

「現代の流行病」孤独 に立ち向かう ～イギリスの経験～

ジャネット・ウォーカー博士
リンカーン大学(イギリス)
jwalker@lincoln.ac.uk

全国的背景

■孤独廃絶のためのキャンペーン 2010年開始

- 「護衛隊を守る (Safeguarding the Convoy)」(エイジUKオクスフォードシャー他編、2011)

孤独の問題に立ち向かうために、他の人と交わりながら時間をかけて、これまで以上に徹底的に、また、効果的に取り組もうと決心することにより、(中略)(私たちが活動を共にする)高齢者の心の中に、孤独の恐怖が生まれ、その恐怖が深刻な影響を生み出している。(p.11)

- 「孤独—わが国の状況」(エイジUKオクスフォードシャー他編、2012):エビデンス・ベーストの調査方法論と調査実施をより発展させ、深めた。

- ジョ・コックス委員会(2017)「孤独に立ち向かうための毎回1つの会話:電話訪問活動」
- 女王陛下ガバメント(2018)「つながりのある社会:孤独に立ち向かう戦略」
 - 孤独対策大臣:トレイシー・クロッチMP(2018年1月~)、ミンス・デイビスMP(2018年10月~)
 - 孤独に関する全政党議員グループ:イギリス全国における孤独を減らすための法制度の策定に影響力をもち続けることを狙い
- 孤独に対するキャンペーン:調査及びキャンペーン
- イギリス赤十字・COOPパートナーシップ:委員会が孤独対策を行うことを確実なものにすることを目的

「孤独」の定義 および孤独の「規模」

孤独は次のように定義されている

仲間づきあいが不足あるいは欠如していると感じる主観的で喜ばしくない感情。
その感情は、私たちが持つあるいは欲する社会関係の質と量にミスマッチが起こったときに生まれる。

(Perlman and Peplau, 1981 (女王陛下ガバメント2018:16に引用))

孤立 (Isolation) と孤独 (Loneliness) の違い

- 孤立 (Isolation) — 社会との接触 (例: 家族との接触) がないといった客観的な経験
- 孤独 (Loneliness) — 主観的な経験
 - 感情的孤独 — 配偶者を亡くしたことによる主観的な経験、および (または)
 - 社会的孤独 — 私たちが持つあるいは欲する社会関係の質と量にミスマッチがあることによる主観的な経験

- イギリスにおいて900万人以上（人口の5%）が、常にまたはしばしば孤独を感じている
 - 16-24歳—より高い年齢層より多い
 - 男性よりも女性
 - 健康状態が悪い
 - 長期的に病気や障害がある
 - 家族の介護（ケア）の責任を担っている
 - 失業状態である
 - 周辺的なグループは孤立を感じる傾向がある
 - 障害者の4人に1人は特定の日に孤独を感じる、18-34歳は3人に1人以上
- 抑うつ状態に苦しむリスクは3.4倍
- 15年以内に認知症を発症するリスクは1.9倍
- 孤立するコミュニティは毎年イギリス経済に320億ポンドのコストを生じさせている可能性がある

(Office for National Statistics 2018; Jo Cox Commission 2017 (Office for National Statistics 2018;)

- イギリスにおいて900万人以上が、常にまたはしばしば孤立を感じている
 - 「失われた100万人」高齢者は常にまたはしばしば孤立を感じている
- 慢性的な孤立を感じている高齢者の割合は比較的横ばい(10%) : 過去50年横ばい傾向
- 3人に1人以上が孤立の感情をコントロールできない
- 認知症の人の38%が認知症の診断により友人をなくした
- 65歳以上の高齢者の1.7%(20万人)は友人や家族と一か月以上会話をしていない。3.1%(36万人)は一週間以上会話をしていない。
- 10人に8人の家族介護者が孤立や孤独を感じている
- 孤立傾向のあるコミュニティのコストは毎年320億ポンドと推計される
- 孤立状態にある人への1ポンドの投資が、1.26ポンドの社会支出抑制につながる

(Jo Cox Commission 2017)

孤独の原因 と支援モデル

- 孤独の原因は往々にして複雑であり、重層的で、相互に規定し合う関係にある
- 一時の出来事や環境の変化によるものではなく、個人的要因、コミュニティ要因、イギリス社会共通の要因が絡み合って軸をなす
 - 個人的要因：人々の自分自身への見方
 - コミュニティ要因：孤立 (disconnect) の感情に作用するコミュニティの状況
 - イギリス社会共通の要因：社会文化的規範、現在の生活様式、スティグマ、デジタル化による排除、受給者の文化についての語られ方、厳格さ

