

2025.2.18 TUE

第2回 イオン SATOYAMA
フォーラム

みんなで考えつくる ー新しい SATOYAMA (里山)ー

綾町イオンの森



人・地域・自然

がっつながり輝く新しい里山づくり

東京大学

呂 瑋達

自己紹介



氏名： 呂 瑋達（リュウ ウェダ）

出身： 中国



- 博士（医学）東京大学・医学系研究科
- 研究分野：老年医学（フレイル予防とウェルビーイング向上）



- 2024年04月～現在：東京大学高齢社会総合研究機構特任研究員
- [IARU-ALH ECR]（IIか大学連盟）
International Alliance of Research Universities (IARU)
Aging Longevity and Health (ALH)
Early Career Researcher (ECR)

2023年10月～現在：Steering Committee Member

2024年10月～現在：Chair

【高齢化問題】

- ・ 超高齢化社会：日本の高齢化率 → 2060年に**40%**
- ・ 世界の高齢化問題：65歳以上の高齢者は2022年の10%から2050年には**16%**に増加すると予測
- ・ **ギャップ**[°] = /平均寿命 - 健康寿命/ → **大きい**
- ・ → 老年学分野では、「**ウェルビーイング**」と「**フレイル**」が注目されている

ウェルビーイング

充実し、健康で、満足できる人生。



<複数の側面>

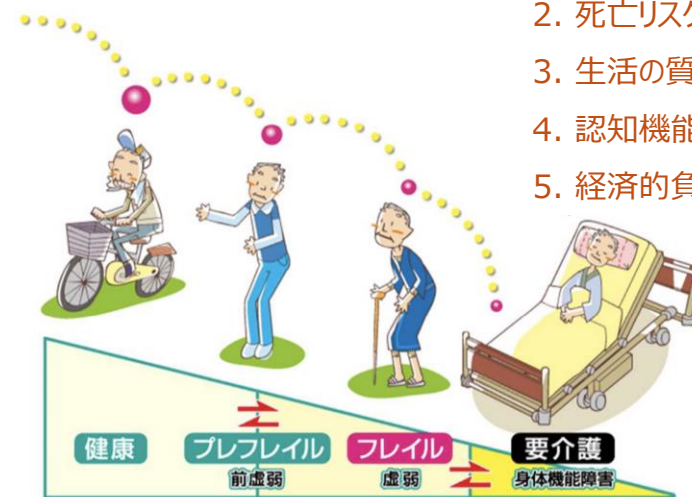
1. 身体的
2. 精神的および感情的... ..
3. 社会的... ..
4. 経済的および財政的... ..
5. 精神的... ..
6. 環境的... ..

... ..

フレイル

<結果>

1. 健康状態の悪化
2. 死亡リスクの上昇
3. 生活の質の低下
4. 認知機能の低下
5. 経済的負担



【里山について】

【定義】：里山とは、人間の暮らしと自然が共存する森林や草地、農地などの環境を指す。

【履歴】：

- **古代～江戸時代**：狩猟採集や農耕とともに利用が進み、燃料や肥料源として持続的に管理された。
- **明治～昭和前期**：近代化に伴い、薪炭利用が減少し、農地拡大や開発が進む。
- **昭和後期**：高度経済成長期の伴い、化石燃料や化学肥料の普及で利用が激減し、過疎化・荒廃が進む。
- **平成～令和**：生物多様性保全やレクリエーションの場として再評価され、新たな管理モデルが模索されている。

