

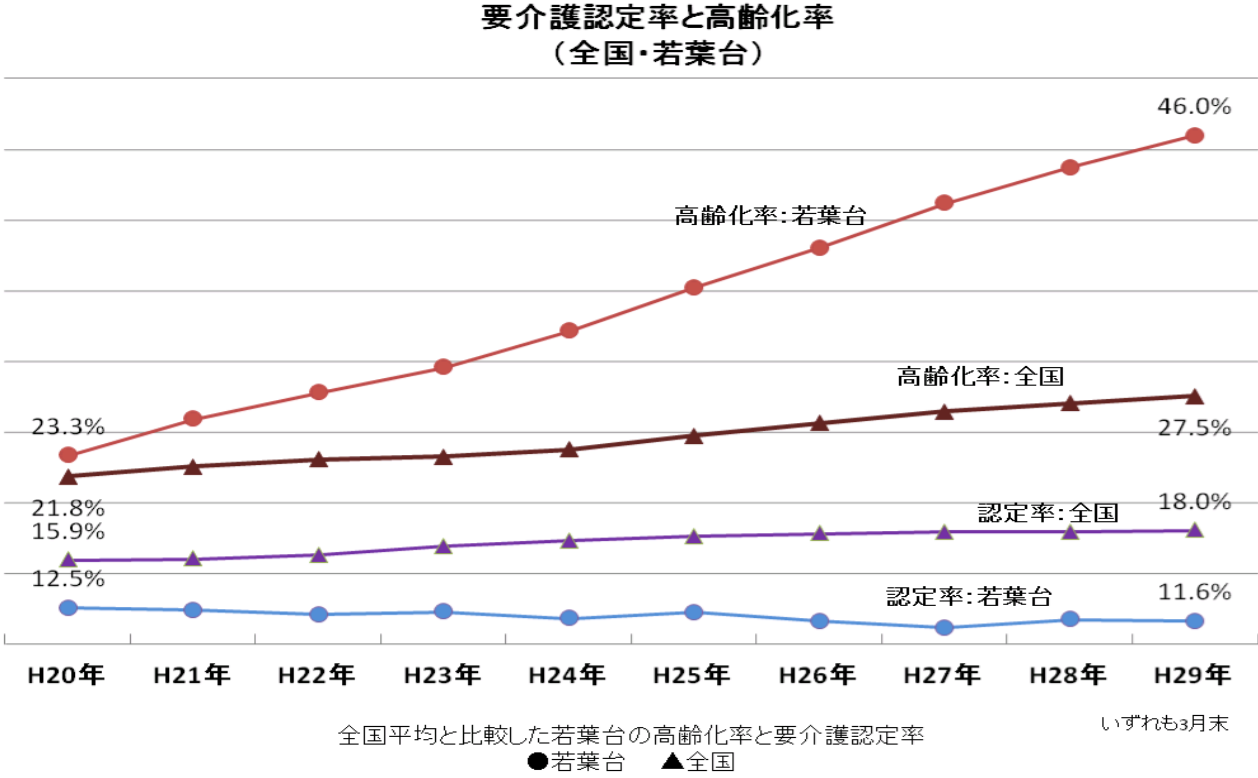
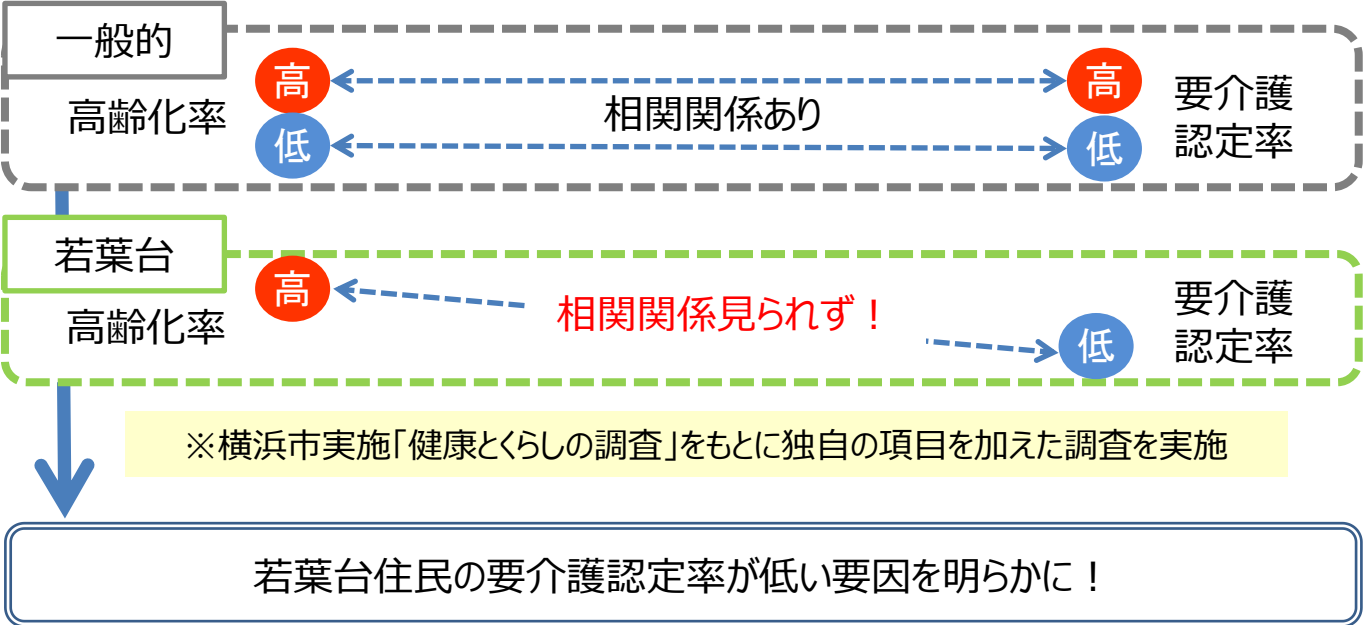
若葉台・健康とくらしの調査 報告書

