



地域(あなた)と関係人口(わたし)の関わりの深化と地域団体の役割

NPO法人ふるさと回帰支援センター 副事務局長
総務省地域おこし協力隊サポートデスク スーパーバイザー
総務省地域力創造アドバイザー

稲垣文彦 博士(工学)



◆略歴

- 2004年10月 長岡市災害ボランティアセンターコーディネーター(山古志班)を務める
 - 2005年 1月 山古志村社会福祉協議会生活支援相談員に就任
 - 2005年 5月 地域復興のための中間支援組織「中越復興市民会議」を創設、事務局長に就任
 - 2008年 4月 地域復興支援員の人材育成を担う「復興デザインセンター」を(社)中越防災安全推進機構内に創設、副センター長に就任
 - 2009年 4月 (社)中越防災安全推進機構・復興デザインセンター長に就任
 - 2012年 4月 ながおか市民協働センター長に就任(兼務～2015年3月)
 - 2015年 4月 (公社)中越防災安全推進機構震災アーカイブス・メモリアルセンター長に就任、柏崎市協働のまちづくり専門官に就任(兼務～2017年3月)
 - 2015年11月 かしわざき市民活動センター長に就任(兼務～2017年3月)
 - 2016年 3月 長岡技術科学大学大学院工学研究科博士後期課程修了 博士(工学)
 - 2017年 4月 (公社)中越防災安全推進機構・業務執行理事に就任
 - 2017年 4月 かしわざき市民活動センターアドバイザーに就任(兼務～2018年3月)
 - 2018年 4月 (公社)中越防災安全推進機構・統括本部長に就任
 - 2021年 3月 NPO法人ふるさと回帰支援センター副事務局長に就任(現職)
- ほかに、総務省地域力創造アドバイザー、地域おこし協力隊サポートデスクスーパーバイザー、令和3年度まち・ひと・しごと創生本部令和3年度関係人口創出・拡大のための対流促進事業選定委員会委員、中越防災安全推進機構理事、福島大学うつくしまふくしま未来センター客員研究員、関西学院大学災害復興制度研究所研究員、日本災害復興学会理事など

◆表彰等 International Society for Integrated Disaster Risk Management Norio Okada Implementation Science Award for year 2021

◆東日本大震災関連

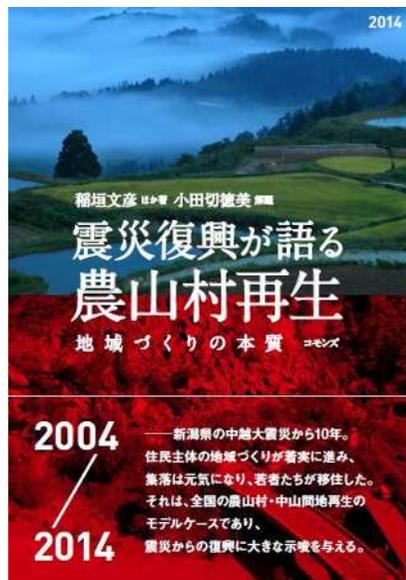
- ・ビッグバレットふくしま避難所運営サポート(内閣府、福島県)
- ・復興支援員制度設計サポート(総務省)、人材育成(岩手県、宮城県、福島県)

◆農山村の地域づくり関連

- ・地域おこし協力隊、集落支援員、受入自治体研修プログラム作成サポート(総務省)
- ・地域おこし協力隊、集落支援員制度導入アドバイス及び研修(総務省)

◆メディア出演 NHK 「あさイチ」、「週刊ニュース深読み」、「明日へつなげよう 復興サポート」、「クローズアップ東北」、「なるほど実感報道トド!」、「きらっと新潟」など

◆主な著書など



本日の内容

1. 地域と関係人口の関わりを深化させる地域団体の役割を理解するために 知っておきたいこと

- ①逃げ切れない世代(しなやかな世代) **ターゲット(相手)を知る**
- ②地域づくりの足し算と掛け算の法則 **関わり深化の法則を知る**
 - ・エンパワーメント
 - ・「めざす」関わりと「すごす」関わり
 - ・しなやかな世代×たくましい田舎＝イノベーション
 - 関係人口と地域のモノサシづくり
 - 「アンラーン(Unlearn)」について

2. 地域団体をお願いしたいこと

- ・地域(地方)に繋がりたい人は首都圏に大勢いる。
首都圏に住む12%(300万人)が地方移住に関心がある。
→関係人口の取組の拡大・継続(かかわりしろを増やし続ける)と更なる発信

