

嶺北（本山町・土佐町）版 生涯活躍のまち 構想〔概要版〕

「生涯活躍のまち構想」とは？

東京圏などのシニア世代が地方に移り住み
地域住民と交流しながら 健康でアクティブな生活を送ることができる まちづくり



平成27年に国が示した「生涯活躍のまち構想」は、地方創生の観点から東京圏をはじめとする地域の中高齢者が、健康なうちから希望に応じ地方や「まちなか」に移り住み、地域住民や多世代と交流しながら健康でアクティブな生活を送り、必要に応じて医療・介護を受けることができる地域づくりを目指すものです。

「嶺北（本山町・土佐町）版 生涯活躍のまち 構想」の意義

両町が互いの資源や取り組みを共有することで
将来にわたって地域をつなぐ仕組みをつくります



この構想は、本山町及び土佐町の両町が連携して一つの「嶺北（本山町・土佐町）版生涯活躍のまち構想」を策定します。

そして、移住・定住施策の一環として、両町が互いの資源や取り組みを共有し、活用し合うことで、嶺北地域の価値をさらに高めながら、「生涯活躍のまち」の取り組みを実施することで、将来にわたって地域をつないでいくための持続可能なしくみの構築を目指します。

経済 効果

- (1) 地域経済活性化
- (2) 税収増加効果
- (3) 新たな産業の創出

消費の拡大による経済波及効果および雇用の創出などが見込まれます。さらに、一次産業や地域活動の担い手を増やし、地域コミュニティを活性化させるなど、様々な効果が期待できます。

社会 効果

- (1) 新たな地域の担い手の誕生
- (2) 即戦力の確保
- (3) 人材育成

定住人口の増加による新たな担い手の誕生や即戦力の確保など、人材不足に悩む地域に及ぼす影響は大きいと考えられます。また、教育や医療・介護、健康増進の分野などで新たな民間サービスの誘致や起業などを生み出す可能性があります。

