



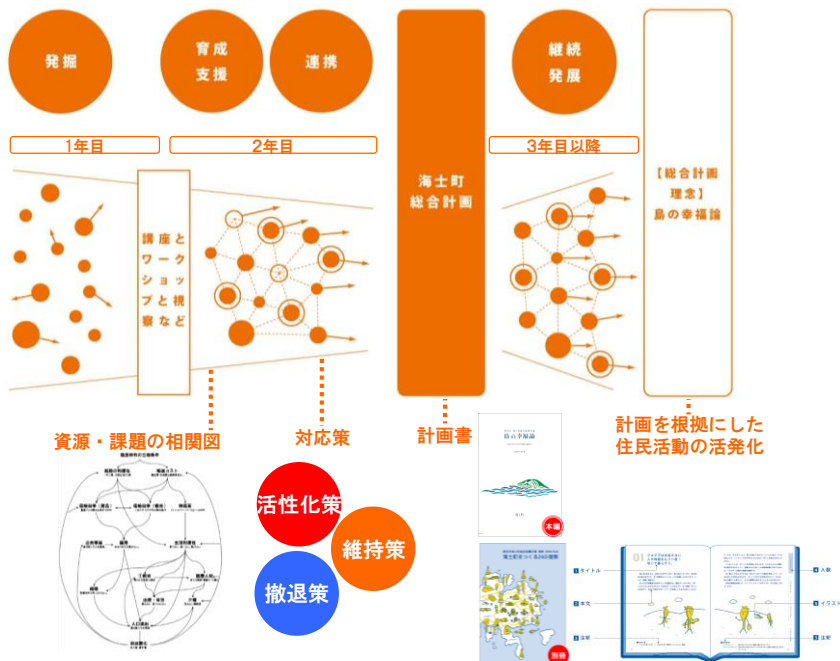
コミュニティデザインとは
デザインの力で、
人の集団（コミュニティ）が持つ
課題解決力を
高めるよう支援すること。

西上ありさの専門分野

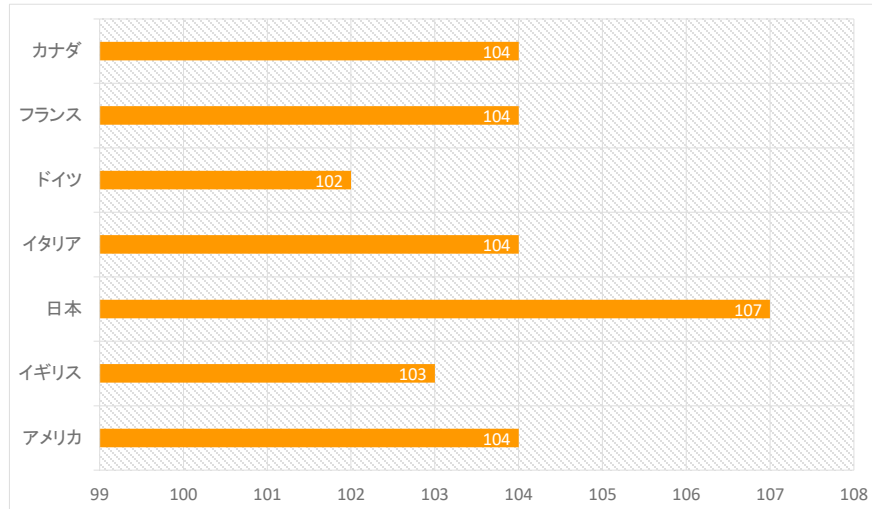
- ・デザイン
- ・公共経営
- ・医療福祉



計画策定における、合意形成と主体形成



2007年うまれの子供は、何歳まで生きるか知っていますか？ (2007年生まれ子供のうち半分くらい)



Human Mortality Database, University of California, Baerkeley and Max Planck Institute for Demographic (Germany),
Available at www.mortality.org

100年の人生を生きる時代へ

- ・第1の人生 生まれてから教育機関を卒業期間(20年)
- ・第2の人生 生産的な活動ができる期間(40年)
- ・第3の人生 余生から最期まで(30~40年)



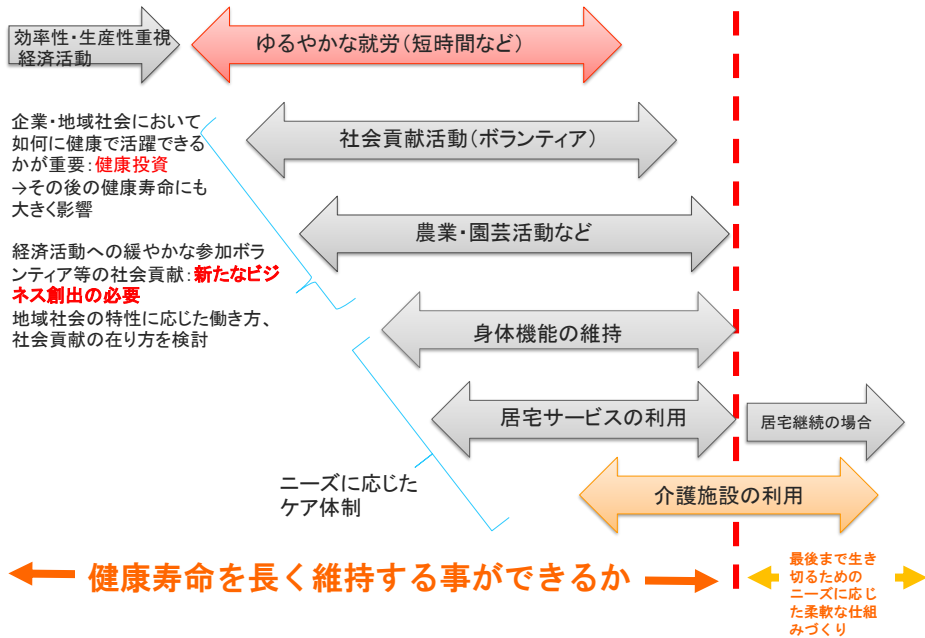
人生を「早送り」で体験

喪失体験

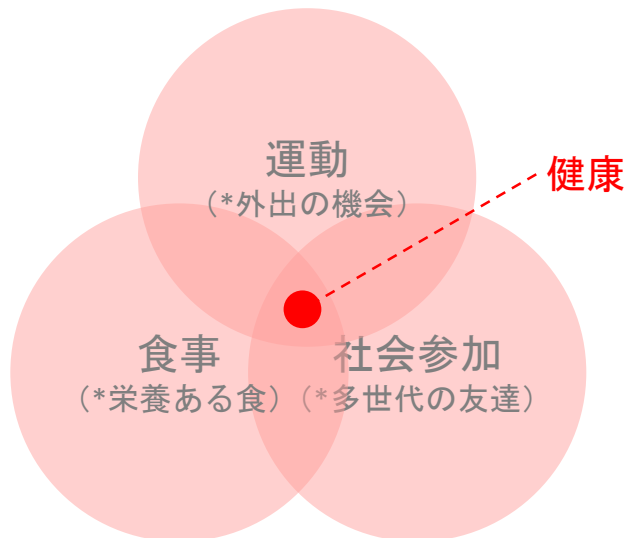
家族 役割 お金

健康 友達 趣味

生涯現役社会の構築



健康寿命を延ばすには...



静岡県「ふじのくに健康長寿プロジェクト」より

*静岡では、定義していない

ものやサービスを手に入れる時の対価



玄関に置かれた野菜



キッチンに置かれた魚



個人の温泉

東京



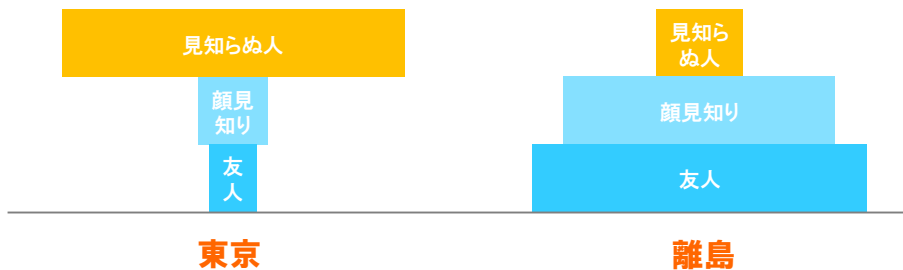
離島



私たち



私たちは、どんなバランスの人生にしたいのか？



現代的住まい方



多拠点
居住



サ高住

異世代
シェア



技術
シェア

シェア
ハウス



現代的働き方



就職



なりわい



起業



ユー
チュー
バー



コミュニ
ティ
ビジネス



プロコス
プレー
ヤー



小商い



??

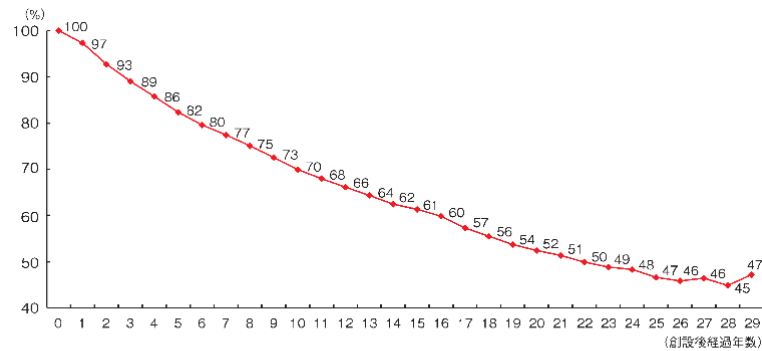


副業

企業の寿命

- ・日本の企業は10年経つと70%に減り、20年経つと半分の52%に減る
- ・企業の平均寿命は23年程度
- ・日本人が実際に働ける年数（就労可能年数）は40年

就労可能年数 = 40年 > 企業の平均寿命 = 23年



資料：(株)帝国データバンク「COSMOS2企業調査ファイル」再編加工

- (注) 1. 創設時からデータベースに企業情報が収録されている企業のみで集計。
 2. 1980～2009年に創設した企業の経過年数別生存率の平均値を取った。
 3. 起業後、企業情報がファイルに収録されるまでに一定の時間を要し、創設後ファイルに収録されるまでに退出した企業が存在するため、実際の生存率よりも高めに算出されている可能性がある。

