

地に生きる、地を生かす

地域人

CHIKIJIN

第63号



巻頭インタビュー

枝廣淳子

環境ジャーナリスト

幸せ経済社会研究所 所長

特集

健康で幸福な まちをつくる

P A R T 3

共生社会の実現

就労と居場所
村木太郎

大正大学地域構想研究所 教授

ごちゃまぜの思想
清水愛美

シェア金沢 施設長、社会福祉法人佛子園 理事

P A R T 4

ウェルネスと コミュニティ

日本型ウェルネスツーリズム
荒川雅志

琉球大学国際地域創造学部/
観光科学研究科 教授

生き心地のよいまち
岡 檀

情報・システム研究機構
統計数理研究所
医療健康データ
科学研究センター
特任准教授

P A R T 1

医療からのアプローチ

対話する医療

孫大輔

鳥取県日野町 日野病院 医師

地域づくりをする医療

高見 徹

鳥取県日南町 日南病院 名誉院長

P A R T 2

テクノロジーとデザイン

弱いロボット

岡田美智男

豊橋技術科学大学情報・知能工学系 教授

健康へのデザイン

花里真道

千葉大学予防医学センター 准教授

連載

養老孟司

鎌田 薫

島蘭 進

小峰隆夫

森まゆみ

二宮清純

岩村暢子



特集インタビュー

井手英策

慶應義塾大学経済学部 教授

大正大学出版会 編集・地域構想研究所

淳

環境ジャーナリスト
幸せ経済社会研究所所長
株式会社未来創造部代表取締役

子

幸福を支える

地域のレジリエンスとは何か

聞き手●渡邊直樹 本誌編集長 写真●藤牧徹也 写真提供●株式会社未来創造部

枝廣さんは、環境・エネルギー問題に関する

さまざまな活動を展開している。

幸福度やレジリエンス（しなやかな強さ）を

高めるための考え方や事例の研究と紹介を通して、

持続可能で幸せな未来の共創を目指す

枝廣さんを熱海に訪ねた。



熱海湾に面したスカイデッキで。

枝

巻頭インタビュー

廣



渡邊 「幸せ経済社会研究所」という名前は どうして決めたのですか。

枝廣 もともとは1998年ぐらいから環境問題に取り組んでいました。2007年に元米国副大統領アル・ゴア氏の『不都合な真実』の翻訳をさせてもらったり、温暖化から生物多様性、水問題など、本を書いたり、企業の取り組みを手伝ったり、いろいろなことをやってきました。

そのなかで、環境問題を根本的に解決するには、幸せと経済と社会のことを考えざるを得ないと思うようになってきました。問題に対して規制や条約を作っても対症療法ではない。次々と環境問題を生み出している根源的なところを何とかしないといけない、と。

では、その根源的な問題は何かというと、「幸せ」をどう考えるか、ではないか。何があれば幸せになれるのか？ お金があれば幸せになれると皆が思っているので、儲けるためには環境を壊しても仕方ないと考える人が少なくないし、経済も短期的な経済効率の最大化を求める仕組みになってしまっている。株式会社であれば、株主価値を最大化しないといけない。そういった中で、本当に大事な、次世代や環境などはどうしても、ないがしろにさ

れる。社会の仕組みにしても、社会関係資本がしっかりしていれば、実はそんなにお金をかけなくても安心で幸せに暮らせるけれど、それがなくなってしまうた都会では、防犯サービスを買わないといけないとか、自分で身を守るためのお金も必要になってきますよ

はあり得ないと思って、そういったことを考えたり勉強したり発信するため、機能として研究所を立ち上げました。「研究所」という建物があるわけではありません。

実は、研究所をつくるときにいちばん重要視していたのは、「脱成長」だ



熱海のまちづくりの拠点となる株式会社未来創造部の2階で。1階は地元の人たちが集まるカフェになる。

デニス・メドウズに、『脱成長研究所』をつくろうと思っているんだ」と言ったら、デニスが「考え方は正しいけど、その名前は変えた方がいい」と。

渡邊 「脱」がいけないと？

枝廣 ええ。否定されると、皆そこで止まるから、「何々がダメだというより、何々がいい、という名前にしなさい」と言われて、それで「幸せ経済社会研究所」という名前にしたんです。

