

## 主観的幸福の 4 因子モデルに基づく人と地域の活性化分析 —NPO 法人「吉備野工房ちみち」のみちくさ小道を事例に—

### Vitalization of People and Community based on Four Factor Model of Subjective Well-Being —A case study for Michikusa-Komichi by Non-Profit Organization Kibino-kobo Chimichi—

前野マドカ<sup>1</sup>、加藤せい子<sup>1,2</sup>、保井俊之<sup>3</sup>、前野隆司<sup>3</sup>

<sup>1</sup>慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科附属 SDM 研究所

<sup>2</sup>NPO 法人吉備野工房ちみち

<sup>3</sup>慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科

Madoka MAENO, Seiko KATO, Toshiyuki YASUI and Takashi MAENO

<sup>1</sup>SDM Institute, Graduate School of System Design and Management, Keio University

<sup>2</sup>Non-Profit Organization Kibino-Kobo Chimichi

<sup>3</sup>Graduate School of System Design and Management, Keio University

**要旨** 本研究では、岡山県の NPO 法人吉備野工房ちみちが行っている人を中心とした地域活性化事例であるみちくさ小道を紹介するとともに、近年活発化している幸福学の研究と関連づけてモデル化した。次に、幸福度等のアンケートに基づく分析を行った。その結果、人々の幸福や成長・自己実現のメカニズムを定量的に示すことによって、達人育成活動みちくさ小道の精神面での地域活性化の効果を明確化した。以上より、吉備野工房ちみちの活動は地域資源や人とのつながりに基づいて地域の活力を高める活動であるとともに参加者の幸福度をバランスよく高める活動であり、人間中心地域活性化のための優れた取り組みの一つであることを検証した。

**キーワード** 幸福の 4 因子モデル, 共同行為における自己実現の段階モデル, 自己実現, つながり

#### 1 はじめに

地域活性化の定義は多様である。新川[1]は、「地域活性化の定義は必ずしも明確ではないが、地域生活の維持や改善そして発展を目指す活動を総称するものととらえることができる」と述べている。地域活性化の定義の多義性を反映し、地域活性化に関する政策設計も活性化について多義的な分布を呈している。1998 年に施行された「中心市街地の活性化に関する法律」には活性化そのものの定義規定はなく、2007 年に内閣官房に設置された日本政府の地域活性化統合事務局は、都市再生、地域再生、構造改革特区並びに地域活性化など多岐にわたる施策を所掌している。地域活性化の定義は以上のように多様であるものの、従来の地域活性研究の多くは、経済・雇用・生産人口の維持など、経済面に重点を置く傾向があった。たとえば、橋詰[2]は、「定住人口の維持」「地域産業活動の発展」の 2 つの指標を総合的な地域活性化と定義している。また、経済・雇用的側面を重視した地域活性化については、主に国土整備計画等に基づく中央省庁の施策や地方公共団体が主導となる研究が多く行われている（伊藤[3]、小倉[4]、市町村アカデミー[5]、国土庁計画・調整局[6] [註 1]等）。

一方、近年、経済面のみならず地域のコミュニティが持つ内発的な活力に焦点を当てた地域活性化の重要度が多方面において指摘されつつある。筆者ら[7]は、1990

年代以降の地域活性化に関する主要な研究を展望し、①経済・雇用要因—非経済・雇用要因、②活性化への内発力—活性化への外からの刺激、の 2 軸を帰納的に導出した上で、地域活性化の研究及び政策が、1990 年代前半までは経済・雇用要因による外からの刺激重視であったのに対し、2000 年代後半には非経済・雇用要因に起因する内発力重視の活性化へと重心を移しつつあることを明らかにしている。また、筆者らの別の研究[8]では、「活動が経済的に持続できること」、「地域社会が能動的に地域の活力を高める活動を行うこと」の 2 点を満たすものとして地域活性化を定義しており、地域の内発的活力の重要性を指摘している。さらに、高瀬ら[9]は、地域活性化を「地域社会の自立性と自発性を高めることによって地域社会の何らかのパフォーマンスの上昇を目指す活動」と、経済に限定せず地域社会が能動的に発展する活動として定義している。

以上のように、近年、経済面ではなく地域のコミュニティが元来持っている内発的な活力に注目した地域活性化研究が活発化している。特に、地域に暮らす人々の幸福・心の豊かさ・生きがいなどの内発的心理状態に焦点を当てた研究が、2000 年代後半以降、少なからず発表されている（大江[10]、北野[11]、木村[12]、久繁[13][14]、細川[15]、細野[16]、山浦[17]、山崎[18]等）。さらに、個別領域の研究事例としては、地域の所得

格差と幸福度の相関は低いとするもの（山根ら[19]）、地域住民の心理的因子が地域の自殺率の低さに作用するもの（岡[20]）などの研究が最近行われている。また、中央省庁における研究及び政策提言においても、内閣府経済社会総合研究所が2000年代前半に開設していた「わがまち元気サイト」[21]をはじめとする住民の活性化に対する主観的認識に着目した研究等が同時期に行われている。

これら、人の幸福・心の豊かさ・生きがいなどの人間心理にフォーカスをあてた地域活性化（人間中心地域活性化）の研究群の中にあつて、本論文で取り上げるNPO法人吉備野工房ちみちの活動は、コーディネーターが色々な人を“達人”に育てて人を中心とした地域活性化を実現している事例である[22][23][24]。この活動は、地域を活性化するとともに人々の幸せを育む活動であると考えられる。しかし、幸福・心の豊かさ・生きがいのメカニズムに焦点を絞りそれらと地域活性化事例の関係を定量的に論じるタイプの研究はこれまで十分に行われてはいなかった。

一方、近年、幸福の定量化研究が活発化しつつあり、幸福・心の豊かさ・生きがいに様々な要因が寄与していることが学術的に明らかにされつつある[25][26]。筆者ら[26][27]は、幸福に影響する心的要因を因子分析し、「自己実現と成長」「つながりと感謝」「まえむきと楽観」「独立とマイペース」の4つの因子が人の幸福に影響することを明らかにした（詳細は後述）。これら4つの因子に地域活性化事例をあてはめて吟味することにより、それぞれの事例が人々の幸福に寄与する事例であるか否かを確認することができると考えられる。また、筆者ら[28]は、人と地域の活性化を表すための“共同行為における自己実現の段階モデル”を提案し、幸福の四因子のうちの最初の二つである「自己実現と成長」「つながりと感謝」を同時に成長させる場作りが人間中心地域活性化のために重要であることを示した。さらに、筆者ら[29]は、人々が新たな活動を行なう際のつながる力と成長する力を計測する多様性適応力評価尺度を作成した。この尺度も「自己実現と成長」「つながりと感謝」に関連している。しかし、幸福と多様性適応力評価尺度は、これまで人間中心地域活性化事例のモデル化と評価には用いられていなかった。

