

IISEシンポジウム

孤立・孤独への対応とデジタル活用

2022年3月22日

株式会社国際社会経済研究所

調査研究部 遊間 和子

k-yuuma@nec.com

1. 誰一人取り残さない、人に優しいデジタル化

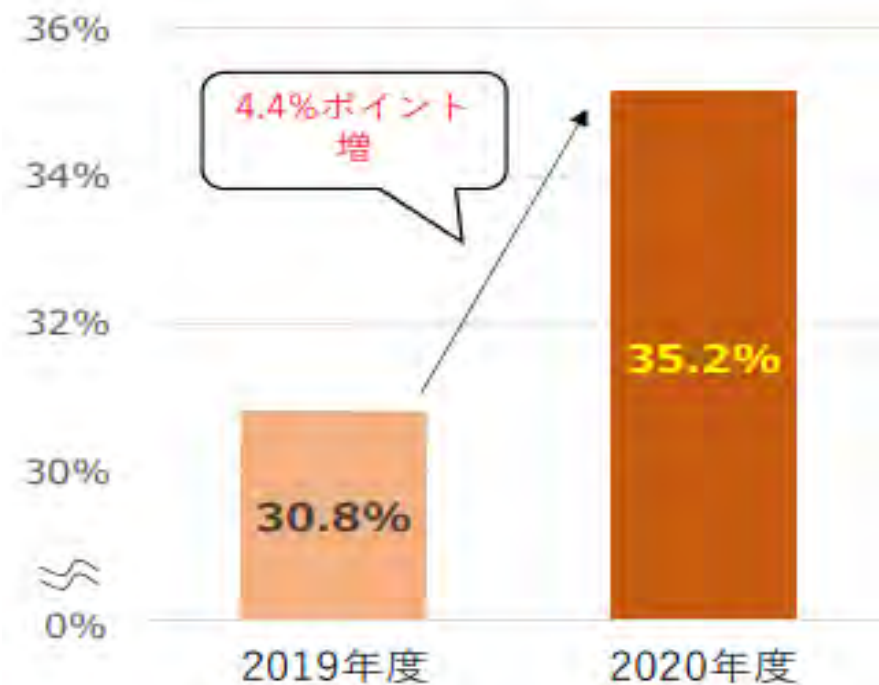
- スマートシティは、デジタルを活用して、都市機能を高度化・効率化することで、社会的課題を解決する
- デジタルを活用して目指すのは、そこで暮らす市民の「ウェルビーイング」をいかに向上させるか
 - ・ 高齢者、障害者等のデジタルから取り残されてしまいがちが人々に注視
- COVID-19による行動規制はウェルビーイングに影響
 - ・ 感染者数の推移は波状に変化しており、諸外国においては、感染者数が急増する局面では、厳しいロックダウンと市民の行動制限を行ってきた
 - ・ 日本においては、ロックダウンのような厳しい管理は行われなかったものの、行動自粛が常に強いられてきた
- 各国政府が、COVID-19の規制撤廃に大きく舵を切り始めた。
 - ・ デンマークでは、2022年2月1日に、陽性者の隔離義務や公共交通機関でのマスクの着用など、関連する規制をほぼ撤廃
 - ・ 英国でも、2022年1月27日より、屋内の公共の場でのマスクの着用や、大型イベントなどでのワクチン接種証明の提示など、関連する規制をほぼ撤廃

2. COVID-19で顕在化した「孤立・孤独」

- 各国政府が、規制撤廃に大きく舵を切り始めた背景には、新型コロナに感染し、重症化したり死亡するリスクに対して、経済とのバランスを考慮することに加え、国民のウェルビーイングにも大きく影響してきていることも理由のひとつ
- 感染予防のために、非対面・非接触が推奨されたことで、多くの職場ではテレワークが導入され、外出や祖父母に会うための里帰りも自粛せざるを得ない状況に
- これにより、孤立・孤独を感じる人も増えており、孤立・孤独感を強く感じることで、心のバランスを崩してしまう人も出てきた。メンタルヘルスの問題だけが要因ではないが、自殺者の増加にもつながってきている
- 孤立・孤独は、身体的・精神的・社会的にと様々な影響を与えるものであり、私たちのウェルビーイングに直結する課題ともいえる