(Coop and British Red Cross (2016))

孤独に立ち向かう3つの支援モデル

(Age UK 2015; Co-op and British Red Cross 2016)

| | |
|-------|-------------------------------|
| 予防的支援 | 孤立傾向のある個人にアプローチする |
| 対応型支援 | 個々人の孤独の本質を理解し、その人に応じた対処方法を見出す |
| 回復支援 | 孤立している個人を支援し、適切なサービスにつなげる |

誰が支援を提供するのか？

- 慈善・ボランティアセクターの団体：歴史的に最も密接に孤立の問題に対応するためのサービス提供を担ってきた
- コミュニティのなかの個人：各地域のニーズに適切に対応し、各地域ならではのあり方を重視する今後のサービス構想におけるコミュニティメンバーの包摂
- 信頼できるコミュニティアドバイザー：各地域のニーズに適切に対応し、各地域ならではのあり方を重視する今後のサービス構想におけるコミュニティメンバーの包摂（例：GPのソーシャルワーカー）
- 企業：政策への投資、コミュニティイベントや支援活動の推進
- 雇用主：助言（例：退職を控えた人向け）や1対1カウンセリング（例：喪失を経験している人向け）のような対象が明確な事業を提供できるユニークな潜在的力

サービスや支援の条件

- 受け手個人に目的の意味づけを行う
- 似た状況にある人びとが参加できるように、仲間主導 (peer-led)、共同デザイン (co-designed) の活動にする
- 地元密着型 (身近さ重視) でアクセスしやすくする
- 無料または低料金にする
- 変化のある時期を過ごしている参加者にアイデンティティをもってもらえるようにする
- 継続的な支援および支援の明確な目標と道筋を必要に応じて示す
- 他者の利益になることすること、社会への「お返し」が「役に立っている」という感情を個人にもたらし
- 共通の興味関心にもとづいて支援事業を形成する

孤独への アプローチ

1. 今ある関係性の支援と維持

- 移動
- テクノロジー

2. 新たなつながりの支援

- 社会的接触のためのグループアプローチ
- 1対1のつながり
- 心理学的アプローチ: 考え方の変容

3. 構造的アプローチ

- 近隣地域
- 財産に基づく地域社会開発: 問題やニーズ、「不足」に注目するよりも、個人およびコミュニティの「資源」を見つけ出し活用する
- ボランティア

4. 人口構造の変化への肯定的アプローチ

- エイジUK:コール・イン・タイム:全国電話友愛訪問サービス
- ベリディアン・ハウジング:1対1インターネットトレーニングプログラム
- 第3世代のための大学:生涯学習グループの全国ネットワークで、高齢者が自らの知識やスキル、関心ごとをフレンドリーな雰囲気の中で共有するよう働きかけるのが狙い
- 男の小屋:スキルを学び、新たなスキルを伸ばす
- ドーセット友愛訪問サービス
- リーズ近隣地域ネットワーク:37の地域事業、近隣地域の代表者で構成する委員会で運営、高齢者が地域に参加できていると自覚でき、自身の人生の選択やコントロールができることを目指す





エイジ・フレンドリー・マンチェスター

- 地方の政策方針:「高齢化のハブ (Ageing Hub)」、文化大賞
- エイジ・フレンドリーな事業の推進: パートナーシップ、共同調査、イノベーション支援
- エイジ・フレンドリーな近隣地域の開発
- 黒人および人種マイノリティグループのためのエイジ・フレンドリーな地方開発
- 良質な住宅
- エイジ・フレンドリーな雇用政策
- エイジ・フレンドリーな場所
- 知識とイノベーション
- 影響



エイジ・フレンドリー・マンチェスター：テクノロジー活用事例

- コミュニティ・ウェルネス・プラットフォーム：地域における社会的孤独 (isolation) にも対処しつつ、人々の健康問題に医療的活動や健康増進活動を奨励する
 - 服薬を管理するテクノロジーと身体的活動
 - 屋内センサー
- 端末—電子機器を用いて背景理解を促すことによって、より活発になる
- パーソナル・ウェルネス・プラットフォーム
 - 公園など地域における活動の機会や自分のライフスタイルを改善する方法を学ぶ
- 近隣地域サポートチームと包括的に連携したサービス
 - 現場での予約スケジュール
 - 患者の自宅に行くための交通費支給
 - データの照合機能向上



行政と政策的アプローチ

- 孤独対策のための連携政府戦略:

国、地方自治体、公的サービスセクター、ボランティアセクター、コミュニティセクター、企業が協働する仕組みをつくり、孤独に対処する機会を見出し、より統合的で体力のあるコミュニティをつくる

