万十町ならではの取り組みがされているからである。移住定住補助制度の整備、地域おこし協力隊制度の積極的な活用、四万十町東京オフィスの開設などの政策がされている。この中でも、地域おこし協力隊制度の活用特に力を入れている。地域おこし協力隊の任期を終えられた方の定住率は約76%であり、この数字は全国平均でも高いほうである。

6-2 移住支援制度

四万十町には、住むためのさまざまな移住支援がある。一つは、いきなり住むには不安という方に1~3か月の「お試し滞在施設」である。1か月1万円の家賃で、四万十町の生活を一時的に体験することができる。また、じっくり住んでみた

い方に2年間じっくり生活体験できる「移住支援住宅」がある。部屋の広さにより1か月2.3万～3.8万円の家賃で、四万十町の生活を体験することができる。さらに、最長12年間契約の「中間管理住宅」がある。町内の空き家を町が改修し、賃貸住宅として貸し出している。1か月1万円台～3万円台の家賃で、2年毎の更新で最大12年まで住むことができる。そして、最長3年契約の農地つき住宅の「クラインガルテン四万十」がある。ドイツ発祥の滞在型クラインガルテン（市民農園）で、年間291,600円～432,000円の利用料で、1年毎の更新で最大3年まで住むことができる。

このような取り組みが、四万十町へ移住者を呼び込む結果となっている。そこで移住者が住む続ける理由と、定住する人の生きがいとなっている要因を調査していく。

7. 移住・定住者への実態調査

7-1 ヒアリング項目作成

四万十町十和地区の特性と、既存研究から「生きがい」を導き出すヒアリング項目を作成した。以下にヒアリング項目を示す。

◎移住・定住する理由

◎生活の現状（職場、地域活動・コミュニティなどに対して）

◎今後の目標

◎地域の理想像

◎地域の活動内容

◎生きがいを感じる時

→何をしているときが楽しいか、幸せか

◎地域の魅力

◎地域の課題

7-2 ヒアリング調査実施

四万十町に在住している若者で移住者（Iターン）やUターンの方々、「生きがい」となる要因をヒアリング調査によって明らかにする。

◎ヒアリング調査概要

実施日：2020年12月1～3日

実施方法：ヒアリング方式

対象者：20～30代の四万十町（十和地区）在住の人

時間：一人30分程度

8. ヒアリング結果

ヒアリングに協力して頂いた人は、四万十町外（高知市、香川、徳島、神奈川、山口、大分）からの移住者が7人、Uターンが5人で、合わせて12人の在住者にヒアリングを行うことができた。

8-1 移住定住について

まず初めに、移住者に対して移住した理由、四万十町（十和地区）を選んだ理由、定住する理由の3つに分けて整理する。

◎移住した理由

- ・移住した友人の影響
- ・地域系の仕事がしたかった
- ・都会が好きではなかった
- ・高知が好きだった
- ・移住セミナーで面白そうと思った

◎四万十町（十和地区）を選んだ理由

- ・この場所なら自分のやりたいことができる
- ・インターンシップで田舎暮らしをしてみたいと思った
- ・授業で話を聞いて面白そうと思った
- ・協力隊の募集を見て

◎定住する理由

- ・持家があるから
- ・地域の人のつながりがある（人間関係）
- ・都会に戻りたいと思わない
- ・移住したからには住み続けたい
- ・子育てに良い環境である

以上のことから移住者は、ちゃんと目的意識をもって自分の意志で移住してきていることが分かった。

次に、Uターン者になぜ戻ってきたのか、定住する理由について整理する。

◎なぜ戻ってきたのか

- ・地元が良いと改めて思った
- ・地域に育ててもらったから（近所の人、学校など）
- ・地元でゆっくり過ごしたいと思った
- ・最初から帰ってこようと思っていた
- ・地元が好き

◎定住する理由

- ・実家があるから(地元だから)
- ・地元で活躍したい
- ・この地域を守っていききたい、次世代にも繋げていききたい
- ・地元の安心感
- ・幼少期からの知り合い
- ・自分の好きなこと(アウトドア)ができる
- ・子育てにも環境が良い(理解し合える)

以上のことから、地元ということから安心感や昔からの付き合いなどが、定住している理由ということが分かった。

8-2 生きがいについて

◎生活の現状

- ・充実している
- ・子育てで精一杯、忙しい
- ・やりたいことがたくさんあり、充実はできていない
- ・時間が欲しい
- ・充実はしているが、満足はしていない
- ・同じフィールドにいる町民と関わることに偏っている