【概要版】



平成30年2月

神奈川県住宅供給公社
一般財団法人若葉台まちづくりセンター



調査の概要（報告書 P 2～3）

調査対象：若葉台一～四丁目の全住戸（ヴィンテージ・ヴィラ横浜、トレクオーレ横浜若葉台除く）

対 象 者：各住戸における65歳以上の世帯員。複数いる場合は調査票配布後最初に誕生日を迎える世帯員としました。

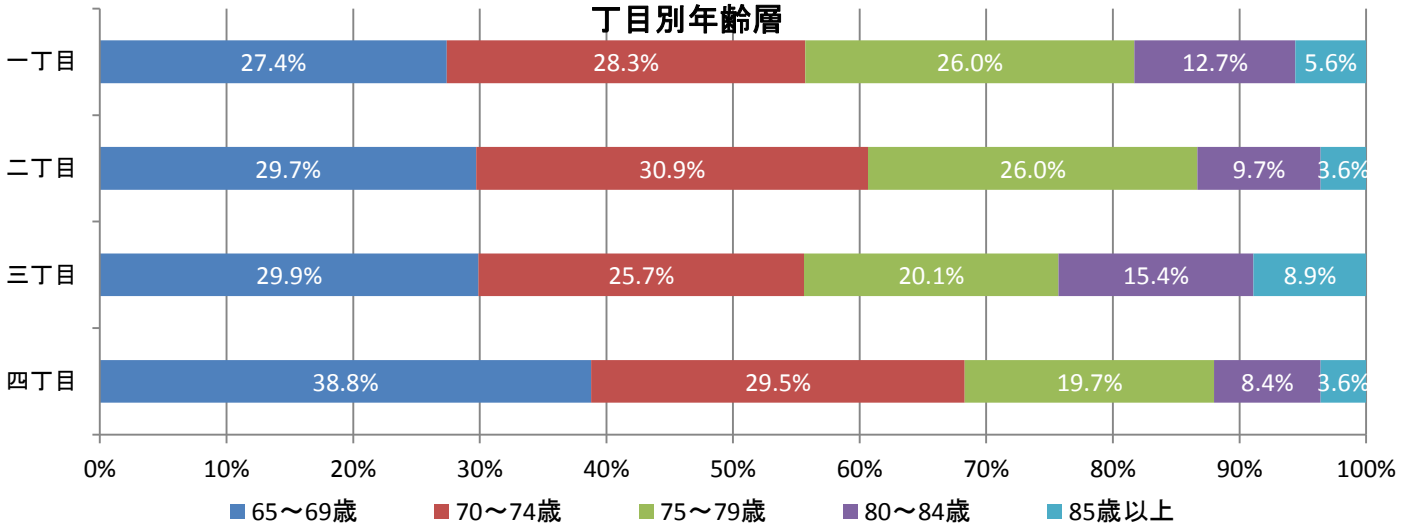
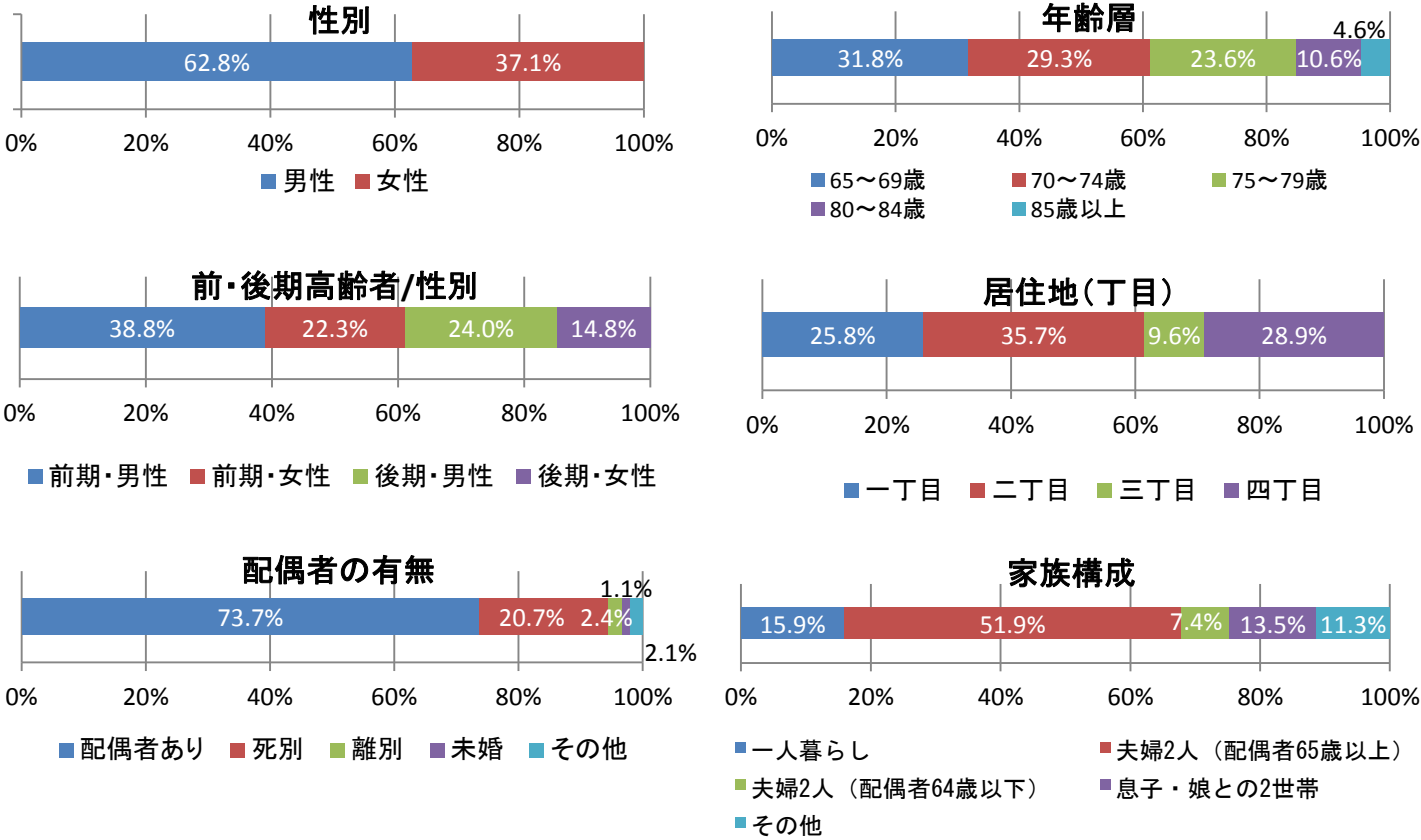
調査期間：平成29年5月10日～6月9日