このため、本研究では、NPO法人吉備野工房ちみちの活動事例（みちくさ小道）を紹介するとともに、この活動の妥当性を、上述の“共同行為における自己実現の段階モデル”、“幸福の4因子”、“多様性適応力評価尺度”に基づき定性的・定量的に示す。これにより、幸福に資

する地域活性化のありかたに対するひとつのモデルの可能性を示すことを本研究の目的とする。

## 2 吉備野工房ちみちの概要

本章では、本研究で取り上げる吉備野工房ちみちおよびその中心的な人材育成活動のひとつであるみちくさ小道の概要を述べる。

### 2-1 概要

吉備野工房ちみちは、2008年に岡山県総社市に設立されたNPO法人である。その事業は、コーディネート（人のもつ価値を活かす）事業、セミナー・イベント（人のもつ価値を体感する）事業、情報発信（人のもつ価値を伝える）事業、商品開発（人のもつ価値をカタチに変える）事業などから成り、地元に基づいた住民主体の活動である点が特徴である。理事8名、監事2名を含む約50名のボランティアが活動を行っている。ユニークな点は、地域活性化や観光振興を直接的な目的とするのではなく、あくまで地元住民それぞれが持つ良さを引き出し、それぞれが生き生きと活動すること自体を目的としており、その結果として、地域活性化や観光振興が促進されている点である。つまり、経済重視型の地域活性化ではなく、人々の心に寄り添いその質的向上をはたすことを第一に考えた人間中心地域活性化事例であるという点が特徴である。次節では、吉備野工房ちみちの人材育成活動の中核をなすみちくさ小道について説明する。

### 2-2 「みちくさ小道」

みちくさ小道とは、「達人」と呼ばれる人々を育成するとともに、育成された「達人」が様々な体験プログラムを実践する活動である。体験プログラムは年に2回開催されており、一度の体験プログラムは2か月程度実施される。具体的には、「総社の古代古墳探訪」「小型の古墳を作ろう」「ピカピカの泥団子作り」「古民家で味わう食事と食の話」「韓国伝統お菓子とお茶体験」「備中神楽のお話と鑑賞」「岡山弁で歌わにやおえまあー！」など、地域の伝統に即した文化的なものから懐かしさを喚起するもの、カルチャースクール的なものまでバラエティーに富んでいる。

みちくさ小道の理念は、一人一品という言葉で表される。大分県で1979年から行われている一村一品運動にインスピレーションを受けて始められたもので、どんな人にもその人だけがもつ品があるという考え方に基づいている。品は品物ではなく品位を意味しており、誰もがもともと持っているその人だけの品を掘り起こし、集めて

人々に見せる活動を象徴している。ここからも、物質的な意味での地域活性化ではなく、心理的な意味での地域活性化にフォーカスしていることが見て取れる。どのような組織で、どのような考え方を重視して「達人」育成を行っているのか、そしてその活動がどのように人々の幸福・心の豊かさ・生きがいにつながっているのかなど、本活動のメカニズムについては、ヒアリングやアンケートに基づいて行う達人育成のモデル化の節（3-2 節）で詳説する。

なお、2013 年に 10 回目を数えたみちくさ小道は、2011 年に内閣府「女性チャレンジ賞特別部門賞」を受賞するなど、そのユニークな活動が国内外から注目されている。

### 2-3 「みちくさ小道」のノウハウ移転活動

みちくさ小道の活動の国内外からの注目に対応して、そのノウハウを他の地域に移転する活動も活発に行われている。国内各地域へのノウハウ移転状況を表 1 に示す。また、これらの活動の資料の一部を図 1 に示す。まず、2011 年に岡山県真庭市へのノウハウ移転が行われた。また、2012 年以降、経済産業省東日本大震災復興ソーシャルビジネスノウハウ移転・支援事業として、東北の 5 つの地域へのノウハウ移転が行われ、それぞれの地域で継続的に実施されている。地域ごとに、その特徴を表す名称が付けられ、地域資源を利用した地元の住民主体の活動として根づいている。また、海外では、2012 年以降、タイのスリン県へのノウハウ移転も行われている。

## 3 幸福の 4 因子モデルに基づく吉備野工房ちみちの活動のモデル化と検証

吉備野工房ちみちの活動であるみちくさ小道を、達人や体験プログラム参加者の幸福に紐づけて論じるための前提として、本章では、まず、幸福学の現状と幸福の 4 因子モデルの概要を述べる。次に、幸福を考慮した視点から、みちくさ小道の達人育成モデルを作成する。また、幸福の 4 因子モデル、共同行為における自己実現の段階モデル、多様性適応力評価尺度の視点から、モデルの妥当性を検証する。

### 3-1 幸福の 4 因子モデルの概要と研究の方針

まず、筆者ら[26][27]が行った幸福の因子分析について概説する。

幸福に関する研究は世界的に活発化しており、人々の幸福に寄与する多くの要因が明確化されつつある。なお、人々の主観的幸福度を計測する手法として、Diener らによる人生満足尺度および感情的幸福（表 2）が有効であ

表 1 みちくさ小道とその国内ノウハウ移転実績（延べ総数）

年	地域・名称	プログラム数	コーディネーター数	参加者数
2008～2013	みちくさ小道	391	79	7713
2011～2013	岡山県真庭市「湯原っしい」	35	24	1080
2012～2013	大分県大分市「大分みちくさ小道」	36	36	334
2012	福島県会津若松市	5	24	60
2012～2013	福島県田村市「田村みちくさ街道」	3	10	32
2012～2013	宮城県亶理町「伊達ルネッサンス」	25	14	370
2012～2013	宮城県石巻市「石巻に恋しちゃった」	72	17	2260
2013	宮城県気仙沼市「Re: Us world」	23	7	237