本日の内容

1. 地域と関係人口の関わりを深化させる地域団体の役割を理解するために 知っておきたいこと

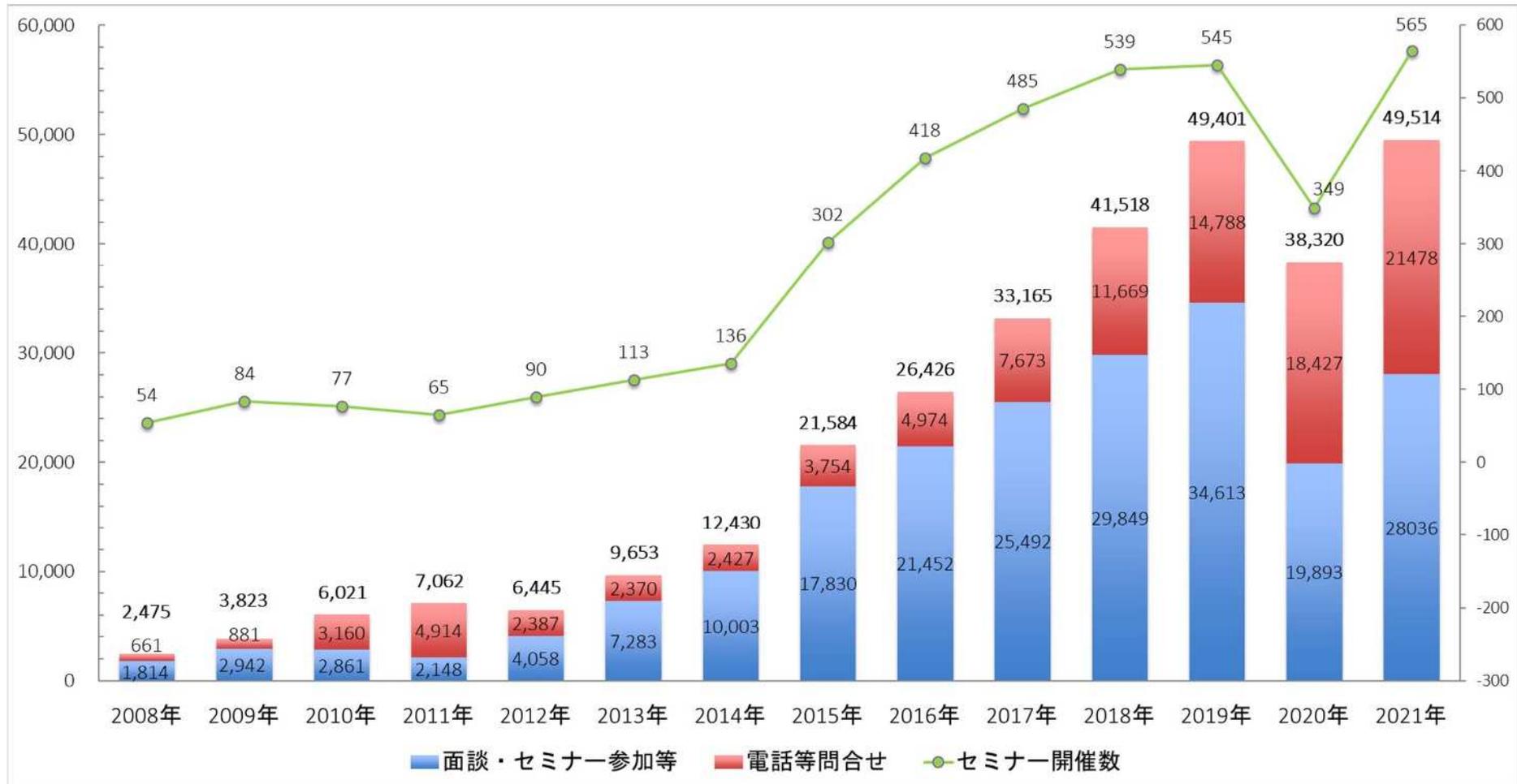
- ①逃げ切れない世代(しなやかな世代) **ターゲット(相手)を知る**
- ②地域づくりの足し算と掛け算の法則 **関わり深化の法則を知る**
 - ・エンパワーメント
 - ・「めざす」関わりと「すごす」関わり
 - ・しなやかな世代×たくましい田舎＝イノベーション
 - 関係人口と地域のモノサシづくり
 - 「アンラーン(Unlearn)」について

2. 地域団体をお願いしたいこと

- ・地域(地方)に繋がりたい人は首都圏に大勢いる。
首都圏に住む12%(300万人)が地方移住に関心がある。
→関係人口の取組の拡大・継続(かかわりしろを増やし続ける)と更なる発信