出展：中小企業白書2011より

今は存在しない職業

米デューク大学の研究者であるキャシー・デビッドソン氏が2011年8月、ニューヨークタイムズ紙のインタビューで語った予測

「2011年度にアメリカの小学校に入学した子どもたちの65%は、大学卒業時に今は存在していない職業に就くだろう」



スマホアプリクリエイター



情報セキュリティマネージャー



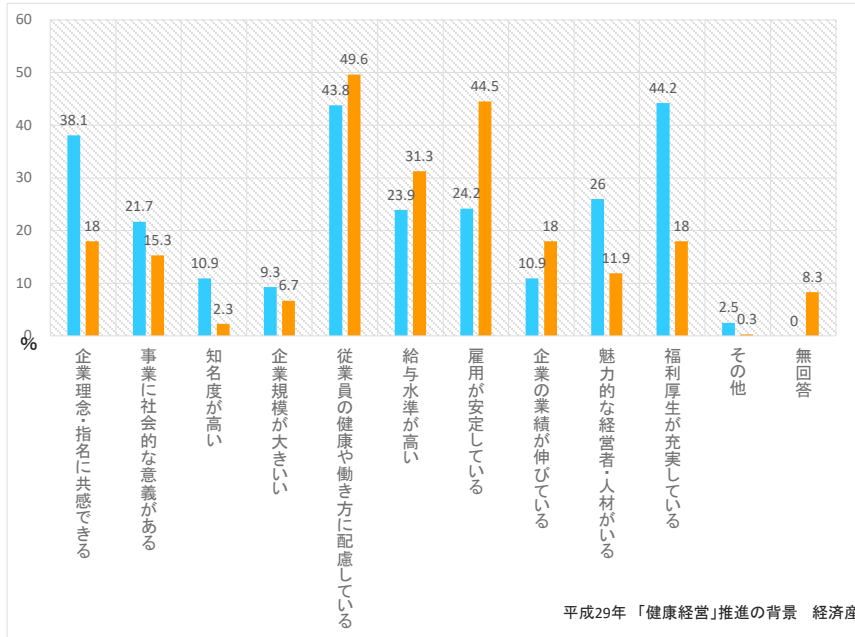
コミュニティデザイナー



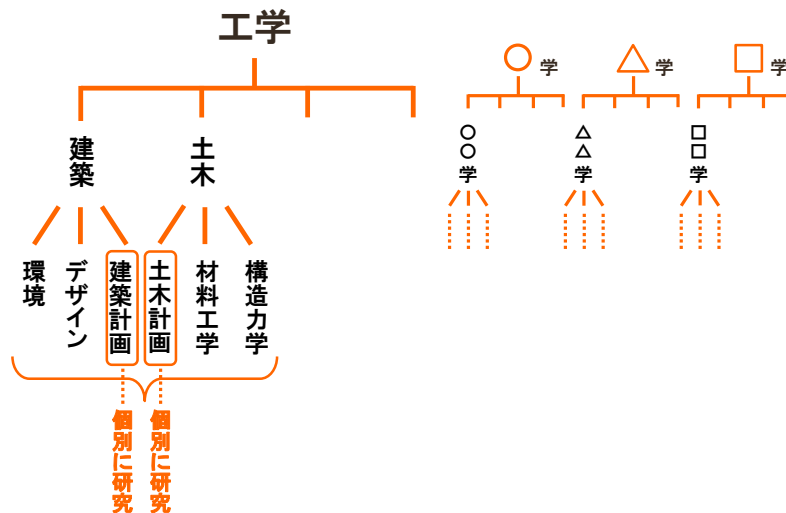
宇宙旅行ガイド

Q 就活生へ「将来どのような企業に就職したいか？」（3つまで）

Q 親へ「どのような企業に就職させたいか？」（3つまで）

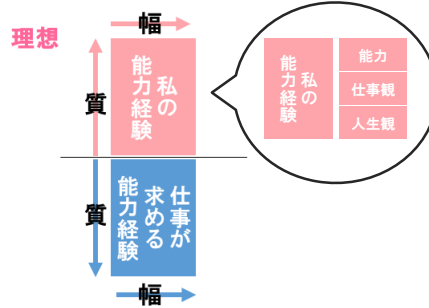


個別に深まる学問体系

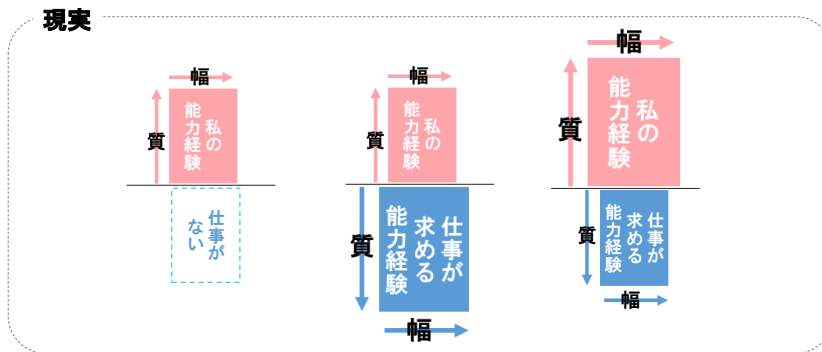


専門家だけで解決できる問題は
少なくなってきた

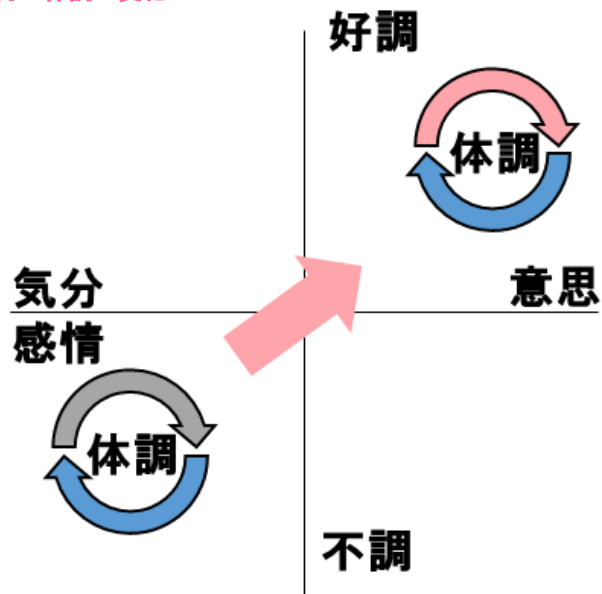
働くってどういうこと？



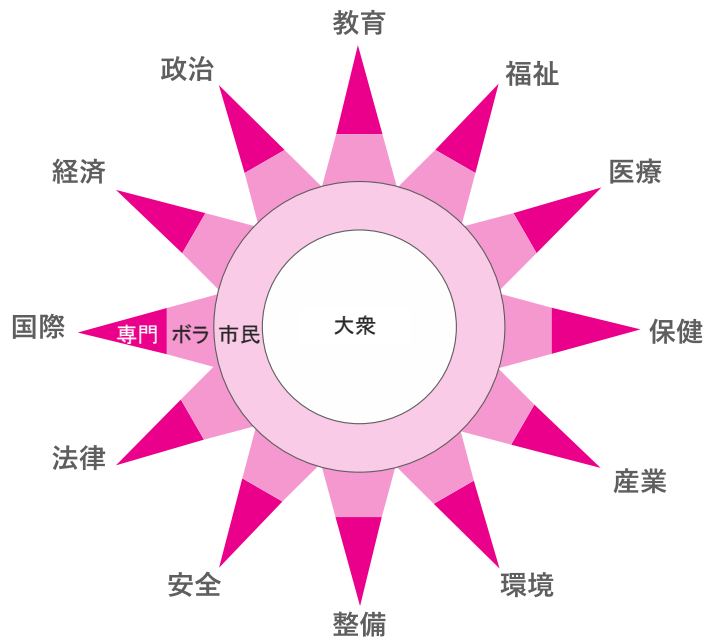
現実



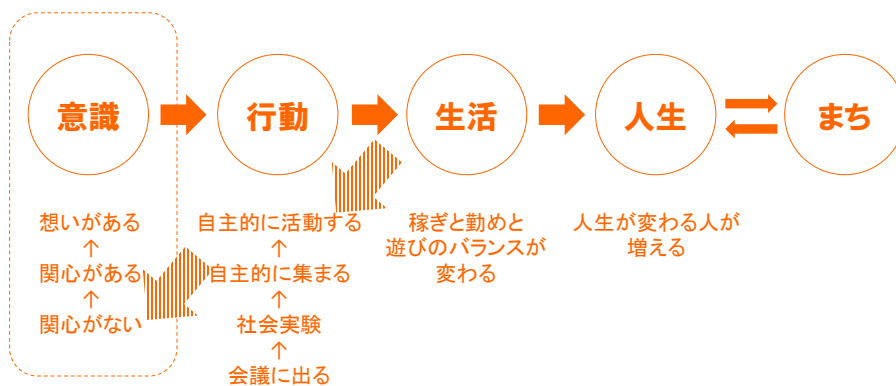
女性の1ヶ月の体調の変化



専門性だけでは仕事ができない時代

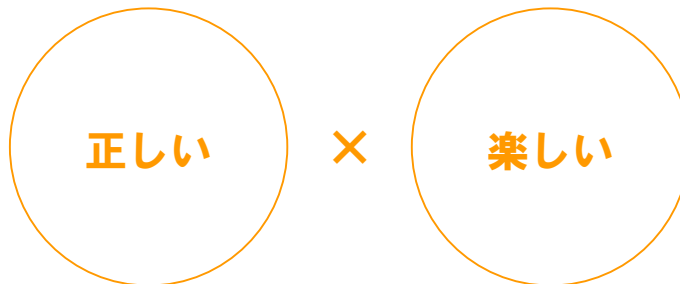


「意識」が変わると「まち」が変わる



公共事業に必要なこと

「楽しさなくして参加なし」



・課題解決

・共感や驚き



事業のファンができる

・私がやってみたい

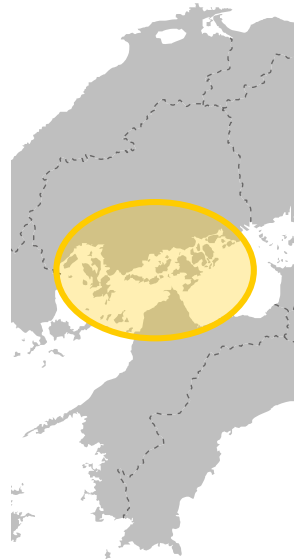
・私はそれが好き





「瀬戸内しまのわ2014」とは

- 【内容】 広島県と愛媛県の合同で開催される沿岸部と島嶼部のエリアを中心とした観光振興イベント
- 【目的】
- ・地域の宝の磨き上げ
 - ・交流人口の拡大
 - ・継続的な瀬戸内エリアの活性化
- 【事業期間】 2014年3月21日～10月26日
- 【事業】 地域イベント魅力向上支援事業、機運醸成事業



瀬戸内しまのわ2014の目的



① コトのデザイン



しまのわ講座
(ワークショップ)

