



イントロダクション

さっき体験した「小5版」は、 じつは"大人にも必要な問 い"です

小学生向けの言葉でしたが、扱ったテーマは実はとても深いものです。人口構造、持続可能性、希望のかたち、自分の未来への向き合い方。ここからは、同じ問いを"大人の目線"で深めていきます。地域の未来を考えると、私たち一人ひとりがどう向き合うかが問われています。

RESASから人口の変化を見る

「数字で見える変化」— 直感の次に必要なのは、構造の理解

01

総人口の変化

地域全体の人口動向を長期的に把握します

02

年齢構成比の変化

0-14歳、15-64歳、65歳以上の割合がどう推移しているか

03

推計と現実のズレ

社人研推計と実際の人口動態を比較します

04

未来が読める形

2000年→2020年→2045年の変化を可視化します

- ❑ 数字は「人口が減る」という事実以上に、**どの層がどれだけ減り、どれだけ増えるか**を示しています。この構造理解が、適切な政策判断の第一歩となります。

究極の2択の"こども以外の人 数"もどう動いたか

選択の裏で、実は"ほかの層"がどう変化していたか？

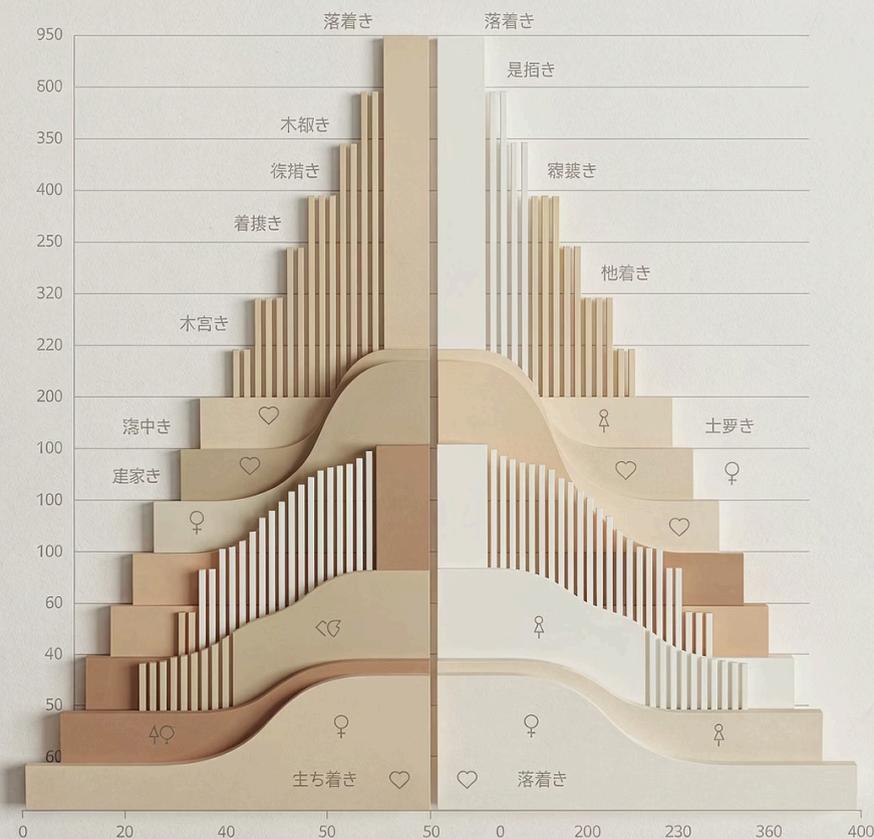
政策の効果と現実

- 子どもを増やす政策を入れても、高齢者人口は増える
- 若年層は減り続ける
- 現役人口の負担は上昇する

タイミングの問題

少子化施策の効果が出る前に構造変化が起こってしまいます。政策は「選択」ですが、人口は「構造」なので、選択が構造に勝つことはありません。

POPULATION PYRAMID



ディスカッション①

なぜ人口増加の物語は、構造的に不可能でも"語られ続ける"のか？

人口構成比と意思決定

高齢層が多数派、若者の声は地域外に

認知バイアス

希望的観測・現状維持バイアス・サunkコスト

政治的・心理的コスト

「縮む決断」は責任が重く、誰も取りたがらない

この問いの目的は、人口政策の本質が「政策の問題」ではなく「人の心の問題」であることに気づくことです。



キーワード①：人口構成比と意思決定

"未来を生きる世代"より"いまを生きる世代"の声が強くなる



なぜ構造が意思決定を歪めるのか

- 地域の人口構成は高齢層が多数派
- 若者は地域外へ転出しやすい
- 「今あるサービスを守りたい」という声強い
- 若者本人は地域外にいて、議論の場にはいない

人口減少が続く地域では、**未来志向の選択より、現状維持の選択が通りやすい**。意思決定の中心が「現在の生活維持」に寄りやすくなります。

キーワード②：認知バイアス

人は"変わるより、今のままが安心"と感じる生き物



希望的観測

「きっとなんとかなる」「いつか人口が増えるはず」— 根拠がなくてもよい未来を信じたくなります



現状維持バイアス

「変えたくない」「今のままが一番安心」— 変化には心理的コストがかかるため動かない選択が好まれます



サunkコスト