調査方法：自治会を介して全住戸に調査票を配布。集会所に設置した回収箱にて回収。

回収状況：2,363件（集計対象2,229件）

集計方法：回収調査票のうち、記入された対象者の年齢が「65歳未満」の票は対象外としました。
また、年齢が「無回答」の調査票は集計に含めていません。
対象者の中には要介護と要支援の認定を受けている人も含まれておりますが、比較対象とした横浜市調査では要介護の人は含まれていないため、本報告書で使用する集計結果は認定を受けていないと回答した人、要支援と回答した人のみに絞っています。

回答者の基本属性（報告書 P 8～13）



本調査と比較を行った「横浜市調査」の概要（報告書 P 6）

この概要版では、横浜市の許可を得て、平成28年度に横浜市が「34介護保険者 39市町村」を対象に日本老年学的評価研究（JAGES）プロジェクト2016調査として行った「健康とくらしの調査」における横浜市の調査結果（※）のうち、横浜市全体及び旭区の集計結果と、今回独自に行った本調査における若葉台の集計結果との比較を行いました。

※平成28年4月1日現在で65歳以上である要介護認定を受けていない高齢者（要支援含む）を対象として無作為抽出された20,700人を対象者として実施した調査。なお回収数（率）は15,036（72.6%）、集計数は14,573。そのうち、旭区の対象者は1,800人。回収数（率）は1,291（71.7%）、集計数は1,258。

報告書（概要版）を読む際の注意事項（報告書 P 6）

本調査と日本老年学的評価研究（JAGES）プロジェクト2016調査で共通する質問項目と地域診断項目は、前述の横浜市調査の横浜市及び旭区の集計結果と比較を行い分析し、本調査独自の質問は若葉台のみの分析としています。ただし、本調査の回答者と横浜市調査における市全体及び旭区の回答者属性（年齢構成や性別）に差が見られたため、データ比較は総数ではなく5歳刻みの年齢別のみで分析しています。

なお、この概要版は報告書本編（資料編含め全340ページ）を要約したものです。詳細につきましては報告書本編をご覧ください。（URL: <http://www.kanagawa-jk.or.jp/news/?id=512>）

調査結果の概要（報告書 P 14～）

本調査では、各設問に対する回答を5歳刻みで集計し、横浜市調査における「横浜市全体」及び「旭区」の数値との比較を行いました。

この概要版では、若葉台と横浜市及び旭区との比較を行いました。いずれの項目・年齢層においても、総じて若葉台が良好な結果となっています。

大規模な集合住宅団地として計画的な開発が行われた若葉台は、比較的入居時期に近い年齢層が集積していることから、その他の一般的な住宅地や市街地と異なり、特徴的な年齢構成となっています。

5歳刻みの集計・比較を行ったことにより、若葉台が有する特徴が浮き彫りになってきました。

以下、各設問に対する年齢層ごとの比較結果です。（凡例は以下のとおり）

◎・・・若葉台の結果が、横浜市・旭区の両方より10ポイント以上上回っていた

○・・・若葉台の結果が、横浜市・旭区の両方より10ポイント未満上回っていた

▲・・・若葉台の結果が、横浜市・旭区のいずれか（または両方）より下回っていた

健康状況にかかわること（報告書 P 14～29）

健康状況に関する質問では「介護が必要ない」「1日30分以上歩く」と答えた割合が、いずれの項目・年齢層においても横浜市・旭区より高い結果になりました。また「閉じこもり者」の割合の低さについては、年齢層ごとに若干異なるものの横浜市・旭区と比較して2～6倍程度の差異が見られました。

