

若年世代のウェルビーイング向上

(富山市)

提案・指導教員 富山大学 学術研究部芸術文化学系講師 藪谷 祐介

(参 加 学 生) 安倍ひより(修士2年)、森豪大(修士2年)、重山隼人(修士2年)、
長竹凜(4年)、長津咲希(4年)、黒山真樹(4年)、田中千晴(4年)、大塚直(4年)

1 課題解決策の要約

本研究は、若者のウェルビーイング向上を目的に、「まちを見る感性」を育むまち歩きプログラムを企画・実践し、その効果を検証した。富山市総曲輪地域周辺を対象に、参加者が独自の視点で地図を制作・共有する全3回のプログラム「総曲輪のまちを歩いて、みんなの私視点地図を作ろう」を実施した。アンケート調査とヒアリング調査の結果、プログラム参加者の地域愛着及びウェルビーイングの向上が確認され、また、その要因を明らかにすることができた。さらに、本プログラムを通して「まちを見る感性」が育まれ、「まちを見る感性」が育まれることで日常のまちの見方にも変化が見られた。このことから、本プログラムが継続的にウェルビーイング及び地域愛着を高める可能性が示唆された。加えて、本プログラムの成果をまとめた冊子及び実施者向けのガイドブックを制作することで、本プログラムで得られた成果をまちへと還元し、本プログラムの他地域への展開の促進を図った。

2 調査研究(企画・実施を含む。)の目的

本研究の目的は、若者のウェルビーイング向上のためのまち歩きプログラムを企画・実践し、その効果を検証することである。ウェルビーイングを高める要素として、本研究ではまちの見方に影響を与える働きである「まちを見る感性」に着目した。具体的には、まちで何を見るかと、見たものに対して感じる心の働きや意味を見出す能力として定義し、同研究室ではこれまでに、「まちを見る感性」と地域愛着及びウェルビーイングの関係をアンケート調査を用いて調べ、これら3者に関係性があることを明らかにした¹⁾。この調査で得られた知見を基に、「まちを見る感性」を育むプログラムを企画・実施した。また、アンケート調査及びヒアリング調査を行い、プログラムが参加者へ与えた影響を明らかにした。

3 調査研究(企画・実施を含む。)の内容

1)まち歩きプログラムの企画・実践

プログラムの概要

富山県富山市総曲輪地域を対象に、2024年6月から9月にかけて、全3回のまち歩き連続プログラム「総曲輪のまちを歩いて、みんなの私視点地図を作ろう」を企画・実践した(図1)。本プログラムでは、参加者それぞれの視点から捉えたまちをテーマにした地図を制作した。参加者は居住地域等に関わらず広く募集した「まちを見る感性」は、多様な視点が交わることで育まれると考えられるため、地域外の異なる見方を持つ人々が集まることで、より高い効果が期待できるためである。

本プログラムには、計14名が参加した。なお、本プログラムは3回連続での参加を原則として参加者を募集したが、体調不良等の理由により、各回によって参加者数は異なっていた。具体的

には、第1回が14名、第2回が14名、第3回が11名であった。



図1 プログラムのチラシ

プログラム内容

プログラムは全3回で構成される(図2)。第1回では、対象地の歴史や、まちの見方を知る。第2回では、参加者がそれぞれの視点でまちを歩いて見つけたものから、グループで地図を作る。第3回では、制作した地図を用いて他者に案内する。

まちを知る手がかりとなるポイントや他者のまちの見方を知ることで、これまでまちの中で着目していなかったものにも気づくことができるように工夫している。また、地図を作るプロセスにおいて、参加者がまちで見たものからその歴史や背景を想像したり、これまでの経験を再考することを促す内容としている。



図2 プログラムの流れ

2) まち歩きプログラムの効果検証

プログラムの効果を検証するため、参加者 14 名を対象に、各回のプログラムでアンケート調査

を実施し、さらに全回終了後に個別のヒアリング調査を実施した(図3)。アンケート調査は、プログラム参加を通じた地域愛着及びウェルビーイングの変化を量的に捉えることを目的とした。なお、ウェルビーイングは感情的幸福感と認知的幸福感の2側面から測定した。一方、ヒアリング調査では、地域愛着及びウェルビーイングに影響を与えた要因を明らかにするとともに、「まちを見る感性」がプログラムを通して育まれたかどうか、また、育まれたことで日常のまちとの関わりに変化があったかを検証することを目的に実施した。