「ここまでやってきた努力を無駄にできない」— 人口増加の物語を手放すことが苦しくなります

- バイアスは"弱点"ではなく"人間らしさ"です。行政にも住民にも、誰にでも起こる自然な心の動き。「人口増加の物語」を手放せないのは、能力の問題ではなく生存戦略として当たり前なのです。



キーワード③：政治的・心理的コスト

"縮む決断"は、だれも簡単には引き受けられない

なぜ縮む決断は難しい？

- サービスの縮小・統廃合・負担増
- 誰かが"損をする"ように見える
- 住民の反発を受けやすい
- 責任の所在が問われる
- 合意形成に時間とエネルギーがかかる

心理的な障壁

それは「負けの宣言」ではないか？という恐れがあります。失敗したように見える、希望がなくなるように感じる。それでも誰かが決めなければいけない。後回しにされ、問題が大きくなって戻ってきます。

3つのキーワードのまとめ

人口増加が語られ続ける理由は「構造」ではなく「人間」と「社会」にある



人口構成

多数派の声が強くなる構造



認知バイアス

変化を避けたいという自然な心理



コスト

縮む決断に伴う政治的・心理的負担

だから、人口減少の議論は「数字の問題」ではなく「物語と心の問題」です。あなた自身の経験や感情も踏まえて、自由に意見を出してください。

子どもを増やしたいのに、その子どもを支える若者は同時に減る

この「反転現象」は何を意味するのか？

若者への負担の集中

少ない人数で多くの世代を支える構造

若者への期待の過剰

地域の未来を背負わされる重圧

生産年齢人口の減少

社会保障の担い手が急速に減少

若者の希少性の上昇

地方では若者の存在価値が急激に高まる

- 「子どもが増えれば地域は救われる」という物語の限界を、構造の観点から理解することが重要です。このような負担と期待が集中する地方から若者が離れる、まさに反転現象が起きています。



人口増加だけを追い求めることが"希望"なのか？

人口という"ひとつの希望"が難しくなったとき、私たちは次の希望をどう描くべきか？

人口は"手段"ではなく"象徴"だった

人口減少は絶望ではなく、物語の書き換えのチャンス

まちの価値は「人数」では測れない

むしろ人数が減ったときこそ、「どう生きたいか」を問われる

ここがHope collapseの転換点です。希望が崩れる瞬間こそ、新しい希望が生まれる瞬間でもあります。



人口が減る時代の「希望の多様性」を理解する

最後までここにいる

最後まで抗う

何もしない



遺す

外に託す

小さく生きる

離れても意味がある

希望は1つではなく、7つ以上あっていい。むしろ多様であることが、地域を強くします。それぞれの希望には、それぞれの価値と意味があります。

希望①

最後までここにいる

定住・完結の希望



「増えなくてもいい。ここで人生をしめくくれば、それでいい。」

- 人口ではなく**暮らしの質**を大切にする
- QOL/QOD（最期の質）を重視
- 看取り・移動・医療・生活の安心が中心
- 選ぶのは"撤退"ではなく"完結"