参考：神戸市「新型コロナによる高齢者の外出機会減少の影響に関するアンケート（2021年8月）」

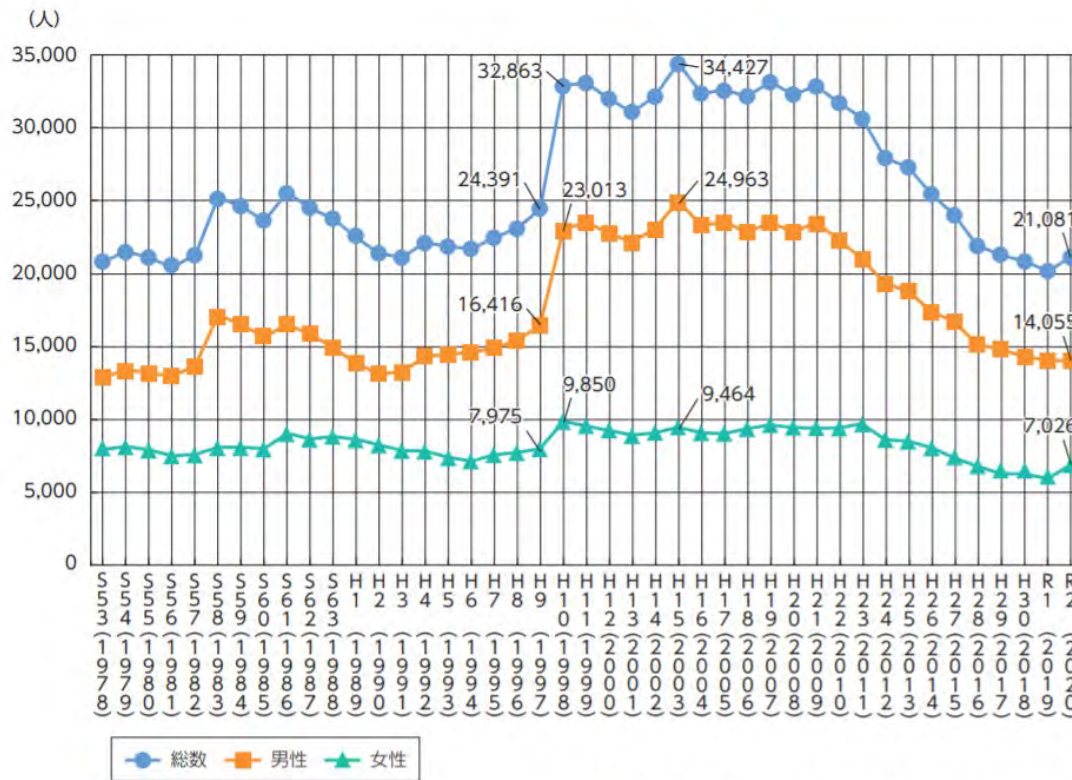
- 市内の後期高齢者数（75歳以上）が多い3つの地域を対象とし、
①2019年度（コロナ前の2020年1月～2月）、②2020年度（コロナ後の2021年2月～3月）に、それぞれアンケート調査を実施し、両年のデータの比較
- 高齢者のフレイルが進んだことが明らかに
- 老年期うつ病評価尺度GDSの15項目のうち5項目以上当てはまる人の割合を比較したところ、気分が沈んでいる傾向の人が30.8%から35.2%と約4%ポイント増える



