

2025年慶應義塾大学学部合同実習プログラム
宇久島地域診断報告書

メンバー

環境情報学部4年 熊井和希
看護学部3年 川越伊織
薬学部2年 細野絵香
医学部2年 柳川瑠璃
看護学部1年 服部桔梗

ファシリテーター

医学部5年 會田凱將
看護学部4年 原田梨那

実習期間

2025年8月18日～8月30日

1 要旨.....	3
2 事前準備.....	3
① 事前準備のスケジュール.....	3
② 事前調査の内容.....	4
③ 仮説.....	10
3 現地での活動.....	13
① スケジュール.....	13
② 活動内容.....	13
(1) うくちゃり.....	13
(2) 宇久行政センター.....	15
(3) 宇久幼稚園.....	18
(4) 医療人材センター.....	19
(6) 宇久島にお試し移住をされていた池田さん.....	23
(7) 地域包括支援センター.....	25
(8) 保健師伊藤さん.....	27
(9) 啓寿園.....	29
(10) 漁師の安永さん.....	31
(11) 離島留学体験.....	32
(12) フィールドワーク(白石さん、おおきに店長).....	34
(13) 檜垣いつみさん.....	35
(14) 行政センターへの中間報告.....	36
(15) フィールドワーク.....	37
(16) 神浦地区老人会.....	40
③ アンケート内容についての報告.....	41
4 アクションプラン.....	44
① アクションプランについて.....	44
② 報告会.....	47
5 まとめ.....	53
① 各自の振り返り(学び、今後に生かすもの).....	53
② 謝辞.....	58

1 要旨

(文責:柳川瑠璃)

〈実習の目的〉

地域や地域診断についての学びを深めること、またその地域の方々と関係を構築すること。最終目標は、事前調査ののち実際に地域に赴き調査することで地域についての学びを深めるとともに、地域の方々の暮らしに寄り添ったアクションプランを作ることであった。

〈実習の概要〉

メンバーは看護医療学部1年、医学部2年、薬学部2年、看護学部3年、環境情報学部4年の5名と看護学部4年、医学部5年の2名のファシリテーター。

6月26日に初めてのミーティングをオンラインで行ったのち、2回対面でミーティングしたほかはオンラインで事前準備を行い、8月18日から30日まで宇久島で実習を行った。8月29日には島民の方々に向け報告会を行った。



2事前準備

①事前準備のスケジュール

(文責:柳川瑠璃)

日付	時間		概要
6/13	18:00~	合同説明会	
6/26	22:00~	宇久島班顔合わせ	ファシリテーターによる説明
6/29	22:00~23:00	第1回 zoom会議	スケジュールの確認・事前調査内容分担
7/10	19:00~21:00	第2回 zoom会議	事前調査内容共有

7/12	17:00~18:30	第1回 対面会議@信濃町	暫定仮説案策定
7/19	16:00~19:00	第2回 対面会議@信濃町	仮説案決定・訪問先の検討
8/3	22:00~24:00	第3回 zoom会議	訪問に向けた行動計画策定
8/5	21:00~23:00	第4回 zoom会議	質問内容協議
8/7	21:20~	第5回 zoom会議	アポ取りの分担
8/8	19:00~21:00	対面@信濃町&zoom会議	仮説の深掘り・質問内容協議
8/9	20:00~22:00	第7回 zoom会議	質問内容協議
8/12	21:00~22:30	第8回 zoom会議	訪問先との連絡の進捗確認
8/15	21:30~23:00	第10回 zoom会議	スケジュールの確認・アンケート調査の内容決定

②事前調査の内容

Community as partnerモデル(CAPモデル)に基づき下記の各分野において事前調査を行った。

- 自然環境(文責:服部桔梗)

宇久島は長崎県五島列島の最北端に位置し、二次離島として寺島を有する(寺島へは神浦港から出ている市営交通線「みつしま」で行くことができる)。特徴としては、とにかく自然が豊かでビーチも在する。島の中央には南西に連なる五島列島を一望できる、城ヶ岳(別名「五島富士」)が聳える。島内にコンビニはないが、スーパー、学校、医療・金融機関などの生活に必要なものは最低限揃っている。地形については、なだらかな丘陵と複雑な海岸線が特徴の島で、約190万年前の噴火によって誕生した、玄武岩などの火山岩でできた島である。自然景観としては、島の沿岸部は砂浜、断崖、岩礁、入り江が交互に現れる多様な海岸地形が広がり、例として、大浜海水浴場(約1kmの白砂が続き遠浅で波が穏やか)などの美しい景観が観られ、夏は観光客や地元の家族連れで賑わうそうだ。宇久島の気候は、対馬暖流の影響を強く受ける海洋性気候であり、年間平均気温は約16~17℃と比較的温暖で、冬でも氷点下になることはほぼない。島は海に囲まれているため風が強く、特に冬季は季節風が吹きつける。夏は湿度が高く台風の通り道になることが多いため、暴風雨や高波被害を受けることもある。そしてこの気候は、島民の農業や漁業の営みにも大きく影響を与えている。動植物に関して、宇久島周辺の海域に魚介類が豊富に生息、古くから漁業が島の基幹産業となってきた。アジ、サバ、イカ、タイなど多様な魚が水揚げされる。丘陵地を利用して畜産が盛んで近年は人口減少や高齢化により耕作放棄地の、肉用牛(宇久牛)が飼育されている。さつまいもや麦の栽培も一部で見られる。地域課題としては里山の管理不足などの問題が表面化、本州からイノシシが海を渡って島内に侵入し農地が荒廃し、イノシシなどの野生動物被害が増えている。海に囲まれているため、漂着ごみ問題も深刻だ。宇久島の高齢化率は60%を超え、佐世保市域で最も高い。若い人たちは進学や就職で島を出て行くため農漁業の担い手が減り、伴って漁船の数も少なくなり、耕作放棄地となった田畑も目につく現実がある。自然体験としてシュノーケリング、磯遊び、釣体験、カヤックなどを催している。また、海女体験、海藻の採取・加工などの、地元の漁業文化を学ぶプログラムもある。農家や漁師の家に滞在し、民泊と一緒に暮らしを体験する「農泊」も実施されている。近年は国内最大規模のメガソーラー事業が持ち込まれ、島の4分の1の土地を電力会社が抑えたいえで伐採・開発し、150万枚の太陽光パネルで覆う計画が進行している。

参考文献

長周新聞

・「拙速な開発やめ科学的な影響調査を」

防災や環境工学の専門家が宇久島メガソーラー計画地を視察 大規模災害誘発の可能性も

<https://www.chosyu-journal.jp/shakai/30709>

・地方喰い荒らす似非「自然エネルギー」

島の4分の1伐採し太陽光パネル150万枚 国内最大のメガソーラー計画に揺れる宇久

島

<https://www.chosyu-journal.jp/shakai/30659>

- 産業(文責:細野絵香)

宇久島の主要な産業は「畜産」と「漁業」であり、いずれも島の自然環境を生かした地域に根ざす産業である。まず、畜産について見ると、宇久島は広い平地が多く、畜産に適した地形を持つことが特徴である。また、島が四方を海に囲まれているため、牧草が潮風を受けて育ち、ミネラル分を多く含む。このミネラル豊富な牧草は、1日あたり約80グラムの塩分を必要とする牛にとって理想的なエサとなっており、良質な仔牛を育てる環境が整っている。こうした条件は、唐津周辺で育てられる佐賀牛とも共通しており、海に近い地域ならではの強みと言える。現在、島内には約60戸の畜産農家があり、高級ブランド牛の素となる仔牛の生産・販売を行っている。観光面でも「和牛飼育体験」が行われるなど、島の魅力発信にもつながっている。一方で、高齢化と後継者不足により、畜産農家は減少している。

漁業もまた、宇久島の重要な産業である。島には野方、小浜、寺島、古里、木場など複数の漁港があり、一本釣りや曳網漁、延縄、刺網漁など、多様な漁法が行われている。イサキやタイ、ヨコワ(若いマグロ)などが主な対象魚であり、岩礁地帯ではアワビやウニの採取も行われてきた。しかし、近年は磯焼けの影響で資源の減少が問題となっている。

- 文化(文責:細野絵香)

宇久島の文化には、豊かな自然と歴史が深く関わっている。平安時代や鎌倉時代の平家落人伝説が残る島であり、古い神社やお寺が今も点在している。各地域には氏神様が祀られ、秋祭りや豊漁・豊作を祈る神事、神楽などの伝統行事が受け継がれている。これらの祭りは地域の人々の絆を深める大切な役割を果たしている。また、海とともに生きてきた漁業文化も根強く、かつては鯨漁が盛んに行われていた。島の食文化も海と密接に結びついており、サザエやアワビ、地魚などを使った料理が多い。

- 教育(文責:川越伊織)

・離島留学制度

全国から生徒を募集し、地域の自然や産業を活かした教育・生活環境を提供する制度。宇久高等学校は長崎県内の離島留学制度の中で唯一「自然科学分野」を学べる高校であり、DXハイスクール指定校として、企業・大学・行政・地域と連携した探究活動「UkuLabo」を展開している。

- ・小中高一貫教育

宇久地区は「小中高一貫教育特区」に指定されており、12年間を見通した教育課程を実施。小学校3年生から英語教育を導入し、郷土「宇久島」を題材にした総合学習「宇久・実践」を通じて、地域理解や探究活動を行っている。

- ・地域との連携・まちづくり

宇久島は人口減少・高齢化が進む一方で、地域全体で教育を支える体制が整っている。まちづくりプランでは「離島留学生の受け入れ体制構築」と「宇久島ならではの教育プログラム充実」を重点プロジェクトとしており、ホームステイ制度(しま親)や島民との交流を通じ、地域ぐるみで子どもを育てる環境づくりを推進している。

- 安全と交通(文責:熊井和希)

- ①一次交通

- ・佐世保港－宇久平港

高速船 : 1時間25分(2.5往復)

フェリー: 2時間35分(2往復)

・・・島内で賄えないものを補うために島民が利用か(本土での遠方医療)

- ・博多港－宇久平港

・フェリー: 4時間10分(1往復)

- ②二次交通

- ・タクシー/レンタカー

- ・レンタサイクル/レンタルバイク

- ・渡し舟(もとより観光要素が強い。2023年度で営業終了)

- ・宇久観光バス・・・島内のマルシェや祭りに合わせて予約を受け付け運行

→→生活に密着した交通システム

※課題・・・二次交通は過疎化によって収益運行が難しい状況

- 保健医療及び社会福祉 (文責:柳川瑠璃)

佐世保市総合医療センターの支所として診療所が島内に一つあり、常勤医師が一人、非常勤医師が一人(訪問時には非常勤の医師はいず、常勤の医師一人だった)。緊急時にはドクターヘリで本土の病院に搬送。介護面については、特別養護老人ホーム啓寿園(定員40人)、地域包括支援センターや高齢者生活福祉センター慈恵苑などの介護施設がある。島内では訪問介護やデイサービス、ショートステイなどのサービスを利用できる。診療所で週一回検診日が設けられているほか、離島検診が年に一回あり、循環器内科や耳鼻科、眼科などの検診や相談を受けることができる。長崎地域医療人材支援センターが医師の確保に取り組んでいる。他に、宇久保健福祉センター、西消防署宇久出張所、宇久島薬店、宇久歯科医院などがある。

- レクリエーション(地域住民の余暇活動、文化活動)(文責:柳川瑠璃)

- ・自治会等運営のイベント

宇久地区自治協議会が主催して納涼大会、産業まつり、スポーツ大会などが行われている。陸上競技場、海浜公園、コミュニティセンターなどイベントが開催できる施設がある。
→宇久島のイベントカレンダー

イベントカレンダー

©2024.11.05 2025.10.0

月	イベント名	日程	主催・情報提供者
4月	宇久地区自治協議会総会開催	4月17日（木）	宇久地区自治協議会
5月	ナイターソフトボール大会	5月19日（月）	宇久地区自治協議会
6月	小中高合同海岸清掃	6月12日（木）	宇久地区自治協議会
7月	竜神祭	7月11日（金）	宇久地区自治協議会
	祇園祭	7月19日（土）・7月20日（日）	島内口コミ
8月	UKUSAUNAオールナイト営業	8月12日（火）	UKUSAUNA
	納涼大会	8月14日（木）	宇久地区自治協議会
	堀川観音祭	8月18日（月）	島民SNS
9月	第44回宇久地区和牛共進会	9月4日（木）	島内口コミ
	秋季ソフトボール大会	9月10日（水）～	宇久地区自治協議会
	植本祭	9月15日（月）	北九州市立大学地域創生学群 小林ゼミ
	奈留島「そらあみ」プロジェクト	9月20日（土）	宇久島地域おこし協力隊
10月	いいもの、はるばる。長崎・佐賀よかもん物産展@東京	10月1日（水）～10月14日（火）	SNS
	宇久島でJAZZ♪	10月12日（日）	宇久地区自治協議会
	うくスポレク祭	10月26日（日）	宇久地区自治協議会
11月	宇久地区文化祭	11月1日（土）・11月2日（日）	宇久地区自治協議会
	産業まつり	11月9日（日）	宇久地区自治協議会
	青少年主張発表会		宇久地区自治協議会
	ミニバレーボール大会		宇久地区自治協議会
12月	第1回バドミントン大会	12月7日（日）	宇久地区自治協議会
	うく文化公演会		宇久地区自治協議会
	門松づくり		宇久地区自治協議会
1月	20歳を祝う会		宇久地区自治協議会
	ミニバレーボール大会		宇久地区自治協議会
2月	バドミントン大会		宇久地区自治協議会

イベントカレンダー、「シマルチライフ 宇久島編」













<https://uku.inaka-happy-life.site/uku-info/> (2025年10月13日)。

・地区ごとの住民によって執り行われる祭り

祇園祭、ひよひよ祭(竜神祭)、おくんち(神島神社例大祭)、なぎなた祭りなど一年を通し、神社や祭りが多く。高齢化や人口減少により、存続の危機もしくは規模の縮小。九州つなぎ隊や宇久ぎばるっ隊といった団体の方の応援もある。

年間カレンダー

宇久島は信仰に古くから熱心で、佛教寺院11カ寺、神社神道19社、天理教3教会があります。その影響もあり、1年を通して様々なお祭りが各地区にて行われています。特に7月に行われる祇園祭は、島の若者が約400kgの神輿を担いで全速力する迫力満点のお祭りです。