☐ 小さくても、静かで確かな生活を守るという強い希望です。人生の最終章を、慣れ親しんだ場所で穏やかに過ごすことの価値は計り知れません。

希望②

遺す

記録・文化・風景の希望

「いまの暮らしを、未来にわたす。」

01

町の姿を記録として残す

写真・映像・証言・文化的景観

02

観光ではなく証言

「私たちはただ消えたわけではない」という自己肯定

03

未来の誰かにつなぐ

今の町を次世代に継承する

今の町を未来の誰かにつなぐ静かな希望。記録することで、存在の意味は永遠に残ります。

希望③

外に託す

合併・移管の希望



「自分たちだけでは難しい。だから、託すという選択をする。」

- 合併・企業連携・大学誘致・外部管理
- "敗北"ではなく"意思決定を手放す"という選択
- 地域の機能維持を優先する合理的な希望

☐ 未来のために、手放す勇気を持つ希望です。閉鎖性バイアスを壊すアクションでもあり、より大きな視野で地域を守る選択といえます。

希望④

小さく生き直す

縮退の希望

「大きさより、心地よさ。」



集落集約

ミニмумインフラで効率的に



スローライフ

低負荷の暮らし



ちいさく整える

人間関係や生活を適正規模に

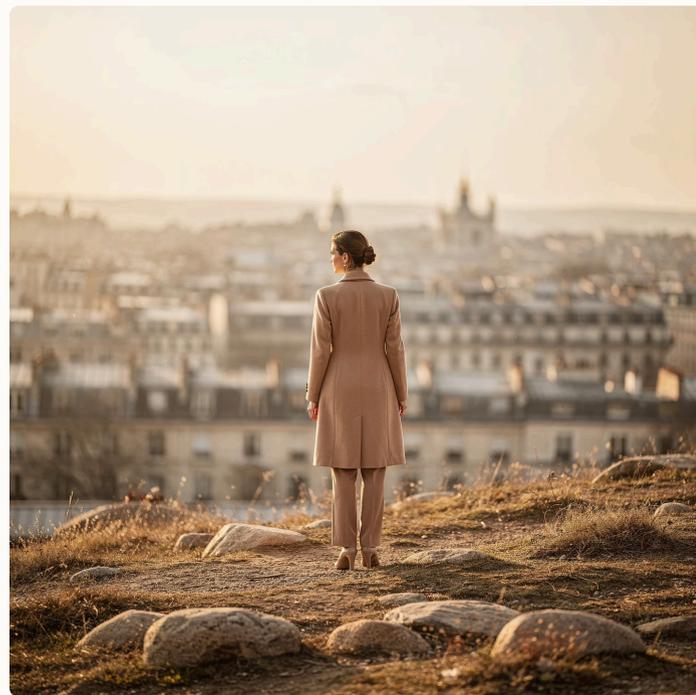
人口減少を前提に、新たな豊かさを作る希望。街のサイズに合わせて生き方を変えることで、かえって心地よい暮らしが実現します。

去ったあとに意味を持たせる

非居住者の希望

「合理的選択としてここを離れても、ここが自分のルーツ。」

- Uターンしない人の希望
- 「ここで育ったことが、今の自分を作った」という感覚
- 住民票がなくても**関係住民**として町を支える
- 実は人口減少社会で最も人数が多い希望