図 1 みちくさ小道およびノウハウ移転事業の資料の一部

ることが知られており[25][26]、人生満足尺度・感情的幸福と他の要因の相関を計測することにより幸福度と要因の関係を調べる研究が活発に行われている。なお、人生満足尺度は長いスパンの幸福度を、感情的幸福は感情に現れる短期スパンの幸福度を測定する指標である。

筆者らは、多くの研究者らによって得られた人生満足尺度・感情的幸福との相関の高い多数の要因のうち、心的要因のみを抽出した。心的要因のみを対象とした理由の一つは、心的要因以外の幸福の要因は、外的ないしは身体的要因であるため、自分でコントロールでき

ない場合が多々あるためである。たとえば、治安はいいか、直接民主制を取り入れているか、などの幸福要因は、人々の置かれた環境に左右されるため、地域活性化のための重要な指標ではあるものの、本研究で主題とする内的心理状態に直接は寄与しない。二つ目の理由は、心的要因は非地位財（地位として相対的に比較困難なモノやコト）であることが多いのに対し、外的要因は地位財（金、モノ、地位のように相対的に比較できるモノやコト）である場合が多いためである。地位財による幸福は長続きしない幸福であることが知られているのに対し、自主性、自由、愛情などの非地位財は長続きする幸福であることが知られている[26][30]。

次に、幸福に影響する要因 29 項目 87 個の質問を作成し、インターネットで 1500 人の日本人に対して SD 法（Semantic Differential 法）によるアンケート調査を行った。質問には、表 2 に示した 7 段階で答えてもらった。

さらに、アンケート結果を因子分析した。計算には SPSS を用いた。その結果、前述の 4 つの因子（表 3）を求めた。さらに、1500 人の回答者をクラスター分析した結果、幸福な者（同時に調査した Diener の人生満足尺度 [25][26] が高い群（全体の 20%））は 4 つの因子すべてを満たしている傾向の高い群であることを明らかにした。つまり、幸福の様相は人それぞれであるものの、全体としては幸福の 4 因子を満たした人が幸せな傾向を持つことを示した。よって、これら 4 つの因子を満たしているか否かによって人々の幸福度の概略を計測することが可能であると考えられる。つまり、従来、主観的幸福と単一の要因との関係の研究は少なからず行われてきたものの、幸福の全体像についての研究は皆無であった。これに対し、本研究の結果を用いれば、幸福という抽象概念を 4 つの代理変数により評価することが可能である。このため、これら 4 つの指標を参考にすることによって、街づくり、モノづくり、コトづくりなどの活動が、どの程度、どのような幸福に寄与しているかを評価することができると思われる。

このため、**3-2** では、これら 4 つの因子を考慮してみちくさ小道の活動のモデル化を行う。

また、前述のとおり、筆者らが行なった研究[28]では、人と地域の活性化を表すための“共同行為における自己実現の段階モデル”を提案した。本モデルは、縦軸に“自己実現の段階”を、横軸に“共同性の段階”をプロットし、人々の行動変容が地域活性化のための場作りと同時並行的に進行することを、“芝の家”を対象にして明らかにしたものである。本モデルの縦軸と横軸は幸福の 4 因

表 2 Diener の人生満足尺度と感情的幸福（ポジティブ感情・ネガティブ感情）の質問項目[26]

**Diener の人生満足尺度**（1：全く当てはまらない、2：ほとんど当てはまらない、3：あまり当てはまらない、4：どちらともいえない、5：少し当てはまる、6：だいたい当てはまる、7：非常によく当てはまる、の 7 段階で回答した後に合計（最小値 7、最大値 35））

- 1 ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い
- 2 私の人生は、とても素晴らしい状態だ
- 3 私は自分の人生に満足している
- 4 私はこれまで、自分の人生に求める大切なものを得てきた
- 5 もう一度人生をやり直せるとしても、ほとんど何も変えないだろう

**感情的幸福**（以下のポジティブ感情、ネガティブ感情それぞれ 8 項目に対して、1：全く当てはまらない、2：ほとんど当てはまらない、3：あまり当てはまらない、4：少し当てはまる、5：だいたい当てはまる、6：非常によく当てはまる、の 6 段階で回答した後にそれぞれ合計（それぞれ最小値 8、最大値 48））

**ポジティブ感情**：活気のある、わくわくした、気合いのはいった、きっぱりした、機敏な、誇らしい、強気な、熱狂した

**ネガティブ感情**：いらだった、苦悩した、ぴりぴりした、びくびくした、恥じた、うろたえた、心配した、おびえた

表 3 幸福の 4 つの因子[26][27]

**第 1 因子 自己実現と成長**：目標を達成したり、目指すべき目標を持ち学習・成長していること

**第 2 因子 つながりと感謝**：多様な他者とのつながりを持ち、他人に感謝する傾向、他人に親切にする傾向が高いこと

**第 3 因子 まえむきと楽観**：ポジティブ・前向きに物事を捉え細かいことを気にしない傾向が強いこと

**第 4 因子 独立とマイペース**：自分の考えが明確で人の目を気にしない傾向が強いこと

子モデルの第一因子、第二因子に対応しているため、本モデルは幸福に寄与する活動の評価とみなすことも可能である。そこで、**3-3** では、「共同行為における自己実現の段階モデル」に基づく自己実現とつながりの検証を行う。また、**3-4** では、主観的幸福及び幸福の 4 因子のアンケートに基づく幸福度の検証を行う。さらに、**3-5** では、筆者らが開発した多様性適応力評価尺度[29]に基づいて活動前後の多様性適応力を比較する。多様性的適応力とは、個性を發揮する力、挑戦意欲、俯瞰力、創造力、利他精神、許容力、信頼関係構築力、コミュニケーション力の 8 項目により、多様な者とともに活動する能力を評価する尺度である。もともとは、ブラインドサッカーによる健全者と障害者の交流を計測するために開発したものであるが、多様な者と交流し新たな課題を見つけて