時期	名称	場所
1月 -	初祈祷・正月行事	各地区
2日	宇久地区成人式	平地区／宇久高校
7日頃	鬼火焚き(おんのめ) 	各地区
24日	愛宕様参拝(地藏菩薩大縁日)	城ヶ岳愛宕地藏・観音様
2月 3日	宇久島神社節分祭 	神浦地区／宇久島神社
3月 -	弘法大師祭(弘法さま)	野方地区
後半	別れの紙テープ 	宇久平港ターミナル
4月 1日前後	桜満開	島内全域
8日	花まつり(アマチャ)	各地区寺院
5月 大潮時期	磯開き(ウニ漁解禁) 	各地区磯場(5～8月)
中旬以降	ホテル見頃	本飯良地区など
6月 -	梅雨の紫陽花	島内各所
7月 -	ヒゴタイ開花 	三浦地区他
-	海山開き	平地区／大浜海水浴場にて祈祷
第3土・日曜日	祇園祭(八坂神社夏祭り) 	平地区／八坂神社(神島神社内)
旧暦6月17日	竜神祭(ひよひよ祭り) 	神浦地区／厳島神社・神浦港
8月 13日	盆入り	島内全域
14日	納涼花火大会 	平地区
-	松原観音祭	平地区／東光寺
-	堀川音楽祭	堀川地区／観音様周辺
9月 -	宇久地区スポーツレクリエーション大会	小浜地区／宇久町陸上競技場
-	ムジナノカミノリ開花 	北部一帯
10月 第3土・日曜日	神島神社例大祭(おくんち) 	平地区／神島神社
24日に近い土・日曜日	宇久島神社例大祭(しゃぐま棒引き) 	神浦地区／宇久島神社
-	なぎなた踊り 	本飯良地区／八幡神社
11月 3日	宇久地区文化祭	平地区／宇久中学、小学校体育館
-	ふれあい産業まつり	平地区
12月 31日	天満神社除夜祭	天満神社

※カレンダーに表記されていない各地区でも小さな祭事が開かれています。

(イベント、「宇久島観光協会ホームページ」、<https://www.ukujima.com/event.html>)
UKUJAMという音楽祭の試みも2016年から実施されたが2022年以降は開催されていない。

・ボランティア団体の宇久島ぎばるっ隊や宇久行政センター産業建設課の職員として地域おこし協力隊などがあり、前者は島民によって結成され、後者は島外の方が就任している。

- コミュニケーション(文責:熊井和希)

※課題意識

・・・宇久交通を始めとした公共事業色の強い産業が多い(第3セクター)

→地域資源に注目した地域アイデンティティが生まれにくい環境へ

→過疎化・高齢化

『ぎばろう会』

・1990年発足のまちおこしグループ

・島民有志13名にて家盛和太鼓の演奏を行ったことが発端

・活動内容・・・観光ボランティア育成、イベント用テントの貸与設営、
観察会開催、島民の他島見学会

<https://dl.ndl.go.jp/view/prepareDownload?itemId=info%3Andljp%2Fpid%2F8225459&contentNo=1>

・島民の他離島見学によって宇久独自の風土を再認識し、島の同朋意識醸成が目的

・実際に福江島を見学した島民がぎばろう会に賛同し、参加した事例がある

・観光客向けの事業もあるが、どちらかというと島内活性化や交流創出がゴールか

※小さな島だからこそ、密なコミュニティ形成は比較的容易

※関係人口(移住はせずとも島内産業に関与する外部人材)を増やす

→最終的に島の魅力を対外的にも発信し、人口増加に繋げることが目的か

③仮説

(文責:服部桔梗)

実際に現地へ赴く前に、我々は数回の会議を通じ、仮説を立てた。6月29日のZOOM会議にて、各自事前調査のテーマを分担し、7月12日の対面会議にて、調査内容をもとに仮説を本格的に形作っていった。まずは、各々が問題ではないかと考えていることに関して数をあげ、その後、類似テーマごとに分類して考えていった。その結果、以下の6つに大きくまとめることができた。

仮説1:若者が医療体制に何らかの不足・不安要素を抱えているのではないか

仮説2:妊娠・子育て・出産に関してなにか問題があるのではないか

(仮説3:関係人口を増やせないか)

仮説4:雇用の状況や産業の方針に何らかの問題や改善点があるのではないか

仮説5:祭りやコミュニティーが他の地域よりも強いのではないか→帰属意識はないのではないか？

仮説6:島への帰属意識はどのように形成されているのか

ここで一旦仮説の整理をする。

我々は「若者の島外流出」を主要な問題として取り上げ、①医療体制に対する不安、②雇用の問題、③帰属意識の3つに細分化して更に考えた。

①医療体制に対する不安に関して。(関連:仮説1)

事前調査でも大変参考にさせていただいている「まちづくりプラン」から、20~50代の医療に対する満足度が60代よりも0.5も低かったということが見て取れた。一般的に若者の方が医療に対する問題意識は高齢者よりは低いはずだとメンバーは考えていたため、若い人特有の問題として、妊娠・子育てなどの体制に不満・不安があるのではないかという仮説を立てるに至った。(特に取り組んでほしい課題として医療が若者で上位あったり、30代に関しては、特に「島外に出ざるをえない」と考えている人が6割近くもいた)

①に関連した質問リストの概要は以下の通り

- ・妊娠出産エピソードインタビュー(宇久幼稚園へ)
- ・緊急の対応(子どもは発熱しがち)/子どもの受診理由(宇久診療所へ)
- ・子どもの健診体制、20~50代の受診理由
- ・勉強の支援体制の充実度(宇久高校へ)
- ・子育て支援体制(行政センター/宇久幼稚園へ)

②雇用の問題に関して。(関連:仮説4)

宇久島は畜産・漁業関係の仕事が多いため、家族単位で事業をしている人が多いのではないかと考えた。子どもが家業を継ぐ形式をとっている場合、子どもが継ぐことに対して親を始め、島民はどのように考えているのか(「継がなきゃ」という強い意思であるのか、それともある程度軽く捉えているのか)という疑問をメンバーは抱いた。

そこで②に関して考えた質問の概要は以下の通りである。

- ・自分が家業を継ぐとなった時に、何か不安があるか。

(例として物価高、温暖化や環境の変化による影響で魚が取れなくなっているなど)

・漁獲量とか畜産量のデータの参照願

(増減のデータが事前調査では発見することができなかった)

・観光客が増加しているが、宇久島に携わるどのような人が観光業を支えているのか

・「持続的に」観光客を受け入れる体制が整っているのか

③帰属意識に関して。(仮説5, 6)

島民の島外流出が深刻な問題である宇久島、我々は漠然と島民の帰属意識に興味を示し、仮説を立てた。

③に関する質問概要は以下の通り。

・祭りやスポーツ大会への参加度、また近所の人との繋がり

・隣の島とか本土の人と、自分の島について紹介する機会(その様な機会が足りていないのではないか)

・子ども(若者が)が島に対してどれだけ帰属意識があるのか

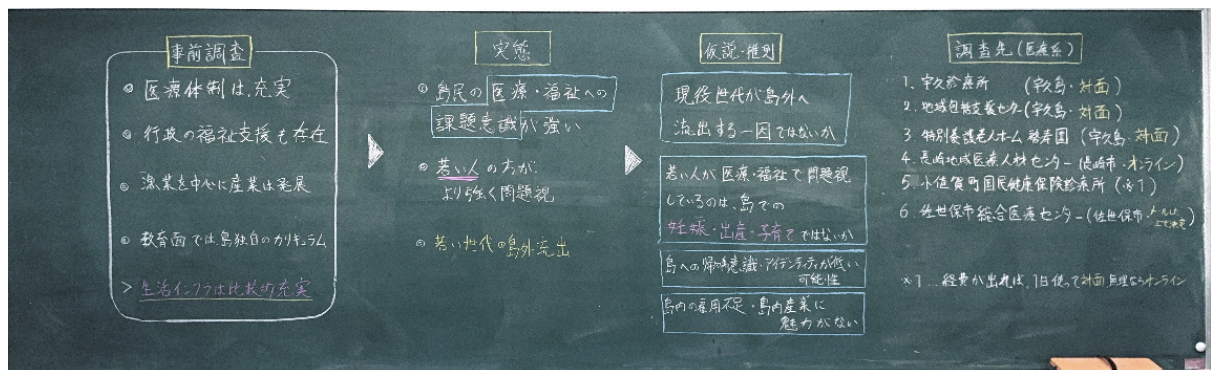
・祭り→若者はどれだけ参加している?(参加している年齢層が高いのではないかと)

・親から島に対してどのような教育・教えがあるか

※帰属意識は確かにあっても島を離れなければいけない状況があるのではと考察

(街づくりプランでは、30代だけ顕著に住みやすさや島にとどまりたいと思う人が少なかった事実あり)

仮説制定後の会議では、進捗するたびに議論をまとめる時間を設け、会議の軸がぶれないように慎重に進めていった。また、7月19日の対面会議では、仮説をもとに実習中のインタビュー内容にも着手していった。



3 現地での活動

① スケジュール

(文責:熊井和希)

日付	時間	訪問先	概要
8/19	午前	宇久行政センター	表敬訪問
	午後	島内散策・フィールドワーク	
8/20	10:00-11:00	宇久行政センター	対面訪問
	15:30-16:30	宇久幼稚園	対面訪問
8/21	10:00-11:00	ながさき地域医療人材センター	オンライン
	14:00-	宇久診療所	対面訪問
	15:00-16:00	池田様	対面訪問
	18:45-	田中様	懇談会
8/22	10:30-11:30	地域包括支援センター	対面訪問
	10:00-11:00	保健センター	伊藤様 訪問
	14:00-15:00	特別養護老人ホーム啓寿園	対面訪問
	16:00-17:00	宇久行政センター	安永様 訪問
8/23	13:45-	宇久高等学校	離島留学体験 見学
	16:00-	フィールドワーク	白石様 訪問
8/25	13:30-	宇久行政センター	檜垣様 訪問
8/25	10:15-11:15	宇久行政センター	中間報告
	13:00-	神浦地区・コミュニティセンター	対面訪問
	14:00-	薬局・保健センター	対面訪問
	15:30-	児童センター	対面訪問
8/29	19:00-20:30	宇久行政センター	報告会

② 活動内容

(1) うくちゃり

(文責:服部桔梗)

【日時】

8月19日 13:00~17:00

【内容、学び】

8月19日、行政センターでの表敬訪問後、島内のレンタルサイクル「うくちやり」を予約し、島内を一周。まずは自分たちの目で島を視察するところから始めた。島一周は電動自転車で3時間ほどを要した。行程は宇久平港を起点とする反時計回りのルートを採用し、島の機能が集中する中心部から、地形的特徴の強い周辺部へと順に行った。

出発地点である宇久平港周辺は、島の行政、商業、交通機能が集中する中心地区である。このエリアは比較的平坦な地形に恵まれており、宇久町役場や島の主要な商店、金融機関、医療機関、そして宿泊施設が近接して配置されていることが確認できた。この密集度から、島民の生活行動における主要な起点、すなわち生活動線のハブとしての機能が明確であると判断できた。沿岸路は舗装状態も良好で、勾配も緩やかであり、島内のインフラ整備の重点がこの地域に置かれていることが予想できた。また、大半の島民の日常的な活動範囲がこの平坦な中心部に限定される傾向があるのではないかと推定された。

反時計回りに進路をとると、島の西側から北部にかけて地形が急変し、勾配の厳しいアップダウンが連続した。電動アシストをもってしても走行には負荷がかかった区間であり、これが日常の移動における物理的な障壁となることが認識された。そういう理由もあってか、我々とすれ違う大半の方々は自動車を利用していた。このエリアは集落の密度が極端に低く、急峻な斜面を利用した大規模な畜産牧場の利用が目立った。これは、宇久島の平坦地の希少性と、外部から隔離された地形を産業利用に転換した島の知恵を示すものであろうかと考えられた。特に島の北西部は、海食による断崖絶壁が続く海岸線となっており、道路アクセスが最も困難な区間の一つであった。北部へ回り込み、東側へと進むにつれて、起伏はやや緩やかになるものの、依然として勾配は残っていた。このエリアは港周辺と比較して道路幅が狭く、集落が散発的に点在する形態へと移行した。集落内では、古くからの木造住宅が見受けられ、また、小規模な農業用地が細かく維持されていた。港から離れたこれらの集落における生活の維持には、地域内のバス路線が完全な整備状態ではない現状を鑑みると、個々人の移動手段(自家用車やバイク、シニアカーや電動補助付き自転車の利用)への依存が非常に高いと考えられた。



(2)宇久行政センター

(文責:川越伊織)

【日時】

8/20(水) 10:00～11:00

【場所】

宇久行政センター

【内容】

1. 島の就業状況と人口動態

- 戻ってくるのは主に畜産業の跡取り。現在、畜産業従事者は10人弱。
- 漁業は衰退しており、跡継ぎもほとんどいない。
- 「島の中で選ばなければ仕事はある」が、自分に合った仕事を選べるとは限らない。
- 宇久高校はマンツーマンに近い教育体制で、良い大学に進学する生徒も多い。

要約

宇久島では、Uターン者の多くが畜産業の後継者として戻ってきており、漁業は衰退傾向にある。畜産業以外に選択肢が少ない一方で、建設業・医療・介護などの職も一定数存在している。島内の高校教育は少人数制のため学習環境が整っており、進学実績は良好である。

2. 移住・定住促進の取り組み

- 「モニター制」:1か月間無料で住めるお試し住宅制度を運用。
- 関係人口づくり:島外と島内をつなぐ仕組みを構築し、リピーターを増やす取り組みを実施。
- 畜産業に関しては、小値賀町との協力のもとで勉強会を定期的に開催。
- 外部からの介入も不可欠であり、農業高校出身者など若い世代の参入を期待している。

要約

行政では「モニター制」や「お試し住宅」など、移住体験を目的とした施策を行っている。関係人口の創出にも注力しており、島外と島内の人々をつなぐマッチング活動を進めている。

3. 医療体制と課題

- 専門医・産婦人科・小児科が不在。
- 薬の取り揃えは高齢者向け中心で、若年層向けは少ない。
- 船は一隻しかなく、島民の方のご厚意で成り立っている。
- 夜間はヘリコプターが飛ばず、緊急搬送が困難。
- ドクターヘリ搬送までに3～4時間かかることもある。
- 医療費＋交通費の負担が大きい。

要約

医療体制は依然として脆弱で、専門医不在・産婦人科・小児科の欠如などが課題。交通手段の制約もあり、医療費に加えて移動費が大きな負担となっている。妊娠・出産に関しては島外での滞在が必要で、補助制度の不十分さへの不満も聞かれた。

4. 地域経済・生活環境の変化

- 消防団は現在3人。地域活動の担い手がない。
- 若者はネット通販を利用し、地元商店での購買が減少。
- ソーラー関連の仕事に就く人が増え、経済を支えている。
- ソーラー事業には賛否あり。自然破壊への懸念があるが、土地賃貸料が収入源になっている。

要約

人口減少と高齢化により、消防団など地域活動の担い手が不足している。ネット通販の普及により地元商店の売上は減少傾向。一方で、ソーラー事業が新たな雇用を生み、一定の経済効果をもたらしている。

5. 子育て・教育・コミュニティ

- お試し移住中の家族(関西から来島)は、地域の温かさを実感している。
- 幼稚園や地域住民との交流が活発。子どもが一人で外で遊んでも地域で見守られる環境。
- 「地域のコミュニティが厚い」ことが子育て世代の安心感につながっている。

要約

医療不安がある一方で、子育て環境は非常に良好。地域コミュニティのつながりが強く、子どもを安心して育てられる環境があると評価されている。

6. 地域づくりと行政の関わり

- まちづくりプランは「今年実行の年」だが、ほとんど進んでいない。
- 行政が引っ張りすぎると島民が依存的になるため、民間主体への移行が課題。
- 「先に立つ人の足を引っ張る人が多い」との声も。
- 行政の介入がないとイベントが成立しない現状。
- 40代以上は子育てなどで忙しく、地域活動への関心が低下している。