データで見る移住希望者の動向

移住相談件数の推移2008-21（ふるさと回帰支援センター・東京）

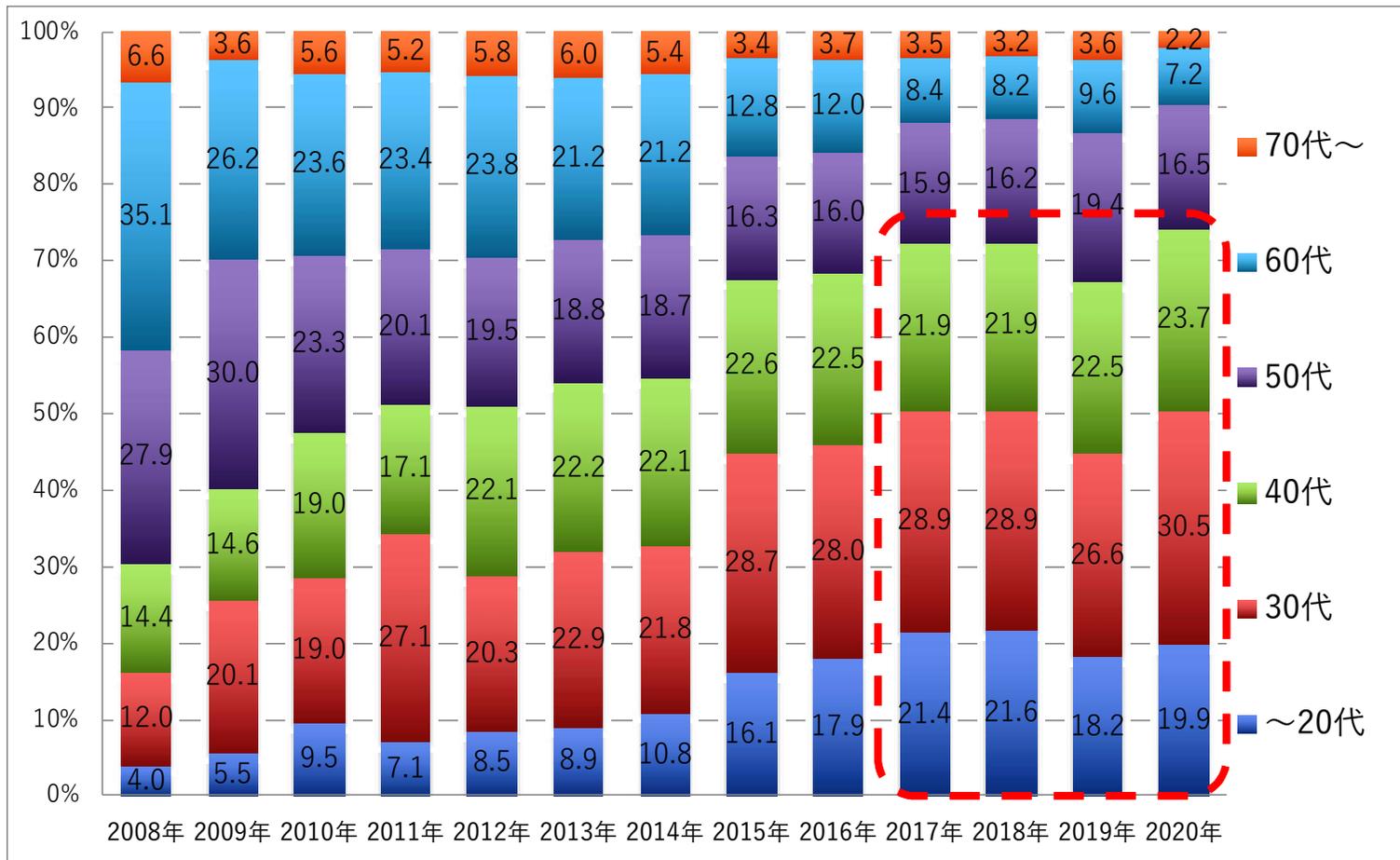


**コロナ禍にも関わらず、2021年は、過去最高の移住相談件数(49,514件)
地方移住の関心は高まっている。**

データで見る移住希望者の動向

(2020年度 都市と農山漁村の交流・移住実務者研修セミナー資料集より)

