

つながりづくりから始まる「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」

前回の令和 2 年度調査はコロナ禍でした。「コロナ禍に比べると今回（令和 6 年度調査）はつながりが戻っている」と期待されたものの、結果は単純ではありませんでした。

「地域における違う世代の人との交流の機会」を持つ者の割合は減少傾向です（32 ページ）。共生社会の実現はまだ途上かもしれません。世代ごとに価値観は異なりますが、相互理解には実際の交流が不可欠です。単なるスローガンにとどまらず、交流の場を創出することが重要です。

「地域の人とのつきあいの程度」は、令和 2 年度と比べ、「つきあいはない」者の割合はあまり変わらず、最も密な「相談し合える人がいる」者の割合は減少しています（16 ページ）。この傾向は性別・年代を問わず一貫しており、都民の地域とのつきあい方は単に減少したのではなく、より“ライト”なものへと変化していることがうかがえます。しかし、これは決してネガティブな変化とは限りません。ICT や SNS の発展により、血縁や地縁に縛られない新しいつながりの形が生まれつつあると考えられます。全国的な傾向を踏まえると、これは時代の流れと言えるでしょう。

一方で、「地域における困ったときの助け合い、支え合いの意識」は向上しています（26 ページ）。しかも高齢世代に限らず、若い世代にも広がっています。地域の共助意識が着実に醸成されている表れです。

従来のような密な近隣関係を維持するのは難しくなっていますが、代わりに柔軟で多様なつながりや新たな助け合いの形が育まれています。これを活かすには、地理的・行政的な区域にとらわれず、地区を越えた活動や参加を推奨することが有効でしょう。そうすることで、より多くの人々の社会参加が促され、ひいては「健康寿命の延伸」にもつながると考えられます。

今回の調査結果は、都下自治体の現状を示す指標であり、東京都健康推進プラン21（第三次）のベンチマークとなります。しかし、目標達成のプロセスは一様ではありません。人口構造、住民性、文化・慣習、社会資源など区市町村ごとに違いがあり、同じ手法が必ずしも通じるとは限らないのです。現在地を知るために他自治体と指標を比較することは有効ですが、そのプロセスは競うものではありません。

オンライン、職場、地域など、世代ごとに「持ちやすいつながり」があります。つながりを一括りに考えるのではなく、各世代の特性を理解し、区市町村ごとに適した形を強化する視点が求められます。「それは行政の範疇ではない」と線引きせず、むしろ積極的に巻き込むことが重要です。今や、そうした視点が不可欠な時代なのです。多様なチャンネルを持つことで、これまでアプローチしづらかった層にも働きかけが可能になります。例えば、孤立・孤独の問題も新たなつながりを活かすことで解決の糸口が見えてくるでしょう。こうした取組は、「健康格差の縮小」にもつながるはずです。

時代の流れは急速で、つながり一つとっても数年前とは状況が大きく変わっています。この変化を前向きに捉え、多様な価値観やライフスタイルを尊重しながら、誰もが安心してつながれる社会を築くことが求められています。豊かなつながりは、多様性のある社会から生まれます。東京都は、多様な人々が共に暮らす強みを持っています。この強みを活かしたつながりが生まれていくことを願っています。