若葉台独自の外出しやすい環境（ソフト・ハードともに）が外出を促し、各種健康指標に好影響を与えるきっかけとなっていることが推察されます。

調査項目	横浜市・旭区との比較 における特徴的な指標	年齢区分					備 考
		65～69	70～74	75～79	80～84	85以上	
健康状態にかかわる質問項目							
現在の健康状態	よい（とてもよい・まあよいの 合計）割合	○	○	○	○	○	75歳以上の年齢層で比較的 大きな差がみられる
普段の生活で介護・介助が必要か	介護が必要ない割合	○	○	○	○	○	80～84歳で比較的大きな差 がみられる
1日何分くらい歩くか	30分以上歩く割合	○	○	○	○	◎	70歳以上の年齢層で比較的 大きな差がみられる
住民の健康状況にかかわる地域診断項目							
虚弱者割合	割合の低さ	○	○	○	○	○	
運動機能低下者割合	割合の低さ	○	○	○	○	▲	85歳以上では横浜市より3.4 [°] イント、旭区より6.4 [°] イント高い
1年間の転倒あり割合	割合の低さ	○	○	○	○	○	80歳以上の年齢層で比較的 大きな差がみられる
物忘れが多い者の割合	割合の低さ	▲	▲	▲	▲	▲	
閉じこもり者割合	割合の低さ	○	○	○	○	○	80歳以上の年齢層で比較的 大きな差がみられる
うつ割合	割合の低さ	○	○	○	○	○	
口腔機能低下者割合	割合の低さ	○	▲	▲	○	○	75～79歳では最も低下者割 合が高い
BMI18.5未満の者の割合	割合の低さ	▲	○	○	○	▲	
要介護リスク者割合	割合の低さ	▲	○	○	◎	-	65～69歳の年齢層での差異 は僅少
認知症リスク者割合	割合の低さ	○	○	○	○	○	80歳以上の年齢層で比較的 大きな差がみられる

趣味の有無やグループ活動・クラブ活動への参加状況等の質問を通じて、自分以外とのかかわりである「社会参加」の状況について調査しました。

趣味がある割合の高さがいずれの年齢層においても総じて高いことに加え、「複数回答可」とした趣味の内容についても、下記「散歩・ジョギング」「読書」のみならず、様々なジャンルにおいて高い割合となっています。

「週1回以上参加している割合」の高さや、調査対象となったサンプル数に対する回答数を比較すると、若葉台では複数の趣味を有している人が多いことが伺えます。

グループやクラブに参加して行っている運動について比較すると、いずれの年齢層においても「**グラウンドゴルフ**」が際立って高い割合となりました。また、「散歩（ウォーキング）」については、回答割合を比較すると横浜市・旭区と同等程度でしたが「回答数」を見ると**大部分の年齢層で他の種目を大きく回っています**。このことから、散歩（ウォーキング）は若葉台の多くの人にとって最もポピュラーな運動として定着していると言えます。

若葉台では、グラウンドゴルフやテニス、散歩（ウォーキング）を楽しむグループが活動している光景が日常的に見られます。計画的に配置された運動施設のみならず、まち中に整備された自転車歩行者専用道路も活用し、様々な活動が展開されています。**身近な生活圏内にこうしたフィールドが多数あることも、各種活動への参加意欲を促進させている大きな要因**ではないでしょうか。

「社会参加」という視点では、グループへの関わり方も重要です。

横浜市・旭区と比較して、いずれの年齢層においても総じて割合が高く、若葉台の大きな強みの一つとも言えるのが**グループの「企画・運営」への参加割合の多さ**です。

参加者としてのみならず、企画運営側としても多くの関わり合いを持つことが、相互理解・相互支援をもとにした**社会参加の土壌をますます育み、コミュニティの多様性や柔軟性、継続性を維持**できているポイントであると考えられます。