幸せ経済社会研究所の3つの活動

渡邊 研究所では、どんな活動をされていますか。

枝廣 大きく3つの活動をしています。1つは、自分たちが「幸せ」と「経済」と「社会」、もしくはそれらの重なっているところを勉強していく必要があるので、月1回読書会をしています。ちょうど第100回を迎えたところで、時々著者にもゲストとして参加頂いたりして、皆で勉強します。

またさまざまな調査をしています。3〜4年ごとに「人々は経済成長をどう考えているのか」という世論調査を行っています。日本や世界がGDP（国内総生産）を増やし続けることは必要だと思うか？という質問と、それ

ね。
渡邊 何をするにも都会ではお金ですからね。

枝廣 もともとは環境問題を何とかしたいと思っていたのが、そのためには幸せ、経済、社会を考え直さないといけない。環境問題だけを解決すること

ったんです。有限の地球の上で、無限の経済成長はあり得ない。そのひずみが環境問題や社会問題になっているので、脱成長を考えたい。そう思って、最初は「脱成長研究所」にしようと思っただけです。私のメンターのひとりです、『成長の限界』を1972年に出した

は可能だと思うか?という質問をします。すると、多くの人が「必要だ」と答えるのですが、「可能だ」と言う人はそれより少ない。つまり、「必要だけども可能じゃない」と思っている人がいて、その割合がどんどん増えていきます。これまでのように「経済成長が絶対に必要だ」という意識が変わってきている。そういった調査の結果をプレスリリースやメールニュースなどを通して、世の中にフィードバックしていきます。

渡邊 それは年代別、性別でも調査をしているのですか?

枝廣 そうですね。回答者の性別、年代、地方か都会かなどは日本の人口分布に合わせているので、世論調査ですね。最近ではコロナ禍で人々のライフスタイルがどう変わったかという調査も行いました。

渡邊 経済の分析をきっちりやっていらっしゃるんですね。

枝廣 そうですね。日本の政府も自治体もこれまで、データとか数字にあまり基づかない政治でした。イメージだけで議論したり、「これまで通り」や声の大きい人に従うだけだったり。それだと上手く行きません。そこで、地元の経済を考えるなら、産業連関表や

買い物調査などでちゃんとデータを取って、経済の状況を見える化し、その上で打ち手を考えましょうというお手伝いをしています。そういう方法が必要だと思う人が増えていて、「地元経済を創りなおす」という岩波新書を出したのが2年半前ですが、ずっと版を重ねています。

多様性、モジュール性と 緊密なフィードバックが必要

渡邊 枝廣さんは、幸福の指標をどのように考えていらっしゃいますか。

枝廣 これまで「幸福」は哲学者の領域だと考えられていましたが、最近では政治家も経済学者も扱うようになってきています。幸福度の測定手法が進歩してきたという背景もあります。私が今最も関心があるのは、幸福を支えるレジリエンス（しなやかな強さ）ですね。外部からの強い力にも折れない強さを持たないと、束の間の幸福はあっても、持続する長期的な幸福は難しいでしょう。なので、レジリエンスをどう測るか、高めるかを研究したり伝えたりしています。一人ひとりの心のレジリエンスもあるし、家族や組織、地域のレジリエンスもあります。が、レジリエンスがあつてこそその幸福

だと思えます。

渡邊 その中でも、特に地域のレジリエンスについてうかがいたいのですが。

枝廣 レジリエンスの構成要素として、世界のレジリエンスの研究者が大体一致している要素が3つあると思っています。1つ目が多様性。1つのものだけに頼っていると、それがうまくいなくなつたときに困ってしまう。たと

今最も 関心があるのは 幸福を支える レジリエンスです

えばオール電化の家は電気が止まつたらアウト。でも、うちは電気も使っているけどガスもある、薪ストーブもあるし太陽光もあるというように、多様性があるとレジリエンスが高まりますよね。