成長する事は幸福の第1、第2因子と密に関連すると考え評価項目に採用した。

### 3-2 達人育成のモデル化

みちくさ小道の達人育成活動を、幸福学の視点を考慮してモデル化した。以下にその内容を述べる。

まず、20名の関係者（スタッフ5名、コーディネーター5名、達人10名）にヒアリングを行うとともに、過去の資料（図1参照）を分析した。コーディネーターとは、達人を育成するとともに体験プログラムを企画・実施するスタッフである。みちくさ小道はんどぶっく一人一品のすすめ（コーディネーターのためのガイドブック）[23]によると、みちくさ小道の活動は、図2に示すように、達人やコーディネーターが、活動への関わり方を深めていく課程である。その結果、自己実現、承認・尊厳、共育・共助の精神、地域愛の醸成を行い、新しい幸せモデルを実現する社会作りに貢献することを目指している。

幸福の4因子の知見を加味してまとめ直したみちくさ小道の活動内容を図3に示す。図3では、左から右に向

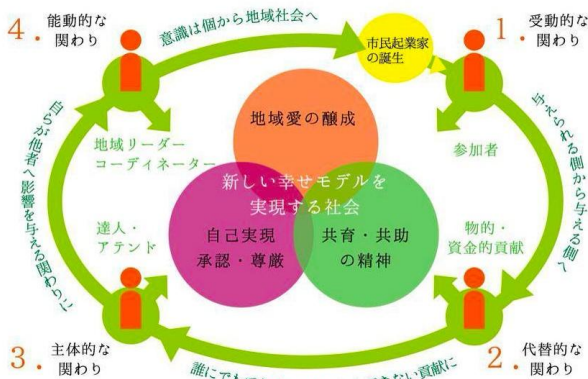


図2 みちくさ小道の活動の全体像[23]

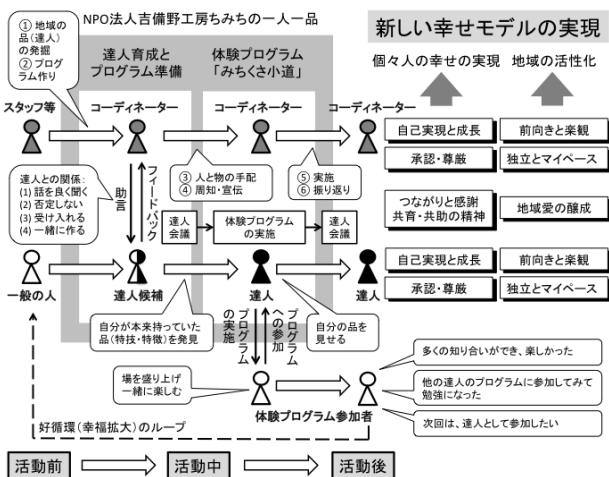


図3 NPO法人吉備野工房ちみちの達人育成モデル

かって活動前から活動後への時間の流れを、上から下に向かってスタッフ・コーディネーター、達人、体験プログラム参加者それぞれの役割や感想を示している。右側には、図2に示したみちくさ小道の理念と幸福学の知見をもとに、個々人の幸せと地域の活性化がどのように実現できているかを示した。また、中央下部から左に向かう破線は、体験プログラム参加者が達人を目指し始める幸福拡大循環のループを表している。

図3の左上に描いた吉備野工房ちみちスタッフは、日頃感じたり人から聞いたりした地域の課題や要望を常に収集しておく。年に2度行われる体験プログラムが近づく、スタッフの一部らはコーディネーターとしての役割を果たし始める。コーディネーターの役割は図に①から⑥として書いた通りである。達人の育成とプログラムの準備が始まると、地域課題の共有、テーマの議論、関連する達人候補者探しを行う（①地域の品（達人）の発掘）。候補者にはみちくさ小道への参加を促し、実施に向けた準備を開始する（②プログラム作り）。コーディネーターは、達人（候補者）の話聞き、プログラムの内容を詰めていく。この際、コーディネーター間で共通の話し合いルールが決まっており、みちくさ小道はんどぶっく一人一品のすすめ[23]に詳しく説明されている。すなわち、図3の左中央部に示した、4つの達人との関係（(1)～(4)）を重視している。達人と密なコミュニケーションをとり信頼関係と共感を醸成し、達人の良さを引き出していくことが達人育成の重要なポイントである。達人候補者は、体験プログラムにおいて実施したい内容をコーディネーターとともに考え、具体化していく。これは、自分が元々持っていた品（特技や特徴）を発見することであり、厳密に言うと、達人を後天的に“育成”するのではなく、そもそも誰もが持っている達人の要素を“再発見”するのだというのが達人育成の基本的な考え方である。達人は、コーディネーターとの対話の中から、小学校低学年の子供だった頃の夢、特技、挫折、くやしきなどを思い出し、達人としてそれを実現するケースが多いという。まさに、純粹だった子供の頃からずっと自分の中に眠っていた達人性を呼び起こすことにより自己実現を果たす活動である。

体験プログラムの一ヶ月前には達人会議を行い、コーディネーター間および達人間の交流を深め、一緒に作り上げる意識を明確化する。ここでは、体験プログラム実施経験のある達人やコーディネーターとの意見交換・アドバイスにより、協力して個々のプログラムを高め合うことが行われる。また、当日へ向けて綿密な最終的準備が行われる。

体験プログラム開催当日は、参加者に対して達人がプログラムを実施する。ここでは、コーディネーターは様々な面で裏方としてのサポートを行う。みちくさ小道終了直後には、振り返りのための達人会議を行い、反省点などを明確にし、次へとつなげていく。プログラム参加者の中から、自分も何かやってみよう、と次回の達人が生まれることも多々ある（破線参照）。このように、みちくさ小道とは、地域住民である一般の人を「達人」に育て上げるとともに、「達人」がそれぞれの能力を活かしてプログラムを実施する活動である。どんな人にも必ずそれぞれの良さがあるので、その点を磨けば誰でも達人になれる、という信念が活動全体に行きわたっている。前述のように、経済的な意味での地域活性化や観光推進ではなく、あくまで達人の育成を通して新しい幸福社会の実現を目指している点が特徴なのである。

次に、これらの活動がどのように幸福の4因子にかかわるのか（図3右側）について述べる（なお、定量的評価については3-4 図8に示すので、ここではインタビューに基づく定性的結果について述べる）。

