

## 居場所とウェルビーイング

第7回

# ウェルビーイングの心理的・社会的側面を踏まえた居場所づくりが重要

全国こども食堂支援センター・むすびえ理事長 湯浅 誠



先日、朝日新聞社などで構成するウェルビーイングアクション実行委員会主催の「ウェルビーイングアワード 2024」で活動・アクション部門のグランプリを受賞した。ありがたいことだ。受賞団体は「むすびえ」だが、評価されたのはこども食堂だ。より正確には、1日あたり5件ずつこども食堂を立ち上げ続けていくような日本中の市井の人々の営みが評価されたのだと受け止めている。

### こども食堂は「食べるだけではない」

食堂というからには食べるところだが、運営者は口をそろえて「うちは食べるだけではない」と言う。「居場所でもある」と言いたいのだ。食べることをきっかけにして、人と人との交流やつながりを創り出そうとしている。そこがファミリーレストランやファストフードとの違いだ。食べる点では両者に区別はない。だがファストフードで店員に「最近はどう？」と聞かれることはないし、隣席の人たちと話し始めることもない。居場所は、短時間で客を回転させるビジネスモデルの逆を行くところに生まれる。長く滞在し、だらだらとしやべり続けていてもらうことを運営者は喜ぶ。

社会的居場所の必要条件の一つは、時間集約性が高いという点にある。これは長い間評判がよくなかったし、今でもよくはない。端的に言うと「効率が悪い」「生産性が低い」と評される。行



ウェルビーイングアワード 2024の授賞式の様子=むすびえ提供

政は、そのような批判を受け続けてきた組織体の代表格でもある。この評価基準が強固であるため、「働き方改革」も効率よく働き、生産性を高くすることだという解釈に引っ張られる。人間らしく働き、多様な生活経験をして、そこで得られた広い視野を職務に反映させることが結果的に生産性を高めるのだという回路は脇に追いやられがちだ。

しかし「効率よく、生産性高く」と唱え続けることが本当に高い生産性につながるのか、人間の心理を考えると疑問だ。「上」が効率性を強く言う中で、うつが増え、不登校や休職者・離職者が増え、タイムパフォーマンス（タイパ、時間効率）重視の受け身社員が増え、結果的に生産性の源となるやる気と創造性をそぎ落としてしまったのが日本の「失われた30年」ではなかったか。

ウェルビーイングは、バイオ・サイコ・ソーシャル（身体・心理・社会）の3次元で健康を捉えることが重要といわれる。そこには身体レベルだけで健康を捉えてきた「医療モデル」への反省がある。医者は患者を全人的に診るのだといわれつつ、患部の治療に特化した医療が進められてきた。

ゆあさ・まこと 1969年生まれ。東京大学在籍中にホームレス支援を始め、2009年から通算3年間に閣府参与。14-19年まで法政大教授。18年に全国こども食堂支援センター・むすびえ理事長に就任。19年から東大特任教授。社会活動家。

先端医療の研究開発も含め、それは絶対的に必要だと認めつつ、同時にそれが心身の健康の十分条件とは限らないとも認めることが、ここで言う「反省」の核心だ。不眠で悩む患者に地域活動への参加を処方したりする「社会的処方」が英国で注目されるようになったのも、この文脈にある。

### 高齢者分野での教訓を居場所づくりに生かす

もっと身近な例もある。2000年の介護保険施行後、国は軽度者が多いことに気づき、06年に介護予防事業を制度化した。この際の政策的アプローチは「二次予防」、つまり集団検診と同様の発想で、ハイリスク者を早期に発見し、早期対処するものだった。全国で介護予防体操教室などが開かれ、特定の高齢者に参加が呼びかけられた。しかしやってもやっても効果は上がらず、逆に「俺はそんなところに行くほど弱っていない。バカにするな」という拒否的反応を示す高齢者さえ現れてしまった。結局、「通いの場」という高齢者全体に開かれた住民主体の居場所づくりを支援するアプローチ（一般介護予防事業）に15年に転換した。