【課題】：

多様な主体の連携不足

担い手の減少

高齢化の進行

国民の理解

里山の経済的価値の低下

行政の縦割り問題

生物多様性保全と地域活性化の両立

環境省・「里地里山の現状と課題について」より引用改変

人・地域・自然がつながり輝く新しい里山づくり

「イオン東大里山ラボ」 4つの柱

①生きがい・健康

- ・健康長寿・幸福長寿
- ・生きがいと活力の創出

②人材・新産業

- ・地域に住民続ける暮らしの確保
- ・担い手不足の解決

③エネルギー

④食糧基盤

【研究調査】 里山の自然保全活動が「人」、
「地域」、「自然」に与える影響に関する調査

「イオン東大里山ラボ」
目標



・自然と調和した人間
社会の構築

・生き生きとした生活を送れる地域社会の実現

・先駆的なアイデアの
地域における実践

【社会活動】 里山活動への参加を広げるための
全社会的認知向上と持続可能な対策

日本全体の自然共
生社会の実現

【研究調査】

里山の自然保全活動が「人」、「地域」、「自然」に与える影響に関する調査

NPO 法人

自然塾丹沢ドン会



～人と自然・生きものたち、地域と未来をつなぐ～

NPO corporation Nature School Tanzawa Don-Kai

丹沢山ろくど都市の人々をむすび、秦野市名古木（ながめき）の「さとやま」で安全安心な米づくりや野菜づくり、なつかしい農村風景と生物多様性の保全再生をはかり、次世代へ継承する活動を実施。一緒にいい汗をかきませんか？

発表者のご都合により
掲載は控えさせていただきます。

【研究内容】里山活動における予備検証（秦野市NPO法人自然塾丹沢ドン会）

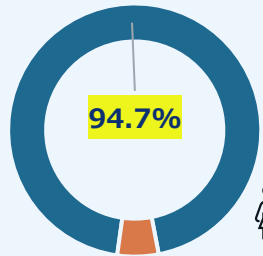
- （１）里山の自然保全活動が「人」、「地域」、「自然」への意識に与える影響についての調査
- （２）里山自然保全活動に参加する阻害要因と促進要因の見える化
- （３）里山活動を通じた高齢者のフレイル予防およびウェルビーイング向上に与える影響

【研究調査】 秦野市丹沢ドン会の活動における検証

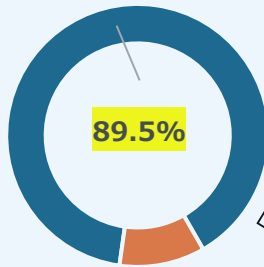
（１）里山の自然保全活動が「人」、「地域」、「自然」への意識に与える影響についての調査

【コミュニティ】の面

人とのつながりが
増えたと感じた



新しい友人ができた



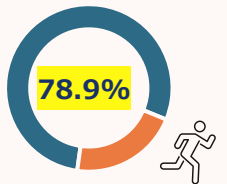
【地域コミュニティ】
自体の健康



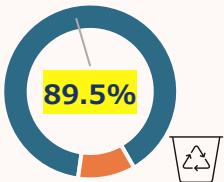
- ✓ 「人」←健康の維持・向上や生きがいの促進、ストレスの軽減にも寄与する。
- ✓ 「コミュニティ」←人と人とのつながりが深まり、コミュニティ全体交流を活性化させる。
- ✓ 「自然」←自然保護や社会貢献への意識が高まるとともに、新たな知識の習得を通じて里山への理解を促進する。