2つ目がモジュール性。普段は全体とつながっていてもいいけど、何かあつたときに、自分たちだけでスタン

アローンで回せるかということです。

これが地域にとつて特に大事なんですね。たとえば、地震が起きて大規模停電が発生した。でも、うちにはソーラー発電がついているから困らなかつたよとなると、それはモジュール性があつたということになります。

渡邊 昨年の台風15号による大規模停電の時も、千葉の匝瑳市では太陽光発電が非常用電源になりましたね。

枝廣 そう、まさにモジュール性ですね。千葉の睦沢町は台風の1週間前に新電力が立ち上がっていました。

3番目が緊密なフィードバック。何かまずい兆候が出たときに、そのフィードバックが正しいところに適切なスピードで届くようになっていくかどうか、ということです。

その3つを地域に当てはめて考えると、1つ目に大事なことは、たとえば、地元の経済や住民の収入源などが多様であるかどうか。企業城下町というのは、企業の業績がいいときはいいけれど、悪いときは大変なことになりますよね。1つに頼り切ってしまう、つまり多様性がないことは危ういのです。2つ目のモジュール性でいうと、ライフランなど止まつても、営みが続けられる地域になることです。特に大

事な食料とエネルギーは、地域の中で自給自足できるようにしておくことと安心です。普段は外から得ていてもよいのですが、いざというときは自分たちで賄えるようにしておくことです。3つ目は、そういう何かの兆候が出たときにいち早く対応できるように、地域の中で情報共有やリスク対応の仕組みができていくかです。これらが地域のレジリエンスの度合いを決するところだと思います。

地域経済を分析する 「漏れバケツ」モデル

渡邊 ちょうど前号の特集に登場していただいた岐阜県石徹白の平野彰秀さんの活動は1つの象徴ですよ。

枝廣 そうですね。平野さんたちの取り組みから学ぶべきは、本当にやろうと思ったら、リスクを取って進めないといけないということです。言葉で地産地消、地消地産というのは簡単なんですけど、言うだけで止まっている地域が実は多くて。「お金がいたらやるだけだね」と。そうではなくて、本当に必要だったら自分たちでリスクを取ってやる。平野さんたちはそれをやっておられますね。

渡邊 平野さんも外資系の会社出身で

ですが、そういう人が地域で増えていきます。女性も多いですね。

枝廣 そう思います。私が関わっている鳥根県の海士町にしても北海道の下川町にしても、東京で外資系とか多国籍企業で仕事をしていった人が、地域での仕事を選択するというケースも多いですね。

渡邊 そういう人たちは東京を手本に思っていないですね。東京を飛ばして発想する。海外から見れば東京も地方も距離は変わらないし、お金は安くすむし。

枝廣 今みたいにコロナ禍でオンライン化が進むと、場所のハンデがなくなるので、東京でワンバウンドする必要がなくなってきましたね。

渡邊 『地元経済を創りなおす』でも紹介されている、地域経済を分析、チ

地域経済から漏れる 最大のものが エネルギーなのです

エックするとき用いる

「漏れバケツ」モデル（図参照）論に納得しました。地域経済から漏れ落ちていく最大のものがエネルギーなんだと。

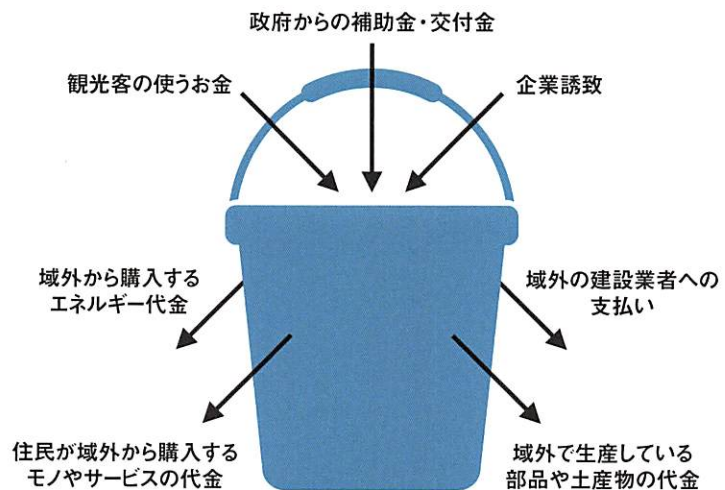
枝廣 そうですね。あの本を出して、皆さんが「漏れバケツってわかりやすい、確かにそうだね」と。これまではお金や企業を地域に引っ張ってくることでばかり考えてきたけど、自分たちの地域経済を漏れバケツだと見たら、穴はどこに開いているのか、どうやって塞いだらいいのかと考えるようになる。