- ・まちづくりワンポイント講座
- ・まち全体をもっと魅力的にみんなで考えよう。



個別相談

- ・企画を見直し、もっと魅力的にする。



情報発信講座



個別相談



4つの支援内容

わかりやすくする

各企画の活動内容をわかりやすく伝える。

つながりをつくる

他団体とのつながりや、リピーターを増やす。

かっこよくする

デザインをカッコよくする。

居心地よくする

住民によるおもてなしや、休憩場所などの工夫



個別相談の様子

② モノのデザイン



のぼりづくりのワークショップ



バッジづくりのワークショップ

② モノのデザイン



しまのわさんバッヂ



ステッカー



のぼり

しまのわで生まれた市民プログラム





音戸のおかんアート美術館(呉市音戸町)

《課題》

・町並み散策の休憩場所がない

⇒自宅を休憩場所に

・友人たちの素晴らしい作品を見てほしい

⇒ついでに作品を展示



買えないけどもらえます



フツの民家ですが『おかんアート美術館』





フツの民家ですが『おかんアート美術館』



当たり前ですが、おかんが案内してくれます





おかんたちがつくりだすアートの数々



ついつい作りたくなるあんなものやこんなもの



おかんたちがつくりだすアートの数々



食べられるアート・ピーナツドールズ



おかんアートの“輪”



見慣れない新作。来場した
おかんアーティストと作品を交換したらしい



いつのまにか巻き込まれる来場者





おとんアートも誕生！？



いつの間にかおとんアートの盆栽まで



手づくり教室がにぎわった



「手あそびの会」が再び賑わいを見せた



(7日間の開催)

- ・懐かしい旧友に再会できた
- ・すべてのアンケートに感動の声
- ・他の地域のおかんと交流・情報交換ができた
- ・音戸の町並みを散策してもらえた



21

事例② 「絵下山発 のろしりレー」



Before

3県の57カ所が
狼煙でひとつに
つながった



After

「のろしりレー」ができるまで



1 山で活動する団体だが何かやりたい

山頂でのろしを上げれば島からもみえるのでは、というアイデアが生まれる



2 試しに山頂で狼煙を上げてみたところ...