コーディネーターの多くは女性であり、カウンセラーの資格を持つ者もいる。彼女ら／彼らは、人々の良さを引き出し、達人へと導くことによって、人を育てるという意味での「自己実現と成長」を果たす。また、多くの達人や他のスタッフと密に関わり、彼らの夢ややりたいことを共有し、共に考える活動は、「つながりと感謝」につながっている。達人の手伝いに積極的に関わるとともに、否定をせずに達人のよさを引き出す活動は「前向きと楽観」につながっている。達人の想いを形にするため、人の目を気にせず達人の一人一品に挑むことへの協力は「独立とマイペース」につながる。したがって、コーディネーターの活動は、幸せの4つの因子を満たす活動であると考えることができる。

達人は、自分のできること、やりたいことを再発見し実現すること自身が「自己実現と成長」である。また、その想いを共有し導いてくれるコーディネーターや達人仲間との関係は「つながりと感謝」につながる。特別な技術があったわけではなく、それを活かす場もなかった者も、達人としての機会を得て活力に満ちた活動を行うことは「前向きと楽観」に関係する。また、誰に何をいわれようと自分のやりたいことを表現することは「独立とマイペース」につながる。このように、図3の右上に示したとおり、みちくさ小道の活動は、幸福の4因子を満たす活動ととらえることができる。また、地域の資源を活用したり、地域について知る機会になるので、郷土愛の醸成にもつながる。多様な人々とのつながりが強化

され、地域の活性化といざという時の地域の強さにもつながっている。このように、この手法は、人間中心地域活性化の先進事例であるといえる。

みちくさ小道を人間中心地域活性化先進事例とみなしうる最大の特徴は、人々それぞれの成長・自己実現・再生産のループが確立されている点である。つまり、本活動は、多くの人を継続的に巻き込み、人々の自己実現・つながりと地域活性化を自律的に深化し続ける循環的活動なのである。そして、その鍵は、様々な人がプログラム参加者・コーディネーター・達人として参加し成長し始める部分の仕組みが確立しているところにある。この部分が確立していない地域活性化活動は、熱意や能力の高い者が引っ張っているときにはうまくいくが、そのようなリーダーがいなくなると立ち行かなくなりがちである。このため、様々な人がスタッフロールを取り成長し自己実現する好循環をいかにして確立するかは極めて重要なポイントである。人々が関係性を築き始めてから自己実現やつながりを実践するまでの成長過程初期段階のモデリングには、筆者らが開発した自己実現の段階モデル[28]が有効である。このため、次節では、本モデルに基づき、コーディネーター・達人が自己実現と共同性に至るまでの過程を分析する。

### 3-3 「共同行為における自己実現の段階モデル」に基づくつながり・自己実現達成過程の検証

みちくさ小道のスタッフ、コーディネーターおよび達人20名にそれぞれ約1時間のインタビューを行い、参加し始めたころから現在までの思いを詳しく聞いた。その結果を共同行為における自己実現の段階モデルに当てはめ、達人およびコーディネーターの活動が立ち上がる過程を表す自己実現の遷移図（図4）を作成した。

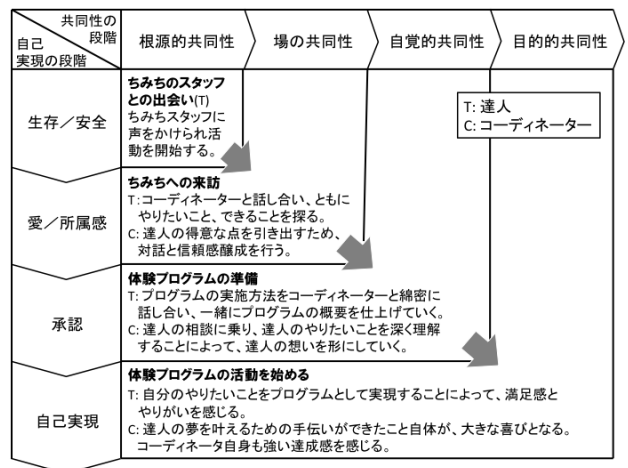


図4 共同行為における自己実現の段階モデルに基づく達人およびコーディネーターの自己実現の遷移図

図4に示したように、達人とコーディネーターの行動は、吉備野工房ちみちのスタッフとの出会い、吉備野工房ちみちへの来訪、体験プログラムの準備、体験プログラムの開始という4つの段階と捉えることができる。コーディネーターの場合、まず、先輩スタッフに、コーディネーターをやってみないかと誘われる。その後、コーディネーターとして、達人と向き合い、じっくり話を聞き、達人の特技や特徴を見つけるようになる。さらに、プログラムに対する達人の想いを形にするためのアドバイスをできるようになる。このように、コーディネーターとしてプログラムに関わる過程で、プログラムを一緒に作り上げるという意味での自己実現や成長を果たすとともに、達人や他のスタッフ、コーディネーターとの関係を深めていく。達人の場合も同様である。まず、多くの者は、吉備野工房ちみちのスタッフに声をかけられることによって、自分の夢ややりたかったことを考え始める。その後、コーディネーターと様々なことを話すうちに、自分のやりたかったことを明確化していく。さらに、自分の想いを追求し、コーディネーターと共にプログラムを作り上げていく。幸福の第1因子である自己実現・成長と、第2因子であるつながり（共同性）が相互に影響し合いながら高まっていくのである。また、コーディネーターと達人との信頼関係構築が地域活性化のために重要な場づくりに寄与しているという面も、「芝の家」[28]の場合と同様である。

次に、スタッフ、コーディネーターおよび達人20名へのインタビュー結果から、縦軸に“自己実現の段階”を、横軸に“共同性の段階”をプロットした人々の行動変容過程の図を作成した。インタビューの内訳は、30代4人、40代8人、50代6人、60代2人、男性11人、女性9人である。図5および図6に代表的な事例を示す。

図5に示したように、この達人女性は、子育て中の主婦も家庭の外で活躍し地域のために貢献できないかと考え、地元のイベントに参加した際に吉備野工房ちみちのスタッフと出会った。その後、みちくさ小道に誘われ、自分の夢ややりたかったことを元に関にプログラムを作り上げて実施した。自分のやりたいことを表現する喜びと自信を得ることができ、コーディネーターや他の達人などの多くの人とのつながりに感謝しているという。

図6に示すコーディネーターのケースでは、理事長に誘われて参加し、コーディネーターとしてみちくさ小道に関わったことが、地域資源を改めて見直すきっかけとなり、地域に対する想いが深まることにもつながったという。今後も、地域の良さを一人でも多くの住民に再確認してもらい、共に楽しみながら「みちくさ小道」で様々