要約

まちづくりプランは島民と行政の協働で策定されたが、実行段階では停滞している。行政が主導しすぎることへの懸念と、住民の主体的な関与の必要性が語られた。

7. 関係人口と地域活性化イベント

- 平家祭りには全国の平家関係者を招き、島全体が賑わった。予算約2,000万円。
- ホストファミリー制度により温かい交流が生まれた。
- 2025年度4～8月の関係人口:約150人。
- 「関係人口の方が、宇久で何かあった時に駆けつけてくれる関係性を作れている」との評価。

要約

平家祭りやホストファミリー制度など、地域と外部をつなぐ取り組みが成果を上げている。関係人口は増加傾向で、地域外とのつながりが島の活力につながっている。

8. 今後の展望・課題

- 「住民が受動的から能動的に変わること」が鍵。
- 行政と民間の役割分担の明確化が必要。
- お試し住宅は10月まで予約で埋まっているなど、関心は高い。
- 春田先生とのつながりを契機に、今後の展開に期待している。

要約

理想は「まちづくりプラン通りの実現」だが、行政だけでなく住民の能動的な関与が不可欠。関係人口を活かしながら、外部との協働体制を継続する必要がある。

9. 行政センターからの依頼事項

- 幼稚園園長への連絡
- 高校への声かけ
- 島外からの移住者との接続支援

【考察】

今回のインタビューを通して、宇久島は「強固な地域コミュニティと温かい人のつながり」を持ちながらも、人口減少・医療体制の脆弱さ・産業の限界といった構造的課題を抱えていることが明らかとなった。特に、若者が島外に出る理由として「職業選択の狭さ」や「医療への不安」が大きく、これがUターンを阻む要因になっていると考えられる。

一方で、行政が推進する「お試し住宅」や「関係人口づくり」などの取り組みは、外部との交流を通じて新しい関係性を築き、地域の再活性化に寄与している。特に、平家祭りやホストファミリー制度のような交流型イベントは、島民の誇りや連帯感を高め、移住希望者の関心を引き寄せている点で意義が大きい。

課題としては、行政主導に頼りすぎる構造が根強く、「住民の能動的な参画」への転換が不可欠であることが挙げられる。まちづくりプランの実行を形骸化させないためにも、住民が主体的に課題を発見・解決していくプロセスを支援する仕組みづくりが求められる。また、医療や交通といった生活基盤の整備は、定住促進の前提条件であり、特に妊娠・出産期の支援体制の強化は若年層の定住意欲を左右する重要な要素となるだろう。

総じて宇久島は、「人の温かさ」「子育てのしやすさ」「自然と共に生きる豊かさ」という魅力を持ちながらも、これを次世代へつなぐための“仕組み”がまだ整っていない段階にある。今後は、行政・住民・外部支援者がそれぞれの立場で役割を担い、「関係から共働へ」進化させていくことが、持続可能な地域づくりの鍵になると考えられる。

(3)宇久幼稚園

(文責:柳川瑠璃)

【日時】

8/20(水) 15:30～16:30

【場所】

宇久幼稚園

【内容】

1. 概要

8月20日15時30分に訪問し、約1時間インタビューを実施した。参加者は、インタビュアー細野 桜香、サブインタビュアー兼書記柳川 瑠璃、ファシリテーター原田 梨那・會田 凱將の計4名であった。対応して下さったのは園長先生と保育士2名(うち1名は園長先生の奥様)で、3名とも現役の子育て世代であったため、保育現場だけでなく島での子育て・医療環境に関する具体的な話を伺うことができた。

2. インタビュー内容

(1) 幼稚園の体制と現状

宇久島唯一の幼稚園であり、職員は8名(全員島内出身者、園長を除く)。職員数は運営基準をこらうじて満たす程度で、人手不足が課題となっている。園児数は22名で、そのうち半数が赴任者家庭の子どもであり、年度ごとの変動が大きい。園児数は平成の大合併や農漁業の衰退とともに減少し、現在は上下2クラス体制。平成以前は120名を超えていたという。

年齢	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
----	----	----	----	----	----	----

人数	1	0	5	3	6	7
----	---	---	---	---	---	---

園では、給食・調理室・2階建ての広い保育室を備え、マイクラフトを用いたICT遊びなど、時代に合わせた教育環境が整えられている。明るく清潔な施設で、園児たちが元気に遊ぶ姿が印象的であった。

(2) 島の医療体制と子育て支援

島内には小児科医が常駐しておらず、風邪など軽症の診断や処方薬対応に限界がある。薬局では小児用薬の種類が少なく、症状が長引くこともあるという。そのため、佐世保市内のかかりつけ医に直接通う家庭も多い。保育士の方々からは、「感染性疾患を判定できる簡易キットの導入があれば助かる」との声も聞かれた。一方で、小児科医の常駐は緊急時以外では需要が少なく、派遣の実現は難しいのが現状である。島外通院は丸1日がかかりであり、経済的・体力的負担は大きい。特に、体調の悪い子どもを連れての移動や、兄弟児の預け先の確保などが課題として挙げられた。

妊娠・出産については、健診は本土で行われ、船代は全額補助される。出産予定日1週間前からホテル滞在をすることが多く、妊婦は8か月以降の乗船時に医師の証明書が必要である。

保健師による地域密着型支援も手厚く、予防接種スケジュール管理や相談対応を個別に行っている。転勤者にも母子手帳の扱い方や相談窓口を丁寧に案内しており、行政・医療・家庭の連携がよく取れている印象を受けた。

(3) 島のコミュニティと子育て環境

宇久島には移住者コミュニティは存在せず、夫婦のどちらかが島出身であれば親戚の支援を得ながら子育てができるという。身内のバックアップが、島に定住しやすい大きな理由となってい

る。一方で、島外出身者のみの家庭では孤立感を持ちやすく、小値賀島のような「移住者コミュニティ」が宇久には少ないことも課題として挙げられた。

保育園外では、保健センターの乳幼児相談会や児童センターの教室が親同士の交流の場となっている。園の職員の方々は「島の子どもは素直で人懐っこい」と語り、狭いコミュニティの中で人との関係を大切にしながら成長していることが伺えた。

島の青年会では井戸掘りやソフトボール大会などの活動も続いており、地域コミュニティの維持にも貢献している。

3. 学び・考察

今回の訪問を通じ、島での子育てには温かい人間関係や地域の支援がある一方、医療面での制約という構造的な課題が存在することが分かった。特に、小児科医の不在や感染症対応の遅れ、島外通院の負担などは、子育て世帯にとって大きな障壁である。

一方で、地域の保健師が個々の家庭をきめ細かく支え、親同士のつながりを保健センターや児童センターが補っている点は、離島ならではの強みといえる。

また、身内や近隣住民の協力があることで「島で子育てを続けられる」こと、子どもたちが人との関係の中で素直に育つ環境があることは、地域の大きな魅力だと感じた。医療や子育て支援の仕組みを今後どのように維持・補完していくかが、宇久島の暮らしの持続性を左右する鍵になるだろう。

(4)医療人材センター

(文責:服部桔梗)

1. 概要

8月21日10時～11時の1時間(予定)、zoomにてインタビューをさせていただいた。場所はEbisu Home、インタビューア服部桔梗、書記細野松香で実施した。まず、人材センター様より、長崎県の医師雇用に関する現状、またセンターの取り組みについて紹介をしていただいた。その後、我々の質問に対応して下さった。事前にお送りさせていただいていた質問事項が30項という多さにも関わらず、予定時間を30分延長してまで1つずつ丁寧に答えてくださった。

2. 内容

長崎県における離島・僻地医療の支援体制について、以下の通りであった。離島の医療体制を支えるための具体的な施策が展開されている一方で、体制の逼迫状況も同時に見えた。

・インフラと搬送システムの構築

遠隔地診療を可能にする画像転送システムを導入し、拠点病院との連携を強化している。緊急時のヘリ搬送数は右肩上がりに増加し、現在では年間約250件前後で推移している。2015年よりドクターヘリが導入されている(搬送手段としてはドクターヘリ、搬送ヘリの他、自衛隊や船舶のチャーター)

・人材育成とキャリア支援

キャリアデベロップ支援事業を通じて、離島へ単身赴任することに不安を感じる医師をサポートする体制が整備されている。専門外の診療需要が高い離島の実情に対応するため、需要のある科の専門家のもとの学び、専門知識を習得した上で離島医療に従事できる「専門家に弟子入り」に類する支援も実施されている。

・医療機関の設置状況と派遣元

県内島嶼部の医療機関は、公的診療所が60箇所、うち常勤医師の配置がある診療所が28箇所である。派遣される医師は、長崎県からの異動配置が最も多い。センターは事務職員3名、医師3名の体制で運営されている。

・派遣実績とマッチングの難易度

センターにおける医師マッチング数は、年平均3件と一桁台で推移しており、人材確保の難しさが伺えた。志願医師が市長面談を経て実際に着任するケースは、志願者5名に対し3名程度に留まるという。

・宇久島の現状

宇久診療所は、2025年4月に常勤医師が1名退職している。

・医師の年齢層と志望動機

島嶼部の医療に従事する医師の年齢層は50～70歳代が大多数を占め、若年層の確保が課題となっている。島嶼部での従事を志望する理由としては、「元々地域医療への高い意識を持っていた」「大病院でのキャリアを終えた後の貢献」「海が好き」といった個人的な動機が挙げられる。一方で、必ずしも全員のモチベーションが高いわけではなく、人事異動の一環としてやむなく島嶼部の診療所に配置されるケースも存在する。

島嶼部医療において実際に需要が高い専門分野と、医師側が島での長期定着を検討する上で重視する要素も教えていただいた。

・島嶼部で特に高い専門医の需要

内科、整形外科、そして高齢化に伴うリウマチや総合診療医に対する需要が顕著に高い。島自体も、これらの専攻医の派遣を強く希望しているそう。小児科、産婦人科に関しては、少子化を背景に常時島内に医師を置くことは難しく、本土からの月1回程度の定期的な支援で対応している。

・医師側からの定着条件の一部

拠点病院との連携体制が適切に構築されているか、住居が確保されているか、子どもの教育環境が整備されているか などの声を聞くそうだ。

3. 感想

インタビューで最も痛感したのは、医師確保の難儀さが想像を遥かに超えるという点だ。年平均わずか3件という医師マッチングの実績は、正直に芳しい数字とは言い難い。キャリアデベロップ支援事業といった工夫をもってしても、若手医師の参画を恒常的に促すことの道程は多難を極めていると言えると思った。

長崎県は言わずもがな、広大な海域に多くの島々を擁している。その中で、宇久島の事例は、常勤医の欠如が即座に逼迫した状況を惹起する実態を如実に物語っている。特筆すべきは、宇

久島が長崎県の離島の一画でしかないという可能性だ。その実相を前にすると、内科や整形外科に留まらず、リウマチや総合診療といった多岐にわたる専門性への要請に応えつつ、全県下の医療体制を維持することの至難さが理解できたような気がした。

この、容易に解決することのできない根深い課題に対し、シニア層の医師の奮励に多くを依拠している現状は、持続可能性の観点から心許ないと言わざるを得ない。診療所でのインタビューで宇久の現状について更に詳細に教えていただいたが、学生という立場では、思いだけで案を出したり行動することが、一筋縄ではいかないような気がした。

(5)宇久診療所

(文責:熊井和希)

【日時】 8月21日(木) 14:00~15:00

【場所】 宇久診療所

【内容】

1. 医療体制について

- 医師・・・働き方改革等の一環で通常2名体制、今年度は1名
- 支援センターに登録している医師が島助っ人団として最大10日程度滞在している
- 看護師・・・全部で15名、看護補助が2名
- 調理師3名、技師4名、事務6-7名
- 全30名のスタッフで運営

2. 研修医の受け入れ体制

- 地域医療のカリキュラムで多いときは10名、平均して年間5名ほどの医師が来島
- 今年は医療センターから3-4名来島。
- 神戸、秋田能代、長崎などから来ている
- 食住環境は体制を整えている
- 一方でインフラ(回線設備等)は不十分

3. 情報誌

- 病院広報が主目的、自由に取りることが可能
- 島なので情報が入って来るスピードが遅い。これの改善に一役買っている
- 現在は常勤医師が1名なのもあり、2か月に1回発行

4. 診療に訪れる人の実情

- 島の方は島で最後を迎えたいという意識が強い
- 病院や老人ホームで亡くなる方が8割
- 孤独死が近年増加、熱中症で家で亡くなる方も増えている
- 民生委員の見回りサービス等では風呂で亡くなる方もいる

- サービスを利用される人は高齢者の6割
- 老人同士の繋がり、コミュニティも近年希薄化
- 周辺地域に比べれば顔見知りが多いが、高齢者は外出が億劫になる
- 高齢社会が進行するにつれてコミュニティは徐々に希薄化していると思われる
- 脳卒中、心筋梗塞の割合が少ない
- 5月に住民健診を保健センターで実施、島民がかなり申し込みをしている
- 宇久診療所で診れない病気についてはすべて本土の総合医療センターで受け入れる
- 昨年は60件以上本土に紹介、うち40件ほどは高速船で転院した
- 野菜、米、魚が中心の自給自足の生活が健康的な生活に結びついている可能性
- 重篤な患者はほとんど見受けられない
- 妊婦さんは0
- 時代が変わるにつれてガン患者は徐々に増えている

5. 急患搬送について

- 佐世保市は、急患はヘリコプターで運ぶという認識でいる
- ドクターヘリは日没後は出動不可能
- 防災ヘリも20時までで、24時間体制ではない
- 自衛隊の災害派遣要請のみは夜間も対応できるが、急患は難しい
- 高速船は時間が決まっているため、時間の都合が付けば搬送可能
- 瀬渡し船で運ぶのが現状はもっとも手際がよい
- 以前4隻いた瀬渡し船は現在1隻のみ
- 夜間帯の急患は受け入れは可能だが、搬送手段は脆弱

6. 施設について

- ガンは長崎大学病院などと連携
- まずは佐世保市総合医療センターと連携、必要に応じて福岡などへも紹介状を書く
- 電子カルテではなく紙カルテのため、FAXやPDF化している
- 島外での診療を拒む人は往診(訪問医療・訪問介護)で対応
- 火曜午前、木曜午後は休診としているため、往診を行っているが現在は0件
- 1週間に1度(主に木曜日)対応している
- 現状17床のベッドを用意している
- 医師体制が1名になってから、悪循環に陥っている。スタッフも高齢化
- 1日50人ほどが診療に訪れる
- 待機時間も医師が1人になってやや増加。滞在時間は最短15分、長くて30分程度
- 病院に来るのはほとんどお年寄り

7. 島民の健康習慣について

- 今までもらってきた薬を飲めば安心、というのが高齢者の意識
- 健康習慣を改善し、予防によって医療負担を低減しようとするのは不向きかも
- ファストフード、外食産業などがいないため、生活習慣病はかなり少ない
- 5Gによる遠隔診療、オンライン診療はスタートライン
- 赤字経営の施設での導入は追加費用が掛かるため進捗が遅め
- 電子カルテも導入する方向での計画はあるが、実際の導入計画は未定
- 機械の更新は年間2つ程度、優先順位の高いものから順次更新していくしかない
- セキュリティ面を守らなければならない、エンジニアがいないと難しい
- 総合医療センターのサーバーとは繋がっていない、繋げる必要性もない