【暦年】 ふるさと回帰支援センター相談者：年代の推移（2008-20年）



**2017年以降、20、30、40代が移住相談者の7割を占める
若い世代が地方移住を考えている。**

最近の移住相談のキーワード

ワーク・ライフ・バランス

30代男性、地方出身者、首都圏在住、夫婦で移住したいという希望（Jターン）
東京に出てきて10年、家賃の高さと生活のしにくさが要因で移住を検討。

地域貢献

20代女性、首都圏出身・在住（Iターン）
狩猟、ジビエ、林業など山に関わることに興味があり、移住を検討。

農ある暮らし

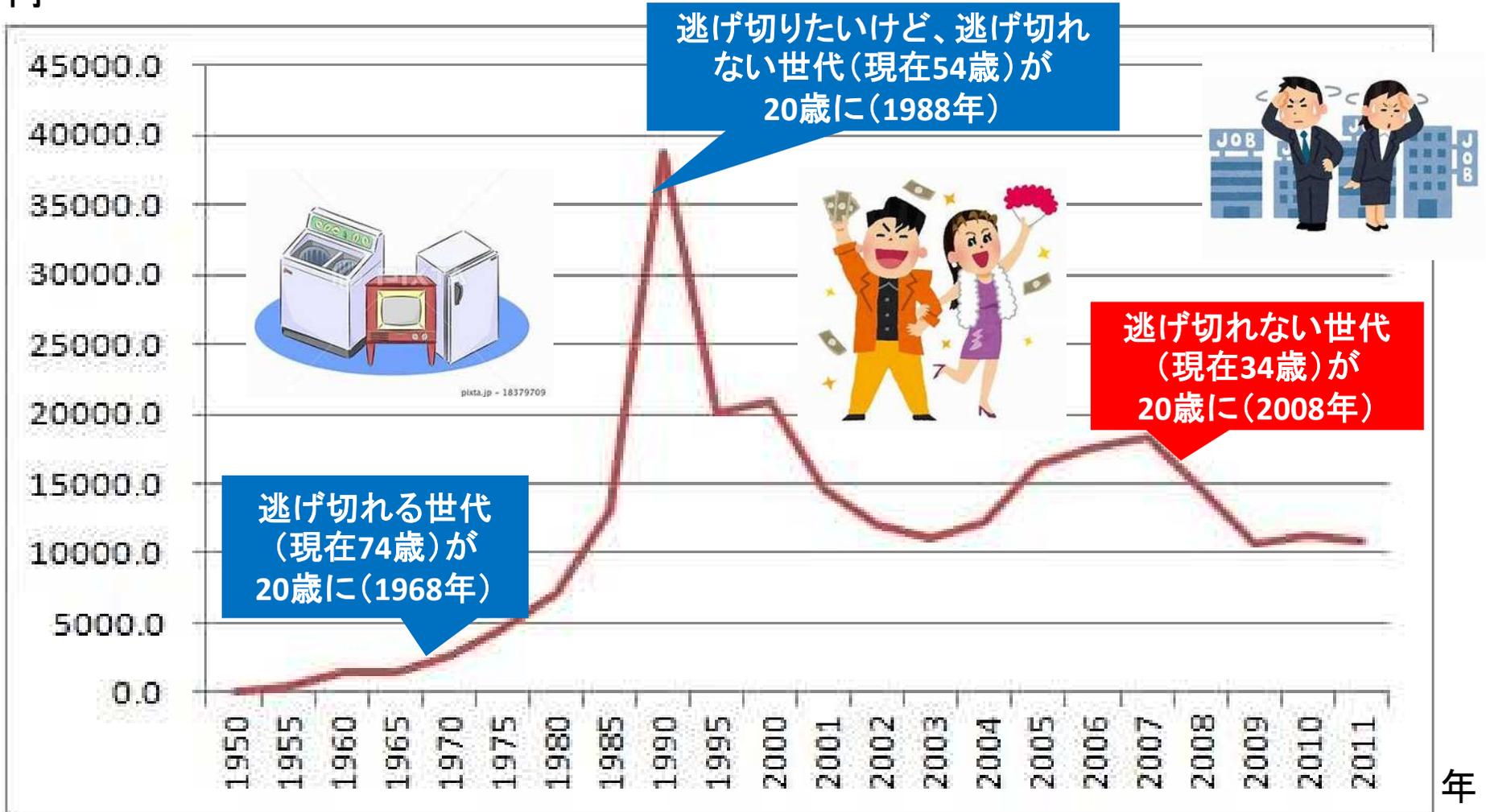
40代男性、地方出身者、首都圏在住（Uターン）、ITのシステム開発の仕事をしているが、それ以外の仕事が気になっている。一次産業に関わる仕事に興味があり、移住を検討。

逃げ切れない世代(しなやかな世代)

モヤモヤする逃げ切れない世代(親は安定した大企業に入れっていうけど、本当にそれで良いの?)
+コロナ禍でのモヤモヤする世代の広がり(ステイホームで、わたしの人生、本当にこれで良いの?)