資料出所：神戸市「新型コロナによる高齢者の外出機会減少の影響に関するアンケート」

参考：自殺者数の推移（自殺統計）

- 厚生労働省「令和3年版自殺対策白書」では、新型コロナウイルスの感染が拡大した2020年に自殺者数が増加したとの報告がされている。



資料：警察庁「自殺統計」より厚生労働省自殺対策推進室作成

資料出所：厚生労働省「令和3年版自殺対策白書」

3. 孤立・孤独とは

- 孤立は、社会的関係の量と質から客観的に判定されるのに対し、孤独は主観的なもの
 - ・ 周りにたくさん的人在りても、孤独を感じる人はいる
- ハンナ・アーレント「全体主義の起源」における「一人であること」*
 - ・ 人間が一人である状態について、「Solitude」、「Loneliness」、「Isolation」の3つの状態を示唆
 - ・ 「Isolation」は、人と人との間の政治的接触が断ち切られた状態で、「孤立」というべき状態としている。
 - ・ 「Loneliness」は、全ての者から見捨てられている状態で、「孤独」というべき状態としている。
 - ・ 「Solitude」は、「孤独」と訳されことも多いが、「一人になること」と訳され、一人になって思考している、いわば「思索にふける」状態としている。一人であることをポジティブに捉えたものである。

*内閣官房 孤独・孤立対策担当室のサイトの坂本孤独・孤立対策担当大臣の講演要旨
https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/kodoku_koritsu_taisaku/20210713_kouen.html

4. 孤立・孤独への取り組みを強化する英国

- **英国では、孤独は最大の公衆衛生上の課題の1つであると認識**
 - ・ あらゆる年齢や背景の人々に影響を与える深刻な問題で、英国の成人の最大5分の1が、ほとんどまたは常に孤独を感じている。
 - ・ 約20万人の高齢者が1か月以上友人や親戚と会話をしていないとの結果も
 - ・ 孤独は肥満や喫煙と同じように健康に悪い影響を示すエビデンスが明示
- **2018年10月に「孤独戦略（Loneliness strategy）初年度版」発表**
 - ・ 第1に、孤独について全国的な対話を構築することでスティグマを減らし、人々が孤独について話し、助けを求めることができるようにすること
 - ・ 第2に、孤独の問題は社会全体の組織による政策決定と提供において考慮され、支援が促進されるように、持続可能な体制を推進すること
 - ・ 第3に、孤独に関するエビデンスを改善し、説得力のある行動を提起し、意思決定を行うために必要な情報を全員が確実に入手できるようにすることである。
- **世界初の孤独の問題に対する担当大臣を任命**

4-1. 英国政府の取り組み

● Tackling Loneliness Networkと行動計画

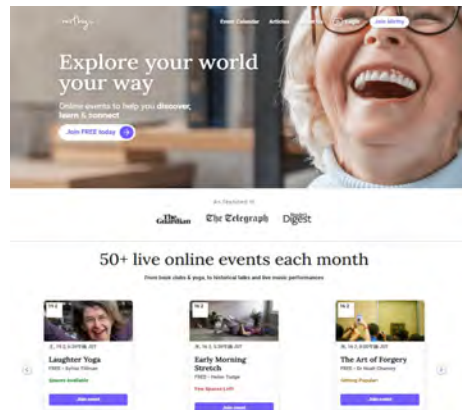
- COVID-19中の孤独に取り組む政府の計画の一環として設立され、さまざまなセクターから70を超える組織が集結したコンソーシアム。複数の組織が協力することで、より大きな影響を与え、より多くの人々にリーチできる。
- 4つの主要な重点分野は、①若者、②高齢者、③地域へのアプローチ、④デジタルインクルージョン

● デジタルの活用は、孤独を深める面もあるが、孤独を解消させる効果もある

- 政府の新しいデジタルプラットフォームであるTackling Loneliness Hubを通じてコミュニケーションを取り、洞察を共有
- 社会的孤立の問題に対する技術的解決策を見つけるTech to Connect Challengeの開催