地方創生や地域活性化のお手伝いをしていると思うのは、評論家になっちゃう人が多いということ。市長が悪い、行政がどうだ、前は良かったとか。評論家で止まってしまっているといけないんです。自分たちで打開策を考える、動くといったことが必要だと思います。

日本にも参考になる トランジション・タウン

渡邊 日本の都市も建物も老朽化し、

「漏れバケツ」モデルとは？



電線だらけで、水道管も老朽化して、これらを修繕、メンテナンスし続けていくくらいなら新たなまちをつくらうと、スマートシティ構想なども出てくるのかもしれないが、もう少し人間が住みやすい、人間の香りのするスマートなまちづくり構想ができると思いますね。

枝廣 日本のスマートシティも、テクノロジーが最優先で、技術開発や実証として位置づけられているので、そこ

に住む人の顔とか幸福が見えにくいです
すよね。それだとなかなか人はついて
いけない。大きなスマートシティ構想
よりも、小さい取り組みが広がってい
くことが大事なのかなと思います。

渡邊 イギリスのトットネスという町
の事例を紹介されていますよね。トラ
ンジション・タウンとか。その中から
日本に持ち込むといいなと思ってい
ることもたくさんあると思うの
ですが。

枝廣 トランジション・タウンとい
うのはトットネスで始まった活動です。
何からのトランジション(Transition:
移行)かという、石油に頼り、温暖



化を進めてしまう文明や暮らし方から、
そうではない暮らし方にトランジショ
ンしたいという運動です。トランジシ
ョン・タウンは日本でも、数十カ所で
取り組まれています。市民グループが
勉強会をしている段階で、実践はこれ
からです、というグループもあるし、
具体的なプロジェクトをやっていると
ころもある。日本の中でも進んでいる
のは神奈川県のトランジションの藤野で、
エネルギーも手がけています。世界的
には数千カ所という取り組みがあつ
て、CO₂を出さず温暖化に寄与しない、
枯渇する石油に頼らないように変えて
いく。省エネをして再エネに切り替え
ていく。食べ物も、遠くから運んでく
ると、それだけCO₂を出すし、価格
の変動にも左右されるので、できるだ
け「地消地産」しましょうという考え
方ですね。

渡邊 「地産地消」じゃなくて「地消
地産」なのですね。

枝廣 はい。地産地消というのは地域
でできたものを地域で食べましょうと
いうこと、地消地産は、地域で消費し
ているものを地域で生産しましょうと
いうことです。地域で必要なものは何
かをまず考える。たとえば、徳島県の
神山町では、逆指名型の移住政策とい

うことをしています。今は人口が減つ
ていて、どこも移住者に来てほしいか
ら、普通はとにかく来てくだされとい
りますが、神山町は町の経済を見た
きに、空白になっているところ、たと
えば、昔の商店街の地図を見て、以前
はあったパン屋さんがなくなつて、パ
ンを町の外で買っている。それは漏れ
穴でお金が町の外に出てしまうことな
ので、「パン屋さんをやる人、町に來
てください」と逆指名して、公募した
りする。そういう形で地消するもの、
地域で必要なものを地域で賄うとい
うまちづくりをやっているんです。

るよねと。こういう取り組みのハー
ドの下げ方はすごく参考になります。

**地域から次々に面白い
プロジェクトが生まれる**

枝廣 トットネスでは、食べ物やエネ
ルギー、住宅開発など、面白いプロジ
ェクトが次々と生まれるんです。プロ
ジェクト自体も面白いけれど、私はプ
ロジェクトを次々に生み出す仕組みの
方にすごく関心があつて、それを取材
に行つたんです。