日経平均株価の推移

円



本日の内容

1. 地域と関係人口の関わりを深化させる地域団体の役割を理解するために 知っておきたいこと

- ①逃げ切れない世代(しなやかな世代) ターゲット(相手)を知る
- ②地域づくりの足し算と掛け算の法則 **関わり深化の法則を知る**
 - ・エンパワーメント
 - ・「めざす」関わりと「すごす」関わり
 - ・しなやかな世代×たくましい田舎＝イノベーション
 - 関係人口と地域のモノサシづくり
 - 「アンラーン(Unlearn)」について

2. 地域団体をお願いしたいこと

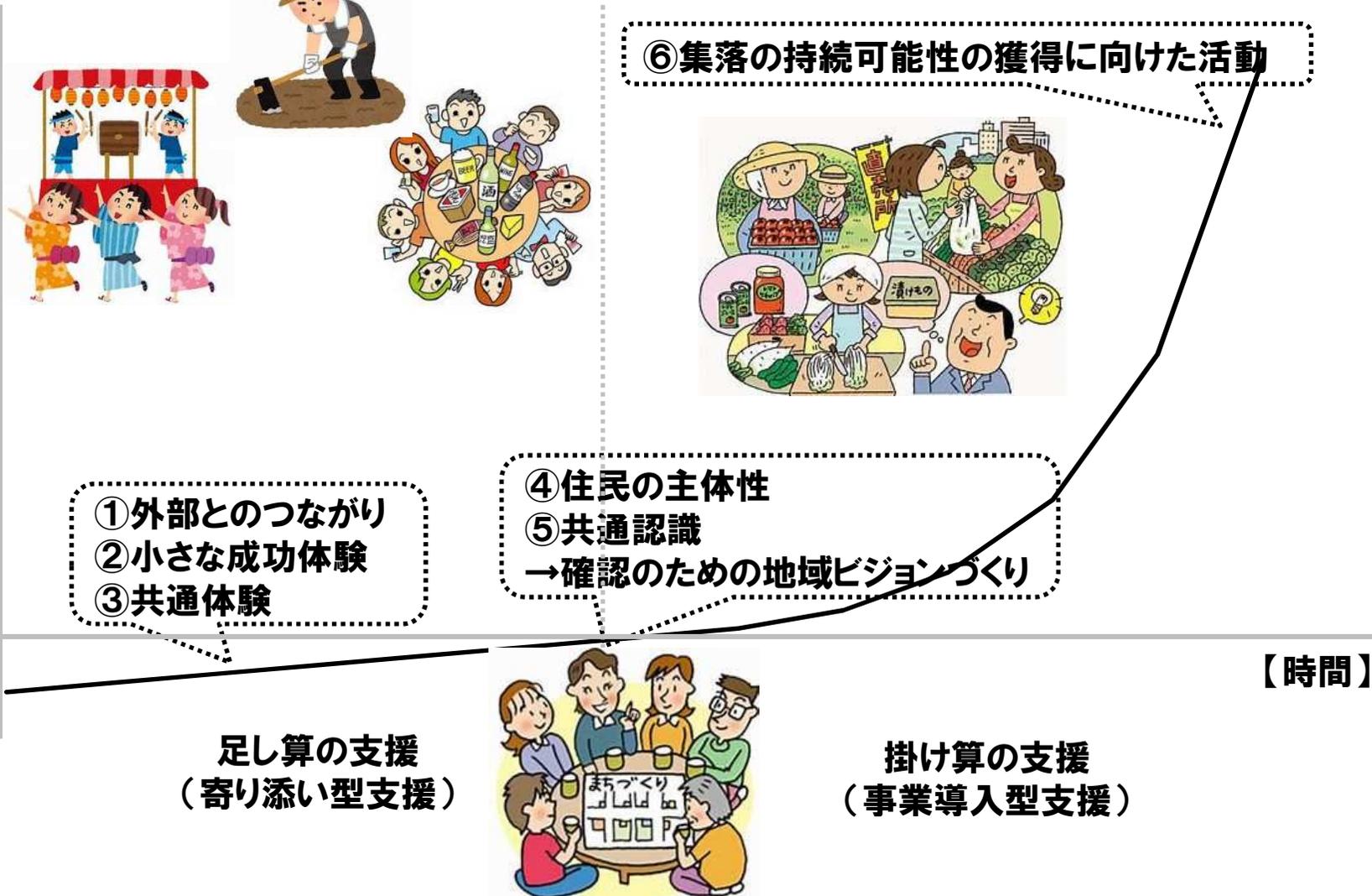
- ・地域(地方)に繋がりたい人は首都圏に大勢いる。
首都圏に住む12%(300万人)が地方移住に関心がある。
→関係人口の取組の拡大・継続(かかわりしろを増やし続ける)と更なる発信

地域づくりの足し算と掛け算の法則

関係人口（外）が活動人口（内）をつくり、活動人口が更なる関係人口をつくる関係人口の好循環モデル
人口減少しても地域の活力を維持・活性化するための法則

【地域力】

【地域力創造曲線】



外部支援者の役割 「めざす」関わりと「すごす」関わり 宮本匠 「中越地震から3800日 復興しない被災地はない」から①

木沢集落で大学生が果たした役割 大学生らは「水がない」と訴えられた集落で、水源が復旧されていなかったにもかかわらず、住民の価値観の転換(再認識)の触媒となることで、事態を好転させ、住民自身が主体的に取り組み、復興の始まりに寄与した。

