

## ソーシャル・キャピタル

国立研究開発法人国立長寿医療研究センター 野口泰司（ソーシャル・キャピタルWGリーダー）

医療法人社団明芳会イムス記念病院 伊藤信人

独立行政法人地域医療機能推進機構熊本総合病院 白土大成

### COVID-19 流行とソーシャル・キャピタル

COVID-19 のパンデミックは、「social distancing」が象徴するように、**人々の物理的な接触・社会的交流に対してかつてないほどの制限**を引き起こしている。日本の人口のほとんどは、通常の社会活動の制限や外出の自粛を強いられ、**孤立（社会的孤立）や孤独状態に曝されている**。実際に、日本人成人の52%が「友人との付き合い」が減少し、26%が「友人や離れた家族と会えないこと」に困難を感じている<sup>62</sup>。

これらの社会的な制約は、主に人々の社会的交流により構築・維持・実現される**ソーシャル・キャピタル（社会関係資本）**に深刻な影響を与えることが危惧されている。ソーシャル・キャピタルとは、様々な定義が存在するが、**社会の絆や結束、ネットワークから生み出される資源**を意味することが多い<sup>63</sup>。ソーシャル・キャピタルは、**人々の身体的・精神的健康に密接に関係するだけでなく、日常生活を満たす上での重要な役割**を果たしている。しかしながら、COVID-19 のパンデミックにより多くの人々が社会的に孤立し分断される中で、**ソーシャル・キャピタルの減衰・崩壊によるコミュニティや集団の弱体化が懸念**される<sup>64</sup>。

## ソーシャル・キャピタルと健康リスク

ソーシャル・キャピタルの低下は、**人々の健康に重大な影響をもたらす可能性**がある。ソーシャル・キャピタルと健康の関連についてはこれまで多くの実証研究がなされてきており、ソーシャル・キャピタルが豊かな地域に居住することは、死亡リスクや精神疾患を減らすこと、身体活動の促進や飲酒・喫煙などの不健康行動を抑制するなど、私たちの健康に密接に影響していることが明らかになっている<sup>65</sup>。特に高齢者においては、要介護や認知機能低下の予防、抑うつリスクの抑制、口腔機能の維持など多くの介護予防効果が示唆され<sup>66-69</sup>、健康のための地域づくりには欠かすことはできない。形成されたソーシャル・キャピタルを維持し、健康のためのまちづくりを持続していくことが求められる。

一方で、**COVID-19 のパンデミックは一つの「災害」**であるとも言える。パンデミックは生物学的なものだが、その影響は**社会的な混乱、大規模な失業など経済的な混乱、人口の変動など社会的なもの**である<sup>70</sup>。震災や豪雨被害などと性質の異なる部分はあるが、多くの災害研究者は COVID-19 パンデミックを災害として捉えており、その中でのソーシャル・キャピタルの役割についても注目がなされている<sup>70</sup>。

災害時において、ソーシャル・キャピタルによる恩恵は**住民同士の共同や助け合いによる直接の生存への影響のみではない**ことが知られている。地域への信頼や人々の豊かなネットワーク、社会的結束は、**心理的ストレスや孤独感の緩和**に貢献し得る<sup>71</sup>。実際に、日本での事例として、東日本大震災や熊本地震においてはソーシャル・キャピタルが豊かであることは**人々の精神的健康を保護するが<sup>72,73</sup>、それが減衰することは、抑うつなどのリスクになる**

ことが確認されている<sup>73</sup>。また、感染症流行についても特定の保健行動への促進など直接的な意味を持っている。過去のインフルエンザパンデミック（H1N1）においても、ソーシャル・キャピタルは、**予防接種や手洗い、マスク着用など保健衛生行動の遵守の促進に寄与**したことが報告されている<sup>74</sup>。さらに、ソーシャル・キャピタルは復興時においても重要な役割を担う。情報の伝達、合意の形成や行政の働きかけからの復興の後押しをし、**復興のスピードにも影響**する<sup>75</sup>。人々の健康行動の促進や社会的交流の活性化などを通して、健康度の回復に貢献する可能性がある。**ソーシャル・キャピタルの醸成やその維持**は、COVID-19 に対する「**災害レジリエンス**」として重要な鍵である可能性がある。

しかしながら、COVID-19 のパンデミックが他の災害と異なることは、**人々の物理的な接触が制限され、社会的交流に制約**がある点である。これは、ソーシャル・キャピタルの減衰と、コミュニティの崩壊に大きな危機をもたらしている可能性があり、私たちは**意識的にソーシャル・キャピタルの維持・改善**に務めていく必要がある。

### ソーシャル・キャピタルの改善に向けた提言

Social distancing を遵守していく中でも、重要なことは **social distancing は「物理的（身体的）な距離」を意図し、社会的な繋がりを断つことを意味しないこと**である。WHO は、明確に「social distancing」から「physical distancing」へ言い換え、**必要であることは接触機会を減らすこと、または人と人との距離を空けることを示している<sup>76,77</sup>**。つまり、**物理的な接触の制約下での社会的な繋がりの維持（physical distancing with social connectedness）**を強く