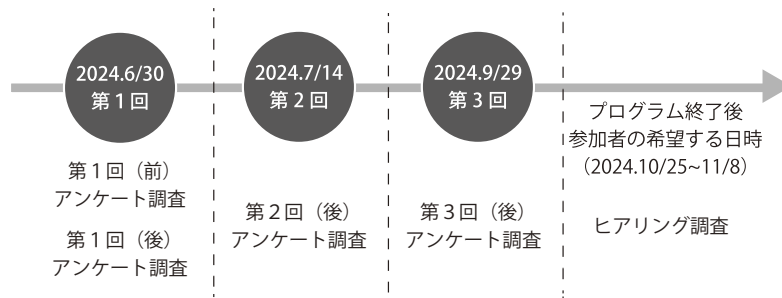


図3 調査全体の流れ

4 調査研究(企画・実施を含む。)の成果

1) プログラムが地域愛着に与える影響とその要因

プログラム各回の地域愛着の変化

プログラムの参加による参加者の地域愛着の変化を把握するため、地域愛着の尺度の平均値を算出した(図4)。その結果、第1回(前)と第3回(後)を比較すると、平均値が5.89から6.7に上昇しており、本プログラムの参加を通して地域愛着が高まったことが分かる。

地域愛着に影響を与えた要因

ヒアリング調査で地域愛着に影響を与えた要因について尋ねた(図5)。その結果、想像や再考を行った経験が参加者の地域愛着を高める様子が確認でき、プログラム中にまちで見たものから歴史やその背景などを想像することや、これまでの経験を思い出すことが、地域愛着を高めることが明らかとなった。その他にも、地図を案内することや自分で新しい発見をすることなど、まちに対して能動的に関与する経験を通して地域愛着が高まったことが分かった。

2) プログラムがウェルビーイングに与える影響とその要因

プログラム各回の感情的幸福感の平均値

プログラムの参加による感情的幸福感の変化を把握するため、感情的幸福感を測る尺度全体の平均を算出した(図4)。感情的幸福感は、第1回(前)が3.03、第1回(後)が5.03とプログラム前後で高まっていることから、プログラムが感情的幸福感の向上に影響していることが分かる。

感情的幸福感に影響を与えた要因

ヒアリング調査で感情的幸福感に影響を与えた要因について尋ねた(図5)。その結果、他者とまちの見方を共有することがポジティブな感情を感じた経験として多く挙げられた。地図を作るワークや、他の参加者に地図を案内してもらうことを通して、他者のまちの見方を知ることや、他者とまちの見方に違いを感じることに楽しさや面白さを感じていることが分かった。

プログラムによる認知的幸福感の変化

プログラムの参加による認知的幸福感の変化を把握するため、認知的幸福感を測る尺度の平均値を算出した(図4)。認知的幸福感は、第1回(前)が3.4、第3回(後)が4.94とプログラム前後で上昇していた。このことから、本プログラムが認知的幸福感の向上に影響していると考えられる。特に、第1回(後)が4.06、第2回(後)が4.98と最も大きな変化が見られた。認知的幸福感は、生活に対する満足度といった一定の時間を伴う幸福感を示している。そのため、プログラムの直接的な影響だけでなく、参加後の日常的な経験を通じて高まる可能性も考えられる。本調査では、第2回(後)が最も高い数値が得られたことから、第1回と第2回の間の変化が影響している可能性がある。すなわち、第1回プログラムで得た知識や経験が、その後の日常生活でのまちとの関わりの中で活かされ、それが認知的幸福感の向上につながったと考えられる。