肥後は、保育の現場で子どもたちと接するなかで、何らかの問題を抱える子どもたちが、何か「できる—できない」ことをめぐる傷つきに多かれ少なかれ出会っていたことに気付く。何か「できる」状態をめざすことは、もちろん子どもたちの成長にとって大切な要素であるが、「成長するに従って目指したようにはいかないこと、しょせんとどかないこと」が目に見えてきて、「それでも『めあて』に向かって目指す生活態度のみ求められると、次第に充実感や達成感よりも、緊張感、失敗への不安、『できない』ことや『変わらない』ことからくる無力感の方が大きくなっていく」。そこで「めざす」生活態度が活かされるためには、もう一方で「変わらなくてよい」、「このままでよい」というメッセージを含んだ「すごす」生活態度が形成されていることが大切だと指摘する。「変わっていく」ことを「めざす」関わりには、対象に何らかのより良い状態への変化を求めている時点で、同時に対象の現在の否定を含んでいる。つまり、「より良い状態をめざす」ということは、それに照らし合わせて現在の状態の何らかの欠如を暗黙のうちに示しているのである。このまなざしに、当事者が気付いた時、「めざす」関わりは頓挫する。それは、「できる—できない」をめぐる傷つき、無力感を強めていた対象であればあるほど、「めざす」関わりによって自己を否定的にとらえる見方を一層強めてしまうのである。このような子どもへの願いや期待をこめた大人の関わりが期待に反する結果を生んでしまうことは、災害復興(地域づくり)の支援においても共通するものがある。

外部支援者の役割 「めざす」関わりと「すごす」関わり 宮本匠 「中越地震から3800日 復興しない被災地はない」から②

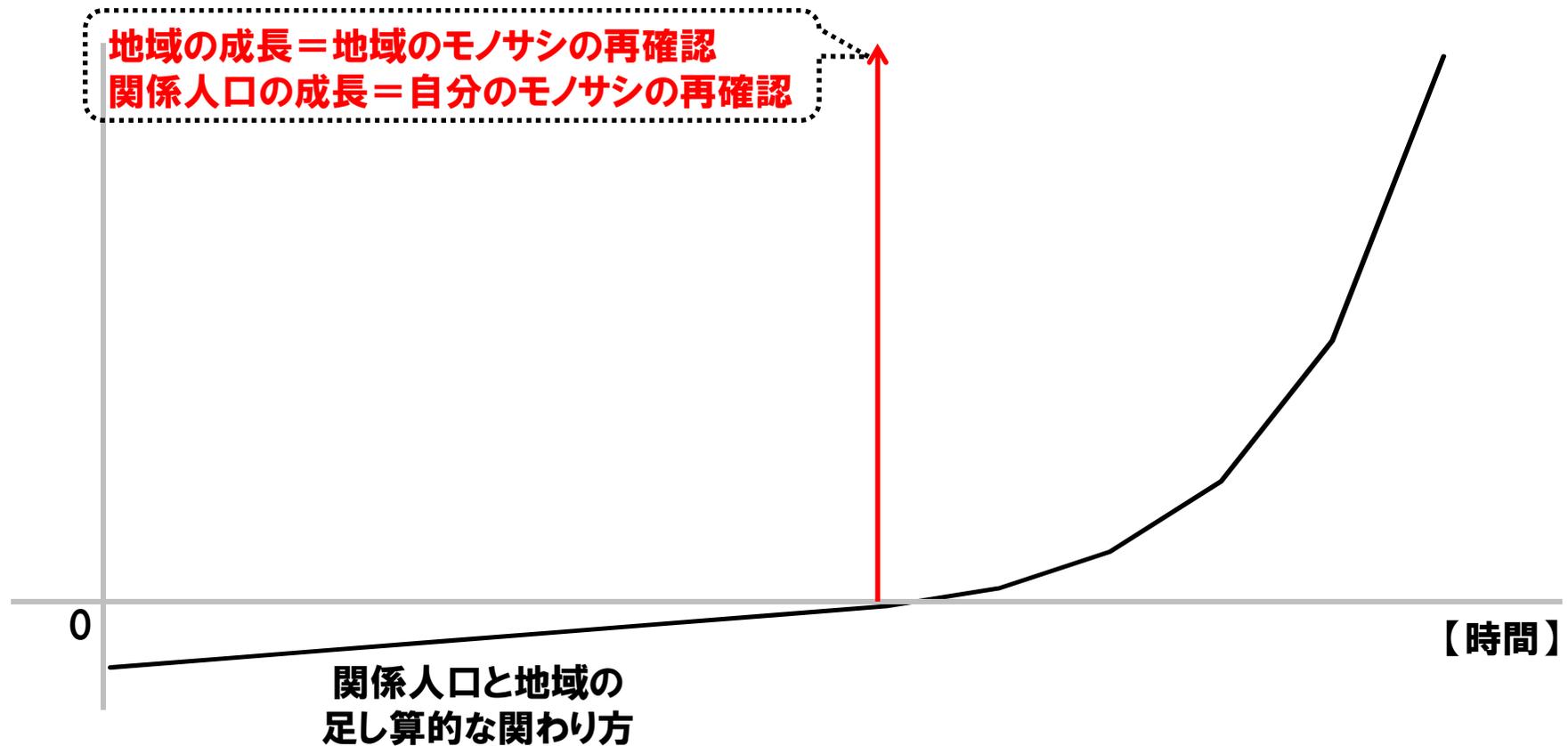
復興支援(地域支援)とは、さしあたって当該の被災地(地域)あるいは被災者(住民)の現在およびこれからの問題を分析し、それを解決することを支援しようとする関わりである。実は、災害復興(地域づくり)において多くの外部支援者が前提するこのような関わりが、「めざす」関わりに該当する。しかし「めざす」関わりに特化した復興支援(地域支援)は、なかなか内発的な災害復興(地域づくり)に結びついていかない。「被災地(地域)で必要とされるものを支援する」という「ニーズ」に応えようとする一見何ら問題のないような「めざす」関わりの場合、端的に言えば、この関わりが先の子どもたちについての「めざす」関わりと同様に、知らず知らずして被災者自身が自らを無力な存在と受け止め自らを否定するまなざしを強化することに加担してしまっているのである。たとえば、根強い行政依存の風土をもつ被災地(地域)で、住民の陳情に応じて被害の回復に努めることは善意に満ちているのだが、同時に、自らの地域を「無数の欠如を帯びた、誰かの支援がないと生きていくことができないもの」として捉えている住民にとっての地域像を、よりゆるぎないものにしてしまう。