- AI問診などの新技術は導入コストや専門人材がいるため、あまり現実的ではない
- 宇久島薬局での院外処方に切り替えた
- コロナ最盛期は検査キットやマスクも島にほとんど入ってこなかった
- 現状物資の面での不足はほとんどない
- 釣りなど、島での生活を楽しめる人でないと島の医療従事は続かない
- 勤めていた医師でも塾など、子どもの教育面での不安を感じた人が流出した
- 子育ての終わった50代以降のスタッフなどキャリアの終盤で島で奉職する人が多い
- 島に活気、つながりがほしい。コロナで飲みニケーションがほぼなくなった

8. 今後の展望

- 規模は縮小していくが廃院にすることは絶対はない
- 人口が減っていく中、赤字が進行する可能性。ベッドはさらに減らす可能性
- 合併前は宇久町国民健康保険診療所だった
- 市町村合併で佐世保市に属してから、職員は半数以下に。
- 産婦人科などが本島に移管されたため、医療スタッフも含めて若い人が大量に流出
- 島で生まれる人は多い時で2-3人程度
- 眼科の人は奇数月に宇久島、偶数月におじか島に来ていただいている
- 若い人は風邪などでしか診療所に来ない。大きな病気は本土に行くという認識

【考察】

医療不安の根源にあるものは、平成の大合併によって診療所が本島の医療センターの従属機関となり、多くの診療科が本島の佐世保市側に移ったことが大きな要因と考えられる。島にない診療科は島外から医師が来島しての診察になるほか、救急医療については施渡し船やドクターヘリでの搬送を余儀なくされている。これらの要因から、島の若い人はそもそも大きい病気に罹患または罹患の疑いがある際は本島で診療してもらうものと捉え、診療所は軽微な風邪等で利用しているものと考えられる。また、医療従事者も合併に伴い島外へ流出してしまったことから、高齢者の診察を一手に引き受ける医師に負担が集中しているとの指摘もあった。

(6)宇久島にお試し移住をされていた池田さん

(文責:細野絵香)

【日時】

8月21日(木) 15:00~16:00

【場所】

行政センター

【内容】

～お試し移住プロジェクトとは～

現在佐世保市外に居住していて宇久島への移住を検討している方に、お試し住宅を貸し出し、宇久島での暮らしを体験してもらうプロジェクト。

1. 基本情報

- お試し移住プロジェクト参加前の居住地:岐阜県
- 家族構成:夫婦+子ども2人(5歳、1歳)

- お試し移住期間:7月21日～8月29日(40日間)
- お試し移住のきっかけ:子育てのために昔から移住を検討しており、奥さんが調べていく中でこのプロジェクトを知ったこと

2. お試し移住の土地として宇久島を選んだ理由

- 環境を大きく変えて暮らしたかった
- 海に囲まれているが、ハザードマップで災害リスクが低い
- 池田さんはお子さんに「非認知能力」の高い人になってほしいという思いを持っており、自然の多い土地で子育てをしたいと考えたから

3. 移住生活の様子

- 移動手段は車(車は岐阜から持参)
- お子さんの島での普段の遊び:
 - 海遊び
 - 児童センター(職員が子どもの遊び相手に)
- 買い物はAmazonが利用できるので不便さを感じない
- 想像以上にアクティブで忙しい生活

4. 子育て環境について

- 幼稚園に安心して子どもを預けられる
- 子ども同士・保護者同士のつながりが盛ん
- 地域全体で子どもを見守ってくれる温かい環境

5. 不安・課題

- 医療面:緊急時の対応に不安あり
- 通信環境:
 - 光回線が2025年3月から導入され始めているが、お試し住宅には未導入
 - フリーWi-Fiはコミュニティセンター・フェリー乗り場のみ

6. 感じた宇久島の魅力

- 雄大な自然と安全な環境で子育てができること
- コンパクトな島だからこそその「みんなで子育て」文化

7. 今後について

子育てをするにあたって良い環境が揃っており移住生活に満足している。本格的な移住も前向きに検討している。

【考察】

池田さんにお話を伺い、宇久島が子育てをする環境としてたくさんの魅力を持っていることが分かった。一方で、医療や通信といった生活基盤に関する課題が明らかになった。やはり離島であるが故の医療体制に対する不安は、実際に移住をする際の懸念点となっている。また、お試し住

宅への光回線の導入が遅れている現状は課題であると感じた。その一方で、買い物の不便さは想定よりも小さいということが分かった。この意見は池田さんだけでなく、多くの島民の方から聞くことができ、皆さんAmazonを利用していると話されていた。

(7)地域包括支援センター

(文責:柳川瑠璃)

【日時】

8/22(金) 10:30～11:30

【場所】

地域包括支援センター

【内容】

1, 概要

日時:8月22日10時30分～11時30分。インタビュアー熊井、サブインタビュアー兼書記柳川で地域包括支援センターの主任ケアマネージャーの方にお話を伺うことができた。地域包括支援センターは宇久島の高齢者支援のハブ的存在であった。

2, インタビュー内容

1. 業務内容・体制

地域包括支援センターは、島内の高齢者の生活支援や介護に関する相談を受け、関係機関と連携して必要な支援・援助を行う拠点である。令和6年4月以降、事業縮小により主任ケアマネージャー1名のみでの体制で運営されているが、地域に密着した活動を継続している。センターは保健センターと特別養護老人ホームに隣接し、地域連携の要として機能している。

・本来3人体制(主任ケアマネ・社会福祉士・保健師)だが、現在は主任ケアマネージャー1名のみで運営。

・常勤換算で1.5人分の職員が

勤務しており、訪問記録、相談対応、関係機関との連絡、訪問支援などの業務がある。

・買い物代行や配食サービスをする。これが安否確認を兼ねることもある。

・要支援50名・要介護40名がサービスを利用中。島内には介護関連施設として「啓寿園」「慈恵苑」などがある。

・有資格者の不足が課題であり、ボランティアや生活支援サポーターの協力によって地域を支えている。

2. 家族の支援

高齢者の介護や終末期の過ごし方には、家族の生活拠点が大きく影響している。60代で島外から島内にUターンする人もいるが、持病治療などで島外へ再び移る例も多い。すなわち、医療面での限界を理由に、家族への負担を考えて島外施設へ入所するケースなど。しかし、島外移住後、方言や環境の違いで適応に苦労する高齢者も少なくない。「宇久で最期まで過ごしたい」という思いを持つ方も多いが、現実的には、家族支援が鍵となっている。

また、介護を担う娘世代が近隣高齢者の支援を行うなど、地域内で助け合いの文化が根づいている。

3. 地域の特色と健康支援

地域のつながりが強く、互いに支え合う文化が根付いている。健康面では、生活の中に自然な運動習慣があり、食の自給的な側面も残る一方で、高齢者がバランスの取れた食事を準備することが難しいという課題もある。

- ・近所の方がゴミ出しを代行するなど、助け合いが日常化。
- ・お寺の祭りや地域行事など、人の集まる場がコミュニティ維持に寄与。
- ・福岡の眼科医が2か月に1度無料診療を実施し、術後フォローも担当。
- ・草取りや畑仕事が自然な運動機会になっており、80代でも日常的にからだを動かしている方が多い。
- ・地域包括センターでは訪問時などに10品目チェックなどを通じて食事内容を確認しているが、高齢者が一人で多品目を揃えるのは難しい。
- ・ファストフードがない環境や自家菜園の習慣が、健康面では良好に働いている。

人と人の近さがこの地域の支えであり、地域包括支援センターはそれを補う安全ネットとしての機能を果たしている。

4. 職員の思いと地域の未来

主任ケアマネージャーは島民としての思いとして、「島の最後の一人にはなりたくない。ある程度の人数が続く形で島が存続してほしい」と語った。

3. 考察・感想

訪問時、センターの施設内では昼食準備が進み、利用者と職員の会話が飛び交う活気ある様子が印象的だった。調理場や広い交流スペースも整備され、職員が利用者一人ひとりに丁寧に声をかけていた姿が印象に残った。

地域包括支援センターは、単なる介護相談窓口ではなく、「島に暮らす高齢者を社会から孤立させないための安全ネット」として機能していると感じた。一方で、島で最期まで暮らすには家族の支援体制が不可欠であり、家族の居住地が生活場所の選択を左右している現実も浮き彫りになった。また、ケアマネージャーさんの最後の島の未来への思いを聞き、島民の方々はひよっとすると今の状態が持続してくれさえすればよいという正直な思いがあるのではないかと感じた。

島の助け合い文化や自給的な生活スタイルを生かしつつ、医療・介護体制の持続性をどう確保していくかが、今後の大きな課題である。今回の訪問では、地域の強さと脆さの両面を知る貴重な機会となった。

(8)保健師伊藤さん

(文責:川越伊織)

【日時】

8月22日(金) 10:00~11:00

【場所】

宇久保健福祉センター

【内容】

1. 業務内容・体制

- 保健師3名体制(うち1名が宇久在住、他2名は2年交代制)
- センター長も宇久育ちで地域理解が深い
- 健診・母子保健・精神保健・高齢者支援など、幅広く対応
- 年間訪問件数は800件以上と多い
- 管理栄養士がいた時期もあり、栄養指導を行っていた

要約

宇久保健センターでは、少人数ながら住民に密着した健康支援を実施している。健診事業や訪問活動、母子保健、精神保健など幅広い業務を限られた人員で担っている。

2. 健診と健康管理

- 健診を1日で完結できる(特定健診+がん検診など)
- 島民の健康意識は高く、一時期受診率が市内1位
- 周知はアナウンスやチラシ、直接の声かけ
- 久留米大学による無料検診を毎年実施
- 健診内容:尿・血液・頸動脈エコー・MMSE・腸内検査など
- 結果フォローで、気になる人には個別に声かけ
- HbA1cが上昇傾向 → 食生活調査を検討中
- 高血圧は減少傾向(服薬が定着)
- 離島特有の食生活(塩分・糖分多め)も課題

要約

離島という特性を生かし、1日で複数の健診を実施している。住民の健康意識は高く、定期健診の受診率も高いが、HbA1cの上昇が課題となっている。

3. 生活習慣・運動・地域活動

- 畑作業や草むしりで自然な運動が多い
- 運動施設もあり、住民が自主的に利用
- 熱中症警戒アラートが多く、注意喚起を実施
- 18歳以上を対象とした運動教室(10回コース)
- 教室ではストレッチ・筋トレ・健康教育(認知症、血糖値、フレイルなど)
- 感染症流行時はイベント中止 → メタボ増加傾向

要約

住民は畑作業や日常生活を通じて運動量が多いが、気候や感染症流行による運動機会の減少もある。予防や交流を目的に運動教室や健康教育も行っている。

4. 母子保健・育児支援

- 幼児のワクチンは診療所へ委託できず、案内を保健センターが担う
- 赤ちゃん訪問から継続的に母子を支援
- 出産費助成制度(領収書と母子手帳で払い戻し)

- 新生児期の支援:体重測定・遠隔で産婦人科へ報告
- 「地域全体で子育てする」雰囲気があり、住民同士のつながりが強い

要約

妊娠・出産・育児に対して、保健師が一貫して関わる体制が整っている。小規模地域ゆえに、顔なじみの関係が支援の信頼性につながっている。

5. 精神保健・相談支援

- 精神科は不在、2か月に1回保健師が巡回・面談
- 精神疾患を持つ人の会を開催し交流
- 電話相談が多く、3名の保健師で情報共有
- 地域で見守りがしやすいが、知り合いが多いため相談しづらい側面もある

要約

精神科医がいない中で、保健師が訪問・電話相談を通じて支援を継続している。地域の目が届きやすく、引きこもり支援や当事者交流会なども実施している。

6. 地域の特徴と課題

- 顔見知りの関係が多く、相談のしやすさとしにくさが共存
- 離島留学やソーラー事業による人口定着に期待
- 商店の高齢化、若者流出が課題
- 方言や文化の違いにより新人保健師の戸惑いもある

要約

住民同士の関係が近く、支援の行き届きやすさがある一方、プライバシーや相談しにくさの課題もある。人口減少・商店の高齢化・若年層の定着などが地域課題として挙げられた。

7. 外部支援・連携

- 久留米大との連携による健診・追跡調査
- 本土の医師による小児・歯科健診
- 船便欠航時は健診延期となるリスク
- 専門医が定期的に来島できる体制が望ましい
- 佐世保市との連携で保健師が交代制勤務

【要約】

久留米大学や佐世保市、診療所との連携を通して継続的な健康支援を行っている。島外との医療連携やオンライン対応の可能性が今後の課題。

【考察】

宇久島の保健活動は、限られた人員と資源の中でも、住民との信頼関係を基盤に、健診、訪問支援、母子保健、精神保健を一貫して実施している点が特徴的であった。

一方で、住民の健康意識は高いが、食習慣(塩分・糖分摂取量)や運動機会の変化に伴う生活習慣病リスクの上昇が懸念される。また、専門医療のアクセス制限やプライバシー配慮の難しさなど、離島特有の制約も明らかとなった。

(9)啓寿園

【日時】

8月22日(金) 14:00～15:00

【場所】

啓寿園

【内容】

入居者の方について

- 現在は職員41名程度で運営

業務の1日の流れ

- 朝礼の後、月水土はお風呂の日になっている
- 朝食8時、昼食12時、14時に技能訓練やレクリエーション、15時にはおやつ
- 17時晩御飯、18時半には自身の居室に戻る
- 要支援の方はほぼ動ける、要介護度3.6は7段階の中間に位置し、やや重度
- 特別養護老人ホームは介護度3以上が条件
- 朝食8時、昼食12時、14時に技能訓練やレクリエーション、15時にはおやつ
- 17時晩御飯、18時半には自身の居室に戻る
- 要支援の方はほぼ動ける、要介護度3.6は7段階の中間に位置し、やや重度
- 特別養護老人ホームは介護度3以上が条件

入居者は島内在住者が多いのか、その他の島から来ている人もいるのか

- 島外は7名、合計40名の方が入所されている

入居を希望される方はどのような経緯で入居されるのか

- 家族からの希望が多い

入居者のご家族の方はどの程度来園されるのか

- 島内の家族は1週間に1回くる人もいる、お盆休みでは島外からも来ている

入居者のご家族の方からはどのような声を聞くか(島の魅力や感謝の声など)

- 申し訳ないけど家で見れない...という声
- ショートステイを利用していた方が入所する例が多い
- ただ、ショートステイの時から帰宅願望が強い方がいて、ケアが必要になる
- ご家族からは入所前、相談、葛藤の声をいただくことが多い
- 入所後に近況を伝え、感謝の言葉
- 島に1件しかないため、入所者の人には安心感がある
- 島外の施設だと島内の人でも入所しているため、安心感がある
- デイサービスを利用しながらショートステイを利用することは可能