【自然】の面

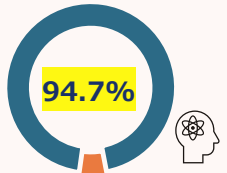
地域社会に貢献していると感じた



自然環境の保護に貢献する
ことがやりがいになった



新しい知識やスキルを
身につけることができた



地域の【自然】
（里山里海）の健康



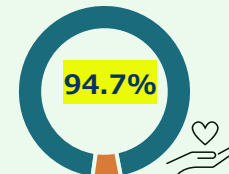
相互関連
（+ 付加価値）

地域の【人】の
健康

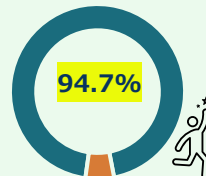


【人】の面

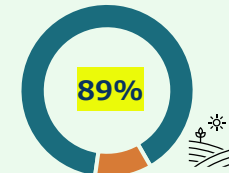
健康が向上した



生きがいを感じる



ストレスが軽減された



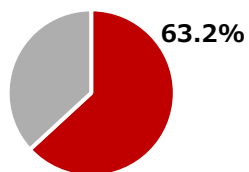
【研究調査】里山活動における検証

（２）里山自然保全活動に参加する阻害要因と促進要因（きっかけ）の見える化

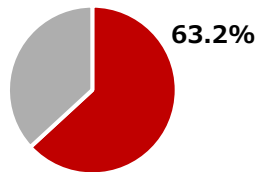
里山活動に参加する阻害要因

■ はい ■ いいえ

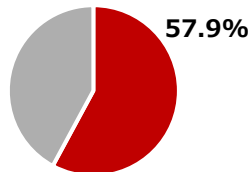
健康状態や体力の低下



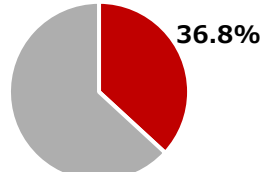
天候や季節の影響



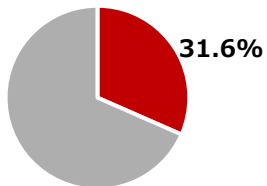
交通手段の影響



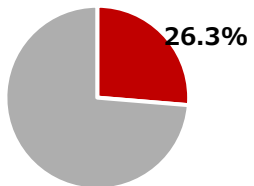
スケジュールに合わない



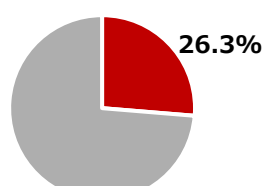
装備や道具の不足



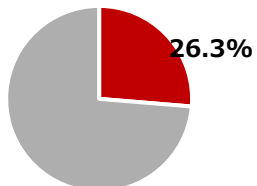
怪我をするリスクがある



知識やスキルの不足



活動の情報不足

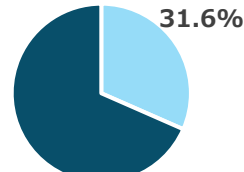


✓ 身体機能低下、天候、交通手段、知識や装備の準備状況等が里山活動参加の主な要因である。

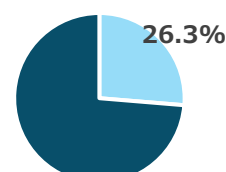
里山活動に参加するきっかけ

■ はい ■ いいえ

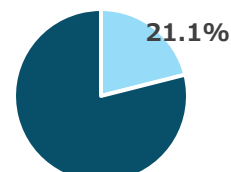
趣味としての活動



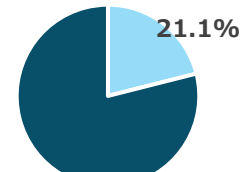
新しい人との交流



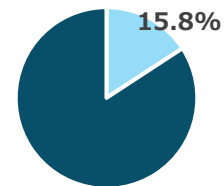
社会貢献



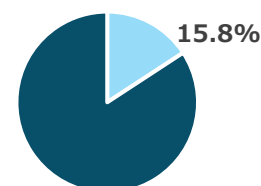
健康維持・増進