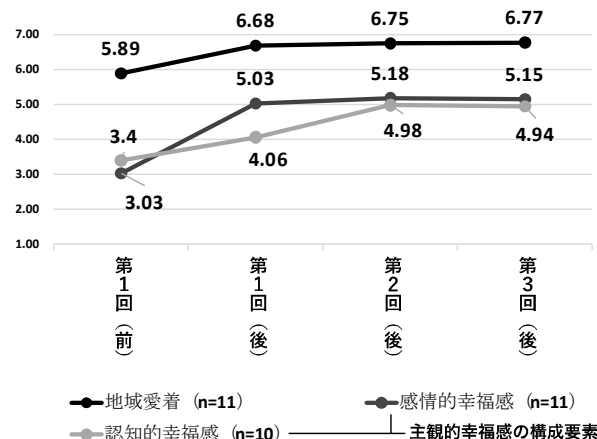


図4 地域愛着及びウェルビーイングの変化

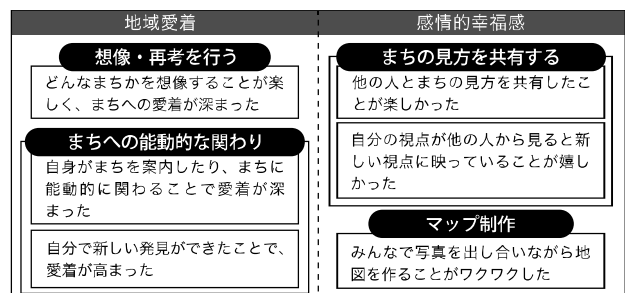


図5 地域愛着及び感情的幸福感の変化要因(一部抜粋)

3)「まちを見る感性」の育成がプログラム後のまちへの関わりに与える影響

4-4-1. プログラムを通した「まちを見る感性」の育成の有無とその内容

本プログラムを通して「まちを見る感性」が育まれたかどうかを把握するため、プログラム後のプログラム対象地に限らない、まちの見方やまちに対する意識の変化の有無についてヒアリング調査で尋ねた(表1)。その結果、14人中12人から変化があったという回答が得られた。変化内容は、まちを見る視点の広がりや、見たものに対する見方が深まる様子が確認できた。

4-4-2. 「まちを見る感性」の育成がまちへの意識及びまち歩きのウェルビーイングに与える影響

4-4-1 でまちの見方に変化があった参加者に対して、まちに対する意識の変化やまちを歩く時の満足度の変化をヒアリング調査で尋ね、「まちを見る感性」が育まれたことによる影響を把握した(表2)。その結果、まち全般への興味の向上や、まちを歩くことに対して楽しさや満足度が高まる様子が確認できた。

表1「まちを見る感性」の育成(一部抜粋)

カテゴリ	変化内容
まちを見る視点の広がり (n=10)	地形を意識して歩くようになった。 街灯やマンホールをよく見るようになった。 自分の住んでいるまちを見る時に、ここに電柱があったんだとか、些細な発見が増えた。
見たものに対する見方の深化 (n=7)	不思議なものを見つけた時に、その理由を考えるようになった。 そういう地形になってる背景を考えたり、違う地点から見たら、どんなふうに見えるんだろうみたいなことも想像することがある。

表2「まちを見る感性」育成による効果

カテゴリ	まちに対する意識の変化
まちに対する興味の高まり (n=10)	総曲輪だけではなく、富山全体にももっと面白さがありそうだなと思った。 初めて行く街でも、地形だったり、探す癖みたいなものが身についた。まちの中のものに対して、知りたいという思いが増えた。
まちを歩くことが楽しくなった (n=9)	町を歩いているときに、面白いと思う瞬間が増えた。
まちを歩くときの満足度が高まった (n=4)	注意深く見てまちをじっくり味わうことで、その時間がすごい詰まった時間になるように感じた。

3) プログラムに関する冊子の制作

プログラムの成果をまとめた冊子と、プログラム実施者向けのガイドブックの2冊を制作した。

プログラムの成果をまとめた冊子は、参加者が制作した地図やプログラムの概要を掲載し、プログラム参加者や周辺地域の施設等で配布した(図6)。この冊子を通じて、成果を参加者のみならず広く共有することで、対象地域への還元を図るとともに、実際に形になることを通じて、参加者の幸福感や地域愛着を高めることを狙いとした。

一方、プログラム実施者に向けたガイドブックは、まち歩きプログラムや愛着や幸福感を高める取り組みを実施したい人に向けて、本プログラムの手順やポイントを整理したものである(図7)。事前に検討すべき内容や必要な準備、各手順のポイントなどをまとめることで、本プログラムをさまざまな地域や団体に展開するための媒体となることを目指した。