情報をききつけた島の住民が「むかえの狼煙」をあげてくれた

「のろしリレー」ができるまで



3 手づくりののぼりやTシャツをつくる

SNSなどで情報発信して仲間を募る



4 その結果・・・

賛同する仲間がどんどん増え
57カ所から狼煙があがることに

当日の様子



山頂には多くの人が集まった



お風呂と勘違いして来た人も？



島ののろしが見えた！

当日の様子



「のろし音頭」が誕生！



みんなでのろしを見上げる



最後は消防隊が消火

2015-

山口県阿武郡阿武町

アクセス



東京から3時間弱

アクセス



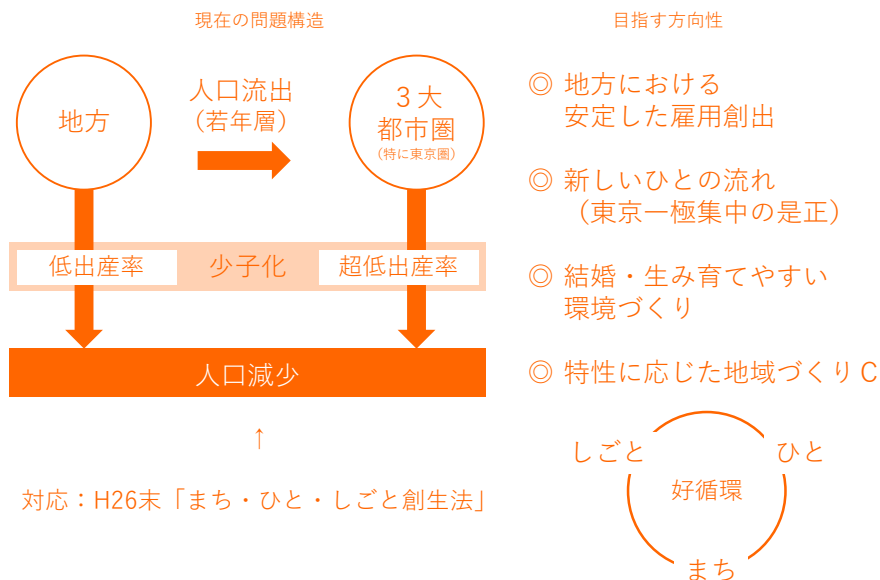
周辺都市から1時間圏内

特徴

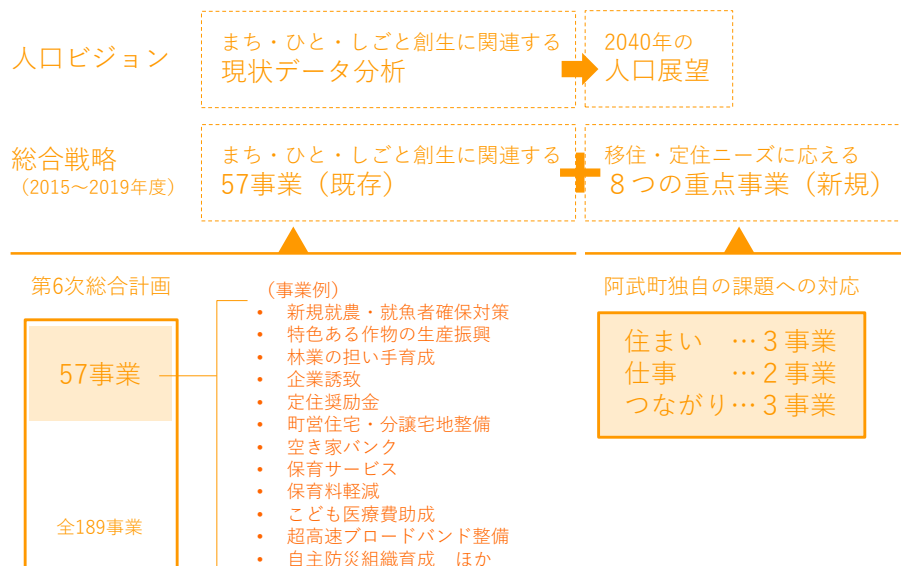


海・山・まちの3特性

なぜ、まち・ひと・しごと創生？

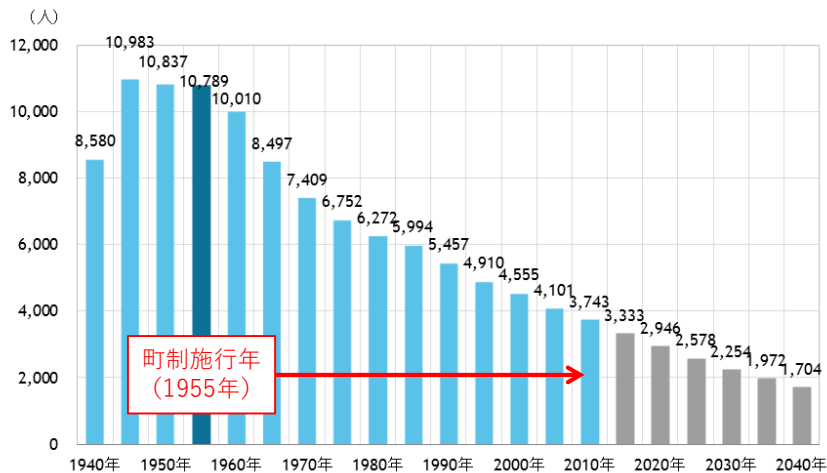


総合戦略・人口ビジョンの構成



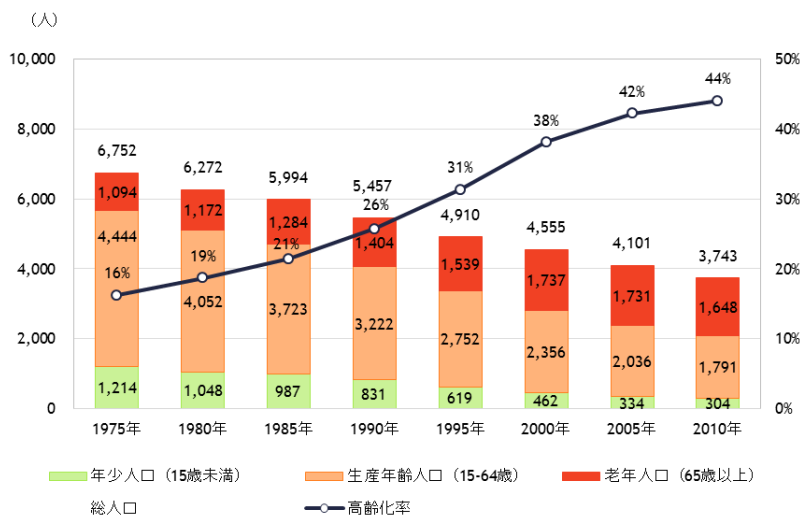
数字でみる阿武町

総人口の推移



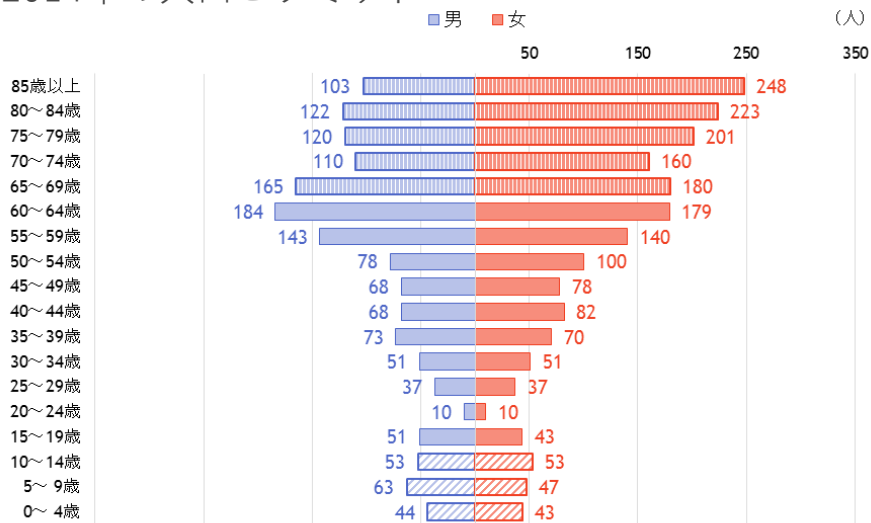
60年間で1/3の人口に

年齢3区分人口と高齢化率



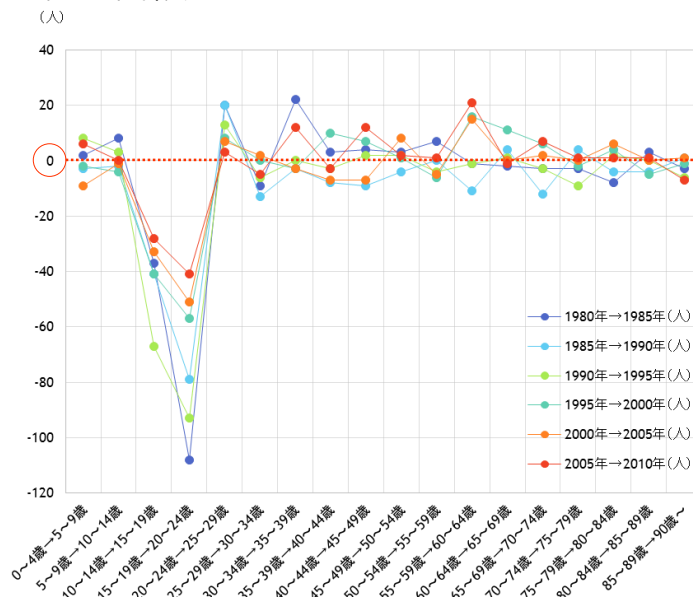
2014年、ついに生産年齢人口 < 老年人口

2014年の人口ピラミッド

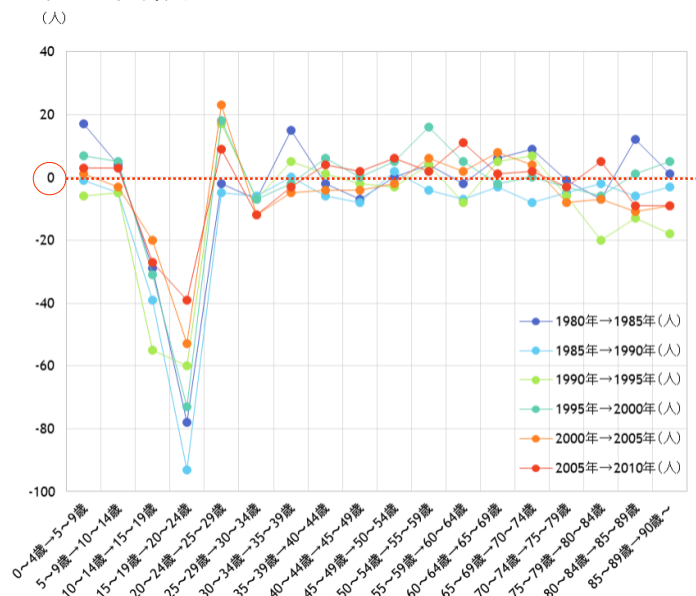


20代・30代が圧倒的に少ない

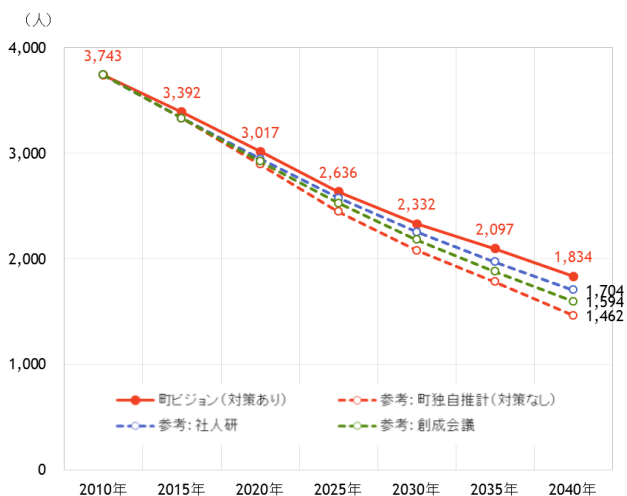
男性の転入出傾向



女性の転入出傾向



2040年に向けた人口展望（総人口）



対策あり
1,834人

総合戦略
による
効果

対策なし
1,462人

2040年に1,834人

2040年に向けた人口展望（総人口）

全国の自治体を5つのタイプにわけると

（20-44歳女性比率・20-44歳女性既婚率・合計特殊出生率）

▶人口減少×デザイン（寛裕介著）

1. 若者さよなら型 ←阿武町

出生率・既婚率は低い。

→20～30代の転入促進&30代の定着率向上

⇒この世代が望むライフスタイルの実現

2. 産み控え型

4. いない産まない型

3. 独身女性たくさん型

5. スローペース型

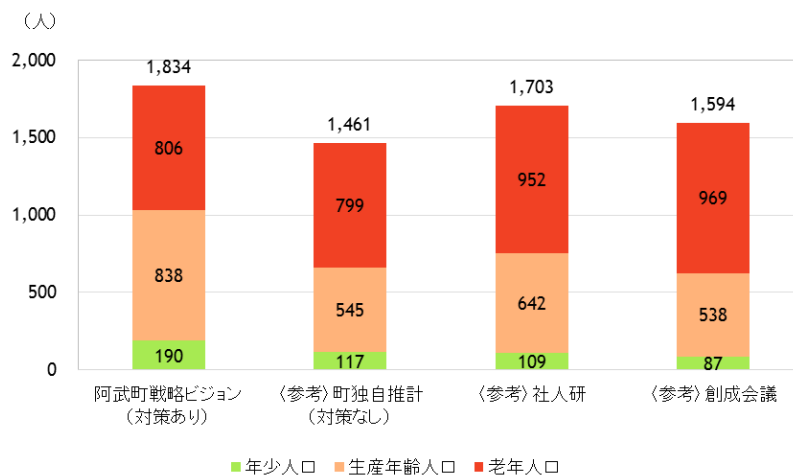
対策あり
1,834人

総合戦略
による
効果

対策なし
1,462人

2040年に1,834人

2040年に向けた人口展望（年齢3区分別人口構成）



人口バランスの改善を目指す（生産年齢人口 > 老年人口）

ライフステージ

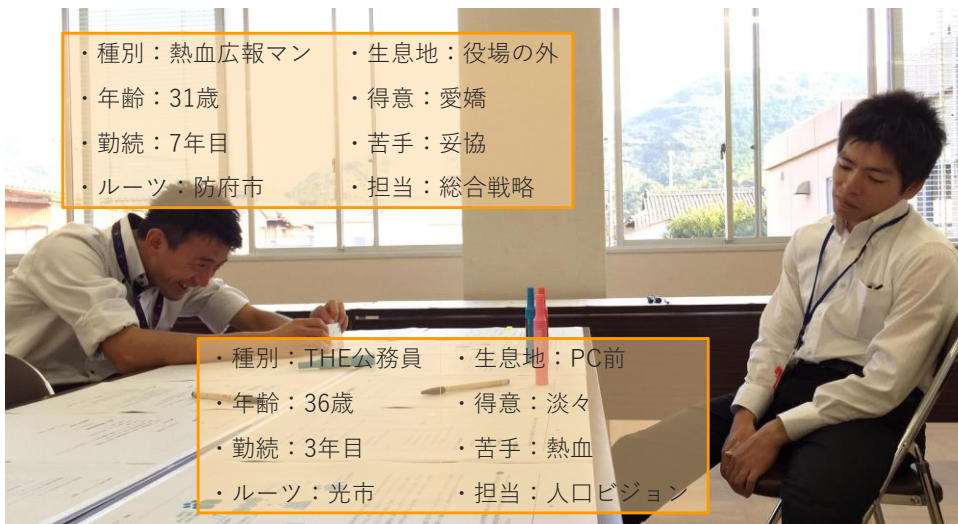
- ↑ 毎年約20人が生まれる
- ↓ 中学生の約80%は町外の高校へ進学
- ↓ 15～19歳の女性の約70%は5年以内に町外へ（就職・進学・結婚）
- ↓ 30代の男性の47%は、女性の29%は未婚 ※男性県平均37%
（出産より結婚にハードル）（平均所得225万円）（出生率1.6）
- ↓ 共働き率50% ※県平均56.34%（子育てと両立できる仕事、働き方の不足）
- ↑ 60代の1ターン受入れの数は6年間で40人（全員県外）
- 農林水産業従事者の約45%は70歳以上（後継者不足）
- ↓ 毎年約80人が死亡

阿武町のいま



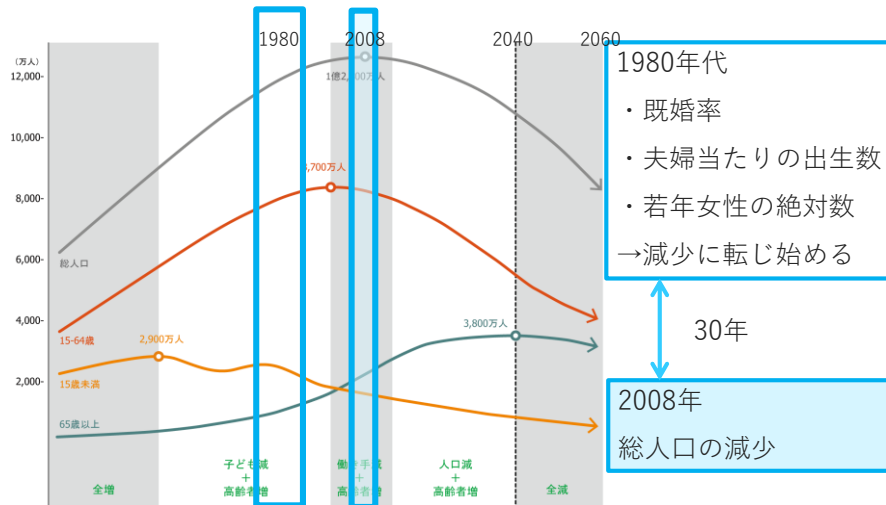
2015年6月～ 地方創生に向けた 取り組みスタート

取り組みスタート



冷静と情熱のあいだ

「人口減少」をどう捉えるか



影響が出るのは30年かかる

(ちなみに) 30年前の1985年の出来事

田中角栄が倒れる

夏目雅子死去

「タヤけニャンニャン」放送開始

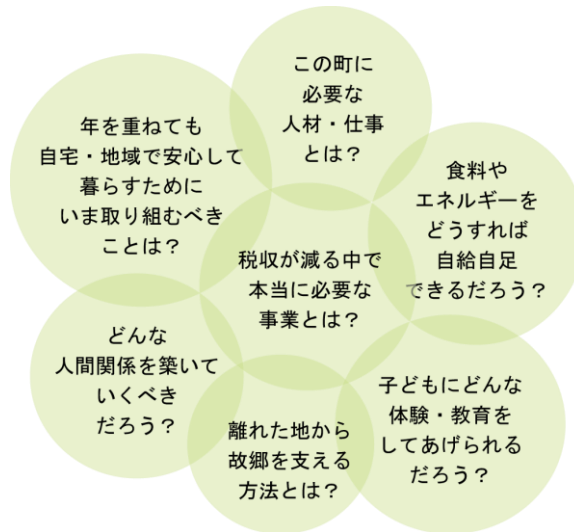
「バック・トゥ・ザ・フューチャー」がアメリカで上映される

広島自動車道開通
(広島北IC～広島JCT)