目指したくても目指せない時に、それでも「めざす」関わりがとられる時、「めざす」関わりはむしろその反作用として当事者をより無力にしてしまう。そんな時は「変わらなくてよい」ことを前提とし、相手の存在のかけがえのなさを確かめ合うような「すごす」関わりが大切である。木沢集落において大学生らが行ったことは、木沢についての話を「聞いたり」、畑仕事を「習ったり」、木沢の生活について「驚いたり」というような受動的な関わりを通して、木沢集落住民自身が自らのかけがいのない価値に気づき、力を得たということだ。さらに重要なのは、このような「すごす」関りは双方向的に存在していたということである。つまり、大学生らにとっても、木沢の人々の生きざまに触れる過程のなかで、自分たち自身もどのような生き方を豊かだと思えるのかを再認識し、成長していった。その成長ぶりをながめて、住民もまた元気になるというような、お互いの存在を認め、確かめ合う双方向の関りが木沢における「すごす」関わりだったのである。

関係人口と地域のモノサシづくり

しなやかな世代×たくましい田舎＝イノベーション

【関係人口と地域の成長曲線】



他人のモノサシ、世間のモノサシではなく、自分のモノサシ、地域のモノサシを大切に！

アンラーン Unlearn

人生100年時代の
新しい「学び」

東京大学経済学部教授
柳川範之

400メートルハードル
日本記録保持者

為末 大

日経BP

過去の
学びや蓄積を
最大限に活かす

新しい
成長の技術

何歳からでも・
正解のない世界でも・
足元の状況や価値観が
どれだけ変化しても
ビジネス・勉強で活躍&
自己実現し続けられる

クセパターン
思い込みからの
アンラーン

身につけてきた知識・経験・スキル

・「アンラーン」は学びの否定ではありません。
知識や経験をよりよく活かすためには、「思考のクセ」からの脱却が必要です。そのプロセスこそが、「アンラーン」です。

・日々小さなアンラーンを実践するための8つの方法

- ①「これは、今の会社(環境)じゃなくても通用するのだろうか？」問う
- ②今の仕事に着こうと覆った理由を問い直す
- ③専門外・業界外の人と話す
- ④多様な人、異質な人と接する
- ⑤自分がどう見えているか、どうなったらよりよいと思うかを、周囲の人にインタビューする
- ⑥「行動を言葉だけ」で、「自分の仕事を専門用語抜き」で表現する
- ⑦副業をする
- ⑧「早くなじもう」「それらしくなろう」としない

・人生の意味が明確になるのがアンラーンの成果です。
アンラーンをして残ったものの中に「自分らしさ」があり、自分のほんとうの「好き嫌い」があります。

「Unlearn 人生100年時代の新しい「学び」(日経BP)より

- ・社会の急激な変化に対する、アンラーン(脱学習、手放すこと)の必要性
- ・日常関わっている他者と切り離されたときにアンラーンが起きやすい
- ・「めざす」ではなく、「すごす」ときにアンラーンが起きやすい

