

## 実践報告

# 地域住民の買い物支援に関する課題と論点

## —健康づくり・QOLの視点も含めて—

中島泰葉<sup>1)</sup>\* 今野聖士<sup>2)</sup> 松浦智和<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> 名寄市立大学保健福祉学部看護学科 <sup>2)</sup> 名寄市立大学保健福祉学部教養教育部

<sup>3)</sup> 名寄市立大学保健福祉学部社会福祉学科

キーワード：買い物支援 買い物弱者 フードデザート QOL 健康

### 1. 緒言

わが国では、高齢化や単身世帯の増加、地元小売業の廃業、既存商店街の衰退等により、過疎地域のみならず都市部においても、高齢者等を中心に食料品の購入や飲食に不便や苦勞を感じる住民(いわゆる「買い物難民」「買い物弱者」「買い物困難者」)が増えてきており、「食料品アクセス問題」として社会的な課題になっている<sup>1)</sup>。殊に、筆者らが所属する名寄市立大学が所在する北海道上川北部地域も同様の問題が生起しており、従前の過疎化とその周辺の諸課題が山積する時勢であり、この間は国、地方自治体問わず「買い物難民」や「買い物支援」の課題は検討されてきているが、周知のように低密度分散型居住である過疎地域においては、「採算性」「継続性」が最大の障壁となってきたとみてとれる。

いうまでもなく、買い物支援の問題は地域性を慎重に検討しなければならないことは明白であり、したがって、一様に「買い物困難者」を定義することには限界がある。たとえば、北海道では積雪時期のみ難民・弱者となる者が多いことや、過疎化の進行が懸念されてから年月を経ており、長期に渡り“不便”をごく当たり前のものとして受け入れてきたという、そもそも住民特有の“あきらめ”が存在することも示唆される。加えて、農村地帯特有の購買行動や地域住民の支え合いなどもあることが推測され、その実態を明らかにし基礎資料を作成することは喫緊の課題である。

本稿の射程もそのあたりにあるが、これらを検討する過程では、高齢者のみならず、地域住民の健康保持・増進や生活の質(QOL)の向上、子どもたちの教育などの観点も含め、コミュニティの維持を中核とする地域住民主体の取組みが、行政や民間事業者、NPO、有志のまちづくりを考える団体等がそれぞれ利点を活かしながら「買い物支援システム」としての構築と運営の可否にかかっていると推測できる。さらには、筆者らが所属する名寄市立大学がそのシステムのなかでどのような役割を担い得るかという論点もあろう。

先行研究では、「公共交通の衰退」「モータリゼーション」「まちづくりの担い手不足」「中心市街地の空洞化」など様々な論点から「買い物難民」「買い物支援」が語られている感があるが、筆者らは、地域住民の健康やQOLなど、従前のいわゆる“不便”の視点に留まらない総合的な取り組みが求められているという問題意識がある。以上の目的・関心の下、本稿では、健康やQOLの問題も含めて地域住民の買い物支援のありようについて、近年の課題や論点も含めて先行研究の検討を中心に試論を述べることにする。

### 2. 買い物支援に関わる先行研究

#### 1) 用語の定義(買い物難民の学術的定義について)

そもそも、“買い物難民”と言っても、その定義は様々である(表1)。本分野における問題提起は、イギリスのフードデザート問題が嚆矢である。このため、“買い物難民”を示す言葉として現在でもフードデザート

\*責任著者 E-mail: yasuha@nayoro.ac.jp

問題という用語が使われている。しかし、問題背景は日本とイギリスで大きく異なっており、注意が必要である。イギリスにおけるフードデザート問題の背景、いわゆる発生要因は、主に移民の貧困問題から生じる栄養問題である。移民という構造的な低所得者層が十分に栄養価のある食料品を入手することができず、結果として栄養不足に陥っている問題である<sup>2,3)</sup>。