NTTが携帯電話
「ショルダーフォン」を販売

KOSEが「雪肌精」を販売

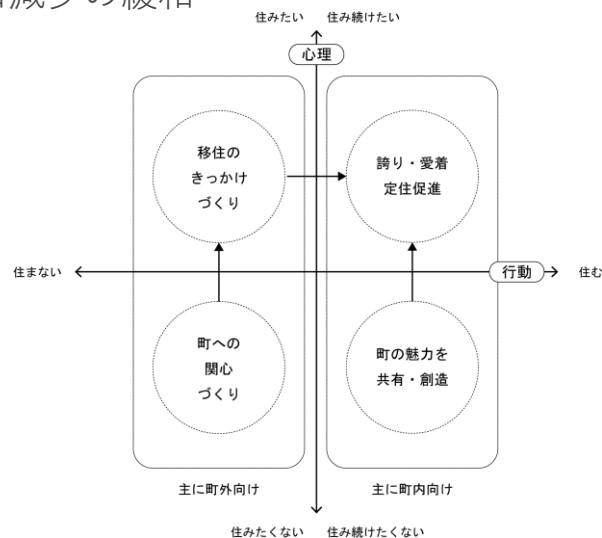
「人口減少」をどう捉えるか



1. 人口減少
スピードの緩和
2. 人口減少に
対応した
地域社会づくり

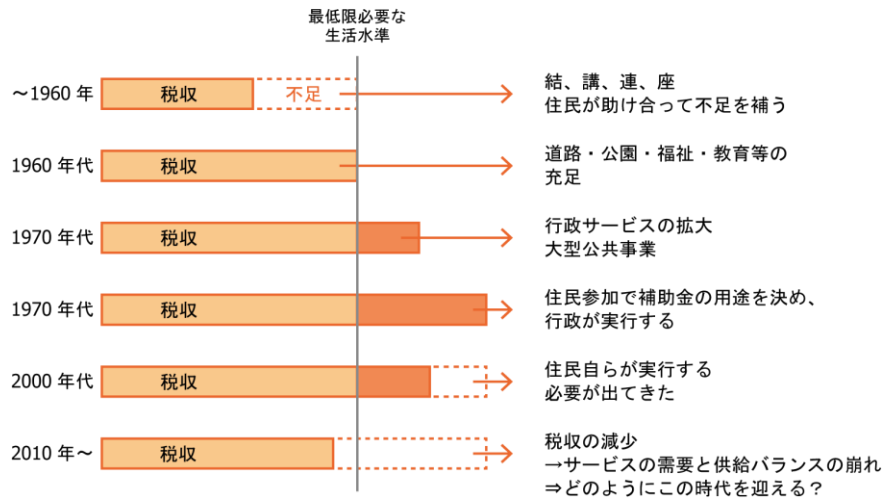
問題は「人口減少に対応できない地域社会」

①人口減少の緩和



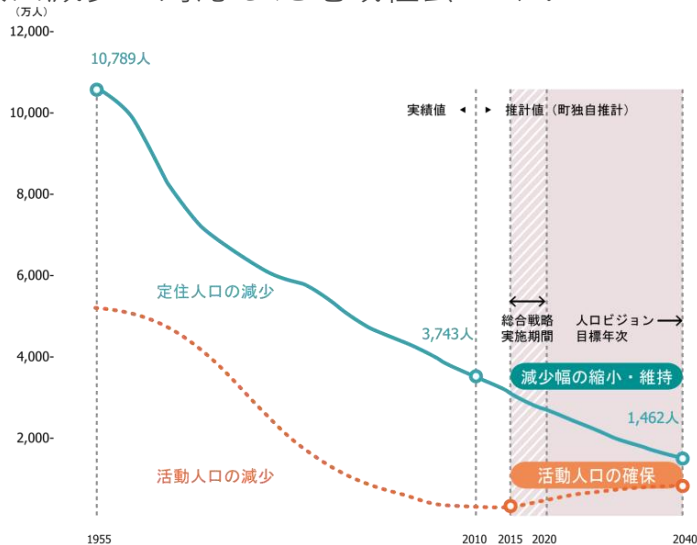
町民と帰郷・移住希望者の双方にアプローチ

②人口減少に対応した地域社会づくり



時代の移り変わりと行政・住民の役割分担

②人口減少に対応した地域社会づくり



全人口の約1割の「活動人口」を確保する

策定フロー



ヒアリング



地方創生スクール



若者WS



合宿



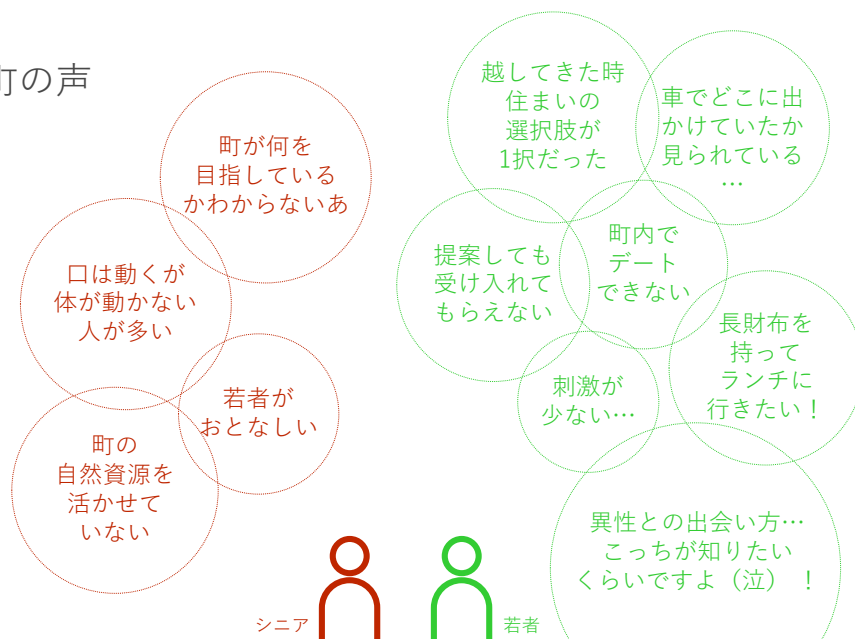
視察



若手職員研修

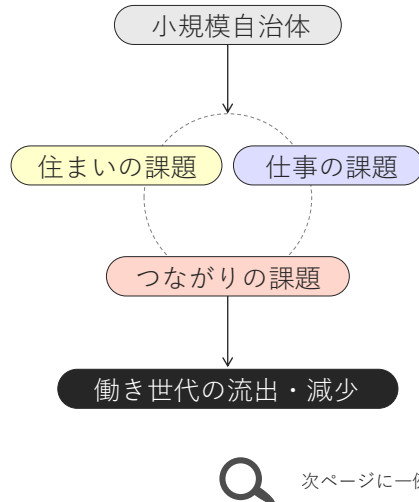
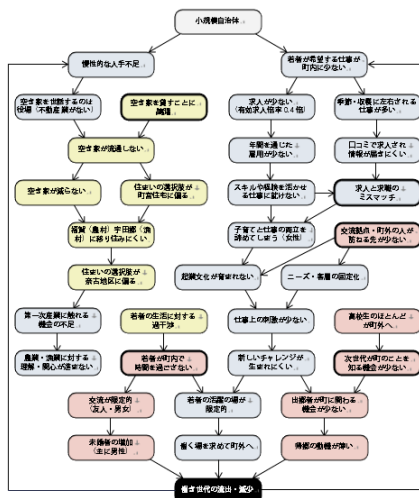
役場から飛び出し、フォロワーを増やす