- 基本的には入所後は他サービスを利用できない
- 4-5年ぶりに外泊を許可したが、施設としてはクラスターを生む怖さ
- 13名助っ人外国人がいる

生産年齢引退後、余生の過ごし方について島民の皆様はどのように考えているか

- ふるさとで過ごしたいという意識は強い

施設について

宇久島で老人ホーム職員として働くことのやりがいと苦勞

- 島にひとつしかない介護福祉施設。守っていきたいという気持ち

施設の存在意義として最も大きい役割は何か

- 島に1件のみの介護福祉提供施設

職員の皆様を感じる宇久島の魅力

- やはり人との距離が近い
- 海が綺麗、自然が豊か。愛着を持つ人は多くいる

高齢者同士のつながりやコミュニティが必要と思うか

- 寝たきりにならないような取り組みが必要という意識

そのような取り組みはレクリエーションの中でどう取り組んでいるか

- 寝たきりにさせない、ホールに集まっていたいてレクリエーション
- 食事も入所者の方と一緒に色々な声を聞きながら食べる方が健康に繋がる
- 月2回にドライブの日を設け、積極的に外に出るようにする
- 外部からボランティアの方に来ていただいて楽しんでもらっている
- みじよかクラブ(島民の70台くらいの元気なおばあちゃん)の人を呼んでクリスマス会など様々なイベントを開催している
- ドライブで元から住まれたところを回る、海でヤクルトを飲むなど
- 「生きててよかった」という嬉しい声と同時に、申し訳ない

★宇久島の介護・医療提供体制について

介護施設の立場からは、どの診療科の診療体制が脆弱に感じるか

- 入所者の方は診療所と連携して迅速搬送する体制が整えられている
- 緊急医療の安定性がほしい

健康面での強み

- 畑仕事などで力強い体を作ってきた高齢者は今でも元気。入所者が元気
- 食事面でももちろんあり得る。
- 消毒に頼らない昔ながらの自給自足の生活
- 現在の待機者は0、10年前には待機者が多くて入れなかったということもあった

- 宇久島出身の方が島に戻ってきて入居するような事例はあるか
- やっぱり宇久がいいと帰って来る人の方が、施設利用者の中には多い
- 入居していた方が退所して島を離れていくような事例はほとんどない

【考察】

島出身のご高齢の方は宇久島への帰属意識やシビックプライドが非常に高く、仕事で現役を引退したのは宇久島で過ごしたいと願う方が多くいらっしゃるようだ。島外で生活していたものの自らの意志で戻って来る方や、ご家族の意向で入居する人など理由は様々だが、そのような島民の受け皿となっていると思われる。施設の皆様もそのような方々への心理的なサポートも含めて献身的な支援をされていることが伝わった。

(10)漁師の安永さん

(文責:細野絵香)

【日時】

8月22日(金) 16:00~17:00

【場所】

宇久行政センター

【内容】

1. 経歴

- 高校卒業まで宇久島に住んでいた
- 父が漁師だったことから高校卒業したら漁師になろうと思っていた
- しかし父から「漁師は不安定だから手に職を」と助言を受け、料理の道へ進んだ
- 福岡で料理人として働く → 船の料理人 → シンガポールで飲食店を開業
- 世界各地で活動した後、島の漁業の衰退を目の当たりにし、宇久島にUターンして漁師として活動を開始

2. 宇久島の漁業

- クエ、サバなど九州圏内で獲れる魚は一通り水揚げされる
- 温暖化の影響により魚種の変化や磯焼けが進行
- 漁師の数、魚の数ともに減少

3. 生活面

- 漁がない日は、テニスやミニバレー、船の整備などを行っている
- 必要なモノはAmazon・楽天を利用することですぐに届くため生活の不便さは小さい
- 漁で得た魚を米や野菜と交換するなど、物々交換的な生活が残っている

4. 地域社会と若者の状況

- 若者は高校卒業後に島を出て行くのが一般的
- Uターンには雇用や収入の不安が伴う
- 手に職がある人は帰島しやすい傾向にある

5. 宇久島の魅力と課題

- 島全体が顔見知りという「縦のつながり」
- 治安が良く、安心して生活できる
- 専門的な医療が島内で受けられないのは課題

【考察】

安永さんのお話から、温暖化による魚種の変化や磯焼けによる漁獲量の減少、漁師人口の減少は、宇久島が抱える水産業の深刻な課題であると分かった。その一方で、通販の活用により生活の不便さは小さく、島民同士の物々交換など助け合いの文化が残っている点は宇久島の魅力と言える。また、高校卒業後に島を出る若者が多い中で、手に職を持つ人材は帰島しやすい傾向があり、今後の定住促進にはスキルを活かせる環境づくりが重要と考えられる。

(1)離島留学体験

(文責:服部桔梗)

1. 概要

8月23日(土)、24日(日)に宇久高等学校で開催された離島留学体験の見学をさせていただいた。1日目は活動紹介、2日目はアクティビティ体験を計画されていた。(2日目はアクティビティ体験だったため、1日目のみ見学させていただいた)同時に、この来校のタイミングに教頭先生の方に直接お詫びさせていただく機会も得られた。

2. 内容

令和8年度から始まる、宇久高等学校の離島留学制度に向け、先だって「離島留学体験」が実施された今回。1日目はUku Labo体験、生徒との座談会、選べる体験企画。2日目はシーカヤック、堤防釣り、ウクチャリが予定されていた。(荒天時は屋内での活動)。

初日のUku Labo体験では、生徒の探求的な好奇心をサポートする教師の思いや体制が紹介され、実際に生徒のウニ研究を見学させていただいた。ウニ研究は宇久島の自然環境を学習素材として活用する試みであったが、他にも生物研究や物理実験など多岐に渡っており、分野などの制限はせず生徒の主体的な行動を尊重しているのだそう。学習が知識のインプットに終始せず、課題設定から仮説構築、実証という一連の知的なサイクルとして機能している点が特に、一般的な高校教育との差異だと捉えられた。

生徒との座談会では、在校生と参加者、また参加者の保護者同士が対話する時間が設けられていた。間接的に話を聞いていると参加者の出身は同県の本土や島嶼部が多く、本人の強い希望、保護者からの勧めなど参加理由が多様であった印象だ。見学には我々学生の他、宇久行政センターの方々も数名来られており、町としても期待の大きい取り組みなのだろうと感じた。生徒同士がアイスブレイクを行っている間も校内を自由に見学させていただくことができ、過去5年分の宇久高校の生徒会誌を拝見させていただいたり様々な活動について学ばせていただいた。

3. 感想

今回の離島留学体験の見学で最も強く印象づけられたのは、宇久高校における先生と生徒の距離の近さである。また、この距離によって生み出される教育環境の質の高さにも驚いた。教員の方々は生徒の学力だけでなく、彼らの家庭環境や島での生活、将来の夢といった情報を深く共有し、それに基づいて指導を行っていらっしやう。もし私自身が高校時代に、このように地域社会と密着し、全面的に指導していただける環境に置かれていたなら、自己のアイデンティティはもっと早く、学問と社会との繋がりに対する意識は更に深く、確固たるものになっていたのではないかと、という思いが頭をよぎるとともに、宇久高校のこの素晴らしい環境に漠然と羨ましさを感じた。土曜日の夜や日曜日の早朝には、島内で笑顔で過ごす留学生を何度も見かけた。1泊2日という短時間でも、体得する学びはきっと想像以上だと思う、我々が感じていたように。



(12)フィールドワーク(白石さん、おおきに店長)

(文責:服部桔梗)

1. 概要

8月23日(土)離島留学体験の見学終了後に徒歩でebisu homeへと戻る途中、宇久島資料館を発見。偶然開館していたため、メンバー一同入館させていただいた。資料館を後にし、島内を散策しながら港を目指していると、島内唯一の酒屋おおきにの前で店長と話す機会に恵まれた。資料館からの帰りは2手に分かれていたため、店長とは服部桔梗、川越伊織がお話することになった。

2. 内容

佐世保市宇久島資料館の館長白石さんは突然訪問した我々に対し、展示品の細部まで説明して下さった。白石さんは宇久島育ち。以前は宇久高等学校で教師をやられており、現在に至る。資料館の入り口には宇久幼稚園の園児からの手紙がずらっと貼られており、その足元には埴輪が並んでいた。島民から深く慕われ、島での暮らしに生きがいを持っている様子がひしひしと伝わってきた。資料館には捕鯨の道具が展示されていたほか、遺跡から出土した土器や矢尻、書物などが置かれていた。

おおきに店長は東京出身。島へは7年前に来たそうだ。飲食業での経験から現在も島内で居酒屋を経営している。そんな気さくな店長だが、我々に悩みを打ち明けてくれた。それは、島内出身の人がアルバイトに入ってくれないということだ。現在のアルバイトはUKUSAUNAとの掛け持ち、彼もまた島外出身者だそう。近所の人と会釈する関係ではあるが、深く仲が深まるということはなく「寂しい」と口にしていた。私はまさか島民が「寂しい」などという思いを抱えているとは考えてもいなかったため、少々返答に詰まってしまったところがあった。しかし夜になれば客足は途絶えることなく、繁盛。出身や育ちに関わらず、現島民として交流が更に深まっていけば良いと思う。

3. 感想

実習が始まって以来、行政センターの方のお力添えの下、島民の方にお話を聞く機会は毎回形式ばったものばかりであったため、今回の様に偶然話が弾む機会はなかなか新鮮であった。島民の方が心を開いて我々に話して下さることが毎回嬉しく、宇久島の人の温かみに何度も触れた気がする。

島民の方々がこの宇久島に対して抱いている心情は、想像よりも多様で複雑だ。島民は長年島で培われてきた共同体の絆や文化に対する深い愛情と自負がある。その一方で、人口減少や高齢化が進む中で、共同体の維持に対する焦燥感や切実な寂寥感も同時に存在している。我々はこのようなフィールドワークの中で人々の感情的なリアリティを深く理解する必要性を痛感した。地域社会の持続可能性を論じる際、島民がこの場所で生きる意味をいかに見出しているかという点にこそ焦点を当てるべきである。島民の心の奥底にあるこうした思いに寄り添い、それを尊重した上でなければ、いかなる地域振興の政策も空回りになってしまうような気がした。

(13) 檜垣いつみさん

(文責:熊井和希)

【日時】

8/25(水) 13:30~14:30

【場所】

宇久行政センター

【内容】

- ・お子さんが病気のため島外の病院へ入院
- ・長崎大学病院へ6か月間週1日のペースで日帰りで行っていた

- ・診療所には入院診療を断られている
- ・佐世保ではお子様の看護師さんの実習を受け入れ
- ・島内の医療はマンパワーで頑張るしかない
- ・ただ宇久島の人々は佐世保市と同じように動いてください

- ・支援が手厚く、診療所の医師の方も毎日来てくれた。
- ・搬送には老人ホームの車を使い、搬送方法を家に来て確認してもらった。
- ・総合センターからの往診も。スマホでも診療してくれた。
- ・旦那さんも育休をとってくれたが手続きなど大変。

- どういう子に育ててほしいか

- ・社会的でコミュニケーションが取れる人
- ・ゲームばかりになっている。人として、譲り阿合思いやりの心を持ち合わせてほしい
- ・知らない人ともかかわってほしい。

- 島の将来

- ・帰ってくる場を作りたい。
- ・宇久出身の子が集えるコミュニティスペース。
- ・島の運動会に積極的に行く若者はいない。

- ・宇久島は新しいものは好きだが続かない。
- ・使われていないが可能性のある施設・・・学校、幼稚園、神浦公民館
- ・・・これらの施設は佐世保市が買い上げて宿泊施設にしており手が出せない
- ・小値賀島等に遊びに行ったりすることも

【考察】

個人情報のため詳細は控えたいが、ご病気の関係で島外の大きな病院にお子さんが入院され、通院を余儀なくされた際に多大なサポートがあった旨のお話をいただいた。島嶼部の医療提供体制は通常より越えなければならない障壁は高く存在するが、それを乗り越えるべく周辺の人々が手を携え、協力できる価値観が島全体に存在していることは非常に素敵に映った次第である。

(14)行政センターへの中間報告

(文責:川越伊織)

【日時】

8/20(水) 10:00～11:00

【場所】

宇久行政センター

【内容】

1. 趣旨・目的

当初は現実的なアクションプランの提案を目指していたが、現地調査を通じて、学生として短期間で実行できる範囲には限界があると感じた。

そのため、最終発表ではアクションプランそのものよりも、その過程を通して得られた学びや気づきを島民に共有し、地域理解を深めることを重視している。

本日の行政センターでの訪問は、暫定プランの相談ではなく、これまでの診断の考え方や方向性を共有し、行政の視点から助言を得ることを目的とするものである。

2. 地域診断の基本的な考え方

診断の軸:「体と心の健康増進をはかることで、地域の活性化につなげる」

背景と意図

- 「地域活性化」というと観光振興や外部への発信が中心になりがちである。
- しかし、宇久島ではすでに高校生や他大学の取り組みにより観光分野での活動が進んでいる。
- そこで私たちは、今ここで暮らす島民の方々の生活の質(QOL)を高めることを目的とし、“住み慣れた土地で自分らしく暮らす”ための健康づくりを重視した。
- 「観光」ではなく「日常の満足度」を軸に据え、心身の健康を守ることが結果的に地域の持続的な活性化につながると考える。

アクションプランの構成方針

- 島の「強み」と「課題」を組み合わせてプランを構築する。
- 島の自然、住民の結びつき、健康意識などを強みとし、医療・交通・食生活などの課題とのバランスを探る。

3. 現時点での主な活動・学び

- 各地区・機関(行政センター、保健センター、診療所、地域住民等)へのインタビューを実施。
- 島民の健康意識や食生活、生活習慣、地域支援体制について理解を深めてきた。
- 健康づくりを軸とした地域活性の可能性を検討中。

4. 行政センターへの質問事項

1. 放送に関して
 - 島民の方から「診療所の放送をよく聞く」との声があった。
 - この放送の管轄・運用体制(どの部署が発信しているか)を確認したい。
2. 回覧板の有無
 - 地域内での情報伝達手段として回覧板のような仕組みが存在するか。
3. 行政予算の重点配分について
 - 行政として特に経費がかかっている分野はどこか。
 - 人口減少による歳入減少の影響は見られるか。
4. 地域データに関して
 - 農産物の生産量や種類(特に野菜の消費量に関するデータ)。
 - 島民に多い疾病傾向(保健センターとの連携を前提に確認)。
5. 今後の発表スケジュール
 - 最終発表会のタイムスケジュールや進行の流れについて確認。

6.