一方、日本における本分野における主要な論点は“高齢者”の買い物問題である。特に食料品を物理的に入手できない(自身で商品を選択可能な店舗まで行けない)状況を指すことが多い。このため、日本における買い物難民問題は、フードデザート、買い物難民、買い物弱者、食料品アクセスなど多様な言い方が併存している。買い物難民という言葉は杉田氏が定義したもので、単に買い物が難しいという状況を指すのではなく、大店法を初めとした政策展開によって“作り出された”との意を持っているため、自身の意図・行動の結果ではなく、陥ったものとして“難民”という言葉を用いている。よって、公的な場所ではやや使いつらく、一般的には“買い物弱者”と呼ばれることが多い(自治体・農林水産省・経産省など)。また、農林水産省はその性格から買い物一般ではなく食料品に注目しており、“食料品アクセス問題”という用語を用いている<sup>4,5)</sup>。

一般的に日本では以下の2つの定義が良く用いられる。経済産業省の定義では、「買い物弱者とは、住んでいる地域で日常の買い物をしたり、生活に必要なサービスを受けたりするのに困難を感じる人たちのこと」とされ、農林水産省の定義(食料品アクセス問題)では、「生鮮食料品店までの距離が500m以上かつ自動車を持たない人」とされている<sup>6)</sup>。農林水産省の分析によれば、日本全体で約700万人の買い物弱者が存在し(買い物に困難を感じている人の割合16.6%×60歳以上人口)、それは地方部だけでなく都市部においても発生しつつある広範かつ一般的な問題となりつつある<sup>7)</sup>。

表1 買い物困難者に関わる定義<sup>6-8)</sup>

	定義/提唱主体	特徴
買い物弱者	<ul style="list-style-type: none"> <li>住んでいる地域で日常の買い物をしたり、生活に必要なサービスを受けたりするのに困難を感じる人たち</li> <li>経済産業省「買い物弱者応援マニュアル」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「難民」の差別的な意味合いを弱めるために使用</li> <li>流通的視点が強い</li> </ul>
フードデザート	<ul style="list-style-type: none"> <li>社会的排除の一部。①社会的弱者が集住し、②食料品アクセスとソーシャル・キャピタルのいずれか、あるいは双方が低下したエリアを指す。</li> <li>岩間信之編著『改定新版フードデザート問題 無縁社会が生む「食の砂漠」』(2013年、農林統計協会)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>イギリスの研究の流れを汲んでおり、健康被害まで視野に入れている</li> <li>地理学的視点を含有</li> </ul>
食料品アクセス	<ul style="list-style-type: none"> <li>「自宅から500m以内に生鮮食料品店がなく、かつ自家用車を所有していない65歳以上の高齢者」</li> <li>農林水産政策研究所「食料品アクセス問題の現状と対応方向、いわゆるフードデザート問題をめぐって」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>地理学視点を含有</li> <li>買い物の中でも「食料品」に焦点を当てている</li> </ul>

## 2) 先行研究の到達点

買い物弱者問題の先行研究について、日本、主に食料品、流通経済、経済地理といった分野に限定すると、大きく学術的研究と各省庁による具体的な対応策(先行事例集)に分かれる。

学術研究の中心となっているのは、①農林水産政策研究所のチームによる食料品アクセス問題に焦点を当てた研究(食料品アクセス問題の発現状況およびモデルを用いて日本全国における買い物弱者の存在状況の推定を行っている)、②日本におけるフードデザート問題として、流通システムの限界と結果として生じる低栄養状態・ひきこもりに関する研究を行うグループによるものである。いずれも流通経済の限界(過疎・高齢による購買力低減によって地域の店舗を買い支えることができない)や、流通経済政策(主に大店法)や高度経済成長期のひずみによる大団地の形成、都心部における高齢化の進展など構造的な買い物“難民”の発生等を析出した上で、その対応策となる先行事例の収集と分類へ進んでいる。