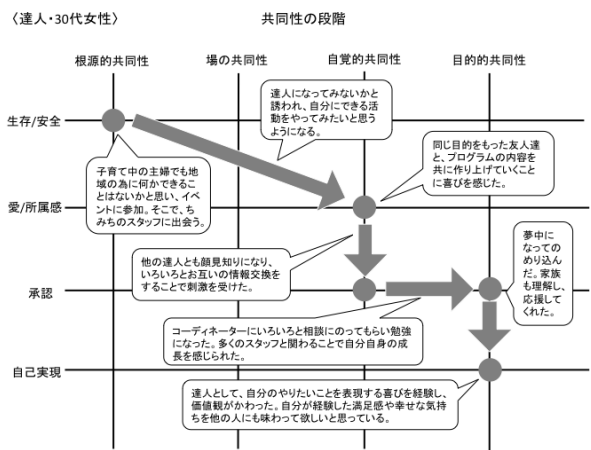


図5 達人の自己実現の様子

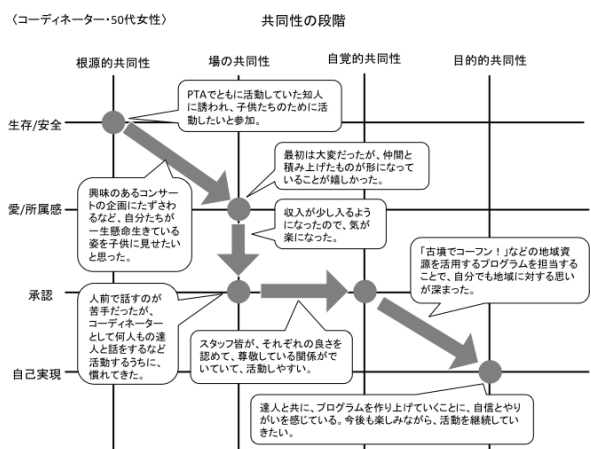


図6 コーディネーターの自己実現の様子

なプログラムを紹介していきたいとのことである。

以上のように、本活動は、達人とコーディネーターの幸福の第1因子（自己実現と成長）、第2因子（つながり・感謝などの共同性）を伸ばしていく活動であるということ、インタビューにより定性的に示した。

ここでは第3、第4因子には触れなかったが、次節では、幸福に関するアンケート調査結果に基づき、この活動が幸福に寄与する活動である事を定量的に示す。

### 3-4 「幸福の4因子モデル」アンケートに基づく幸福度の検証

吉備野工房ちみちのスタッフ、コーディネーター、達人23名に対し、「みちくさ小道」の活動前と活動後に主観的幸福及び幸福の4因子に関するアンケートを行った結果について述べる。

まず、前述のDienerの人生満足尺度および感情的幸福（ポジティブ感情・ネガティブ感情）の調査結果を図7に示す。図中、\*と\*\*は、平均値の差のt検定の結果、そ

それぞれ、5%、1%の有意水準で有意差があったことを示す（他の図も同様である）。

まず、図7左のDienerの人生満足尺度アンケート結果について述べる。日本人1500人の調査結果とみちくさ小道活動前の平均値の差を  $t$  検定した結果、 $P(t)=1.2 \times 10^{-6} < 0.01$  となり、二つの母集団の平均値に1%の有意水準で有意差があった。日本人1500人調査結果と「みちくさ小道」活動後も同様 ( $P(t)=1.2 \times 10^{-7} < 0.01$ ) であった。よって、みちくさ小道参加者の幸福度は一般的な日本人よりも高いことが明らかになった。活動前にも既に幸福度が高い理由の一つとしては、元々幸福度の高い者が参加していたことが考えられる。

また、「みちくさ小道」活動前と活動後の有意差検定を行った結果、5%の有意水準で有意差があった ( $P(t)=0.039 < 0.05$ )。つまり、みちくさ小道の活動参加者の幸福度は、もともと日本人の平均よりも高かったにもかかわらず、2ヶ月間の活動の後にはさらに高まっている。

同様に、感情的幸福について  $t$  検定を行った結果、日本人1500人のポジティブ感情調査と、「みちくさ小道」活動前後のポジティブ感情調査の結果が、それぞれ、 $P(t)=4.9 \times 10^{-8} < 0.01$  および  $1.5 \times 10^{-9} < 0.01$  となった。ネガティブ感情では有意差がなかった。これらより、吉備野工房ちみちの関係者は、みちくさ小道活動前も活動後も、前向きでいきいきとしたポジティブ感情が平均的日本人よりも高いといえる。ネガティブ感情に差がなかった理由の解明は今後の課題である。

みちくさ小道の参加者が幸福の4因子をバランスよく満たしているのか否かを確認するために、筆者が開発した4因子のアンケート[26]も行った。結果を図8に示す。

まず、みちくさ小道活動前における「つながりと感謝」と他の3因子との差をそれぞれ  $t$  検定した結果、「自己実現と成長」は  $P(t)=0.0012 < 0.05$ 、「前向きと楽観」は  $P(t)=2.1 \times 10^{-7} < 0.01$ 、「独立とマイペース」は  $P(t)=1.8 \times 10^{-6} < 0.01$  であった。同様に、活動後も、「自己実現と成長」が  $P(t)=0.012 < 0.05$ 、「前向きと楽観」が  $P(t)=2.6 \times 10^{-4} < 0.01$ 、「独立とマイペース」が  $P(t)=7.9 \times 10^{-4} < 0.01$  と差は有意であった。よって、みちくさ小道の参加者はつながりと感謝に関わる幸福感を強く感じている傾向があると考えられる。

また、みちくさ小道活動前後の結果を  $t$  検定した結果、「自己実現と成長」は  $P(t)=0.014 < 0.05$  (\*), 「つながりと感謝」は  $P(t)=0.50 > 0.05$  (有意差なし)、「前向きと楽観」は  $P(t)=0.039 < 0.05$  (\*), 「独立とマイペース」は  $P(t)=0.014 < 0.05$  (\*) であった。つまり、もともと高か