調査項目	横浜市・旭区との比較 における特徴的な指標	年齢区分					備 考
		65～69	70～74	75～79	80～84	85以上	
住民の健康状況にかかわる地域診断項目							
趣味はあるか	「はい」の割合	○	○	○	○	○	80歳以上の年齢層で比較的大きな差がみられる
行っている趣味は何か①	「散歩・ジョギング」の割合	◎	◎	◎	○	○	運動系趣味の代表例
行っている趣味は何か②	「読書」の割合	◎	◎	◎	◎	○	文科系趣味の代表例
スポーツ関係のグループやクラブに参加している割合	週1回以上参加している割合	◎	○	○	○	◎	
グループやクラブに参加して行っている運動は何か①	散歩（ウォーキング）	▲	▲	▲	▲	○	
グループやクラブに参加して行っている運動は何か②	グラウンドゴルフ	○	○	◎	◎	○	
グループやクラブに参加して行っている運動は何か③	テニス	◎	○	○	○	-	
グループの運営に関わっているか	運営に関わっている割合	○	○	○	○	○	関わっている活動の上位は、自治会、ボランティア、趣味等
地域住民のグループ活動に企画・運営として参加したいか	参加意向（是非参加したい、参加しても良い）計	○	○	○	○	○	85歳以上の年齢層で比較的大きな差がみられる
地域住民のグループ活動に参加者として参加したいか	参加意向（是非参加したい、参加しても良い）計	○	○	○	○	◎	80歳以上の年齢層で比較的大きな差がみられる
サロン活動への参加	参加している割合	○	○	◎	◎	○	65～74歳の年齢層でも比較的大きな差がみられる

社会参加にかかわること②（報告書 P 51～78）

個人的な行動特性や他者との関わり方を示す「社会的ネットワーク」について質問しました。
「多様な人とのかかわり」が若葉台に根付いていることの裏付けとなるような集計結果となりました。

調査項目	横浜市・旭区との比較 における特徴的な指標	年齢区分					備 考
		65～69	70～74	75～79	80～84	85以上	
家族や地域、社会的ネットワークにかかわる質問項目							
食事は誰とすることが多いか	ひとりで食事する割合の低さ	○	○	▲	▲	▲	80歳以上の年齢層では横浜市、旭区より割合が高い
この1ヶ月間、何人の友人・知人と会ったか	「10人以上」の割合	○	○	○	○	◎	
よく会う友人・知人はどんな関係の人か①	「趣味や関心が同じ友人」の割合	○	○	◎	○	◎	
よく会う友人・知人はどんな関係の人か②	「仕事での同僚・元同僚」の割合	○	◎	○	○	○	
よく会う友人・知人はどんな関係の人か③	「ボランティアなどの活動での友人」の割合	○	○	○	○	○	
困ったときに相談できる人や窓口はあるか①	「別居の子ども」の割合	○	○	◎	○	▲	
困ったときに相談できる人や窓口はあるか②	「近隣・友人」の割合	○	○	○	○	○	
地域の人々は信用できるか	「信用できる（とても信用できる・まあ信用できる）」計	◎	○	◎	◎	◎	
地域の人々は、他の人の役に立とうと思うか	「そう思う（とてもそう思う・まあそう思う）」計	◎	○	◎	◎	◎	
住んでいる地域にどの程度愛着があるか	「愛着がある（とても愛着がある・まあ愛着がある）」計	◎	○	○	○	○	
過去3年間に地域の避難訓練などに参加したか	過去3年間に1回以上参加した割合	◎	◎	◎	◎	◎	
地域の方は、子どもの良いおこないをみて、子どもや親をほめると思うか	「思う（思う・まあ思う）」計	▲	○	▲	▲	▲	いずれの年齢層も「旭区」の割合が総じて高い
地域の人々から大切にされ、地域の一員となっていると感じるか	「思う（そう思う・ややそう思う）」計	◎	○	○	○	◎	85歳以上の年齢層では、旭区の5倍程度の割合
地域のものごとの決定に参加しているか	「思う（そう思う・ややそう思う）」計	◎	◎	◎	◎	◎	いずれの年齢層でも若葉台が総じて高く、最大2倍程度の差異
社会参加と社会的ネットワークにかかわる地域診断項目							
就労していない者の割合	割合の低さ	▲	▲	▲	▲	▲	
趣味の会参加者割合	割合の高さ	▲	▲	○	○	◎	
ボランティア参加者割合	割合の高さ	○	○	◎	○	○	いずれの年齢層でも若葉台が総じて高い
学習・教養サークル参加者割合	割合の高さ	▲	▲	○	○	○	
特技や経験を他者に伝える活動参加者割合	割合の高さ	▲	▲	○	▲	▲	
友人知人と会う頻度が高い者の割合	割合の高さ	○	○	▲	○	○	