主に省庁(都道府県、市町村も含む。主に経済産業省、農林水産省、総務省)が実施している調査研究事業において、いくつかの報告書が作成され、それに対応した政策支援等が講じられている。報告書においては、各事業において対象(主に地理的分類。都市部・ベッドタウン・地方都市・農村山間部など)は異なるものの、買い物弱者の析出(現状と今後の傾向)を行った上で、先行事例の収集と分類を行っている点では共通している<sup>9-11)</sup>。

要因分析の概況を記せば、アクセス可能な店舗の不存在が第1の問題となる。大都市・農村部を問わず過疎化・高齢化が進んだ地域では、購買需要が縮小し、店舗の採算がとれない状況となる。特に農村・山間部では店舗経営の後継者も不足していることから小売店の撤退が他地域よりも、より早期に問題化しやすい。商圈人口3000人程度の鮮魚店や青果店であっても維持できないとされている。今後の傾向として、単身高齢者の増加が推定される。単身高齢者は買物を依頼できる人がいないなどの理由により買い物弱者化する可能性が高く、ひいては低栄養問題といった健康被害や、引きこもりといった社会との分断が生じる可能性がある。対応としては、コミュニティ内での自助努力によって買い物弱者問題を防ぐ取り組みが各地で行われてきている。一方で、採算的には厳しく、一部の人の負担によって維持しているケースも散見される。また、“買い物そのもの”は可能であったとしても、選択肢の減少や貧困による栄養状態の悪化、好きなものを買う分購入するという社会とのつながり、生活の満足感を満たすことのできていない人々がいる可能性についても指摘されている<sup>12,13)</sup>。さらには、買い物弱者の発生は、買い物頻度の低下による引きこもりの増加と生きがいの喪失(社会からの孤立)、低栄養に伴う医療費の増加といった結果を招く可能性がある<sup>14)</sup>。

先行事例収集の詳細は事例の羅列になるため割愛するが、買い物弱者を支援するための先行事例はいくつかに分類できる点だけ指摘しておきたい。まず1つ目は商品を届ける形態である。宅配や生協の個配、御用聞き、買い物代行等が該当する。2つ目は店を弱者のそばに設置する事である。これには小規模店舗の他、移動販売も含まれる。3つ目は移動手段の支援である。ボランティアやライドシェア、公共交通機関の再編等による移動手段の提供が該当する。そのほか間接的な取り組みとしては社会的孤立を防ぐためのコミュニティの場を設ける取り組みや、コンパクトシティ・新たな物流方策といった流通経済の変革を検討する取り組みが紹介されている<sup>12-14)</sup>。

### 3. 買い物支援と健康

地域住民が安心して日常生活を営み、健康寿命の延伸、自立した生活の確保、生活の質を高めていくためには、自身の健康状態を良好に保ちながら生活することが必要不可欠である。日常生活の一部である買物と健康との関連はみられており、多くの先行研究が散見される。本項では、買物の困難さと健康の関連について先行研究を概観し、買い物支援を行っていくことが地域住民の健康にどのような影響があるのかに着目し検討していく。

#### 1) 買物と栄養状態による影響について

買物という行為には、さまざまな目的がある。その1つとして、人が生活していくためには食べることによって栄養摂取し続けていくことが必要であり、そのために買物によって食料品を購入する役割がある。食べることは、生命維持のほかに、健康の維持・増進や疾病回復・予防など生理的意義がある。吉葉らは、地域在住一人暮らし高齢者を対象に、食品摂取の多様性と食物アクセスとの関連を明らかにしており、食料品店へのアクセスが不良であると感じている者ほど、食品摂取の多様性得点が低く、さまざまな食品を組み合わせ合わせた食事が出来ていない可能性があることを報告している<sup>15)</sup>。また、谷本らは、地域高齢者におけるサルコペニアに関連する要因について明らかにしており、食品摂取の多様性の有無がサルコペニアに有意に関連していることを報告している<sup>16)</sup>。低栄養はサルコペニアを誘導し、さらにはサルコペニアにより活力低下なら