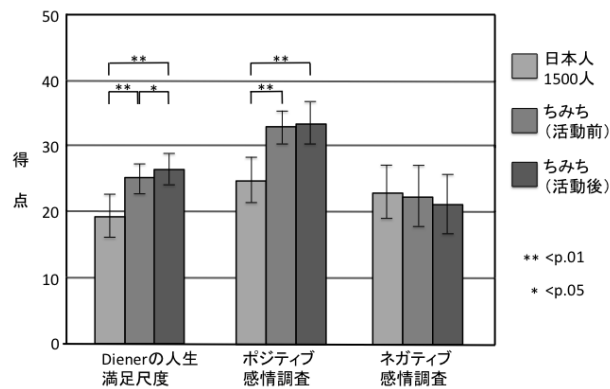


図7 Dienerの人生満足尺度と主観的幸福のアンケート結果

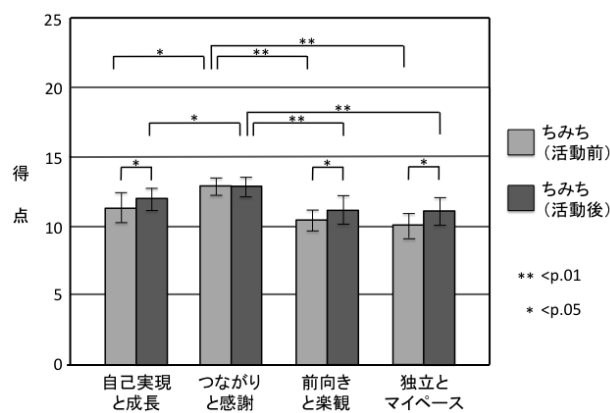


図8 幸福の4因子のアンケート結果

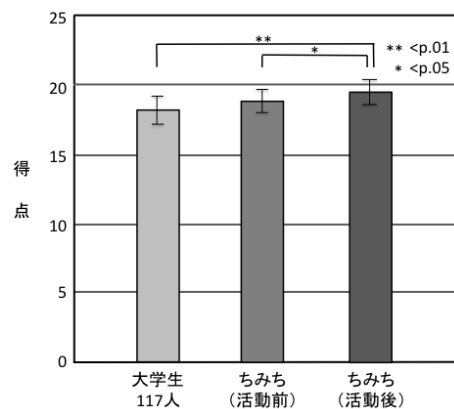


図9 多様性適応力のアンケート結果

った「つながりと感謝」以外の3つの因子は、みちくさ小道の活動体験後に高まったといえる。

これらより、みちくさ小道は幸福の4つの因子をバランスよく高める活動であると考えられることができる。

### 3-5 「多様性適応力」アンケートに基づく幸福度の検証

図9に、吉備野工房ちみちのスタッフ、コーディネー



ター、達人 23 名に対し、「みちくさ小道」の活動前と活動後に「多様性適応力」のアンケートを行った結果を、筆者らが行った大学生の結果[29]とともに示す。

まず、筆者らが行った大学生の結果と、みちくさ小道活動前および活動後の結果の差を  $t$  検定した。その結果、それぞれ  $P(t)=0.070<0.1$ 、 $P(t)=0.0036<0.01$  となり、二つの母集団の平均値に、活動前は 10%の有意水準で有意な傾向があり、活動後は 1%の有意水準で有意差があることがわかった。次に、みちくさ小道活動前後の結果を  $t$  検定した結果、 $P(t)=0.019<0.05$  となり、二つの母集団の平均値に 5%の有意水準で有意差があることがわかった。これらの結果は、みちくさ小道を経験すると多様性適応力（多様な人材が集まる中で自らの個性を發揮し共に物事を成し遂げる力）が高まることを意味している。

### 3-6 モデル化と検証の考察

吉備野工房ちみちが行う達人育成活動みちくさ小道に対するモデル化とその妥当性検証結果の概要をもう一度まとめると以下の通りである。まず、インタビューに基づき“共同行為における自己実現の段階モデル”を作成し、みちくさ小道が幸福の第 1 因子（自己実現）および第 2 因子（つながりに基づく共同性）を満たす活動であることを定性的に検証した。次に、“主観的幸福および幸福の 4 因子”、“多様性適応力測定尺度”のアンケート調査に基づきみちくさ小道の活動を定量的に検証した。その結果、始めにモデル化した通り、みちくさ小道の活動は、参加したコーディネーター・達人の幸福度や多様性適応力を高める活動であることを確認した。

これまで、人々の幸福・心の豊かさ・生きがいに寄与する地域活性化活動は、経済効果や人口増減などの定量指標に比べ、効果の定量化が困難であるとみなされてきたために、えてして“精神論”と考えられがちであった。これに対し、本研究は、人生満足尺度、感情的幸福、そして、筆者らが構造化してきた幸福の因子、自己実現の段階モデル、多様性適応力尺度を用いることにより、人々の幸福や成長・自己実現のメカニズムを定量的に示し、みちくさ小道における精神面での地域活性化の効果を明確化したものである。すなわち、幸福に資する地域活性化のありかたに対するひとつの新たなモデルを示したのである。

## 4 おわりに

本研究では、まず、NPO 法人吉備野工房ちみちの活動内容について概説した。次に、幸福学の知見を加味してその達人育成活動であるみちくさ小道のモデリングを行

った。すなわち、コーディネーターが一般市民それぞれの良さを引き出して達人へと育成する結果、コーディネーターと達人が自己実現やつながりに基づき幸せを感じるとともに地域活性化にも寄与する好循環ループが実現できているモデルを作成した。次に、幸福と多様性適応力のアンケートを NPO 法人吉備野工房ちみちのコーディネーター・達人に対して実施し、その結果を分析した。その結果、NPO 法人吉備野工房ちみちの活動は、幸福度を高め、幸福の 4 つの因子をバランスよく満たし、多様性適応力を高める人間中心地域活性化活動であることを確認した。

今後は、町づくり、事業展開、観光など、他の地域活性化事例の研究を行い、人間中心地域活性化研究を進展させていきたい。特に、幸福の 4 因子が地域活性化と人々の幸福・心の豊かさ・生きがいに寄与している他の地域活性化事例の調査・分析も行うなどして、幸福と地域活性化の関係を体系的に明確化していきたい。また、精神面・認知科学面での人々の幸福・心の豊かさ・生きがいに寄与する地域活性化メソッドの体系化を進めることにより、人々の心の豊かさや地域のふれあいの活性化に寄与していきたい。さらに、精神的側面からの地域活性化と、経済的側面との関係を明確化し、地域活性化の新展開に寄与したい。