若葉台は、高密度の集合住宅団地であることが特徴です。エントランスやバス停で顔を合わせたり、意思決定をするために話し合いをしたり、同年代の友人と趣味を楽しんだり・・・**地域的な特徴と入居者の意識が相まって、日々の生活を通じて自ずと他者との関係づくりを良好に行いやすい素地を作り上げてきた**とも言えます。

このような背景もあってか、いずれの年齢層においても、直近1箇月で会った人数の多さと多様さが横浜市・旭区よりも上回った結果となりました。

また、その他の質問への回答内容をもても、**いずれの年齢層においてもご近所や友人、地域への信用と愛着の高さが大きく上回っています。**

昨今では、**地域コミュニティの希薄化やご近所付き合いの疎遠化**といった課題に直面している地域の事例が激増しています。今回の調査では、決して一朝一夕に出来上がることのない、**長い年月をかけて培われてきた「地域ぐるみのコミュニティ基盤」の重要性を再認識**する結果となりました。

まとめ①【横浜市ランキングとの比較】（報告書 P 83～84）

このように、今回の調査における若葉台の結果と、前述の「横浜市調査」における横浜市及び旭区の結果との比較を行ったところ、若葉台が他地域よりも好結果であった項目が多くありました。**わたしたちが日常感じている「若葉台の魅力や特徴」が客観的なデータにより明らかになっていると言える**のではないのでしょうか。

横浜市調査は地域ケアプラザ単位（市内138地域・旭区内12地域）で集計を行いました。注目すべき介護予防の点から見ると**「要介護リスク」「社会参加」「社会的ネットワーク」**に関する結果が特徴的でした。若葉台は、これらを判定する17の診断項目のうち、10項目が区内で1位、市内でも10位以内に入る結果となりました。

◇地域診断項目の比較（横浜市内で10位以内、旭区内で2位以内の項目に網掛け）

地域診断項目		若葉台 % (n=120)	横浜市 % (n=14,573)	市内の 若葉台順位 (138地域中)	旭区 % (n=1,258)	旭区内の 若葉台順位 (12地域中)
要介護リスク						
	虚弱者割合の低さ	1.7	3.2	21	3.1	1
	運動機能低下者割合の低さ	4.2	8	10	7.6	1
	1年間の転倒あり割合の低さ	23.3	24.8	50	26.6	4
	物忘れが多い者の割合の低さ	30	38.4	4	37.8	1
	閉じこもり者割合の低さ	1.7	4.2	10	4.5	2
	うつ割合の低さ	15	24.3	4	26.2	1
	口腔機能低下者割合の低さ	17.5	17.3	73	18.1	6
	BMI18.5未満の者の割合の低さ	8.3	8.5	72	8.7	6
	要介護リスク者割合の低さ	21.7	29.7	9	31.1	1
	認知症リスク者割合の低さ	6.7	12.4	9	14	1
就労						
	就労していない者の割合の低さ	68.3	64.5	105	63.9	11
社会参加						
	スポーツの会参加者割合の高さ	46.7	30.1	1	28.9	1
	趣味の会参加者割合の高さ	56.7	39.3	2	41.1	1
	ボランティア参加者割合の高さ	21.7	15.5	15	15.2	2
	学習・教養サークル参加者割合の高さ	15.8	10.6	12	11	2
	特技や経験を他者伝達活動の高さ	15	8.4	3	9.1	1
社会的ネットワーク						
	友人知人と会う頻度の高さ	75.8	65.7	3	66.5	1