(15)フィールドワーク

(文責:柳川瑠璃)

【日時】

8/25(月) 13:00~17:00

【場所】

平地区 県道160号沿い

【内容】

1. 概要

8月25日13時から、服部桔梗・柳川瑠璃の2名で平地区を徒歩で巡回し、コミュニティセンター、宇久島薬店、保健センター、児童センターを訪問した。事前のアポイントメントなしで伺ったが、各施設の職員の方々が快く対応してくださった。目的は、コミュニティセンターを中心に地域施設を直接訪問し、徒歩で島内を移動しながら島民の生活感や地域のつながりを体感することであった。

当日は宿泊先エビスホームを出発し、県道160号沿いに徒歩で移動した。15時頃に児童センターを訪問した際には、ちょうど小学生の下校時間と重なり、子どもたちの生活の様子を垣間見ることができた。

2. 訪問内容

(1)コミュニティセンター

地域のイベントや大小さまざまな集まりの会場のコミュニティセンターでは、島民の自発的な活動を知ることができた。

・コミュニティセンターの背景:もともとは公民館だったが、公民館の利用条件として社会福祉目的に限定されていた。コミュニティセンターになることで、島民がより自由な目的で利用できるようになった。

・調理室では、2週間に一度、食生活改善推進委員による料理教室(高齢者向け減塩レシピなど)を開催。地区ごとに日を分けている。

・大広間ではコーラス、ブラスバンド、三線などのサークル活動が盛んで、80名規模の利用も可能。

・年1回の文化イベント(去年は落語会、今年はジャズコンサート)も実施。

・図書室は佐世保市本庁を通じて蔵書の取り寄せが可能。読み聞かせ会や出前講座、自習室利用もあり。図書室の担当者がもともと学校の先生であったそう。

・自治協議会では区長が集まり、生活支援に関する要望(例:ガソリン代補助)を市へ提出。

・運動面では何年か前にグラウンドゴルフが流行ったと教えていただいた。いまでは、ウォーキングをする方がおおい。(夏は暑くてなかなかできない)

・和室は台風の際の避難所として機能があり、備蓄品があった。

(2)宇久島薬店

- ・開業3年目の薬局で、薬剤師1名が常勤。家族は福岡に在住。
- ・主に慢性疾患の薬を取り扱い、急性疾患の薬は診療所で対応。
- ・島外医療機関の処方箋にも対応し、牛用の薬も取り扱う。
- ・店内には血圧測定器を設置し、住民に測定習慣を促している。
- ・中通島ではドローン薬配達の取り組みも進んでいる。

(3) 保健センター

- ・班として2度目の訪問。保健師の伊藤さんから、循環器疾患の救急搬送データや島民健診の傾向を共有していただいた。
- ・高齢者の運動機会として「百歳体操」「風船バレー」などを公民館や包括支援センターで実施。
- ・活動は住民や保健師同士の声かけで支えられ、地区間交流も年1回開催されている。
- ・「地区横断的なつながりの重要性」について伊藤さんは、「自分の地区が合わない人が別のコミュニティに関われる場が必要」と述べていた。
- ・紹介で出会った食生活改善推進委員・田辺節子さんは、健康レシピ教室を担当しており、民泊も運営。参加者の集まりにくさを課題として挙げていた。

(4) 児童センター

- ・登録児童35名のうち29名が留守家庭児童（放課後の時間に保護者が家にはいない）で、放課後の居場所として機能。小学生の大部分が登録している。
- ・利用は無料で、一般児童・留守家庭児童のいずれかとして登録。
- ・昼間は幼児教室を実施し、転勤者家庭の子どもなどが多く利用。
- ・児童の学びになる楽しいイベントや取り組みに力を入れている。夏休みには料理、高校生との交流、天体観測、地域の方との交流など十数のイベントを開催している。そのほか製作をしたり、食育の一環として野菜栽培を行ったりなどしている。

- ・月回のセンター便り発行、Instagramでの発信もあり、地域に開かれた運営を行っている。児童センター長によると、「島を離れた子どもたちが帰省時に集まる場所にもなっている」とのこと。

センター長が島育ちだったこともあり、島の昔の様子や、地域のつながりに関してお話を聞くことができた。

- ・また、島全体では婦人会・青年会・老人会などの活動があるが、現在は地区差が大きく、全島的なつながりは主に老人会が担っている。
- ・かつて漁業が盛んだった頃の「出船前に近所で食事を共にする文化」があり、その助け合いの精神が現在の地域連携にも息づいているという。
- ・小学校の通学班が子供たちのつながりとしての存在感がおおきい。地区内の子供やその家族の交流は現在もあり、誘い合って海水浴に行くなどするそう。

3. 学び・考察

県道160号沿いには主要施設が集まっており、車での移動には非常に便利である一方、坂道が多く徒歩移動は容易でないと感じた。島では軽自動車主流であり、車が生活インフラの中心であることを実感した。

歩いていると、車内の顔を確認するような“誰とすれ違ったか”を意識する感覚があり、これもまた「顔の見える関係」が残る島特有の文化だと感じた。

今回のフィールドワークを通して得た主な学びは以下の通りである。

1. 地区や近所同士のつながりが強く、助け合いの文化が残っている。
2. 高齢者・子どもを中心に健康・教育関連の活動が多く行われている。
3. 高齢者の余暇活動が盛んで、集まりの場も多い。
4. 一方で、地区横断的な連携や「つなぎ役」の存在が不足している可能性がある。
5. 産業構造の変化により、人々のつながりはかつてよりも緩やかになっている。
6. 児童センターの存在が、共働き家庭を支え、子育て環境の充実に貢献している。

また、実際に歩いてみることで、フィールドワークにおいて時間帯の選び方の重要性にも気づいた。夕方は島民の方々の動きが活発で、生活のリアリティをより強く感じられた。

今回の体験を通じ、島の人々の暮らしは、施設や制度よりも「人と人の関係」に支えられていることを改めて実感した。

(16)神浦地区老人会

(文責:細野絵香)

【日時】

8月25日(月) 13:00~14:00

【場所】

神浦地区公民館(双葉幼稚園跡地)

【内容】

1. 施設の概要

- 数百年前は「このうら小学校」として利用
- その後「双葉幼稚園」となり、さらに公民館へと転用
- 現在会員は7名
- 3ヶ月に一度電話で召集して定例会を開いている
- 佐世保市から無償貸与を受けている(使用料は年間約2万円、初期費用20万円を借入)

2. 現状の活動

- 定例イベント:お茶会(毎週木曜、17~18名参加)、月1回のイベント、敬老会の自主開催
- 健康活動:縄跳び、体操、ゴルフ
- 地域イベント:オープン記念マルシェ(約285名参加)、地域間交流も実現

- 合言葉は「死ぬまでは元気に」で孤独死防止や笑い合える場づくりを重視
- 財源:会費(年間1500円程度)、低コスト運営を徹底(手作りのゲーム等)

3. 直面している課題

- 運営資金の不足(町民への過度な負担は避けたい)
- 宿泊施設化など収益化の可能性を模索するも、民泊グループ参加への抵抗あり
- 会員の世代交代が進まず、40～50代は発言や参加に消極的

4. 地域社会への意味

- 高齢者にとっては「孤独から解放される場」
- 集まると「よく笑う」「笑いに飢えている」様子が見られる
- ご近所付き合いや物々交換の減少に伴い、地域のつながりを維持する拠点としての役割が大きい

【考察】

神浦公民館は、地域住民が孤立することなく交流できる数少ない場として機能している。特に高齢者にとって「笑い合える機会」を提供している点は、健康維持や孤独死防止に直結しており、地域福祉の観点から非常に意義深い。一方で、運営資金の確保や世代交代の遅れといった課題が存在していた。今後は若い世代が主体的に関われる仕組みづくりと、小規模でも安定した収益源の確立が、公民館の存続と地域のつながり維持のために重要であると考えた。

③アンケート内容についての報告

(文責:川越伊織)

【主な質問項目(抜粋)】

- 基本情報:性別・年齢・職業・家族構成
- 生活面:
 - 休みの過ごし方
 - 島外に行く頻度・目的
 - 島内で調達できない物の入手方法
- 医療・福祉:
 - 医療への満足度・不満点
 - 医療に関する自由記述
- 教育・子育て:
 - 島での子育ての意向
 - 子育てを選ぶ・断念する理由
 - 島で子育てするメリット
- 地域への思い:
 - 移住・定住の意識
 - 地域の良い点・課題点 など

【回答者の概要】

- 回答者数: 12名(男性8名、女性4名)
- 年代構成:
 - 10代: 1名(学生)
 - 20代: 3名
 - 30代: 2名
 - 40代: 3名
 - 50代: 3名
- 職業: 公務員・会社員・金融機関・地域おこし協力隊など、多くが安定職。自営業や農漁業の直接従事者は少数。

【アンケート結果】

自然・環境

- 魅力: 海や自然が美しい・魚や食材が新鮮・静かで落ち着いた生活環境
- 影響: 生活の質や心理的安定に寄与。都市生活よりストレスが少なく、子育て・老後の生活にメリット。

暮らしのペース

- 魅力: 都会と比べてゆったりした生活・通勤時間が短く自分のペースで生活可能
- 影響: 心身の健康維持やライフワークバランスにプラス。

休みの過ごし方・島外移動

- 課題: 船便少・運賃高、夜間搬送できない医療搬送など
- 影響: 交通制約が日常生活や医療アクセスに直結。島外への移動が必須な場合、負担が大きい。

島内調達

- 課題: 島内で入手できない物は島外調達が必要
- 影響: 生活コスト・時間負担が増加

医療・福祉

- 専門医不在、検査機器不十分、夜間救急体制弱い
- 主治医を選べない、通院で嫌な思いをすることがある

子育て・教育

- 少人数教育は良い点
- 妊娠・出産は島外依存
- 医療・教育の不安が定住のハードル

働き口・収入

- 仕事の選択肢が少なく臨時職が多い
- 給料自体は悪くないが職の多様性が不足
- 若者・子育て世代の定住が難しい

観光・産業

- 飲食店・宿泊施設少ない
- 観光業やアクティビティ拡充希望
- 一方で「医療・交通を優先すべき」との現実的意見も

人間関係・コミュニティ

- 人の温かさ、助け合い、コミュニティの絆
- 近所付き合いは概ね良好(野菜や魚のやり取りなど)
- 閉鎖的、排他的、外部者には難しい面も
- 協力隊や移住者から特に指摘

【考察】

宇久島は「豊かな自然と人の温かさが魅力」である一方、「交通・医療・雇用の制約」が若者や移住者の定住を妨げる三大課題になっている。特に医療アクセスの不便さ・交通費の高さ・専門職の不足が、「生活基盤の不安定さ」として多くの人の定住意欲に影響していることがわかった。

【宇久島地区調査におけるアンケート実施に関するご指摘について】

1. 概要

宇久島における地区調査の一環として、島民の皆さまを対象にアンケートを実施したところ、内容の一部に配慮を欠く点があるとのことご指摘をいただいた。本報告書では、ご指摘の内容とこれまでの対応経過、原因分析、今後の再発防止方針について報告する。

2. ご指摘いただいた内容

以下の点についてご指摘を受けた。

- アンケートに職業や家族構成など、プライバシーに関わる項目が含まれていたこと。
- 一部の設問が課題を前提とした内容となっており、島民の方の気持ちへの配慮が不足していたこと。
- 教育現場に関する評価や段階評価を求める質問があり、不適切であったこと。
- これらの内容について、担当教員による事前確認が不十分であったこと。

3. 対応の経過

- ご指摘を受け、アンケートの受付を即時停止し、掲示・配布済みのアンケート用紙をすべて回収した。
- 生徒および教職員を対象とする調査や取材については、内容を精査したうえで再構成する方針とした。
- 今回の事案を受け、ファシリテーターおよび大学教員との協議を行い、今後の活動方針を再確認した。

4. 原因と反省

今回の問題の背景には、地域診断の目的である「アクションプランの作成」を意識するあまり、課題抽出を優先し、地域住民の方々の立場や感情に対する十分な配慮を欠いていたことがあ

る。また、アンケート設計段階において担当教員による内容確認が不十分であったことも、問題発生の一因であると考えられる。

5. 今後の対応方針

- アンケートおよび取材内容を全面的に見直し、プライバシー保護および表現上の配慮を徹底する。
- 島民の方々への聞き取りは、課題把握を目的とするのではなく、地域での生活や思いを尊重して伺う姿勢を重視する。
- 調査実施前には、必ず担当教員およびファシリテーターによる事前確認を行う体制を整備する。
- チーム内で本件を共有し、同様の配慮不足が再発しないよう啓発および教育の機会を設ける。

6. まとめ

本件を通して、地域調査においては「課題の抽出」よりも、まず地域の方々への敬意と信頼関係の構築が最も重要であることを学んだ。今後は、地域の皆さまのご協力への感謝を忘れず、誠実で丁寧な姿勢をもって活動を進めていく。

4アクションプラン

①アクションプランについて

(文責:柳川瑠璃)

からだの健康と心の健康に分けた。島民の方が自分の健康に目を向けケアすることをおして、自分たちの島の魅力を再発見し、島民の方々自身の生活が豊かになることを目指し、アクションプランを考えた。これにあたり、より地域の方に合ったアクションプランにするために強みと課題を組み合わせた。

(1)からだの健康

保健センターにて、島民の健康に関して、保健師の方から島民の方のHba1cの値が基準値(6%)より高い方が令和7年の特定検診受診者のうち79.7%だったことを教えていただいた。HbA1cとは、血液中を流れるブドウ糖が結合したヘモグロビンのことを言い、この値は、血糖値と合わせて日々の血糖コントロールを反映した重要な指標として使われている。高血糖状態の持続は、糖尿病の発症、他の疾患のリスクを挙げることにつながる他、食生活や運動習慣等の生活習慣を反映した仕様でもあるので、島の人々の健康をHba1cという側面から考えた。

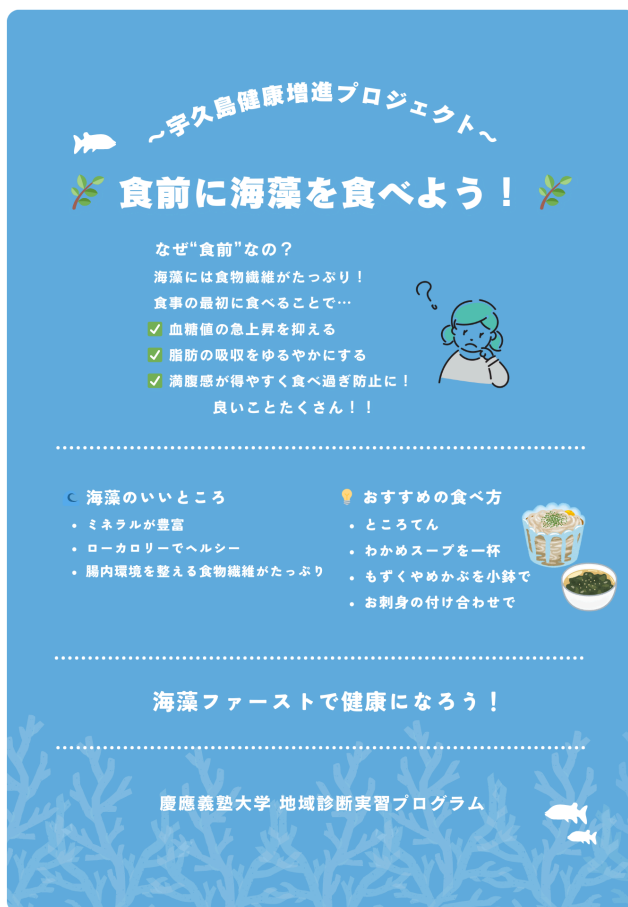
組み合わせた強み

- ・海藻類が豊富
- ・家庭菜園をしている家庭の割合が高い
- ・美しい自然

日常でできる取り組みを促すために、以下のアクションプランを考えた。

I. 食前に海藻を食べる

具体策 広告を作り、商店に提示したり、島民の方々に配布



例として作成したチラシ

II. ウォーキングなどの運動を取り入れる

具体策 ウォーキングコースの提案

買い物のために、港周辺に来る人が多いことを利用したウォーキングコースを考えた。

ウォーキングルートの提案

◆ 港から始まる「お買い物ついでウォーク」

スタート: 宇久平港周辺(商店街)