町の声



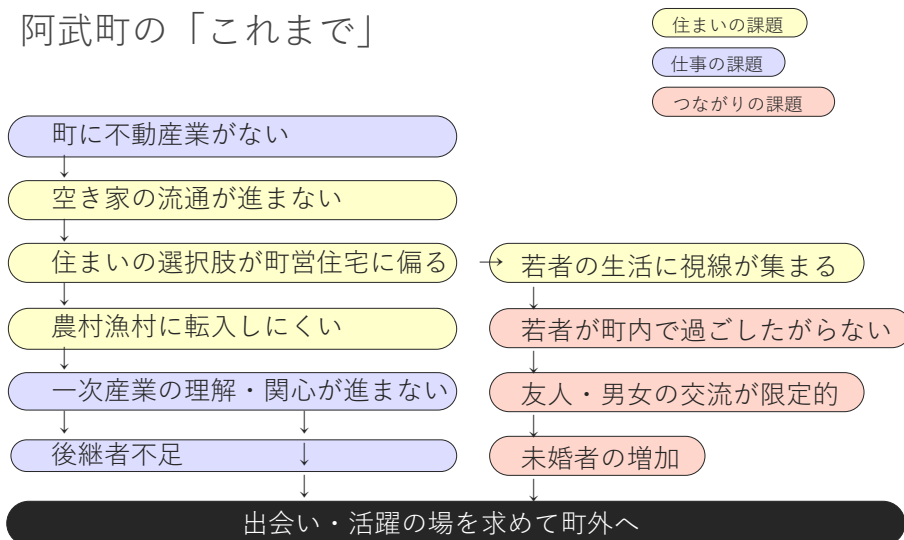
ヒントは、暮らしの「静かな違和感」の中に

阿武町の「これまで」



町の声を「課題のループ図」にまとめる

阿武町の「これまで」



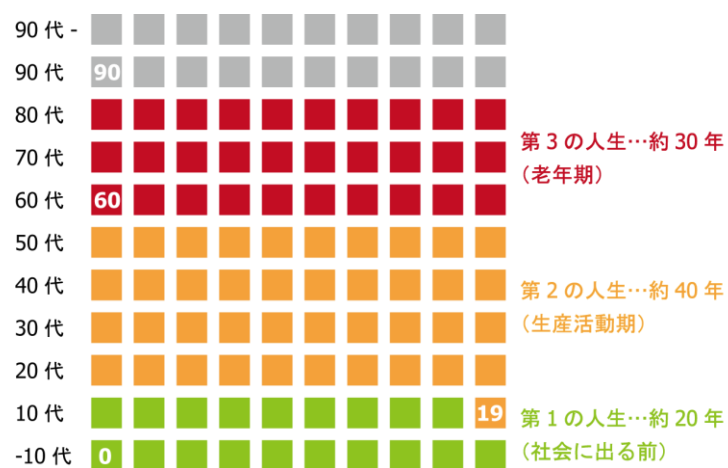
町の声を「課題のループ図」にまとめる

阿武町の「いま」

- 家族・パートナーを連れて町に越して来る女性
- 町にない仕事や役割（語学・カフェ）を作ろうとする女性とそれを応援する男性
- デザイン・ストーリー性が大切

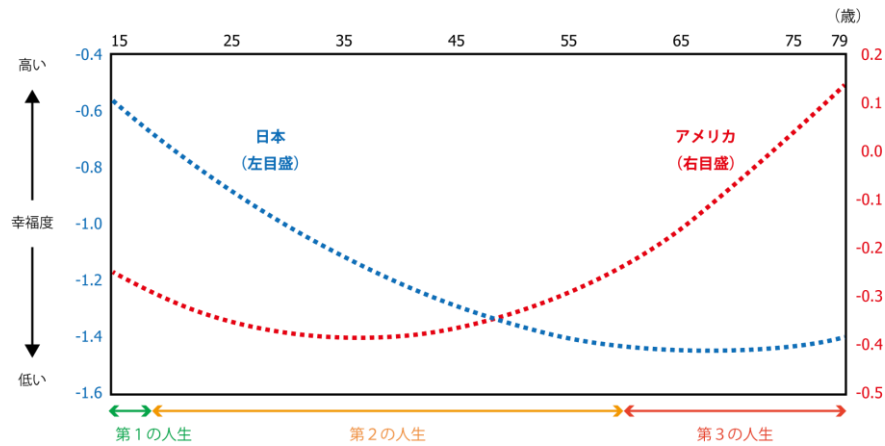
素敵な「例外」が生まれ始めて

阿武町の「これから」



人生90年時代

阿武町の「これから」



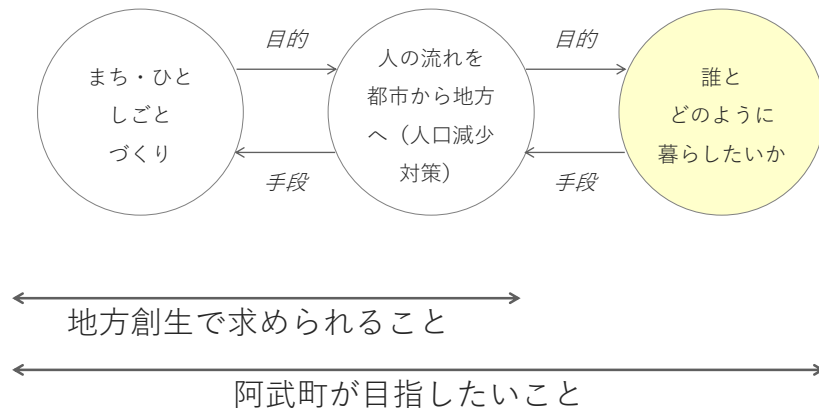
歳を重ねるごとに幸せになる町に

「選ばれる町」をつくる

阿武町版総合戦略

2015年10月末策定

大切にしてきた考え方



誰と、どのように暮らしたいか？を描く総合戦略

大切にしてきた考え方

- 人口対策には時間がかかる。
- 自立した地域社会をつくる。（活動人口づくり）
- 自分たちが30年後に住んでいたい町にする。
- 小さな成功を重ねる。
- 主語は「わたしたち」。

（若手職員≡町の若者）（ボールは常に足元に）

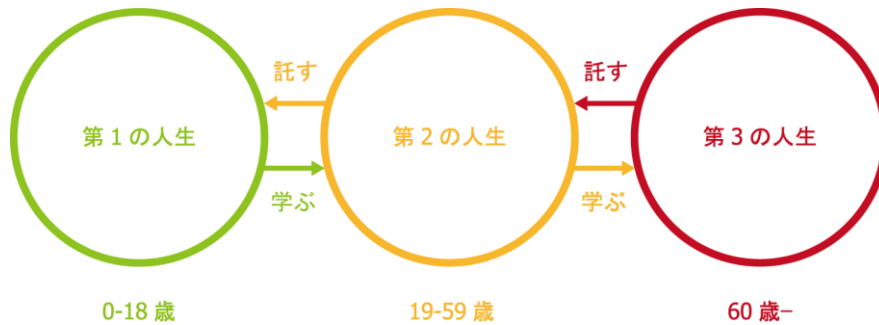


「選ばれる町」をつくる

町民にも、帰郷・移住希望者にも、人生の舞台として選ばれ続ける阿武町へ

誰と、どのように暮らしたいか？を描く総合戦略

大切にしてきた考え方



各世代ができる町の継ぎ方を

大切にしてきた考え方

- 住まいの多様性
 - ・ 空き家の利活用
 - ・ 不動産業者を前提としない取り組み
- 仕事の多様性
 - ・ 季節ごとに生じる小さな仕事を生かす
 - ・ 仕事の情報をまとめて発信する
- つながりの多様性
 - ・ 誰もが使える拠点をつくる
 - ・ 交流の途切れる高校生、出郷者との縁をつなぐ

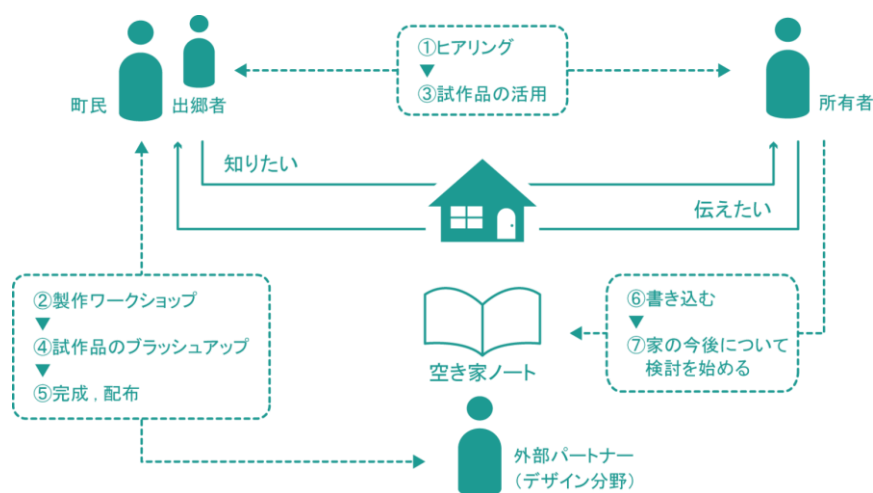
課題のレバレッジポイントからプロジェクトを生む

多様な住まいを提供する

- ✓ 空き家ノートプロジェクト
- ✓ 空き家管理プロジェクト
- ✓ 思い出不動産プロジェクト

→住まいの提供数を50件以上増やそう。

Project_1 空き家ノートプロジェクト（家の未来帳）

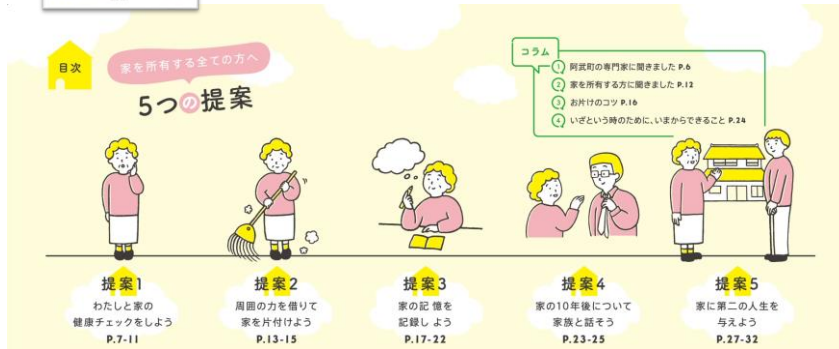


家の今後について話し合うきっかけをつくる

家の未来帖（山口県阿武町）



- ・ 増える高齢世帯→意思決定の難しさ（空き家増加の一因）
- ・ 本人や家族が、将来の暮らしと家の扱いについて「話す」「決める」「動く」ことを支援する冊子
- ・ 各種支援策も兼ね備える（情報提供、相談会等）



（現在）健康的に暮らし続ける支援 → （将来に向けて）意思決定の支援

【福祉担当】 情報共有による早期の対策 【空き家担当】

自分の健康と家の状態を簡単にチェックできるリスト

提案1 わたしと家の健康チェックをしよう

わたしのこと 家の未来を考えていく 上で欠かせない「5つの力」をチェックしてみましょう！

	あてはまる	あてはまらない
体力		
・ 家の中を転倒の不安なくスムーズに移動できる	☐	☐
・ 手すりにつかまらず、階段の上り下りができる	☐	☐
・ 床に置いた荷物を持ち上げることができる	☐	☐
・ この半年、食事の量や体力、体重に大きな減少はない	☐	☐
合計してみよう→	☐	☐
	お片付け	コヤツ
段取り力		
・ 目標を決めて取り組んでいる趣味や仕事・役割がある	☐	☐
・ 家の整理整頓が得意で、物の分別や保管・処理には困らない	☐	☐
・ 薬の飲み忘れや約束事を忘れることはほとんどない	☐	☐
・ 買い物や銀行に行って目的をスムーズに終えることができる	☐	☐
合計してみよう→	☐	☐
	お片付け	コヤツ
決断力		
・ 日々の献立や休日の予定などを家しんて決めることができる	☐	☐
・ この1年以内に、大きな決断をしたことがある	☐	☐
・ 生活環境の変化には柔軟に対応できる方だ	☐	☐
・ 自分に決めたことには後悔はない	☐	☐
合計してみよう→	☐	☐
	お片付け	コヤツ
支えられ力		
・ 共通の話題や趣味を持つ友人がいる	☐	☐
・ 町内に行きつけの店やお気に入りの場所がある	☐	☐
・ 困った時に人に助けを求めることができる	☐	☐
・ ペットの世話、町内会での役員など、自分に役割がある	☐	☐
合計してみよう→	☐	☐
	お片付け	コヤツ
情報収集力		
・ 町内無線や広報誌を気になって見聞している	☐	☐
・ 関心のある講座や集まりに出かけることがある	☐	☐
・ パソコンやスマートフォンを使って検索することができる	☐	☐
・ 年の離れた友人・知人がいる	☐	☐
合計してみよう→	☐	☐
	お片付け	コヤツ

「あてはまる」と「あてはまらない」の合計を塗りつぶしてみましょう！

体力 段取り力 決断力 支えられ力 情報収集力

コヤツ (あてはまる) 1 2 3 4 5

お片付け (あてはまらない)