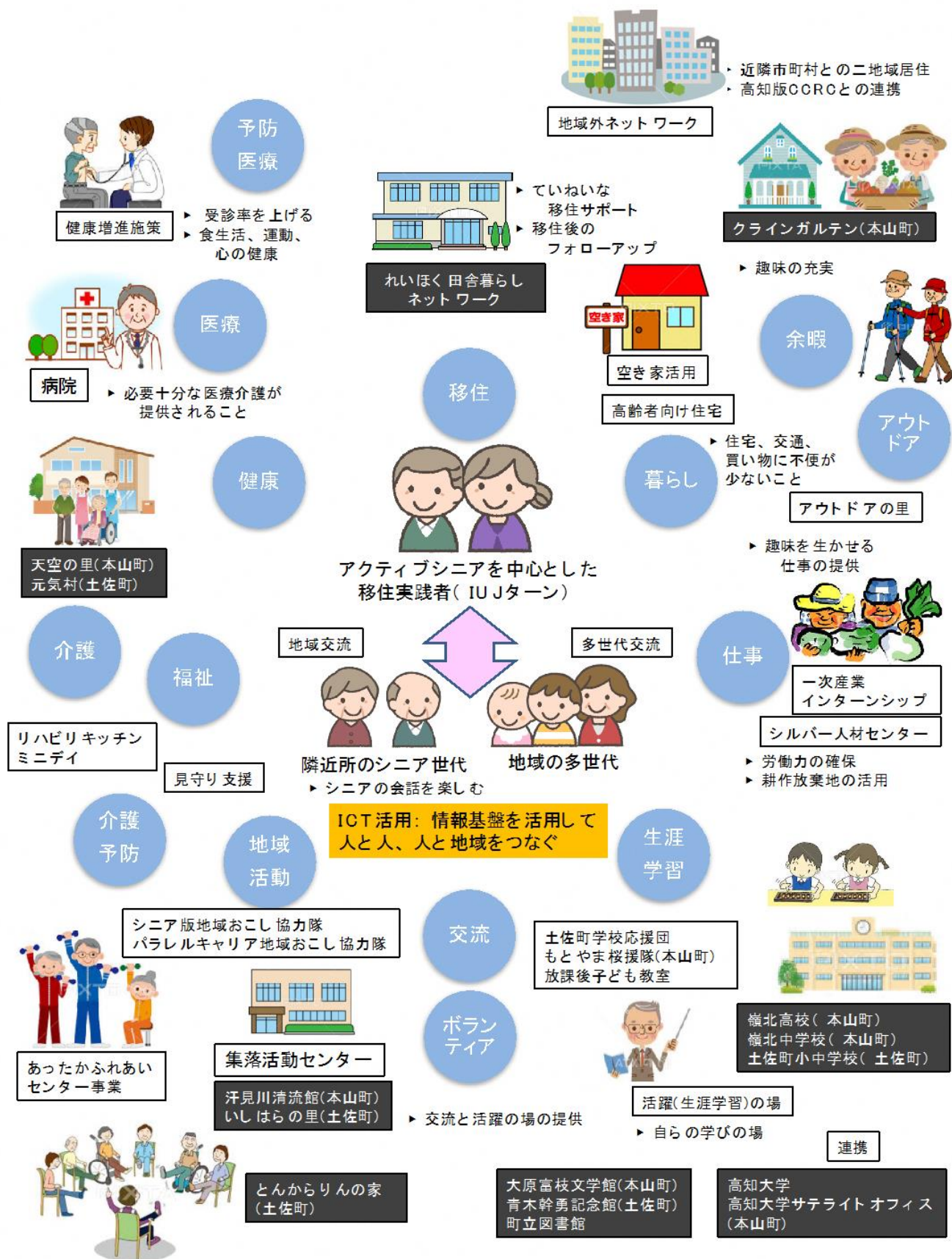
「嶺北(本山町・土佐町)版 生涯活躍のまち」コンセプト

ユメを紡ぐまち、れいほく

- ゆたかな暮らし（自然と調和した豊かな暮らしの中で）
- めぐる季節。（鮮やかな季節のうつろいを感じ）
- つぎの世代につなぐ。（人を育て）
- むかしと今をむすぶ。（伝統を受け継ぎながら）
- ぐるりとめぐる結。（人々が助け合って暮らしている）

このコンセプトには、嶺北の人々が豊かな自然と巡りゆく季節の中で、人を育て助け合いながら、伝統的な農村の暮らしを未来へつなげていこうとする気持ちを「ゆめつむぐ」に込めています。

「嶺北(本山町・土佐町)版 生涯活躍のまち」イメージ図



移住の動機

人はなぜ移住するのか？

豊かな生活を求めて

移住実践者の時間軸

①スムーズな移住の実現



②豊かな暮らしの実現



③豊かな老後の実現

ここでは、移住の根源的な動機である「豊かな生活を求めて」に焦点をあて、「①スムーズな移住の実現」、「②豊かな暮らしの実現」、「③豊かな老後の実現」という3つの視点から、今後との取り組みを整理します。

①スムーズな移住の実現

～移住希望者が安心して
移住できる環境をつくります～

（１）移住サポートおよびフォローアップ

NPO法人 れいほく田舎暮らしネットワークでは、移住希望者と受入地域との仲介や移住後のフォローアップなどを行っています。

平成23年の東日本大震災以降、田舎暮らしを希望する多くの都市生活者が嶺北地域に移住しました。こうした先輩移住実践者が地域に入り、受入地域の人々と積極的に交流し、互いに良好な関係性を築いてきており、その後の移住希望者も先輩移住者が築いた地域のコミュニティに入りやすいという好循環が生まれつつあります。この好循環こそが嶺北地域の強みであり、この地域への移住を検討する方々にとって、大きな魅力であるといえます。



（２）二地域居住と二段階移住

はじめは、都市部と嶺北地域との「二地域居住」や長期滞在で田舎暮らしを楽しむことから始め、やがて完全に移住をするような段階的な移住してもらうの考え方や、例えば「まちなか」である高知市に一旦、移住し、都市部での生活利便性を享受しつつ高知の文化や風習に馴染んだのちに、自然豊かな中山間地域に再移住する「二段階移住」も有効な手段と考えられます。



（３）移住実践者が地域で活躍する場をつくる

移住実践者が地域に溶け込み、地域との関係をさらに強くするために、受入地域の中で移住実践者が活躍する場を作っていくことが必要です。移住実践者が都市生活で培ったビジネス経験や趣味活動から得られた知見やスキルを活かす場づくりなどが考えられます。