開発時からはじめていた「健康なまち」へのシナリオ

◇若葉台のなりたちと開発理念

若葉台の開発が目指したのは「人と自然の調和の取れた豊かな住み良い街」でした。丘陵地だった元の自然地形や環境を極力活かし、都市計画手法も活用して開発計画を策定。豊かな緑地、ゆとりある住棟配置、全体に張り巡らされた自転車歩行者専用道路、電線地中化など、理念に基づく丁寧な計画と開発が、約40年経過した現在まで続く「つながり」による住まい手の健康づくりの基礎や仕掛けをつくったと言っても過言ではありません。

◇コミュニティの萌芽と成熟

入居開始後には、段階的開発の初期であることによる生活や交通上の不便さの解消や住民同士の交流を目的として堅固なコミュニティが醸成されました。入居時期や年齢層が比較的近いこと等も作用し、様々な地域活動が自然発生的に生まれました。

当時は、想像できないようなご苦労があったものと推察しますが、こうした地域活動が拡充・継続しながら今日に至っているのは、共通する課題に対し多様な住まい手同士が協力して取組み、きちんと成果を上げることにより「つながりをつくり、強くする」というプロセスを、初期に入居された方々が具現化し根付かせてくださったからに他ならないでしょう。

◇外出しやすく、スポーツ施設などが充実した環境

「将来的な余暇時間の増大」に対応するために数々のレクリエーション的施設が配置され、自転車歩行者専用道路で外出しやすいことも若葉台の特徴です。

そして、NPO法人若葉台スポーツ・文化クラブなどが住民目線でこれらの施設を総合的にマネジメントしていることにより、活動の豊富な選択肢や参加しやすい風土を提供し、単に「利用しやすさ」に止まらず利用者同士のつながりづくりや「社会参加」に多大な貢献をしていることが調査により明らかになりました。

◇世代を超えた絆の形成

昨今の集合住宅地では、住民同士の基礎的コミュニティの弱体化に直面している事例が少なくないなか、若葉台では、今日でも極めて高度な住民自治が展開されています。

各種イベントや行事等、年間を通じてコミュニケーションを育てる土台や舞台が豊富であり、人と人が触れあい支えあふ風土や、地域に対し主体的に関わろうとする姿勢、地域への活動参加や帰属意識など、まちに愛着を感じさせる効果につながっていることが調査結果から確認されました。

◇若葉台の取組みが住民の健康状態に表れた成果

地域における人々の信頼関係や結びつき、活動の状況などの社会組織の重要性を「ソーシャルキャピタル（社会関係資本）」と言います。

ソーシャルキャピタルが豊かな地域は人々のつながりが強く社会への協調的な行動が活発になり、治安・経済・健康・幸福感などに良い影響があるそうです。今回の調査により、若葉台はソーシャルキャピタルが高く、住民の健康にも良い結果をもたらしているまちであることが明らかになりました。

若葉台の調査結果は「スポーツや趣味などへの参加が要介護リスクを下げ体を健康にする」「健康に長生きする秘訣は積極的に人と会うこと」などといった研究機関の説を裏付ける結果となり、日本が抱える健康長寿社会の実現という課題に対し、強い示唆を与え得る内容となりました。

◇調査の振返りと今後の課題

このように、開発計画時や入居当初から今日に至るまでの様々な取組みの積み重ねが介護認定率の低さや健康を維持するための大きな強みであることが浮き彫りになりました。

調査報告書は、この強みを維持するためには、取組みの継続や更なる充実に向け多様な連携を強化すること、各データの検証を継続することの重要性について指摘し総括されています。

おわりに

報告書の総括にもあるように、今後必要なことは、長い年月をかけて若葉台で結実した文化や風土、取組みといった地域のつながり、ソーシャルキャピタルを財産としてどのように継続していけるか、いかに次世代、次々世代につなぎ、「住みつなぐまち」にしていけるか、という視点だと考えます。

平成29年3月に策定した「横浜若葉台みらいづくりプラン」等との連携を図りながら、関係者みんなで将来に向けたまちづくりを推進していくきっかけとなれば、調査を実施した価値はますます高まることと思います。