自分の健康と家の状態を簡単にチェックできるリスト

提案1 わたしと家の健康チェックをしよう



家のこと 普段客観的に見ることの少ない自分の家。この機会に家の状態を観察してみましょう！

2 水回り ・トイレが流れにくい ・お風呂が寒い(すき間風を感じる) 合計してみましょう→ [] [] ヨカッタネ コマッパネ	5 天井裏 ・梁や桁、柱に虫食い跡がある ・床下に湿り気を感じる 合計してみましょう→ [] [] ヨカッタネ コマッパネ
2 外回り(外壁・屋根) ・外壁に著しいひび割れがある ・屋根からの雨漏りがある 合計してみましょう→ [] [] ヨカッタネ コマッパネ	6 家の所有状況 ・登記簿上の家の所有者がわからない ・登記簿上の土地の地目がわからない 合計してみましょう→ [] [] ヨカッタネ コマッパネ
3 室内 ・壁に著しいひび割れがある ・天井からの雨漏りがある 合計してみましょう→ [] [] ヨカッタネ コマッパネ	4 構造・建てつけ ・床に沈み、きしみを感ずる ・ドアや戸、窓の開け閉めがスムーズにいかない 合計してみましょう→ [] [] ヨカッタネ コマッパネ

「あてはまる」と「あてはまらない」の合計を塗りつぶしてみましょう！

ヨカッタネ (あてはまる)	ヨカッタネ (あてはまらない)	水回り	外回り	室内	構造・建てつけ	天井裏	家の所有状況

point

「わたし」と「家」それぞれの健康状態を知ることができましたか？
「ヨカッタネ」が少しでも増えていくよう、定期的にチェックしてみてください。

P.10

P.11

具体的な情報提供と、支援の取り組み

コラム 3 お片づけのコツ

片付けポイントは、「きれいな家」を目指すのではなく、
年を重ねても「安全・安心に暮らせる家」を目指すということ。
例えば、次の3つを目指すだけでも暮らしはずっと快適になります。

こんな家を目指そう

- 床に直置きされているものがない
小さなもの、少しの段差でもつまずきの原因になります。
何も置かれていない床は掃除も楽になります。
- 自分の力で出し入れできるものだけを残す
自分の手の届く範囲、持ち運ぶことができる重さを踏まえて、
必要なものとその置き場を決めましょう。
- 不安定なものを除く、もしくは固定する
グラグラするものに寄りかかると大きく転倒してしまう原因になります。
キャスター付の椅子や固定されていない家具などがないか、実際に
触って確認してみましょう。

INFORMATION



「こんなこともできます」

写真の再整理ワークショップ

阿武町暮らし支援センター shiBanoでは、自宅に眠る古い写真を持ち寄り、本当に大切なものをゆっくり選び、1冊のアルバムにまとめる講座を開いています。
詳しくは、shiBano窓口 ☎08388-2-3388

P.10

家について相談したい方へ

お家なんでも相談会に参加しよう

阿武町暮らし支援センター shiBanoでは、
家の専門家を定期的に招いて、無料相談会を開催します。
この「家の未来帖」になるべく多くの情報を書き込んで、ご持参ください。
内容は日時に限らずに広報や町内放送でお知らせします。
お気軽にお越しください。

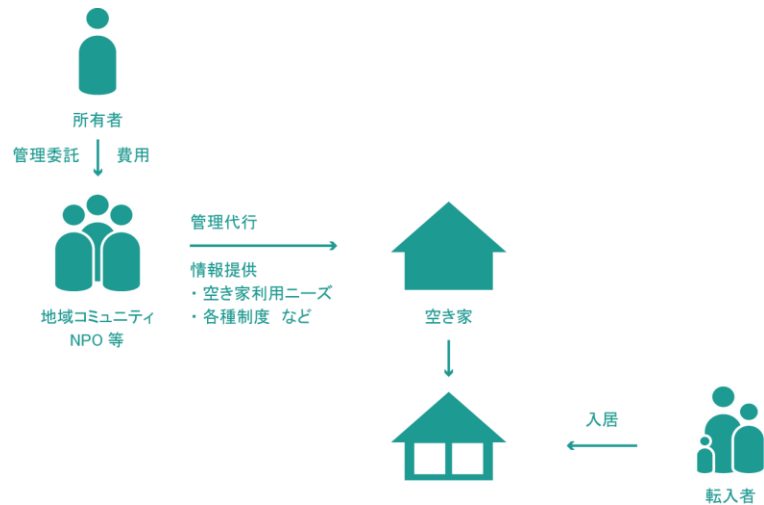
阿武町役場は一般社団法人山口県古民家再生協会と
協定を結んでいます。(2018年4月～)

家の相談会についても、同協会の協力のもと、開催予定です。

- ・ 専門家への相談会
- ・ 空き家バンクの紹介
- ・ 町民によるサポート体制

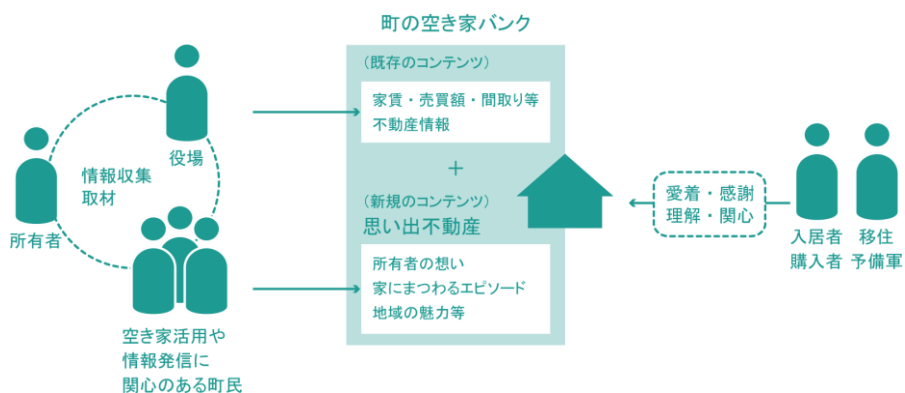
(思い出の整理、片付け、棟下ろし式、
改修の相談等)