4-2. Tech to Connect Challengeで準優勝となった Mirthy

- リタイアメント住宅で十分に活用されていない共同スペースと社交クラブを探している人々を接続することにより、高齢者が自宅で自立したままアクティブな状態を維持できるようにするWebプラットフォームを賞金により開発。
- 「リタイアメント住宅」とは、引退後のシニア世代のための集合住宅で、居住エリアだけでなく、コミュニティ内の他の人と交流するための共有エリアを持っている。その空スペースを居住者以外の高齢者とマッチングすることで、社会的な孤立の解消につなげようとするものである。



資料出所：Mirthyサイト <https://www.mirthy.co.uk/>

4-3.Age UKの「Men in Sheds」

- 政府が支援する高齢男性をターゲットにした孤独解消プロジェクト
- 孤独な男性は女性よりも活動や社会的交流に従事する可能性が低いことが明らかになっており、Men in Shedsにより彼らにアプローチ
- Shedとは日本語で「小屋」となるが、50歳以上の男性が集まってスキルを学び、共有し、交流し、新しい友達を作ることができる場所
- 英国各地で「小屋」の活動が行われており、活動内容は小屋ごとに異なるが、一般的には、木工のDIYが中心となる。男性が興味を持って活動できるように、ジム、アートスタジオ、3Dプリンターを設置した小屋も



資料出所：AgeUKサイト

<https://www.ageuk.org.uk/surrey/activities-and-events/men-in-sheds/>

5. 日本における孤立・孤独への取り組み

- 政府は、孤独・孤立問題に積極的に取り組むために、2021年2月に1億総活躍担当大臣である坂本哲志氏を「孤独・孤立対策担当大臣」とすることを発表。
 - ・ 孤独対策を担当する閣僚の任命は、2018年に英国で初めて行われたが、日本は2番目となっている。
- 内閣官房に「孤独・孤立対策担当室」を新設し、新型コロナウイルス禍で増加する自殺や引きこもりといった課題への対策を担う。
 - ・ 自殺防止や高齢者の見守り対策、子どもの貧困など課題は、各省庁にまたがる施策となるため、総合調整の役割を担う省庁横断の連絡会議「孤独・孤立対策に関する連絡調整会議」も立ち上げ。
- 2021年12月に「孤独・孤立対策の重点計画」が発表。
 - ・ 電話・SNS相談の24時間対応の推進や人材育成等の支援、居場所の確保、アウトリーチ型支援体制の構築、支援情報が網羅されたポータルサイトの構築、タイムリーな情報発信、いわゆる「社会的処方」の活用、支援を求める声を上げやすい社会の構築など

●内閣官房 孤独・孤立対策室による「チャットボットを用いた孤独・孤立支援」

- 一般向けページとなる「あなたはひとりじゃない」では、自動応答によるチャットボットにより、約 150 の国の制度や相談窓口の中から、利用者の悩みに応じたものを案内する機能を搭載。

あなたはひとりじゃない
内閣官房 孤独・孤立対策室

■ 24時間受付 ■ 制度・窓口を探す ■ 18歳以下のみなさんへ ■ ページ ■ ご意見・ご要望

あなたのための支援があります

誰にも頼れず、ひとりで悩みごとをかかえていませんか。

いくつかの質問に答えていただくことにより、約150の支援制度や窓口の中から、

あなたの状況に合った支援をチャットボットで探すことができます。

あなたのための支援をぜひご利用ください。

制度・窓口を探す

18歳以下のみなさんへ



資料出所：内閣官房 孤独・孤立対策室サイト
<https://notalone-cas.go.jp/>

6. デジタルによる孤独・孤立へのアプローチ

● 英国Sunderland Our Smart Cityのデジタルインクルージョンプロジェクト

- 英国サンダーランド市は、2020年10月にDigital Leaders 100 Awardsで「最もスマートな市」に選出されるなど、デジタルを活用した先端的な取り組みを行っている自治体のひとつ
- 健康で幸せな街を作ることは、サンダーランド市のスマートシティ・ビジョンの重要な要素
- その取り組みのひとつに、ミルヒル保育園でのデジタルインクルージョンプロジェクトがあり、iPad / iPodカメラといったテクノロジーを活用して、子供たちが、都市封鎖により孤独で孤立した環境にある地域の高齢者と友達になる取り組み