渡邊 どんな仕組みなんですか？

枝廣 日本の地域を見てみると、補助
金がついたら物事が動く、だけど補助
金が止まったら止まる。スーパー公務
員みたいな人がいれば動く、だけどそ
の人が異動になったら止まる。東京か
ら素晴らしいコンサルタントが来て、
その人がいる間は動くけど、いなくな
ったら止まる。

枝廣 トットネスはそういうトランジ
ション・タウンを最初に始めたところ
です。ここ数年はリローカリーショ
ンとか、リコノミー、つまりeconomy
(エコノミー)にrをつけて、地元の
経済を大事にしましょうという活動を
しています。例えば、10%キャンペー
ンというのがあります。それは地元経
済のデータを分析して、「町の人たち
が食べ物に使っているお金の10%を地
元産に変えたら、こんなに大きなお金
が地元に残ります」ということがわか
つたからです。全部変えるのは難しい
けど、10%だったら地域のものを買い

本当はそうではなく、誰かに頼るの
ではなくて、地域自体に次々と取り組
みを生み出す装置があることがすごく
大事だと思つているんです。トットネ
スにはそれがあると思います。取材し
て、その秘密は3つあると思ひました。

1つはデータに基づいた地域の現状
分析。それがきちつと報告書になつて

いて、誰もが見られるようになっていく。だから、途中から入った人たちもそれに基づいて行動できるし、声が大きい人や政治的な力を使おうとしても、「いやいや、これが私たちのベースですから」と言える。まずは、拠り所となる現状分析のデータが報告書になっていることです。

2つ目は、そのデータに基づいて、自分はこの漏れ穴をふさぐために起業したいとか、何かを始めたいという人をサポートする仕組みです。そのために、コワーキングのスペースがあって、1日200〜300円で使えるんです。お金はないけど起業しようという人が切磋琢磨していて、時には税務の専門家や事業計画づくりの専門家が来て、アドバイスをもらえる。そうして何カ月も自分のプロジェクトを練ることができる場所があるんです。

3番目はその結果を発表して実際に事業を立ち上げる場です。そうしないと、プロジェクトは進みませんから。トットネスでは年に1回、地元起業家フォーラムをやっています。町の人が150人ぐらい集まって、午前中はアイズブレイクの町の課題など、いろいろなことを話しあいます。みんなでランチを食べて、午後には予め選ばれ



持続可能な熱海のまちづくりをするために今年9月、株式会社未来創造部を設立、社長に、副社長には熱海マリンサービス株式会社の光村智弘社長（写真右）が就任した。

Junko Edahiro

1962年、京都府生まれ。東京大学大学院教育心理学専攻修士課程修了。

『不都合な真実』（アル・ゴア著）の翻訳をはじめ、

環境・エネルギー問題に関する講演、執筆、企業のCSRコンサルティングなどの活動を行う。

大学院大学至善館教授。有限会社イズ代表取締役。

著書に『レジリエンスとは何か』（東洋経済新報社）、『地元経済を創りなおす』（岩波新書）ほか。

データに基づきプロジェクトを練るサポートがあり、発射台があるんです。
渡邊 それはいいですね。ドキュメンタリー映画になりますよ。

枝廣 はい。私はその3つがトットネスの秘密の装置だと見えています。それは日本の地域にも必要だと思っんです。
渡邊 そうですね。私が日本でも応用できないかなと思っしたのは、土地に関するんです。土地を地域で公有地にするんでしたでしょうか？

枝廣 トラスト（信託）制度です。日本の地域も空き家や空き地、空き店舗がたくさんあってお荷物になっている。それを上手に町の人たちが使えるようにしていけるといいですよ。