## 謝辞

本研究の一部は文科省グローバル COE プログラム「環境共生・安全システムデザインの先導拠点」により行われた。また、インタビュー・アンケートには吉備野工房ちみち、岡山県、総社市の皆様に多大なご協力をいただいた。ご協力頂いた皆様に心より感謝の意を表します。

## 註

[1]国土庁計画・調査局編（1998）は、これまでの全国総合計画とは異なり、地域の自立を最も重要なテーマとして打ち出しているものの、リゾート観光など経済的要因による地域活性化の議論が中心である。

## 引用・参考文献

- [1]新川達郎，2002「地域活性化政策に関する市町村計画行政の課題と展望—東北地方の現状から—」『同志社政策科学研究』3巻1号 p1-13
- [2]橋詰登，2003「農山村自治体の地域活性化診断」『農林水産製作研究所レビュー』8号 p10-17
- [3]伊藤善一，1993，地域活性化の戦略，有斐閣
- [4]小倉光雄，1993，地域活性化戦略，産能大学出版社

- [5] 市町村アカデミー監修, 1991, 地域活性化の新戦略: 市町村アカデミーかえる叢書, Vol. 1, ぎょうせい
- [6] 国土庁計画・調整局編, 1998, 21 世紀の国土のランドデザイン—国土総合開発法第 7 条 1 項に基づく全国総合開発計画—地域の自立の促進と美しい国土の創造
- [7] 津々木晶子, 保井俊之, 白坂成功, 神武直彦, 2011, システムズ・アプローチによる住民選好の数量化・見える化: 中心市街地の新しい政策創出の方法論, 関東都市学会年報, 第 13 号, pp. 110-116
- [8] 村瀬博昭, 前野隆司, 林美香子, 2010, CSA (Community Supported Agriculture) による地域活性化に関する研究—メノブレッジ長沼の CSA の取組を事例として—, 地域活性研究 Vol. 1, 2010 年 3 月, pp. 41-51
- [9] 高瀬武典, 伊東理, 2007 「社会変動と関西活性化 VI 地域活性化の共通課題—英国小売商業地区活性化政策を事例として—」『関西大学研究双書』第 144 冊 p133-147
- [10] 大江正章, 2008, 地域の力: 食, 農, まちづくり, 岩波新書
- [11] 北野収, 2008, 共生時代の地域づくり論: 人間・学び・関係性からのアプローチ, 農林統計出版
- [12] 木村俊昭, 2008, 人的ネットワークによる地域再生, 片木淳ら編, 2008, 地域づくり新戦略, 一藝社
- [13] 久繁哲之助, 2008, 日本版スローシティ: 地域固有の文化・風土を活かすまちづくり, 学陽書房
- [14] 久繁哲之助, 2010, 地域再生の罫: なぜ市民と地方は豊かになれないのか?, ちくま新書
- [15] 細川甚孝, 2008, コラボレイティブ・リーダーシップ, ソーシャルキャピタルによる地域再生, 片木淳ら編, 2008, 地域づくり新戦略, 一藝社
- [16] 細野助博, 2007, 中心市街地の成功方程式: 新しい公共の視点で考える”まちづくり”, 時事通信
- [17] 山浦晴男, 2010, 住民・行政・NPO 協働で進める: 最新 地域再生マニュアル, 朝日新聞出版
- [18] 山崎亮, 2011, コミュニティデザイン: 人がつながる仕組みをつくる, 学芸出版
- [19] 山根智沙子, 山根承子, 筒井義郎, 2008, 幸福感ではかった地域間格差, 大阪大学 GCOE Discussion Paper Series, Human Behavior and Socioeconomic Dynamics, GCOE Program Human Discussion Paper, No. 7, 2008 年 9 月, [http://www.iser.osaka-u.ac.jp/coe/dp/pdf/no.7\\_dp.pdf](http://www.iser.osaka-u.ac.jp/coe/dp/pdf/no.7_dp.pdf), 2013 年 10 月 1 日最終アクセス
- [20] 岡壇, 2013, 生き心地の良い町: この自殺率の低さには理由がある, 講談社
- [21] 内閣府経済社会総合研究所ウェブサイト, わがまち元気サイト, <http://wagamachigenki.jp>, 現在はリンク切れ
- [22] NPO 法人吉備野工房ちみち, 2013, NPO 法人吉備野工房ちみちウェブサイト, <http://www.chimichi.org>, 2013 年 10 月 1 日最終アクセス
- [23] NPO 法人吉備野工房ちみち, 2013, みちくさ小道はんどぶつく: 一人一品のすすめ, 広和印刷
- [24] NPO 法人吉備野工房ちみち, 2013, みちくさ小道オフィシャルガイドブック, vol.10, 2013 年 6 月 22 日～8 月 6 日, サンコー印刷
- [25] 大石繁宏, 2009, 幸せを科学する, 新曜社
- [26] 前野隆司, 2013, 幸せのメカニズム—実践・幸福学入門, 講談社現代新書
- [27] 佐伯政男, 蓮沼理佳, 前野隆司, 2012, 主観的 well-being とその心理的要因の関係, 日本心理学会第 76 回大会発表論文集, 1PMB06
- [28] 坂倉杏介, 保井俊之, 白坂成功, 前野隆司, 2013, 「共同行為における自己実現の段階モデル」による「地域の居場所」の来場者の行動分析: 東京都港区「芝の家」を事例に, 地域活性研究, Vol. 4, pp. 23-30
- [29] 白坂成功, 氏橋祐太, 松崎英吾, 前野隆司, 2014, 多様性適応力評価尺度—日本ブラインドサッカー協会のワークショップを事例に、人材育成研究 (投稿中)
- [30] ダニエル・ネトル, 2007, 目からウロコの幸福学, オープンナレッジ

### Abstract

In this study, activity of Non-profit Organization Kibino-kobo Chimichi was introduced. It is a good practice of human-centered local community vitalization. Our hypothesis is that this activity is not only for vitalization of local community but also for human's well-being or happiness. Hence, we analyzed the activity of the NPO by four factors' model of happiness and stepped collaborative self-actualization model using interview and questionnaire. As a result, it is shown that happiness of the people became higher after participating the activity of the well-organized NPO. We can conclude that the activity of Non-profit Organization Kibino-kobo Chimichi is both for vitalization of local community and for happiness of people participating the activity.