⇒十和地区に住む人たちのほとんどの人が、今の生活に充実しているということが分かった。

◎今後の目標

- ・職場でのスタッフさんのメンタルケア
- ・絵本を作りたい
- ・忙しさにとらわれない
- ・余裕をもって過ごす
- ・地域のものをみんなに知ってもらう(県外に発信)
- ・生産者に還元する
- ・子供たちが一人立ちするまでにお金を稼ぐ(子育て)
- ・職場でもっとしっかりしないといけない
- ・好きなことと稼ぐことを両立させる
- ・商品作り、開業
- ・人を集めて何かしたい
- ・地域(町)をもっと盛り上げる
- ・自己開示
- ・野菜作り(家庭菜園)

⇒十和地区の若者は自分のやりたいことや、趣味などを持っている人が多く、それを達成できるような環境であると考ええる。

◎地域の理想像

- ・一人一人の夢をかなえられる町にしたい
- ・持続可能な社会を四万十から提案していく
- ・近所の人と助け合う、人との距離感
- ・もっと若者を増やしたい
- ・働く場所、若者への選択肢を増やす
- ・子供が県外に出たとしても帰って来たいと思える地域
- ・適度に賑やかな地域
- ・地域全体でお客さんをおもてなす
- ・誰とでもぎくしゃくしない、認め合える関係
- ・コミュニティスペース

⇒若者たちはより良い人間関係を築いていき、地域の人とのコミュニケーションの場を求めていることが分かった。

◎地域の活動内容

- ・地区の祭り(小さい祭りが多い)
- ・四万十川祭り
- ・川掃除(ボランティア)
- ・子供の繋がりが出ないといけない
- ・婦人会
- ・村民運動会、駅伝大会

⇒四万十町は地区ごとに祭りやイベントなどが行われており、ヒアリングしたほとんどの人が参加していた。

◎生きがいを感じる時

- ・家族との時間
- ・好きなことをしているとき(音楽、アウトドア、和太鼓、料理、家事など)
- ・人から助けを求められる、頼られる
- ・日常ではない、刺激を得たとき
- ・子供たちが元気である(子育て)
- ・自分自身の向上
- ・自分の子に限らず、他人の成長
- ・人との交流、コミュニケーション(友達と会う)

⇒自分の好きなことや人とのコミュニケーションが生きがいに強く影響している。

◎地域の魅力

- ・自然が多い
- ・食べ物が美味しい
- ・活気がある

- ・ 過ごしやすい、穏やか
- ・ 高齢者が元気
- ・ 人との助け合い、つながり、良い距離感
- ・ 手に職を持っている人が多い、
一人一人の能力のレベルが高い
- ・ 人が少ない分、適材適所が自然とできている
- ・ 昔からの歴史が残っている
- ・ 毎日刺激的で飽きない
- ・ 地域全体で子育てしているみたい(子育てしやすい)
- ・ 物々交換が多い、情報交換し合う

⇒十和地区には、このように様々な魅力があり、周りの人の暖かさやつながりで生活しやすい環境ができていると考えられる。

◎地域の課題

- ・ 小児科を増やす
- ・ 自己中心的な人が多い(自分の利益を優先)
- ・ 今の時代に合っていない部分がある
- ・ 協力隊任せになっている(人任せ)
- ・ 一人一人が無関心なところがある
- ・ 決まった人しか参加しない
- ・ 人と物の大切さ
- ・ 若い人が田舎を好きになってほしい
- ・ 昔からいる人たちが新しいものを嫌う
- ・ 空き家が多い(移住者より今いる人たち、家族を優先してほしい)

⇒十和地区には子持ちの家族が多いということであるから、今いる人たちの現状をしっかりと把握することが必要だと感じた。

9. 考察

9-1 若者の生きがい要因の抽出

以上の結果を整理していくと、まず移住者関係なくヒアリングした人全員が、趣味や好きなこと、自分のやりたいことなど目標を持っていた。それに伴い、今の生活に充実しているという意見ばかりであった。その中でも移住者の方が明確な目標を持っていることから、移住者はしっかりと目的意識を持って移住してきていることが分かる。このように、趣味や目的意識を持つことで充実し、生きがいを感じるというこ

とが考えられる。そこで、四万十町十和地区には若者の「生きがい」となる要因があることが分かった。その要因とは、自分の好きなことや目標を達成できるような環境であることや、周りの人たちとのつながりや信頼関係があることである。また十和地区は、四万十川、沈下橋、竜王の滝、キャンプ場など自然が多いためアウトドアや祭り、イベントなどの活動が盛んである。このような活動が多いことから、より地域の人たちの交流や繋がりが増え、「生きがい」につながるとともに、地域の活気や子育てしやすい環境、毎日が刺激的で飽きない、などの地域の魅力も若者の「生きがい」や移住定住につながっていると考えられる。

以上のことが、四万十町(十和地区)に若者が移住・定住する要因になっていると考える。

次に若者が思う地域の理想像は、やはり地域の人とのコミュニケーションと、より良い人間関係を築いていきたいという意見が多かった。ただ単にコミュニケーションをとるのではなく、人の意見を尊重し、お互いを認め合えるような関係を築いていくことが必要だと考える。四万十町十和地区は、高齢者と若者の距離感が近く、交流が多いと感じた。このように中山間地域は、世代を問わず交流を広げていくことが重要だと考える。