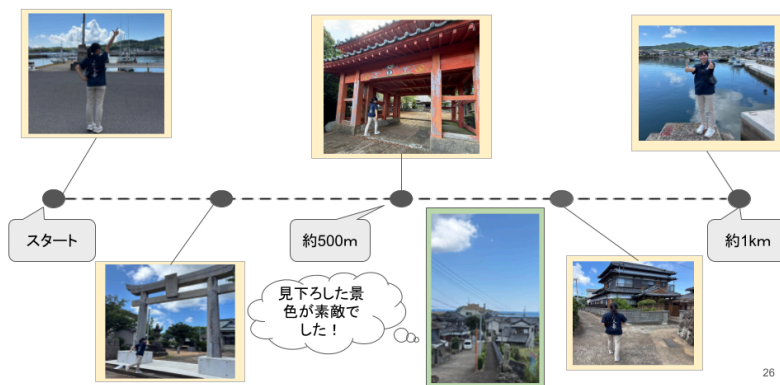
コース: 港 → 神社・お寺 → 港 (宇久平の街並み散策)

特徴: 日常の買い物や外出に組み込みやすい短距離コース (1km程度)



25

実際にウォーキングコースを歩いてみました！



26

(2)こころの健康

背景: 島のコミュニティの強さや助け合いの精神を感じたが、一方でそういったつながりが昔ほどではなくなっていたり、よりあたらしい結びつきを求める声が聞かれた。

島民の方々からの声



クエ・サバなど九州圏内で獲れる魚はほぼ獲れる

- ・お年寄りが寝たきりにならないようにしたい
- ・そのためには交流が大切



- ・一カ所に集まると、皆さんよく笑う
- ・働く世代も休日は家で過ごすことが多い

29

生かす強み:人々のつながり

具体策:シェアキッチン

宇久島に元来存在していた、資源の共有、持ち寄り、交換の文化が再興し、インドアな島民が外出するきっかけが生まれ、島内のつながりが強化される場。会話の機会が増えることによって、認知症予防にも寄与することも期待できる。

シェアキッチン

◆ 概要

- 好きな時に好きな人が料理を作り、訪れた人に振る舞う

◆ 期待される効果

- 食材やレシピを持ち寄り、**みんなで健康的な食事を楽しめる**
- **外出機会の増加**によるコミュニティ形成



画像: Geminiより作成

30

活用方法としては、かんころもちなどの郷土品をつくる会。高齢者の知恵と若者機動力が組み合わせる機会となると考えた。

②報告会

(文責:細野絵香)

(1)報告会形式

- 場所:行政センター
- 日時:8月29日19時
- 役割分担:発表者→熊井和希
発表補佐→川越伊織・柳川瑠璃
記録→服部桔梗・細野絵香

(2)報告会資料

報告会で使用したスライドは以下の通りである。

慶應義塾大学 地域診断実習報告会

2025. 8. 29
龍井和希 川越伊織 船野松香 柳川理瑛 星野結穂

2週間に渡るご協力に感謝申し上げます

お詫び

滞在初週に実施したアンケート調査の設問の中で、島民の皆様への配慮に欠ける内容がある旨のご指摘を頂戴しました。

短期間の調査で、島民の方々の声をより多く聞きたいという思いが先行してしまい、誤解を招く内容となってしまったことを深く反省しています。

ご不快な思いをされた方に深くお詫び申し上げます。
アンケートの撤去にあたりまして、関係機関の皆様にもご迷惑をお掛けし大変申し訳ございませんでした。

また本件について、ご指摘・ご指導を賜りました皆様にご場を借りて御礼申し上げます

目次

1. 地域診断の概要
2. 事前学習とフィールドワークの概要
3. 身体・健康
4. ところの健康
5. これからの宇久島

1. 地域診断の概要

地域診断の概要

地域診断とは

地域を分析・観察して健康課題を明らかにし、住民や環境の実態を把握した上で、健康課題の軽減・解消を目指す一連のプロセス

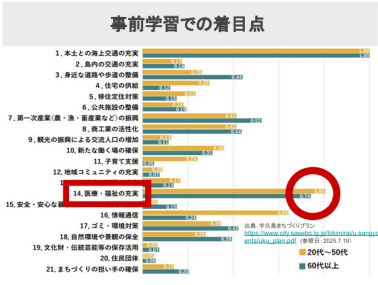
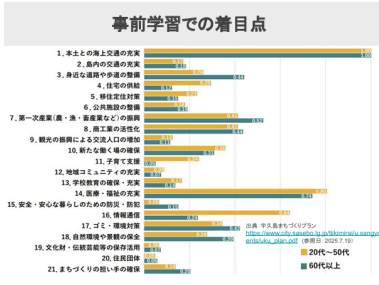
実施にあたっての学生のスタンス

- ・地域の皆様の暮らしをより良くするための一助となる
- ・宇久島に関係人口としてお邪魔し、学ばせていただく姿勢で調査

地域診断の流れ

```
graph TD; A[事前の情報収集・分析] --> B[仮説の立案]; B --> C[現地でのフィールドワーク]; C --> D[分析]; D --> E[アクションプランの立案]; E --> F[実施];
```

2. 事前学習とフィールドワークの概要



医療不安軽減に向けた現行の取り組み

- ◆ 瀬渡し船による急患の救急搬送
- ◆ 眼科医が来島しての定期診療
- ◆ 本土通院時の交通費補助

※ 搬送体制や支援制度は既に多くの取り組みが存在している

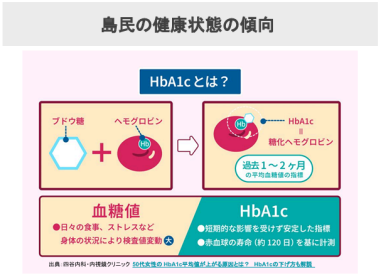
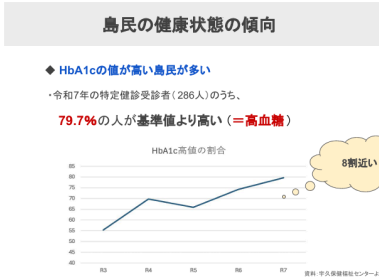
※ 一方、これらは医療行為が必要になったときの対処療法

▶ **そもそも診療所に頼らない健康な生活が必要**

宇久島地域診断のテーマ

健康増進を回り、医療不安の軽減を目指す

健康増進策の推進によって、診療所や薬に頼らない日常生活への行動変容を促し、島内の医療不安軽減を目指すと同時に医療機関の負担軽減に繋げる



なぜ高血糖が問題か

高血糖状態が持続する

- ・糖尿病の発症
- ・高血圧や脂質異常症と併発しやすく、狭心症や心筋梗塞、脳卒中などのリスクが上がる

参考文献：「糖尿病と塩分の関係」経産省内科 URL: <https://toyo-naka.co.jp/blog/06a/糖尿病と塩分の関係/76>

HbA1cが高い原因として考えられること

- 飲酒量が多い可能性がある**
→ アルコールによる血糖コントロール不良
- 車移動中心の生活**
→ 運動不足によるインスリン抵抗性の増加
- 魚の保存方法や味付け** (塩糖水漬け)
→ 高塩分・高糖分の摂取につながる
- 甘い食文化**
→ 保健師の指摘：原因がはっきりとはしていない

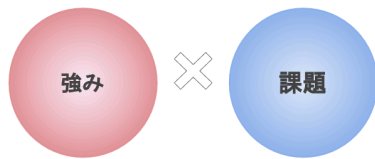
そこで... 実際に **食生活アンケート** が実施されます！

項目	内容
Q1	食生活アンケートの目的は、糖尿病の予防と治療のためです。
Q2	アンケートには、食生活に関する質問があります。
Q3	アンケートの結果は、個人情報は厳格に管理されます。
Q4	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q5	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q6	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q7	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q8	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q9	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q10	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q11	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q12	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q13	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q14	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q15	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q16	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q17	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q18	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q19	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。
Q20	アンケートの結果は、食生活改善のための参考にさせていただきます。

※10月下旬頃実施予定

資料提供：宇久保健福祉センター

課題解決を図るにあたって



強みを活かしながら課題解決を図る

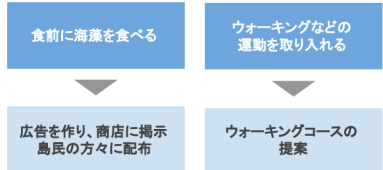
宇久島の持つ強み

- ・海藻類が豊富
- ・家庭菜園をしている家庭の割合が高い
- ・美しい自然

日常でできる取り組み



日常でできる取り組みを促すために



試しに広告を作ってみました！

ウォーキングルートの提案

◆ 港から始まる「お買い物ついでウォーク」

スタート: 宇久平港周辺(商店街)

コース: 港 → 神社・お寺 → 港 (宇久平の街並み散策)

特徴: 日常の買い物や外出に組み込みやすい短距離コース (1km程度)

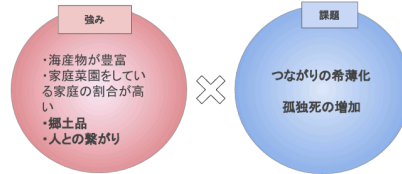


実際にウォーキングコースを歩いてみました！



4. こころの健康

課題解決を図るにあたって



強みを活かしながら課題解決を図る

シェアしたい地域資源「かんころ餅」

「かんころ」を使って、元祖かんころ餅を手作りしよう！

素材のもつ「本来の美味しさ」を味わう

伝統食の魅力再発見



元祖かんころ餅を作ろう！



楽しく、美味しく作る
○ 笑顔の増加、つながりの誕生
○ こころの健康増進にも繋がる



高齢者の知恵 × 若者の行動力

画像: Geminiより作成

今後の展望

フィールドワークの中で、このプロジェクトに出会いました！

◆ シェアスペース『碁己 (toko)』

- ・実際に宇久島で実現に向け、尽力されているプロジェクト
- ・キッチンやコミュニティスペースも併設

出典: シェアスペース「碁己 (toko)」https://yoka.gr.jp/com/outending_2020.html



5. これからの宇久島



島民の方々からの声

クエ・サバなど九州圏内で獲れる魚はほぼ獲れる

・お年寄りが寝たきりにならないようにしたい
・そのためには交流が大切

・一カ所に集まると、皆さんよく笑う
・働く世代も休日には家で過ごすことが多い

シェアキッチン

◆概要

- 好きな時に好きな人が料理を作り、訪れた人に振る舞う

◆期待される効果

- 食材やレシピを持ち寄り、みんなで健康的な食事を楽しめる
- 外出機会の増加によるコミュニティ形成

画像: Geminiより作成

具体的な活用方法

元祖かんころ餅をつくる会
～伝統食×素材の味～

画像: Geminiより作成

シェアしたい地域資源「かんころ餅」

実際に食べてみて
おいしかった！
by チームメンバー

トーストしたものに大ハマリ！(代_ト)☆

最近は食べている人が少ない
by 島民の方

『島民の健康』からはじまる宇久島の未来

2週間ありがとうございました！

8/18-8/30 慶應義塾大学地域診断実習プログラム 参加者一同

(3)島民の方々からいただいたご意見と振り返り

発表後の意見交換では、島民の方々から現状に即した貴重なご意見を多くいただいた。

まず、食生活の提案に関連して挙げられたのは海藻類の現状についてである。発表の中では宇久島に海藻類が豊富にあるという強みを示したが、実際には近年の磯焼けの影響で海藻がほと

んど採れなくなっているという指摘があった。20年以上前には、わかめ・ひじき・かじめ・とさかななどが山ほど採れ、高齢の方々が若い頃には無料で食べられるほど身近な食材だったという。しかし、現在はほとんど採れず、かつて無料で手に入った食材をお金を出してまで食べようとは思わないため、高齢の方々が海藻を食べる機会は少ない。また、ところてんの原料であるてんぐさを干すときの匂いが苦手な人も多く、ところてんの製造についても課題があるとの意見があった。かつては、宇久島産の海藻を加工・販売していた会社も存在したが、現在は倒産してしまったという現実も教えていただいた。

次に、ウォーキングコースに関しては、「港から始まるコース」という提案に対し、「多くの人は家から歩くから、港を出発点にしないでよいのでは」という意見が出された。この意見は御尤もであり、私たちの考えが至らなかった点である。島民の生活習慣を踏まえると、日常生活の中で自然に取り入れられる形にすることが望ましいと考えられる。また、地域ではすでに「100歳体操」と呼ばれる健康づくりの活動が行われており、既存の取り組みとの連携も今後の課題として挙げられた。

さらに、かんころ餅に関しては、主原料であるサツマイモの栽培が難しくなっているとの声があった。原因の一つとして、20年前にイノシシが島に上陸し、サツマイモを食べてしまう被害が多いことが挙げられる。そのため、かんころ餅を作るための材料を確保すること自体が難しくなっているのが現状である。

このように、実際に島民の方々から伺ったお話を通じて、地域の「強み」と思われていた点の中にも、資源の減少や環境変化、生活習慣の変化といった課題が潜んでいることが明らかになった。今後は、こうした現状を踏まえたうえで、より現実的で持続可能な健康づくりの方策を考えていく必要があると感じた。

5 まとめ

①各自の振り返り(学び、今後にかかすもの)

(1)環境情報学部 4年 熊井和希

本実習は、自身の大学での学びにおける集大成としての位置づけに近いものでした。就職活動がひと段落した中、これまで学んできたまちづくりや地域づくりのフレームワークを実践的に地域に反映し、地域の皆様の生活価値向上に貢献したいという思いで参加しました。単なるまちづくりプロジェクトではなく、医療系学部の実習を母体とするプログラムということもあり、自身の専門分野と異なる学問領域を学ぶ志高い後輩からは事前会議の段階から多くの刺激をもらい、非常に有意義な時間を過ごすことができました。

実習を通して最も感じたのは、地方行政府の統治機構が抱える課題が医療に大きな影響を与えているということです。活動の中で、平成の大合併により宇久島が佐世保市に統合され、行政区画は本土と統合されたことによって島内唯一の診療所が佐世保市の医療センター管轄となり、複数の診療科が島外に流出している実態を知りました。これにより、島内の医療提供体制は脆弱さを増し、島民の医療不安に直結する事態を引き起こしています。

一般論として統治機構の構造改革に大学生が参画することは非現実的です。そこで、本実習では「地域診断」の本来の目的に立ち返り、島民ひとりひとりの健康意識改革を通じて必要以上の医療機関受診を削減し、医療不安の軽減に繋げようという方針でアクションプランを提案しました。

私たちとしては実習期間で感じた宇久島の魅力を土台とし、持続性まで考慮したプランを複数提示できたと感じていますが、発表会の場での島民の皆様からの反応は芳しくない結果に終わりました。原因としては私たちの力不足に他なりません、僅か2週間の滞在期間では地域社会の表層を捉えたに過ぎず、実際に最終報告会の会場で島に住んでいる方々からの指摘で初めて知ったことも多くありました。

地域診断は大学の研究室等が行う一般的な委託研究とは異なり、比較的短期間で地域社会の実情を把握し、行動変容に繋げるための提案を行う必要があります。そのため、スピーディーに実践的な活動の立案を行える点が魅力ではありますが、現地でのインプットの時間や関係各所との関係構築が不足していると感じた点があったことは事実です。故に、本実習で地域社会に根源的な影響を与えられる提案を行い実行に移すことは難しいですが、発表会でも触れたように、住民の皆様が島での生活に希望を持つことを諦めてしまうことは私たちの本意ではありません。たった2週間でも真剣に地域と向き合い、関係人口の端くれとして島の未来に対してひとつの可能性を見出すことができただけでも、大きな意味があったように感じます。今回、格別のご協力を賜った宇久島行政センターの皆様も、私たち大学生には関係人口の一員としての役割を期待している側面があったと伺いました。今後は学生から社会人と立場は変わりますが、宇久島をはじめ、大学生活でいただいた各地のご縁を育みながら関係人口の一員として地域に向き合いたいと考えています。また、今回が初年度となった宇久島地域診断においては一過性に留めることなく、今回紡いだご縁も活かしつつ継続して発展していくことを切に願い、結びの挨拶といたします。