②豊かな生活の実現

～嶺北には、かけがえのない
「豊かさ」があります～



社会的豊かさ

人とのふれあいや信頼、互助などの人間関係の豊かさ

都会では希薄となった隣近所とのつきあいや世代を超えた交流が、嶺北地域には今もしっかりと息づいています。



文化的豊かさ

生活にゆとりや潤い、生きがいなど精神的な充足感をもたらすもの

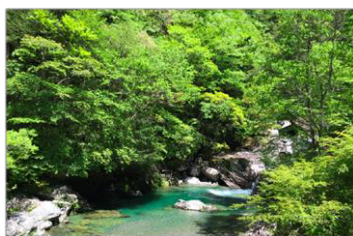
これまで嶺北地域に移住した人たちの多くが「自らの手で暮らしを築いていくことの楽しさや豊かさ」に関心が高く、田舎の仕事を地域住民から移住実践者へ引き継ぎ、実践されています。



学びの豊かさ

生活にゆとりや潤い、生きがいなど精神的な充足感をもたらすもの

様々な生涯学習の取り組みにアクティブシニアが教育の担い手として関わりを持つことで交流を促進し、教育する側、される側として互いに成長し、喜びを見出すことができる教育環境の構築を目指します。



自然的豊かさ

自然の恵み、花鳥風月、季節の移り変わり

自然豊かな日本の国土にあって、私たちの伝統的な生活は、自然との触れ合いや季節のうつろいを楽しむことを一つの幸せの源泉としてきた。嶺北地域は四季のうつろいを鮮やかに感じることができる自然的豊かさの宝庫です。



内面的豊かさ

精神的成長、精神的ゆとり、生きがいや生活の自立など

社会的豊かさを形成する地域社会との交流や、文化的豊かさを醸成する生涯学習への参加は内面的な豊かさを生み出す取り組みにつながるものと考えられます。

③豊かな老後の実現

～自分の健康は自分で守る。そして、地域で
支え合う意識を持ち、健康寿命を伸ばします～



(1) 健康増進の取り組み

土佐町で導入されているフィールド医学は「バランスのとれた食事」、「運動による健康づくり」、「こころの健康づくり」という3つの観点から食生活の改善や健康体操など、健康増進に資する取り組みを行なっています。



(2) ICT 活用による見守り支援

ICTシステムの活用により、高齢者が自宅にて異常を感じた際や、安否センサーからの通報により、コールセンターから高齢者宅近隣等の支援者に連絡が入るしくみ。地域における見守りの補充が実現しました。



(3) 継続的な地域包括ケアとの連携

平成28年度から始まった在宅医療・介護連携の取り組みでは、医師会との連携により切れ目のない在宅医療と介護の提供体制の構築を目指しています。



(4) 高齢者福祉施設

高齢者向けの住宅や様々な活動プログラムを提供する場所としては、既存施設を活用することを基本とし、居住施設等の新規整備については、アクティブシニアの移住希望・実践者数の動向や住居へのニーズを見つつ検討していきます。



(5) 介護予防の取り組み

本山町の「リハビリキッチン」や土佐町の「とんからりんの家」など、介護予防とともに地域のつながりの維持や支え合い活動など、地域の主体性を高める活動を行っています。



(6) 介護サービスの多様性の確保

本山町の通所介護事業所であるデイサービス長老大学では、介護の現場では固定化されがちな「支援する若者」と「支援される高齢者」の関係をひっくり返し、高齢者が「人の役に立つ充実感」を楽しむことで元気になれる場づくりを目指しています。

おわりに

コンセプト「ユメを紡ぐまち、れいほく」の実現に向けた取り組みの方向性は、**①嶺北（本山町・土佐町）の魅力と強みが活かされた取り組みであること、②あらゆる世代が交流できる取り組みであること、③多様な活動・役割を提案する取り組みであること。**

以上を踏まえながら「嶺北（本山町・土佐町）版 生涯活躍のまち」づくりを進めることで、それぞれが自己実現を図りながら地域の発展と調和のとれた社会を築いていきます。

発行者 本山町役場 政策企画課 0887-76-3915

土佐町役場 総務企画課 0887-82-0480