- 政府のWhat Worksセンター(よりよく年を重ねるためのセンター)が主導するエビデンス・ベーストの推進
- 全ての年齢層に活用できる適切な孤独指標の確立(国家統計局と協働)
- 政府が慈善トラストや財団などと協働し、孤独への刷新的な解決策を触発するための資金

社会的処方

- 人々の健康状態はまず社会的、経済的、環境的要素により規定されるとの認識にたち、社会的処方とは人々のニーズをトータルに捉えなければならない
- 社会的処方は、通常、ボランティアセクターやコミュニティセクターの団体により提供される多様な活動で構成される
- 2023年までにGPは、孤独な患者をコミュニティのクラブやグループ(ダンスや料理教室などをする)や、芸術系サークルやウォーキングサークルにつなげられるようになる



- 社会的処方: ボクシング、ビンゴ、ボリウッド！！



Tackling Loneliness: the UK Experience



- スポーツ・イングランドは内設するアクティブ・エイジング・ファンドから総額100万ポンドの新しい賞金を設置し、55歳以上を対象とするスポーツと身体的活動の二つのプログラムを通して孤立対策を行っている。
- 全国通商標準詐欺統制事業 (The National Trading Standards Scam Marshal scheme)
- 精神的、社会的に孤立している高齢者の、詐欺や経済的虐待への対応力の強化を図る
- ロイヤルメール(郵便局)、民間企業、地方自治体と地域のボランティアセクターが孤独を経験している高齢者を把握し、支援している。郵便配達員が通常集荷配達の際に、プログラムに登録した高齢者を見守っている。



- 住宅省、コミュニティ、地方自治体：コミュニティ主導の住宅事業やコ・ハウジングによる孤独対策のインパクトを明らかにする調査に出資
- 地方自治体の孤独対策：各種計画や健康増進、福祉、交通、コミュニティ施設関連の施策のなかで検討することができる
- 40万ポンドのデジタルインクルージョン革新基金：高齢者と障害者のデジタルインクルージョンがねらい
- 2000万ポンドの基金：孤独問題に取り組むボランティアセクター、コミュニティ、慈善団体を支援するコネクションズ設立基金1150万ポンドが含まれる

孤独に立ち向かう： 論点



- スティグマ: あなたは自分が孤独であることを
受け入れられますか？
- 「何が解決につながるのか」についてのエビデンス・ベーストの議論
- アクセスしやすく、公平で、かつ、だれも排除しない方法は？
- あらゆるセクター、市民、そしてコミュニティとの協働が求められる
- 資源: 厳格さは資源の「消失」につながる

イギリスは世界で5番目に経済規模の大きい国で、豊かな地域が多く、首都には国際金融の中核があり、政治的混乱があるなかでも企業は新機軸と機動力をもっており、イギリスの行政システムは世界から羨望のまなざしを向けられてきた。そのなかで多くの人々が貧困状態にあることは、とりわけ不公正であり、イギリス人の価値観に反する状態である。また、とくにイングランド地方では、社会的セーフティネット事業実施において積極的な役割を担ってきた地方自治体の施策が、国の様々な政策により骨抜きにされてきている。

(UN Special Rapporteur, November 2018)

参考文献

- Age UK (2015) *Promising Approaches to reducing loneliness and isolation in later life*. Oxon: Age UK Oxford.
- Age UK Oxfordshire, Counsel and Care, Independent Age and WRVS (2011) *Safeguarding the Convoy: A call to action from the Campaign to End Loneliness*. Oxon: Age UK Oxford.
- Age UK Oxfordshire, Counsel and Care, Independent Age and WRVS (2012) *Loneliness: the state we are in*. Oxon: Age UK Oxford.
- Coop and British Red Cross (2016) *Trapped in a Bubble: An Investigation into triggers for loneliness in the UK*. London: Coop and British Red Cross.
- Griffiths, H. (2018) *Social Isolation and Loneliness in the UK: With a focus on the use of technology to tackle these conditions*. London: IoTUK:
- Her Majesties Government (2018) *A Connected Society: a strategy for tackling loneliness*. London: HMG.
- Jo Cox Commission (2017) *A Call to Action*. London: Jo Cox Commission.
- Office for National Statistics (2018) *Loneliness - What characteristics and circumstances are associated with feeling lonely?* London: Office for National Statistics
- Perlman, D. and Peplau, L. A. (1981) Toward a Social Psychology of Loneliness. In Robin Gilmour and Steve Duck (Eds.), *Personal Relationships: 3. Relationships in Disorder*. London: Academic Press pp 31-56.