離れてもつながる。非定住者の静かな希望です。物理的な距離があっても、心理的なつながりは維持できます。

希望⑥

もう何もしない

静かな納得の希望

「がんばらなくてもいい。静かに、ていねいに終わっていく。」

無理な活性化を求めない

過剰なイベントや施策から解放される

心の安定

過剰な負荷から解放され、静かな日々を過ごす

終わり方の美しさ

年齢に関係なく選ばれやすい、成熟した生き方

"変えない"ことを選ぶ、成熟した希望です。無理に抗わず、自然な流れに身を任せる選択も、一つの強さです。

最後まで抗う

象徴的プロジェクトの希望



「できないと分かっているけど、やらないよりはやる。」

- 人口増加・地域再生を象徴的に追求する
- 失敗を恐れず、町の誇りを守る
- 若者や企業を巻き込む「旗」を立てる
- 選べば強い推進力が生まれる

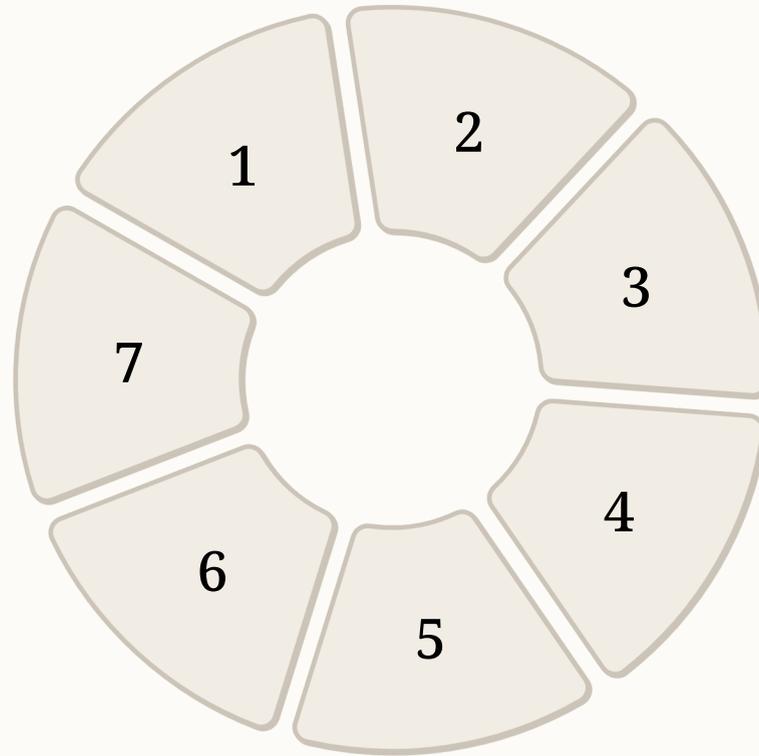
☐ "希望を守るために戦う"という力強い希望です。結果がどうであれ、挑戦し続けたという事実が、地域の誇りとなります。

どの気もちが、いちばん自分に近い？

希望①さいごまでここにいる
人口ではなく暮らしの質を大切にする

希望⑦さいごまで抗う
人口増加・地域活性化を追求する

希望⑥もうなにもしない
過剰な負荷と期待からの解放



希望②遺す

いまの町の姿を記録として残す

希望③外に託す

合併で意思決定を手放す

希望④小さく生き残る

ミニмумインフラを作って生きる

希望⑤便利な場所に引越す

関係人口として支える

人口減少は、「希望が1つしかない時代の終わり」。これからは希望を「選ぶ時代」希望を「組み合わせる時代」希望を「作る時代」ここに正解はありません。あなたの気もちが大切です。

終わりの問い

希望は、えらべる

あなたにとっての"希望"はどれですか？

どの物語で、未来を生きたいですか？

人口減少は、「希望がひとつしかない時代の終わり」。

これからは、希望を"選ぶ時代"。希望を"組み合わせる時代"。希望を"つくる時代"。

どの希望も、あなた自身の生き方・価値観からえらんでいい。これは「政策の問い」ではなく「生き方の問い」です。