直感的には集団全体からハイリスク者を抽出し、個別に施策を打つほうが効率的だ。だが、そこに行けば弱った人と見なされ、一方的に支援される側に立たされることに、人は抵抗感や反発を覚えるという心理的次元、また生活に余裕のない人ほどそうした場に出向く時間的・精神的余裕もないという社会的次元を十分に踏まえていなかった。

それに対し、誰もが参加できる「通いの場」にはスティグマ（烙印）<sup>ちやくいん</sup>が付きにくい。そして、誰もの中にはハイリスク者も交じる。ハイリスク者が「私、ハイリスクです」と告白せず、自覚すらしていなくても、当人にアプローチできるのが、このポピュレーション・アプローチの強みだ。

その究極が「ふつうに暮らしているだけで健康になれる街づくり」とも形容される「ゼロ次予防」の発想だ。世界保健機関（WHO）が「primordial prevention」（根本的な予防）と言い、「予防の最も新しい概念」と表現したのが06年。そのテキストには「残念ながら、ゼロ次予防は、まだその意

義が十分認識されていない状況」とも記されている。だから06年に制度化された介護予防事業がその問題意識を持てなかったのは致し方ない。

しかし、24年の現在は違う。高齢者分野での教訓が「こどもの居場所づくり」に生かされなければならない。24年度は、翌年度から施行される「子ども子育て支援事業計画」の策定年度に当たる。多くの自治体が国の「こども大綱」を踏まえつつ、子どもの貧困対策計画も含めた計画づくりを構想しているはずだ。不登校、ヤングケアラー、医療的ケア児、虐待・いじめ、低所得・貧困などに対し、「誰がその課題を抱えているのか」「それは何人いるのか」「何をすれば対処したことになるのか」「それによるKPI（評価指標）をどう立てるのか」を考えるだろう。

### 人間の心理を踏まえ、ゼロ次予防も考慮

一方で、それはハイリスク・アプローチ偏重になっていないか、こどもたちの心理的次元は十分に踏まえられているか、ポピュレーション・アプローチは併せて検討されているか、ゼロ次予防の概念は考慮されているか、という点も重要だ。こども食堂を貧困対策に引き寄せれば引き寄せるほど、多くの大人を行かせにくくなり、こどもは行きにくくなる。その心理を踏まえているだろうか。

こうした気づきは、人と人とのつながりや交流、あえて言えばその中の雑談のようなやりとりから「なるほど、そう感じるものなのか」と実感し、その実感が積み重なって自分の体幹をつくり、それが言葉や文章に反映して施策として結実する。

公務員にはそれができる。雑談の中にヒントがある（かもしれない）とは、なんとも非効率な話だが、「市民目線」「市民感覚」はタイプが悪く、時間集約的に身につけるものだ。それを生み出すのが「働き方改革」だ。狭い効率性に近視眼的にとらわれることなく、真の効率性と生産性を時に非効率の中に見いだすこと。居場所とウェルビーイングを考えることは、自身の働き方、暮らし方、生き方を考えることであり、それを外や脇に置いて作られた事業や計画に魂はこもらない。 **G**

## 日経グローバル

編集・発行 日本経済新聞社

発行人 田口正則 編集長 浅山 章

〒100-8066 東京都千代田区大手町1-3-7

<http://www.nikkei.co.jp/rim/glweb/>

ISSN 1349-4880 ©2024

### ■編集部へのご連絡は

TEL 03-6256-2313 FAX 03-6256-2980

e-mail [chiiki@nex.nikkei.co.jp](mailto:chiiki@nex.nikkei.co.jp)

### ■ご購入のお問い合わせは

日経BPマーケティング読者サービスセンター

(営業時間は平日9:00~17:00)

TEL 03-5696-1124 FAX 03-5696-1150

### ■記事のコピー・転載などに関するお問い合わせは

日本経済新聞社 記事利用担当

TEL 03-5696-8531

毎月第1、3月曜日発行

購読料金1年(24冊) 92,400円 本体 84,000円

定価1冊 4,400円 本体 4,000円

日経グローバルをコピー等で複製することは、社内用、社外用を問わず日本経済新聞社の許諾なしにはできません。無断複製は損害賠償、著作権法上の罰則の対象となります。