Project_2 空き家管理プロジェクト



地域で空き家を継ぐサポートをする

Project_3 思い出不動産プロジェクト



家のストーリーごと大切にしてくれる人を招きたい

多様なはたらき方を実現する

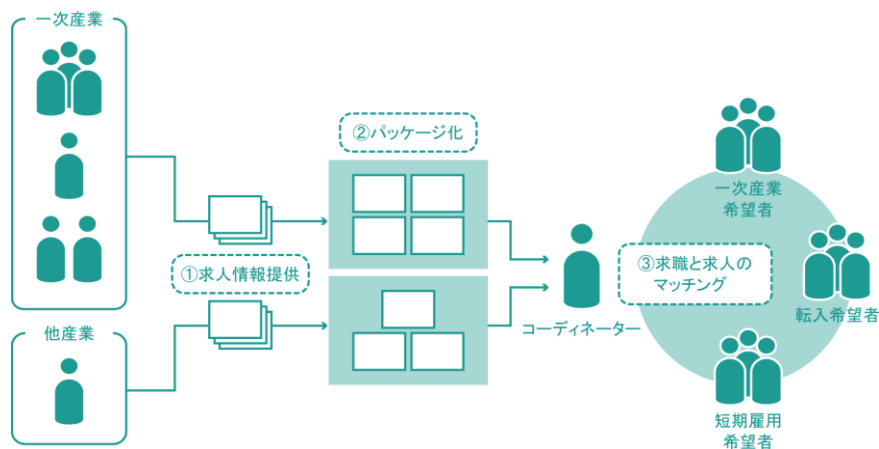
ヨンプンノイチワークス

- ✓ 1/4worksプロジェクト
- ✓ 阿武の玄関づくりプロジェクト

→40人の新たな就業を実現しよう。

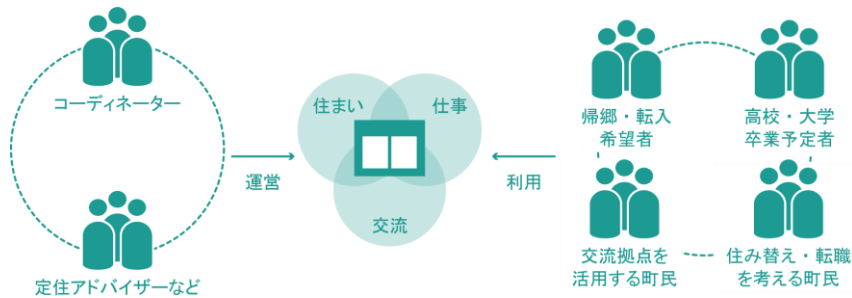
ヨンプンノイチワークス

Project_4 1/4worksプロジェクト



季節産業を組み合わせた働き方を提案する

Project_5 阿武の玄関づくりプロジェクト



仕事と住まいがセットになった暮らしを提案する

多様なつながりを育む

アブクロ

✓ ABuQuRoづくりプロジェクト

ツクロ

✓ TsuQuRoプロジェクト

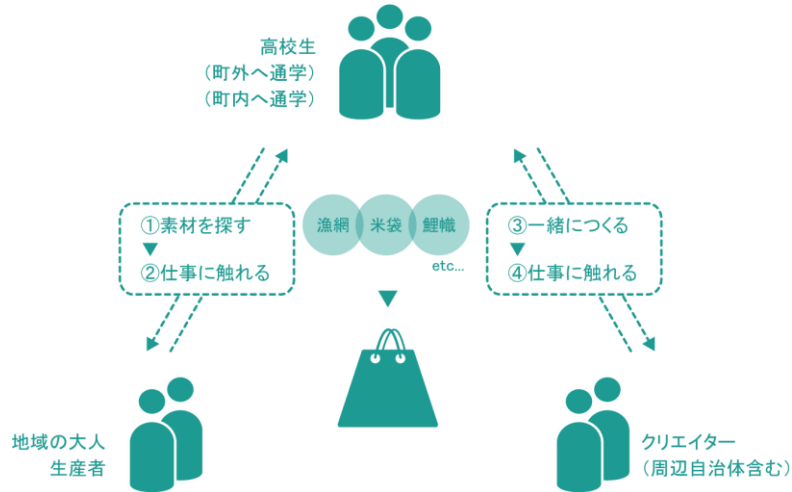
✓ 阿武町式花嫁・花婿修行

プロジェクト

→350人の活動人口を生もう。

アブクロ

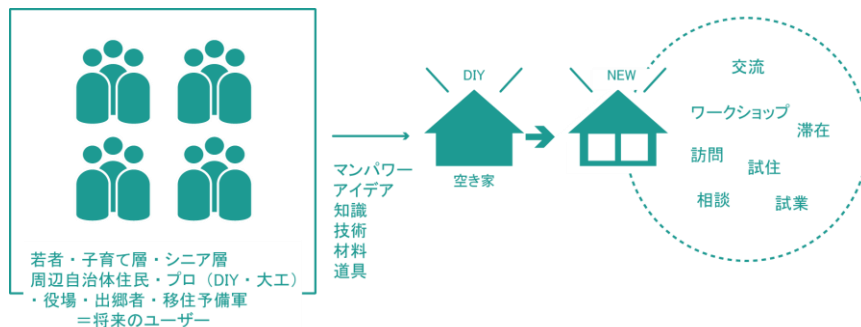
Project_6 ABuQuRoプロジェクト



ものづくりを通じて高校生と町との接点をつくる

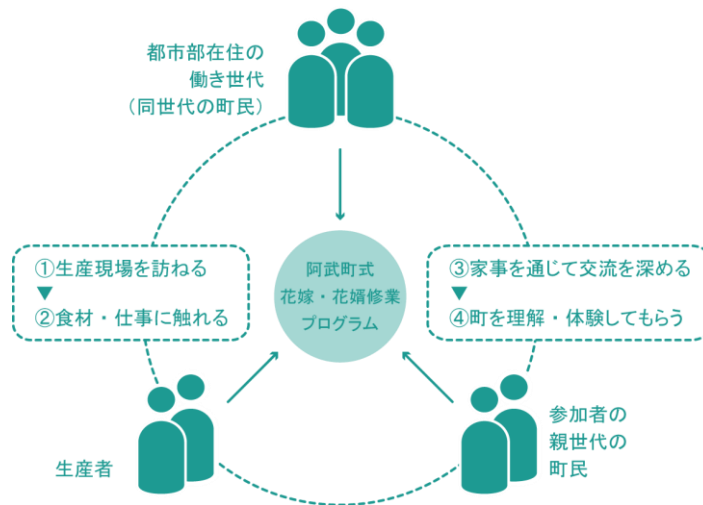
ツクロ

Project_7 TsuQuRoプロジェクト



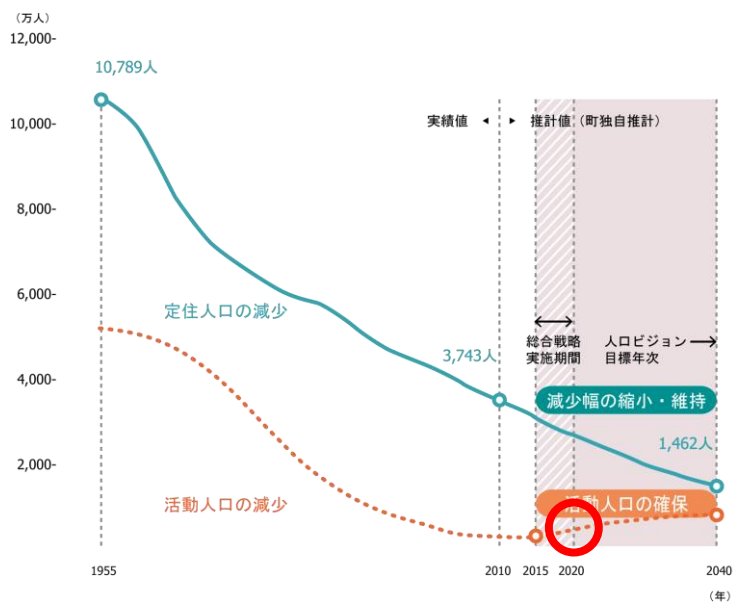
交流拠点を自分たちでつくる

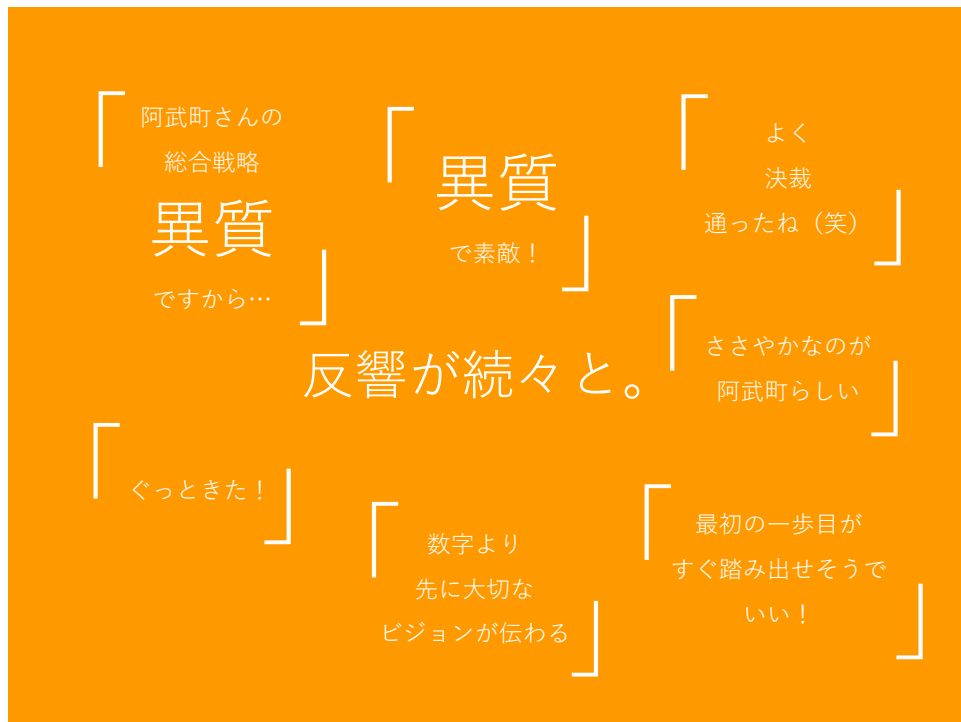
Project_8 阿武町式花嫁・花婿修行プロジェクト



家事がつなぐ都市と地方の新たな親子関係

2020年に活動人口350人



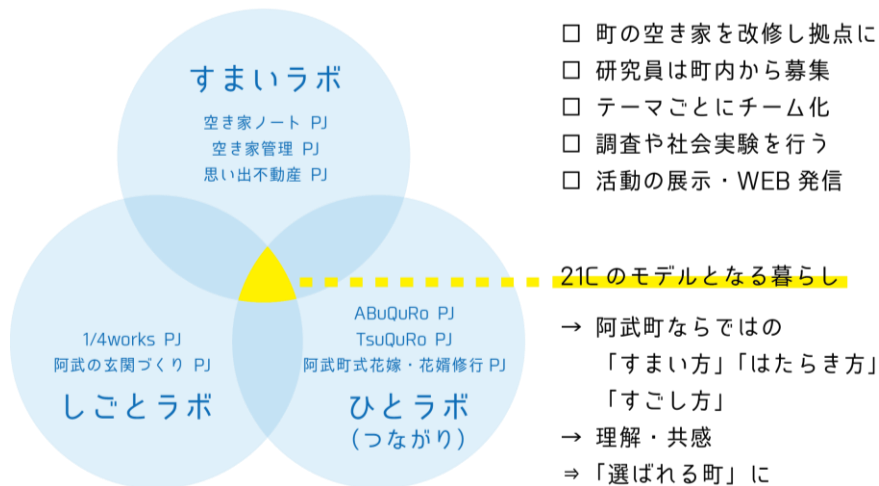


メディアからの取材も

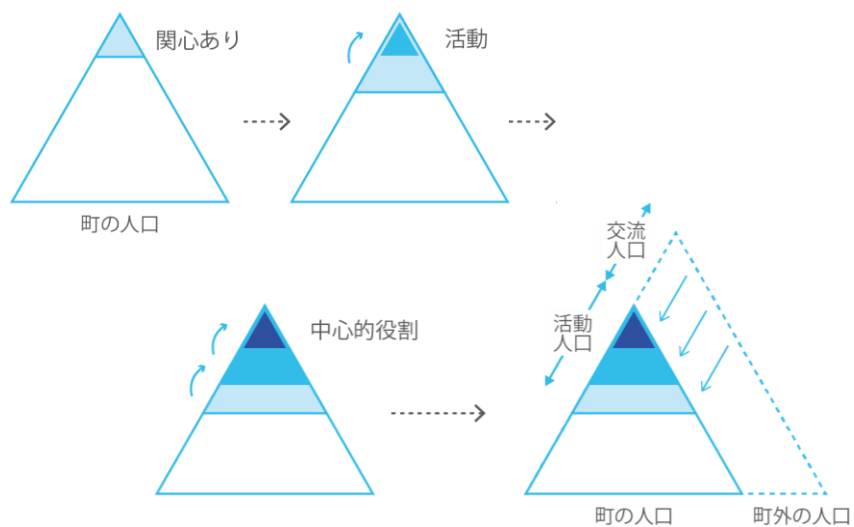


「異質」→「ユニーク」！！

21Cの暮らし方研究所



21Cの暮らし方研究所



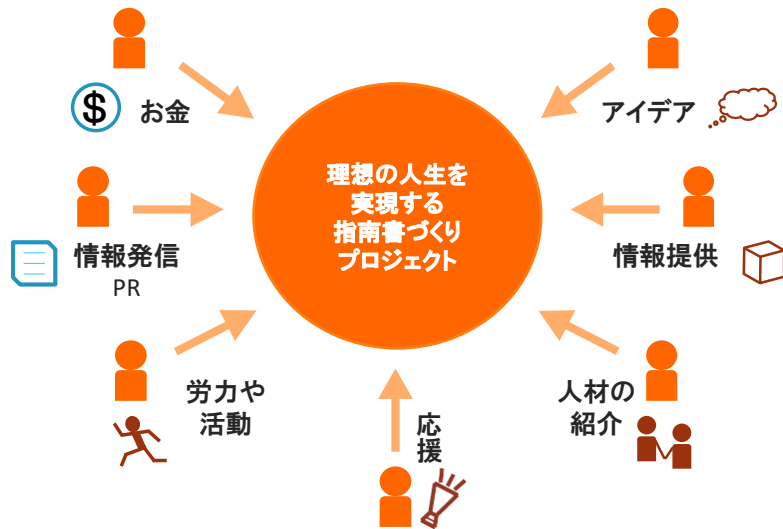
21Cの暮らし方研究所（空き家ツアー）



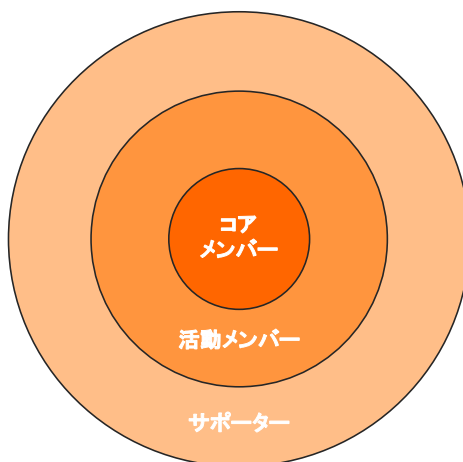
21Cの暮らし方研究所（12/13ブランディングWS）



プロジェクトへの投資



投資の利回り



投資によって手に入るモノ

- ① 地域の課題解決
- ② 感謝と尊敬
- ③ 仲間
- ④ 新たな学び
- ⑤ 健康
- ⑥ お金

中心に近いほど
投資の利回りが高い