びに筋力低下が引き起こされ、その後身体機能低下、活動度の低下につながり、健康被害に直結する。食生活が充足されることは、生命維持に必要な栄養が供給され低栄養の予防、咀嚼・嚥下機能、消化機能を活性化し身体的活動が維持される。また、家族や友人との会話を楽しみながら食事をすることによって、さらに満足感・充足感が得られ、生活意欲が向上するといった精神的意義もある。買い物支援は、生命維持に寄与するだけではなく、住民の生活の活性化を促し、精神的安寧を与え、住民が健康的な生活を維持していくことにつながるとしている。

## 2) 買い物と運動機能・認知機能への影響について

買い物は行き帰り、商品を選ぶときなど歩く必要がある。人にとって歩くことは、肥満予防、生活習慣病の予防、心肺機能の向上、骨・筋力の維持など運動機能の保持に有効で、骨粗鬆症やロコモティブシンドロームの予防に寄与する。買い物という外出を目的として歩く過程が、運動の代用となり、人が生活するのに必要な運動機能を維持し、自立した生活を送ることにつながる。買い物という行為は、必要な物を記憶し、複数の物の中から必要な物を選ぶ判断をし、計算して購入しなければならない。買い物は認知機能を多面的に駆動する複雑で多様な行動である。仙波らは、手段的日常生活活動(IADL)の中でも買い物動作に着目し、財布からお金を取り出す動作(以下、財布動作)に関する評価スケールを作成し、財布動作検査とMMSEを用いて認知機能の関連性を明らかにした<sup>17)</sup>。結果、財布動作が不成功群は成功群に比して有意に認知機能が低く財布動作時間が長いこと、MMSEの項目である計算課題に有意差が見られたと報告された。認知機能が低下することで、提示された金額を取り出せないなど、買い物動作がスムーズにできなくなる可能性がある。買い物という日常生活を通して、自身の認知機能を把握し、買い物という行動を通して認知機能を使うことにより脳に刺激を与え認知症の予防にも寄与すると考えられる。

## 3) 買い物と他者交流・社会参加について(QOLの向上も含めて)

買い物をすることは他者と話したり、新たな情報を共有する場であったり、人にとって地域と密接に関わる機会でもある。今野らは、老化や認知症にならないよう日常生活の中に様々な取り組みを意識的にしており、個人の生活スタイルを大切に生活を送っていること、高齢者の健康でいたいという思いが、病気の予防対策といった行動に現れ、高齢者の主体性と自主性から元気な高齢者が増え、延いては、真の介護予防につながると考えられること、また、人との交流が日常生活を送る上で安心と喜びをもたらしており、そのネットワークが生活を豊かにする要因ともいえると報告している<sup>18)</sup>。

一般に高齢者は、加齢による影響によりさまざまな身体的機能が低下し、疾病による障害等、自身の身体的変化が増えることにより不安が増し、生活の活動空間が家の中へと狭小化する。さらに、近親者・配偶者が亡くなる等の喪失体験が強いストレスとなり閉じこもってしまう高齢者も少なくない。2006年の介護保険法改正後、新たに介護予防事業の一つとして盛り込まれた閉じこもり予防は、在宅高齢者の閉じこもりによる要支援及び要介護状態への進行を防止するものであり、国の施策として課題となっている。

閉じこもりによる影響は、廃用性症候群など身体機能の低下につながるだけでなく、精神的影響も大きく、気分の沈み、不安の増加などうつ病の原因にもなり得る。松浦らは、不健康な状態、社会的交流の低下による孤立、手段的能力の低下、生活支援の低減などが抑うつと関連すると報告している<sup>19)</sup>。

買い物という機会を通して外出の機会を増やし身体機能を維持し、人と関わり地域に参加することで認知機能を維持し、さらに「楽しい」、「嬉しい」といった快の感情を感じることによって精神機能の安定へとつながる。また、買い物は自分の好きな物を選択する自己決定の場であり、自己実現の場でもある。それらを支援することは、生活全般を活性化する意味を持っており、地域住民の生活の質(QOL)の向上に寄与すると考えられる。