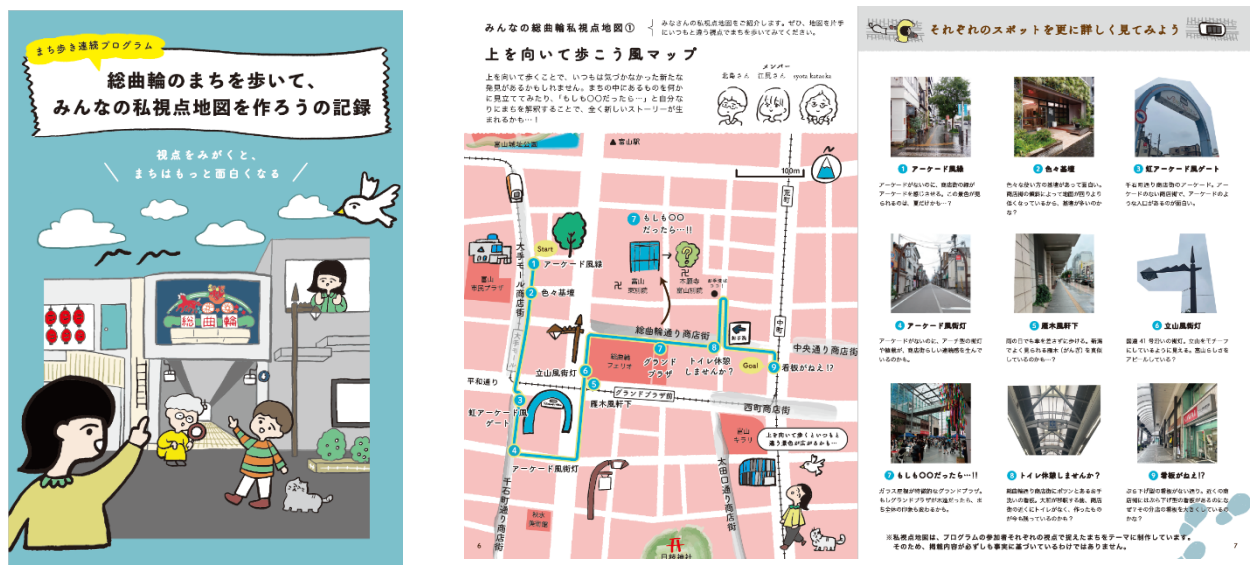


図6 プログラムの成果をまとめた冊子



図7 プログラムガイドブック

5 調査研究(企画・実施を含む。)に基づく提言

本研究では、若者世代のウェルビーイング向上に向けた方法論の開発を目的に、「まちを見る感性」を育むまち歩きプログラムを企画・実践し、その効果を検証した。アンケート調査とヒアリング調査の結果、プログラムへの参加を通して地域愛着及びウェルビーイングが向上したこと、また、「まちを見る感性」が育まれたことが分かった。さらに、育まれた「まちを見る感性」の働きは、プログラム対象地に限定されず、日常のまちとの関わりにおいても見られることが明らかとなった。そのため、本プログラムは一過性の効果ではなく、日常のまちとの関わりの中で継続的に地域愛着及びウェルビーイングを高める可能性があると考えられる。

今後の課題としては、異なる地域での実践による効果検証や、プログラムの長期的な影響の分析が求められる。今後も実践と研究をともに進めながら、ウェルビーイング向上に向けたプログラムのあり方を探る必要がある。

6 課題解決策の自己評価

本研究では、ウェルビーイングを高めるプログラムを開発し、その効果を検証することで、本プログラムが参加者のウェルビーイング及び地域愛着に与える影響を明らかにすることができたという点で評価できると考える。また、それらに影響を与えた要因を明らかにしたことで、今後のウェルビーイングや地域愛着向上に向けた取り組みを設計する際に、本研究で明らかになった知見を活用することが可能である。さらに、本プログラムはまちを見る視点に着目したプログラムであるため、分かりやすい観光資源の有無や地域特性などに左右されず、さまざまな地域で展開可能である点において有意義であると考えられる。加えて、本プログラムの実践に向けたガイドブックを制作したことは、今後のプログラムの普及や応用を促進するうえで大きな成果である。

参考文献

1) 安倍ひより, 藪谷祐介 (2024) 「「まちを見る感性」が地域愛着及び主観的幸福感に与える影響-主観的幸福感向上のためのまち歩き手法開発に向けた基礎的研究-」日本都市計画学会都市計画論文集, 59 巻 3 号, pp.1020-1027