9-2 若者の生きがい形成手法の提案

十和地区には、課題もたくさんあることが分かった。移住政策はもちろん大切であるが、移住者を呼び込むことばかりではなく今住んでいる人たち、家族のことも把握しながら移住政策に取り組むことが重要だと感じた。また、住民がやりたいことが沢山あることはとても良いことだが、それを他人任せにするのではなく、自分でも努力しながら周りとも助け合って取り組むことが達成感にもつながるのではないかと考える。これらをまとめると、やはり地域住民とのコミュニケーションが足りないと考える。その中でも若者同士のコミュニケーション不足と考えられるため、若者が集まるイベント活動を積極的に行うべきだと考える。

そしてヒアリング結果を通して、移住者と地元の人とで大きな意見の違いはないことが分かった。このことから、移住者は地域住民と同じ気持ちや、明確な目的がなければ地域に馴染めないと考えられる。地域に馴染むためには、地域住民とのコミュニケーションの場所を設けることが必要と考える。

このようなことから、今後の若者の生きがいを形成していくために、積極的に地域住民とのコミュニケーションの場を設けて住民同士の信頼関係を築いていくことが求められる。地域の魅力を外に発信していくとともに、在住者に向けての情報発信もしていくことが必要とされている。さらに、若者が集まるイベントを開催することで、若者同士やすべての人とコミュニケーションを図ることを望む。

10. まとめ

本研究のまとめとして、以下のようにまとめた。

- ・十和地区の若者たちは、地域の人とのコミュニケーションと、より良い人間関係を築いていくことを求めている。
- ・十和地区には、地域の人との距離感や助け合い、信頼関係があることから、自分たちがやりたいこと、目標を達成できるような環境である。そのような環境であることから、若者の「生きがい」や若者が居続ける要因となっている。
- ・在住している人たちを最優先に考えて、現状を把握する。そこから良い人間関係を築き、どんな人でも受け入れる環境を創り出し、移住定住政策により力を入れていくことを望む。
- ・中山間地域の移住政策における若者の生きがい形成手法として、積極的にコミュニケーションの場所を設けるとともに、地域の人たちとの信頼関係を築いていくことで若者の「生きがい」を形成していく。そして若者同士のコミュニケーションを図るために、若者が好むイベントや自然を活かしたアクティブなイベントなど、若者同士が交流できる活動を積極的に行うことを提案する。

11. 謝辞

この研究を卒業論文として形にすることが出来たのは、お忙しい中、親身にヒアリング調査にご協力していただいた株式会社とおお刈谷貴泉氏、四万十ドラマの方々、四万十町十和地区在住の皆様のおかげです。協力していただいた皆様へ心から感謝の気持ちと御礼を申し上げたく、謝辞にかえさせていただきます。

また、本研究を進めるにあたり、ご指導を頂いた卒業論文指導教員の馬淵先生に感謝申し上げますとともに、日常の議論を通じて多くの知識や示唆を頂いた馬淵研究室の皆様にも感謝いたします。

12. 引用・参考文献

- [1] 生きがいについての既往研究
 - ・樋口恵一・安藤良輔・福本雅之(2016)「高齢者の活動と生きがい意識の関係性分析～豊田市の中山間地域におけるケース・スタディ～」
(最終閲覧日：2021/1/25)
 - ・仲正人・山本努(2015)「過疎地域における高齢者の生きがいとその要因に関する考案～中国山地集落を事例にして～」
(最終閲覧日：2021/1/25)
- [2] 地勢・概要 | 四万十町役場
<https://www.town.shimanto.lg.jp/info/outline.php>
(最終閲覧日：2021/2/1)
- [3] 四万十町人口
[kouchi.pdf \(kokudo.or.jp\)](#) (最終閲覧日：2021/2/12)
[untitled \(env.go.jp\)](#) (最終閲覧日：2021/2/12)
- [4] 福祉政策
 - ・[四万十町役場 \(shimanto.lg.jp\)](#) (最終閲覧日：2021/2/12)
 - ・[第4次高齢者保健福祉計画 \(shimanto.lg.jp\)](#) (最終閲覧日：2021/3/1)
- [5] 移住定住支援制度
[「人が残る、生活ができる」環境を整え“わがまち”に人を惹きつける | 自治体通信 Online \(jt-tsushin.jp\)](#)
(最終閲覧日：2021/2/12)
- [6] おかみさん市概要
<http://user.j-connect.net/okamisan/co>
(最終閲覧日：2021/2/12)
- [7] 道の駅とおわ
<http://shimantotowa.com/40010/>
(最終閲覧日：2021/2/12)