#### 4. 終わりに

ここまで買い物困難者やその支援に関わる先行研究について、健康づくりや QOL の視点も含めて検討してきたが、その課題や論点については以下のような方向性があると推測される。

##### 1) 持続可能性(特定の人・機関に頼らない「住民の共助」をめざして)

各地の事例では、住民同士の支え合いをベースに買い物困難者の諸課題を解決に導いた例もある。そして、今後もその仕組みは解決の中核になるであろうが、地域住民の自発的な取り組みに行政が過度に依存する潮流は持続可能性に関して大いに課題があると推測される。現代は福祉的支援、災害時対応なども地域社会のコミュニティ内での自助努力によって取り組むことをめざす時勢であるが、当然ながら一部の人・機関の過重な負担が存在することも否めない。

世代を問わない単身者の増加、貧困者の増加、また、身近に手助けを頼めない子育て世代など、買い物困難を抱える人の増加は間違いなく進む。地域の課題として住民が懸命に取り組む土壌があったとしても、行政や大学・シンクタンクなどが負担の軽減や分担を積極的に提言していく必要がある。

##### 2) 地域住民の意識の転換(「買い支え」の具現化をめざして)

ここまで先行研究を検討してきたが、共通していることは、かつて中小の店舗があった過疎地域において、それらが閉店するきっかけとなったのは、地域住民がスーパーに買い物に出向き、地域の店舗を利用しなくなったことに起因すると推測されることである。過疎地域では、高齢者が「買い物弱者」に陥る一方、自家用車を保有する人々が距離の離れたスーパーに買い物に出かけるという“二重構造”が確実に存在している。個人の購買行動としてみれば、より安く、より多くの商品を扱うスーパーでの買い物は確かに合理的な行動ではあるが、一人一人の合理的な行動の集積が「合成の誤謬」となって、中小店舗の衰退をもたらしたのも事実である<sup>1)</sup>。加えて、学校や観光施設、様々な施設・機関などの閉鎖による大口の取引先を失ったことにより売り上げを下げる事例も散見される。

以上のような背景を勘案すれば、地域住民が地域に対する責任意識を持って「買い支え」を行う意識の醸成が求められる。とはいえ、個人の「買い支え」を頼るのもまた地域住民にとっては過酷な要求であり、行政・商工会等が戦略的に先述したような施設を維持することに取り組む必要がある。

##### 3) 大学との連携・協働の可能性

全国的にも大学は地域連携や社会貢献を志向する時勢である。大学が持つ教育・実践・研究の力は地域に生起する諸課題の解決に活用されなければならない。殊に、本学のような過疎化が進む地域にある大学が地域の人々の生活を支えるために担う役割は大きい。そして、それらの活動は地域住民の生活にとことん寄り添う形で行われる必要がある。本学が栄養学科・看護学科・社会福祉学科・社会保育学科とその教育・研究に関わる研究者を擁していることや、名寄市を中心とした道北地域との連携・協働により、保健医療福祉、保育、教育、産業振興ならびに地域活性化等に関する課題発見および解決に取り組むことをめざすコミュニティケア教育研究センターを設置していることも、この役割の遂行を大いに期待されることになろう。全国各地で少子高齢化や過疎化にともなう諸課題を抱えるなか、地域とそこに存立している大学が協働していく可能性があることは、他地域では見いだせない新たな視野を得ていくものと期待される。

最後になるが、本学社会福祉学科の学生が 2019 年 3 月 18 日付北都新聞の「名大の時間」に以下のような文章を寄稿している。これは 2018 年 12 月に名寄市立大学で開催された「30 年後のまちづくりを考える市民シンポジウム」に参加したことを取り上げたものである。この学生の言葉に地域社会の未来を感じながら多くの人々で今ある課題について勘案していくことが求められるであろう。