海士町ひと・学び・還流づくりジェネレーター 豊田庄吾氏・「足し算の支援研究会」の発表レポートより

本日の内容

1. 地域と関係人口の関わりを深化させる地域団体の役割を理解するために 知っておきたいこと

- ①逃げ切れない世代(しなやかな世代) ターゲット(相手)を知る
- ②地域づくりの足し算と掛け算の法則 関わり深化の法則を知る
 - ・エンパワーメント
 - ・「めざす」関わりと「すごす」関わり
 - ・しなやかな世代×たくましい田舎＝イノベーション
 - 関係人口と地域のモノサシづくり
 - 「アンラーン(Unlearn)」について

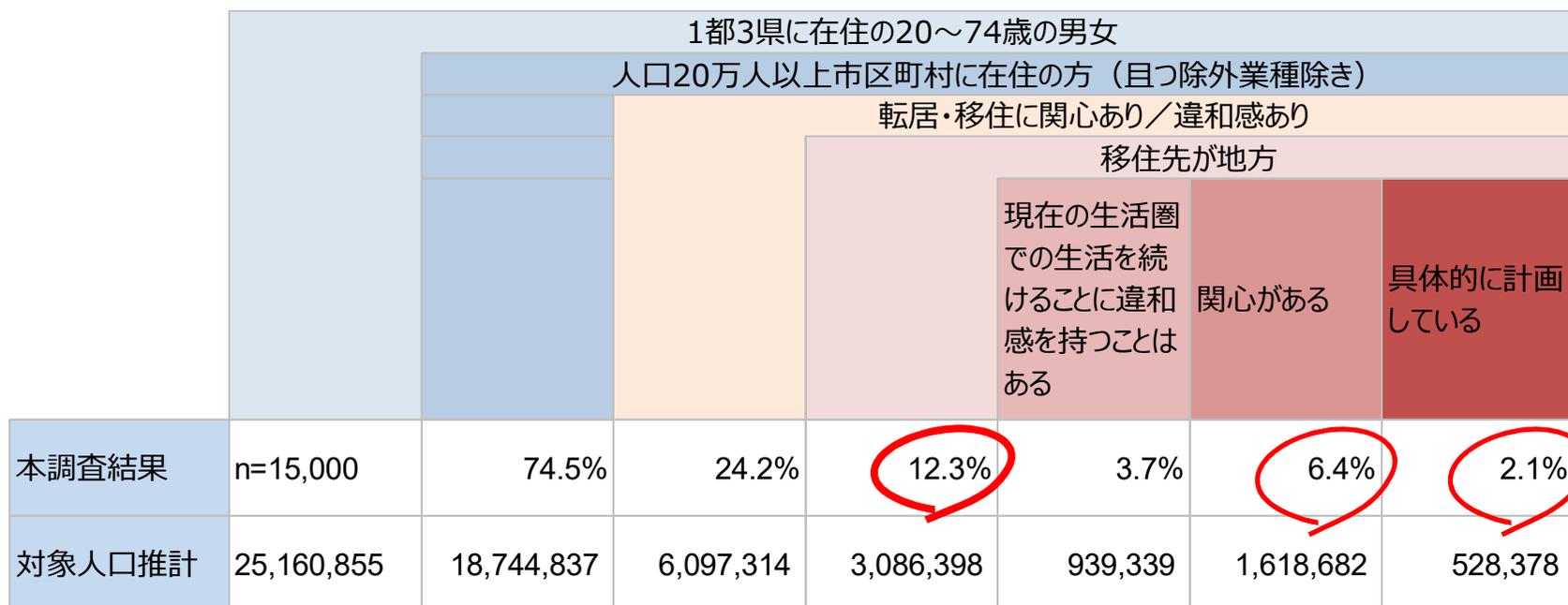
2. 地域団体をお願いしたいこと

- ・地域(地方)に繋がりたい人は首都圏に大勢いる。
首都圏に住む12%(300万人)が地方移住に関心がある。
→関係人口の取組の拡大・継続(かかわりしろを増やし続ける)と更なる発信

- 1都3県在住の20-74歳男女のうち、現在は首都圏の都市部に在住で、地方移住に関心がある（「現在の生活を続けることに違和感がある」を含む）人は、12.3%（推計309万人）。
- またそのうち、「関心がある」は6.4%（推計162万人）、「具体的に計画している」は2.1%（推計53万人）。

「地方移住検討者の実態把握調査2021」回答者全体 (n=15,000)

■ 1都3県の地方移住関心者数推計



*令和2年1月1日住民基本台帳年齢階級別人口（都道府県別）（日本人住民）