資料出所：英国Sunderland Our Smart Cityサイト
<https://www.sunderlandoursmartcity.com/casestudies/community-reaps-benefits-of-being-digitally-connected/>



●Casserole Club

- 2011年に英国のFutureGov によって構築され、現在、英国とオーストラリアでサービスが提供されている
- 料理をするのが好きな人と、いつも自分で料理できるとは限らない高齢の隣人をつなぐために設計されたデジタルサービス
- ダイナーの大多数は80歳以上であり、Casserole Clubは全国で4,000人を超えるボランティアの料理人が登録するサイトに成長している。
- ダイナーとなっている高齢者の70%は、ボランティアの料理人を友達だと考えており、80%は、CasseroleClubがなければそれほど社会的な接触はないと述べているという
- Casserole Clubのアカウントの登録には、パスポートや運転免許証などのIDが必要となっており、食品の安全性についてオンライン学習することも必須となっている

●イデア・フロント株式会社「いるかメール」

- 高齢者の孤独孤立に対して、地域住民が見守り役となる見守りコミュニティ支援システム。
- 専用のアプリである「いるかメールアプリ」を使って、ごく簡単な手順で見守り報告ができ、関係者（対象者の家族や地域の専門職など）に、安全かつリアルタイムに見守り報告を届けられることができる。
- 特徴は、自分でスマートフォンを操作できる場合や何も持ち歩いていただけない場合など、見守り対象のICTリテラシーや状況に応じた見守り方法が選べるアクセシビリティの高い仕組み



資料出所：イデア・フロント株式会社サイト <https://www.ideafront.jp/iruka/>

7.まとめ

- **孤立・孤独への取り組みには、アナログとデジタルの両面からのアプローチが可能**
 - 「Solitude」を尊重したきめ細かな対応が必要であり、デジタルの取り組みが有用
- **孤立・孤独の解消につながるデジタル活用をみていくと、地域コミュニティの中に、いかにして社会関係資本を構築するかという課題への取り組みとなっている**
- **社会的なつながりが満たされることで、身体的にも精神的にもよい影響を与え、私たちをウェルビーイングな状態へと導いていくことになる**
- **コロナ禍において、より顕在化している孤立・孤独の課題に対して、スマートシティとして地域全体で取り組んでいくことは、非常に重要になってきている**
 - 今回は、高齢者の事例を中心に紹介したが、全世代的課題でもある

- **孤立・孤独の課題は、日本だけの問題ではない。英国をはじめ、世界各国で取り組みが進められており、その知識と経験を共有化していくことは、この問題の課題解消になくてはならない**
 - 2021年6月、英国と日本の孤独担当大臣は、孤独への取り組みについて話し合い、共同メッセージ を発表
 - アナログな取り組みだけでなく、デジタルを活用し、行政機関同士だけでなく、民間とも積極的に連携することで、国民のウェルビーイングにつながる効果を上げようとしている
 - 2021年7月、欧州委員会と孤独と社会的孤立に関する意見交換の開催し、EU-日共同プレスステートメントを発表
 - COVID-19のパンデミックより、EU市民の4分の1が孤独を感じたという調査結果もあり、孤独と社会的孤立という世界的な現象に取り組むための知識とベストプラクティスを交換するため、日EU間での意見交換を継続していく
- **先行する英国や、EUとの協力を強化することにより、エビデンスのある効果の高い取り組みを国内に取り入れていくことが期待される**
- **日本での取り組みを、世界に向けて発信していくことも！**



Institute for International Socio-Economic Studies