一人ひとりに居場所と 出番があること

渡邊 日本でもトットネスのように、地域発の面白いアイデアが出て、いろいろなプロジェクトをやっていく地域が次々に出てくるいいですね。

枝廣 それすごく大事だと思うんですよ。日本でそれに近いとしたら、私が関わっている中では海士町や下川町、徳島県の上勝町などですね。下川も民の力がとても強い。だから、行政を待たずに、民間が次々新しいことを始め

ています。

渡邊 熱海と関わってからのはどのくらいになるんですか？

枝廣 以前から、翻訳や執筆の場としてホテルに1〜2泊して仕事をしていたんですが、ホテルだと昼間の時間が使えないのでマンションを探していたときに、ちょうど熱海にいい部屋があった。それが7年前ですね。でも、週末だけ来て、仕事だけして帰るという生活をしていたので、地域とのつながりは全くありませんでした。半年ほど前にたまたま熱海マリンサービス株式会社代表の光村智弘さんたちと出会って、コロナで籠るんだったら、東京よりもこっちの方がいいやと思って、こちらで暮らすようになったんです。

これまで私が地方創生をお手伝いしてきた町はいずれも人口数千規模で



今年8月24日には、海洋プラスチックプロジェクトを開催した。

数万人規模の まちづくりを 熱海でやってみよう

す。地方創生をやっている人たちとよく話すんですが、数千人の町は変えやすいかもしれないと。人数が少ないので、変化は見えやすいし、早く動くことができる。また、東京都や横浜市ほどの規模になると、都庁や市役所に専門的な組織ができるので動く。他方、一番難しく、なかなか動かないのが数万人〜数十万の都市ですね。

渡邊 どこもシャッター商店街ですね。

枝廣 町の人たちも職員もワガコ化するには規模が大きい。だけど優秀な専門部署を抱えるほどは大きくない。担当者がいないと動きませんから、そこがすごく難しい。熱海の人口は3万6000人です。今回は数万人規模のまちづくりを、ご縁ができた熱海でやってみようと思われました。しかも外部のアドバイザーとしてではなく、フィ

ールドのプレーヤーとしてやってみようと思ひ、光村さんと株式会社未来創造部という会社を作りました。このビルの1階マリン・スクエアは地元のさまざまな活動をしている人たちが集まるカフェに、2階は東京の人たちが勉強や仕事の場として使えるワーケーションのスペースにして、相乗効果を創り出しながらいろいろな活動を展開しようとしています。1つは、熱海の町の産業をちゃんと見える化して取り組みのベースをつくること。観光客はたくさん来てくれるけど、町の経済は漏れバケツ状態です。たとえば、旅館で出す食事の食材はどこから来ているか。

渡邊 地域の中でお金が循環していないですね？

枝廣 はい。市役所や商工会議所の青年部、町の事業者の方々と一緒に、地元経済のどこに漏れ穴が開いているのかを分析して、ふさぐ取り組みを考えたという勉強会をスタートします。

渡邊 河川のプラスチックゴミの回収などもされていますね。

枝廣 はい。これは相棒の光村さんがずっと大事にされていることです。海のプラスチックゴミが問題になっていますが、その8割は陸から、その多く

が川から流れ込んでいます。そこで、糸川の河口にゴミをキャッチするネットを船で張り、プラゴミを回収する取り組みを行っています。魚の遡上を邪魔してはいけないので、ネットは水深1mだけに張るなど工夫しながら実験的に始めました。海辺のプラゴミの状況を見たり、プラキャッチをやったりという環境教育も進めつつ、

地域の人の居場所と出番をつくれたらいいなと思っています。一人ひとりに居場所と出番があることが幸福や健康につながると思っています。たとえば誰もが立ち寄れるこの場所があれば、お年寄りが楽しみにして歩いて来る。それは健康にもつながります。

またマリン・スクエアはビーチの目の前という素敵な場所にあります。私たちはここを「海への入り口」「地球への入り口」「本当の自分への入り口」にしたいと思っています。地元の方も外からいらつしやる方も、忙しい毎日から少し離れて、自分をからっぽにできる、そんな場所になったらいいなと。

渡邊 今後の展開が楽しみです。



ワーケーションのスペースになる株式会社未来創造部の2階でのインタビュー。