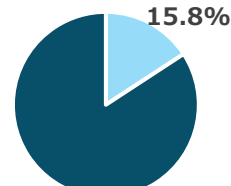
自然や環境に関心があった



友人や家族の勧め



その他



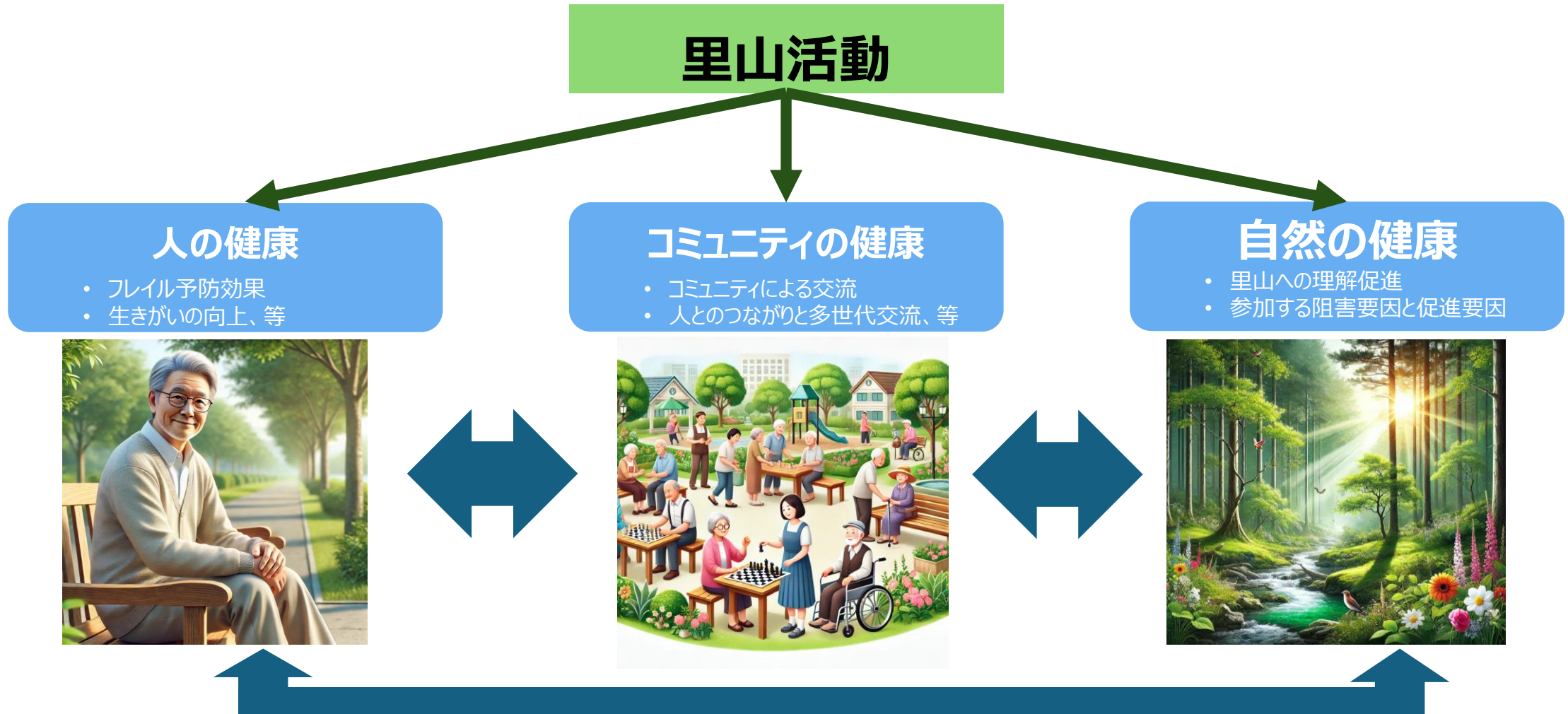
✓ 里山活動への興味が参加の主要な要因
✓ 交流希望、社会貢献意識、健康維持が重要な動機

（３）「今後の予定」：参加している高齢者（丹沢ドン会）と参加していない高齢者（他のコホート調査）の比較

【今後の課題】里山活動における課題と人・地域・自然の関連性に関する大規模調査

【目的】：以上の結果を踏まえ、里山活動における課題や、人・地域・自然の関連性を明らかにすることを目指す。

【方法】：秦野市全域を対象とした大規模調査（里山関連団体の会員1,000名以上への郵送調査）を実施する。



【社会活動】



里山活動への参加を広げるための全社会的認知向上と持続可能な対策

【Action 1】産官学民の連携を通じて、地域住民の健康意識及び里山活動の社会的認知度を高める。

- （１）成果や取り組み、地域住民の声を行政と企業に発信し、産官学民の連携を強化する
- （２）社会的認知度向上キャンペーン（SNSやメディア、地域活動、イオンモール啓発イベントの活用）

【Action 2】地域住民が自発的に里山活動に参加することを促進する

- （１）多世代交流の仕組み強化
- （２）里山活動における多様なプログラムの提供

2023年度・秦野市里山まつり
【里山保全 x フレイル予防】

2023年度・秦野市
【イオンモールでのフレイル啓発イベント】

発表者のご都合により
掲載は控えさせていただきます。

2023年度・秦野市
【里山・フレイルチェック活動】

2024年度・里山活動
【そばの種まきイベント】

発表者のご都合により
掲載は控えさせていただきます。

2024年度・秦野市里山まつり
【里山保全 x フレイル予防】

発表者のご都合により
掲載は控えさせていただきます。

人・地域・自然がつながり輝く新しい里山づくり

「イオン東大里山ラボ」 4つの柱

①生きがい・健康

- ・健康長寿・幸福長寿
- ・生きがいと活力の創出

②人材・新産業

- ・地域に住み続ける暮らしの確保
- ・担い手不足の解決

③エネルギー

④食糧基盤

【研究調査】 里山の自然保全活動が「人」、
「地域」、「自然」に与える影響に関する調査



「イオン東大里山ラボ」 目標

・自然と調和した人間
社会の構築

・生き生きとした生活を送れる地域社会の実現

・先駆的なアイデアの
地域における実践

日本全体の自然共生
社会の実現

【社会活動】 里山活動への参加を広げるための
全社会的認知向上と持続可能な対策

ご清聴ありがとうございました！