認識する必要がある<sup>78</sup>。たとえば、**電話やメール、ソーシャルメディアなどの様々なデジタルメディアによる、遠隔でのコミュニケーション**は、人々の繋がり<sup>79</sup>の維持に中心的な役割を持つ可能性がある。また、**近隣住民との会話や偶然のコミュニケーション**はより重要になる可能性がある。

一方で、COVID-19 の流行に起因する**社会的スティグマ（負の表象・烙印）**にも注意が必要である<sup>80</sup>。歴史的にみて、伝染病やパンデミックはスティグマを誘発する傾向にある。感染者あるいは特定の集団、特定の社会階層へのスティグマは、差別や偏見を生じさせるだけでなく、人々の心理的不安、社会やコミュニティの分断、さらには人々を社会的に孤立させる危険がある。これらの**社会的断絶は、ソーシャル・キャピタルを減衰させ、人々の健康・地域の災害レジリエンスの機能を損なう**ことが懸念される。WHO は、COVID-19 パンデミックにおける社会的スティグマの対処に、**社会的スティグマとその影響の理解、コミュニケーションの重要性**を提案している<sup>81</sup>。

## 1) With コロナ期

- 身体的・物理的な接触に制限下でも、社会的な繋がり<sup>82</sup>を維持すること、またその必要性を強く認識することが必要である。**電話やメール、ソーシャルメディアなどのデジタルメディアを積極的に活用し、繋がり<sup>83</sup>を維持**していくことが可能である。

- **近隣住民などとの偶然のやり取りは、コミュニティにおける緩やかな繋がりを維持し、地域の帰属意識を保持**してくれる可能性がある。身体的な距離に十分注意しながら社会的交流を保つべきである。
- 一方で、**デジタルコミュニケーションのみへの依存には注意**が必要である。ソーシャル・キャピタルには、bonding 型（類似生のあるメンバー間の信頼や結束）、bridging 型（他の集団やグループとの橋渡し）、linking 型（様々な社会的クラスとの連結）などいくつもの側面があり、社会環境の異なる要素を表している<sup>63,70</sup>。デジタルコミュニケーションへの依存は、**既存の bonding 型の関係性を強化する一方で、bridging や linking の交流を減衰させる可能性**がある。ソーシャル・キャピタルの最大の効果を得て、持続可能な復興のためには、**3つの種類のソーシャル・キャピタルを可能な限り維持**していかなければならない。**友人や家族との繋がりの強化に加えて、地域社会、職場、所属グループ以外の他のグループとの新しい繋がりを模索**していくことも必要かもしれない。

## 2) Post コロナ期

- 独居高齢者の急増や近隣との関係性の希薄化が進む日本にとって、COVID-19 のパンデミックによる社会的な分断の危機は、**人々の関係性の弱体化を急激に進めてしまう**可能性がある。したがって、**地域包括ケアの構築を見据えていた地域社会づくりをより急速に推し進める必要がある**。たとえば、医学的な評価・処方に加えて、**社会的課題**

の評価とそれに伴い個人と地域社会とを繋げる「社会的処方 (social prescribing)」について<sup>79</sup>、日本での確立を急ぐ必要があるかもしれない。また、全国的に展開しつつあった「通いの場」について、もしも社会的制約が残存していく場合においては新しい手段・方法を検討していく必要がある。オンラインツールを含めた遠隔コミュニケーション技術を活用することは1つの方法だが、注意すべき点もある。**高齢者やネット環境のない世帯などが排除 (digital exclusion) されてしまう危険性**を十分に認識しなければならない<sup>80</sup>。また本来の通いの場などにおいては、「**繋がり**」だけでなく、「**役割**」を持つことや、「**生きがい**」の創出にも大きく貢献していると考えられる。そのため、それが仮にオンラインでの繋がりにおいても損なわれないようにしたい。対面の社会的交流や社会参加と同様に、オンラインでの関係性においても**役割や生きがい**を**デザイン**していくことが求められる。

- 災害時や復興時においては、しばしば**社会的な不平等**が生じ得る<sup>71</sup>。たとえば、女性や子ども、高齢者、障がい者、低所得者などは、パンデミックと社会的制約に脆弱であることが指摘されている<sup>81</sup>。また、ソーシャル・キャピタルによる強い社会的な結束は、時にはマイノリティなど社会的に”不利”な者に対して負の影響をもたらす可能性を潜んでいる。マイノリティや部外者の社会的排除、ジェンダーの格差、悪い文化・規範を止めることができないなどの負の影響が、東日本大震災においても報告がされている<sup>82</sup>。COVID-19 パンデミックにおいても、私たちは**マイノリティや社会的に不利な者の声を聞き、配慮し、社会的不平等を是正**していくことを強く意識する必要がある。