「シンポジウムに参加し、副市長をはじめシンポジストの皆さんの話をお伺いし、多くの人々が名寄の未来を真剣に考えていることを深く知った。とはいえ、大学生の私はやっぱり空きコマに友人とカフェで話したり、買い物したり、ランチをしたりしたい。シンポジウムでの学びを活かし、どうしたら実現するか、誰かに任せるのではなく、私に何ができるかを考え続けようと思う」<sup>20)</sup>

## 文献

- 1) 黒川智紀：過疎地域の買い物弱者対策における採算性及び継続性の研究. PPP 研究センター紀要, 5 : 1-13, 2015.
- 2) 岩間信之：フードデザート問題, 無縁社会が生む「食の砂漠」. 農林統計協会, 2013.
- 3) 岩間信之：都市のフードデザート問題, ソーシャル・キャピタルの低下が招く街なかの「食の砂漠」. 農林統計協会, 2017.
- 4) 杉田聡：買物難民 もうひとつの高齢者問題. 大月書店, 2008.
- 5) 杉田聡：「買物難民」をなくせ! 消える商店街、孤立する高齢者. 中央公論新社, 2013.
- 6) 経済産業省：買い物弱者対応マニュアル Ver1~3. 経済産業省, 2010~2015.
- 7) 農林水産政策研究所：食料品アクセス問題の現状と対応方向, いわゆるフードデザート問題をめぐって. 農林水産政策研究所, 2011.
- 8) 一般社団法人日本食農連携機構, 財団法人流通研究所：農山漁村の買い物支援マニュアル. 一般社団法人日本食農連携機構, 財団法人流通経済研究所, 2012.
- 9) 経済産業省：買い物弱者・フードデザート問題等の現状及び今後の対策のあり方に関する調査報告書. (2014)経済産業省, アーサー・ディ・リトル・ジャパン, 2014.
- 10) 一般社団法人日本食農連携機構, 財団法人流通経済研究所：買物支援マニュアル. 一般社団法人日本食農連携機構, 財団法人流通経済研究所, 2014.
- 11) 公益財団法人流通経済研究所：買い物困難対策の方向性と進め方(農林水産省 平成 26 年度食料品アクセス改善対策事業実施報告書). 公益財団法人流通経済研究所, 2015.
- 12) 北海道経済部：北海道内での買い物弱者対策及び流通対策の取り組み事例集. 北海道経済部, 2015.
- 13) 公益財団法人流通経済研究所：買い物困難対策のポイントと進め方(農林水産省 平成 27 年度食料品アクセス改善対策事業実施報告書). 公益財団法人流通経済研究所, 2016.
- 14) 農林水産政策研究所：食料品アクセス問題の現状と課題, 高齢者・健康・栄養・多角的視点からの検討. 農林水産政策研究所, 2017.
- 15) 吉葉かおり, 武見ゆかり, 石川みどり他：埼玉県在住一人暮らし高齢者の食品摂取の多様性と食物アクセスとの関連. 日本公衆衛生雑誌, 62(12) : 707-718, 2015.
- 16) 谷本芳美, 渡辺美鈴, 杉浦裕美子他：地域高齢者におけるサルコペニアに関連する要因の検討. 日本公衆衛生雑誌, 60(11) : 683-690, 2013.
- 17) 仙波梨沙, 上城憲司, 田平隆行他：地域在住高齢者における財布動作と認知機能の関連-いい老後(1,165)テスト-. 精神科治療学, 27(11) : 1477-1482, 2012.
- 18) 今野多美子, 大友芳恵：T 市で暮らす在宅高齢者の生活ニーズ～語りの分析～, 北海道医療大学看護福祉学部学会誌, 13(1) : 67-76, 2017.
- 19) 松浦尊麿, 間瀬教史, 鈴木順一他：集落機能が低下した農村地域高齢者の抑うつ及び将来不安要因とケア・ニーズ. 甲南女子大学研究紀要(看護学・リハビリテーション学編). 3 : 51-58, 2009.
- 20) 竹野瑠莉：「30 年後のまちづくりを考える市民シンポジウム」に参加して. 名大の時間 354, 北都新聞 2019 年 3 月 18 日付.