(2)看護医療学部 3年 川越伊織

私たちが最初に直面したのは、島外の学生という立場で地域の課題を指摘し、改善策を提案することの難しさだった。島の未来を良くしたいという意欲がありながらも、短い期間で成果を出さなければという焦りから、いつの間にか「課題を探ること」が目的化していたことに気がついた。また、「島のために何かしたい」という思いは、あくまで私たち自身の願いであり、島民の方々が本当にそれを望んでいるのだろうか。むしろ、自分たちの土地に突然入り込み、意見を述べようとする都会の若者として、どのように見られているのだろうか。そんな思いを抱えながら活動を進めていたと振り返る。

しかし、そんな不安や葛藤を吹き飛ばすくらい、宇久島の方々の温かさに心を打たれる日々だった。日常の挨拶や、私たちの質問に丁寧に耳を傾けてくださる姿、同じ宿に泊まっている方々からの温かい差し入れ、島民の方々の「またおいで」という言葉。その一つひとつが、都会で生活してきた私にとっては新鮮で、心の奥に染み渡る温もりだった。人と人とのつながりがこれほどまでに尊く、力強いものだということを、わずか二週間という短い時間の中で何度も実感した。だからこそ、その温もりに触れるたびに、「この島に少しでも恩返しをしたい」という思いが自然と芽生えていった。自分の力が限られていることはわかっている、この出会いと温もりに何かの形で応えたい、そんな思いが、活動の原動力となっていった。

実習期間中は、仲間と率直に意見を交わし、互いの考えをぶつけ合う毎日だった。その過程で、自分自身を含め、メンバー一人ひとりの成長を確かに感じられたように感じる。私は当初、自分の意見を伝えることに躊躇し、周囲に合わせるが多かったが、他のメンバーが真摯に受け止めてくれる姿勢に触れるうちに、次第に自分の考えを言葉にできるようになっていった。そして、いつの間にか、各々が自分の強みを活かして自然と役割分担を行うようになり、学年に関係なく皆が率直に意見を述べ合い、互いを尊重しながら全員が納得できる形を探るチームへと変化していくことを感じた。そして、振り返ると、「島のために何かをする」という発想から、「島の方々と共に考え、学ばせていただく」という姿勢へと変わっていった。最終発表は、私たちに丁寧に試行錯誤を重ね宇久島の魅力を活かしたプランの提案を行った。結果的には大成功と言えるものではなかったが、全力で取り組んだ時間の中には、多くの気づきと成長があった。議論を通して互いを理解し、自己を見つめ直しながら、それぞれの強みを生かして一つのを形にしていく、その過程にチームとしての協働の難しさとやりがいの両方を感じた。この経験を糧に、今後は医療の現場で人々と真摯に向き合い、チームの一員としてより良い医療を共に創り上げていけるよう努めていきたい。

最後に、このような貴重な経験ができたのも、ご協力くださった島民の方々をはじめ、先生方やファシリテーターのお二人、そして班のメンバーの存在があったからこそである。多くの方々に支えられながら学ぶことができたことに、心より感謝申し上げます。

(3)医学部 2年 柳川瑠璃

今回の実習で得た最も大きな学びは、異なる背景を持つ他者と心を通わせることの難しさと、その中にある深い喜びでした。実際に多くの方々が貴重な時間を割き、私たちを温かく迎えてくださったおかげで、島民の皆さんの人としてのぬくもりや、生活に根ざした強さと誇りを感じることができました。それは、言葉では言い尽くせない「心と心の触れ合い」によるものであり、私たちの活動を支える大きな原動力となりました。とはいえ、実習中に常にそのような関わりができていたかといえば、決してそうではありません。私はもともと人との関わりに不器用で、島民の方々と接する際、よそ者としての遠慮や、心のどこかにある諦めのような気持ちが行動を制限していたように思います。自分のごちなさや伝わってしまい、不信感を与えていたのではないかという不安もありました。

そんな中で気づきを与えてくれたのが、特別養護老人ホーム「啓寿園」でのインタビューでした。初めてインタビュアーを務めた私は、形式的な質問しかできず、場をうまく作れませんでした。しかし、同行していた班の熊井さんが島の魅力について自分の感じた思いを率直に話すと、職員の方が利用者さんを海へ連れて行くと利用者さんが喜んでくれ、それがやりがいにつながっているというお話をしてくださいました。その瞬間、私は自分の先入観で作った他人と話さずに他人の話を“聴く”ことで初めて本当の学びが生まれるのだと気づきました。先入観を取り払い、誠意をもって自分の思いをオープンにすることが、相手の心を動かし、互いの温かさを感じる第一歩なのだと思います。この経験から、地域の方と話すことは「怖いこと」ではなく「楽しめること」であると感じられるようになりました。私にとってそれは、自分の喜びと情熱を再発見する貴重な瞬間でした。優しく接してくださった島民の皆さん、そして前向きに支えてくれた班の仲間全員に心から感謝しています。

また、グループでの活動を通して、他者に任せることの大切さと、自分の意見を見つけ出す力を学びました。意見が対立したり、物事の捉え方が異なったりする場面もありましたが、それぞれの視点が確かに状況を捉えており、どの意見にも価値があると感じました。私はこれまで、限られ

た尺度で優劣をつけて考えることが多かったのですが、今回の実習を通じて、正解のない状況では「心の動き」や「気づき」を大切にすることが重要なのだと学びました。メンバーそれぞれの思考や感性が生み出す多様性こそが、チームの力を支えていたのだと思います。

さらに、医学生として離島医療の現場を島民の視点から見られたことは、非常に貴重な体験でした。都会と同じ医療水準を完全に再現することは難しいものの、遠隔医療や通信環境の改善により、医療をより良いものにするにはできないのではないかと感じました。医療の進化を、島の暮らしの持続につなげることができればと思えたことは貴重な経験でした。

実習の中で最も難しかったのは、2週間弱という短い期間で、状況分析からアクションプランの立案・検証まで行うことでした。満足のいく成果を出し切れなかった悔しさも残りますが、この報告書が来年度以降の参加者にとって次の一歩となることを願っています。そして、私自身も引き続き地域との関わりを続けていきたいと思えます。最後に、今回の実習に関わってくださったすべての方々—島民の皆さん、班の仲間、ファシリテーターの方々、そして大学の先生方に、心より感謝申し上げます。宇久島という貴重な場所で学びの機会をいただけたことに、心から御礼申し上げます。

(4)薬学部 2年 細野松香

この実習を通じて、私自身が確かに成長できたと感じています。この実習に参加した理由は、「自分の中で“やりきった”と思える経験をしたい」という漠然とした思いがあったことです。というのも、大学1年の頃を振り返ると、家と大学、アルバイト先を往復して、ただ目の前のことを淡々とこなしていたらいつの間にか2年生になっていた、そんな1年間でした。今年は何か新しいことに挑戦して自分自身を成長させたいと思っていたときにこの実習の存在を知り、参加することに決めました。

事前学習と実習の前半では、遠慮してしまって発言できなかつたり、発言できたとしても自分の考えを思うように言語化できないことが多く、回りのメンバーに引け目を感じることも多かったです。しかし日を重ねるごとにメンバーと仲良くなったことで発言しやすくなり、また、インタビューや会議を繰り返す中で自分の考えをしっかりと言語化できるようになりました。実習中にその成長を感じてからは、メンバーとの討論が前よりも楽しいものになっていました。また、私の班はメンバーそれぞれが考えを持っていて、たくさんの意見が出るという利点はあるものの、その一方でまとめ役が居らず話し合いが終着しないことが多々ありました。そのことに気がついてからはただ闇雲に意見を出すだけでなく、他の人の意見も交えて、ゴールを意識した立ち回りができるようになったと思います。これも私がこの実習を通じて得られた成長の一つです。

2週間という短い期間でしたが、島内を自転車で1周したり、すれ違う方々に道で挨拶をしていたり、色々な方にインタビューさせていただいたり、東京ではできない様々な経験をすることができました。今回の実習で学んだことを活かし、これからの大学生活をより良いものにしていきたいです。

(5)看護医療学部 1年 服部桔梗

この2週間に渡る宇久島での地域診断実習は、私が慶應義塾大学に入学してわずか半年で経験した、感情的に多くの起伏を伴った時間であったと振り返る。実習を終えるにあたり、まずは、

我々島外の学生を温かく受け入れてくださった宇久島の皆様、献身的なご指導を賜った先生方とファシリテーターの方々、そして時間を共にしたメンバー全員に、心から感謝を申し上げます。

宇久島が直面する課題、特に高齢化や少子化に伴う医療の問題と、若年層の流出問題を目の前にして、何としてもアクションプランの制定にこぎつけなければと焦っていた際、私の心に去来したのは学生としてできることの限界に対する、どうしようもないほどの「もどかしさ」であった。島外からの学生として、この二週間の滞在で何かを宇久島にもたらし出すことはできないのかと何度も現実的な案を考えたが、現地の生々しい現実、島民一人ひとりの人生に根ざした課題の前では、あまりにも学生として無力に感じられた。同時に、現実的な視点から離れて考えなければならないということに対し、現実的に考えるということが地域診断の範囲外だと理解はしていても、私はどうしてもそのように考えなければいけない自分に納得がいかなかった。言葉に表すのが大変難しいが、突然来島したかと思えば表面的に問題の解決案だけを述べて、だから〇〇しましょうと言っているような気がして、果たしてこれで島民に何を報告できるのだろうかかと最後の最後まで不安であった。毎晩メンバーと会議を重ね冷徹にデータを分析しようとするほど、逆に島の温かい人間性から離れてしまうような感覚に陥った。実習の後半は、この理論と現実の乖離、そして島に対して、私たちが何を残せるのかという、ふと考え始めてしまった課題から逃れることができず、思い悩む日々が続いてしまった。日中の調査で島の現実を目の当たりにし、夜になっても頭の中で課題が渦を巻き続け、文字通り「しんどさ」を感じ、そんな渦から逃げるように毎晩夜や朝の散歩に出かけることが常となっていた。

しかし、この何気ない散歩こそが、私の意識と感情を決定的に変える転機となった。静けさに包まれた夜の空気や遠くに灯る僅かなあかり、散歩中に偶然出会い気さくに声をかけてくださる島民の方々との何気ない立ち話、そしてメンバーと腹を割って歩きながら話した時間。そこには、普段の都市生活では経験し得ないような、純粹で飾らない人間としての信頼と温もりが満ちていたとを感じる。我々のような「よそ者」に対しても、心の壁を作らず、彼らの生活の一部を分け与え、笑顔で迎えてくださる。この温かい交流を重ねる度に、私はこの宇久島という環境、そしてそこに住まう人々の魅力に、知らず知らずのうちにすっかりぞっこんになっていたことに気づかされた。この「ぞっこん」という名の感情は、単なる同情や興味ではなく、この場所に少しでも貢献したいという、真摯な愛着へと昇華していった。

宇久行政センターの橋本さんが私たちに「宇久島の関係人口になってもらいたい」と語られた言葉を、この実習中に何度も思い返した。滞在中は軽く「もちろん」と答えていたものの、実際はまだ一線を引いていたかもしれない。しかし、島民の皆様の温かさに触れ、課題に苦悩し、島の美しさに魅了される中で、私はいつの間にか宇久島の関係人口の一人になってしまっていた。悔しいが、認めざるを得ない。この2週間で抱いた宇久島への情愛は、短期的な実習先としての宇久島への興味という次元を超え、今後も島との繋がりを断ち切りたくはないと確信させるほど深いものだった。本当に宇久島が、この場所で出会った人々が、心の底から好きになってしまった。勿論、それはメンバーがいたからに過ぎないのではあるが。

そして、島で献身的に活動されていた一人の保健師の方の存在は、私の将来像に明確に影響を与えた。その保健師の方は、住民の健康データだけでなく、家族の構成や地域の人間関係、個人の悩みといった、島民の生活環境全体を把握したうえで寄り添う、総合的な関わりを実践されていた。彼女の存在は、島民にとって精神的な拠り所、つまり多大な信頼を置かれた人であると感じた。この観察を通じて、私は病気を治療すること以上に、地域全体を健康にする環境を構築すること、そして地域の共同体から揺るぎない深い信頼を得ることこそが、真の公衆衛生、そして私が目指したい看護の仕事だと実感した。入学してまだ半年という時期に参加した今回の実習であったが、この2週間の濃密な経験を通じて、私は将来の自分のあるべき姿を明確に掴むことに成功した。そう言い切れる程参加してよかったと思える実習であった。そして私は、宇久島で出

会った保健師のように、専門的な知識と技術をもって地域に入り込み、島民から多大な信頼を置かれるような保健師になりたいという新たな夢もできた。

今回の宇久島実習は、実習先としてフロンティアを開拓する初年度の挑戦であった。この貴重な経験が1年切りの実習として終わることを、私は強く望まない。実習中に私たちが直面した理論と現実の差異や地域への入り込み方は、2年目以降に参加する後輩たちが必ずと言っていいほど直面する、重要な学習的な資源であると思う。そして今回失敗して反省した点については、二度と同じ過ちを犯してほしくもない。だからこそ、私は今回の実習で得た初年度の記録を、継承すべきものとして体系化する責任があると考えている。また、来年度以降も、実習の再メンバーやファシリテーターといった形で、宇久島と持続可能な連携形態を構築するために、積極的に参加させていただきたい所存である。改めて、このような素敵な機会に巡り合えたこと、最高の実習を作り上げてくださったすべての方々に感謝申し上げ、私からの感想は以上とする。



②謝辞

(文責:熊井和希)

今回の宇久島地域診断実習実施にあたり、滞在中多大なご支援ご協力を賜りました皆様に深く御礼申し上げます。宇久行政センターの皆様は、2日日の活動から報告会までの長きに渡ってインタビュー場所の提供から資料閲覧、また神浦地区への送迎などあらゆる局面で活動を支えてくださいました。

訪問先の皆様も各所で温かく歓迎していただき、学生一同貴重な学びを得ることができました。改めて感謝申し上げます。以下、本実習でご指導、ご支援を頂戴しました皆様のお名前を記載させていただきます。

池田 様

宇久行政センター 産業建設課 様

宇久児童センター 様

宇久島薬店 様

宇久診療所 事務長 中島 禎仁 様

宇久高等学校 教頭先生 松尾 健司 様

宇久保健福祉センター 保健師 伊藤 様

宇久幼稚園 様

エビスホーム 様

神浦地区老人会 様

佐世保市宇久地区コミュニティセンター 様

佐世保市宇久地域包括支援センター 様

佐世保市宇久島資料館 館長 白石 様

炭火焼き鳥 おおきに 様

特別養護老人ホーム啓寿園 施設長 森永 小百合 様
理事 山田 長好 様

ながさき地域医療人材支援センター 様

檜垣 いつみ 様

漁師 安永 様