

C E L

Culture,
Energy
&
Life

vol.
104

July 2013



Special Feature / Beyond ON-OFF

特集 / 余暇から本暇へ

Contents →

枝豆

Green Soybeans



大豆を未熟のうちに食する枝豆。子ども時代の夏のおやつ定番であった。湯掻きたてに粗塩。竹で編んだざるの上から、湯気がもうと上がる。これを陽射しの届かぬ部屋で食べた。枝豆は、体内の水分調整に効を奏す。少なれば保ち、多ければ出す、という働きがある。栄養価が高いだけでなく、夏の体調管理にも都合が良いというわけだ。枝豆のようなおやつは、食物の成分がどうこう言われたす前から普通にあった。今もこれからも、そうであって欲しい。



水茄子

Eggplant

農作業の合間に茄子をかじって熱中症を防ぐ、という大袈裟に聞こえるかもしれない。その9割以上が水分。その場でいって食べる茄子は、ペット・ボトルなどから摂る水分よりも体に浸みる。「冷えた人は食すべからず」と言うがその通り。体の裡がひんやりとする。水茄子に蓄えられた水分は殊に甘い。一夜漬けなどは瑞々しくて喉が鳴る。日射しが強くなる前の皮が軟らかいうちは生のまま味噌をつけてかじるのがうまい。

夏の

恵み

夏から秋へ
暑い時期に
体調を整える
植物

Kino Megumi From Summer to Fall

猛暑、冷房、朝晩の寒暖差……。7月から10月は、とかく体調も崩れがち。大地の力で体を整えて、爽やかな秋を迎えたいものです。



みょうが

Japanese Ginger

平安時代の女房装束のような、重なり合った色が美しいみょうが。夏場に限らず、食欲をそそられる。香りに含まれるαピネンという成分は、血管を拡張して血行を促進する。体の隅々に血がいき渡ること。部分的に溜まった熱が拡散し、体温が下がる。血の巡りが良くなれば、頭も冴える。心も落ち着く。願ったり叶ったりというわけだ。大酒神社の摩多羅神(またらしん)。念仏、或いは芸能の神)が手にしているのはみょうが。うちに籠った熱を払って心を穏やかに。さすれば道も開けるといふことか。

ローズマリー

Rosemary

最近観葉植物として、庭先や鉢植えなどで見かけるようになった。耐寒性、常緑性を兼ね備え、虫除けになり、料理にも使える。実に重宝な植物である。歴史は古い。地中海沿岸の原産で、古代ギリシャに於いて、儀式、医学、料理に重用されていた。夏の屋内は逃げ場に困るほど冷房が効いていて、体が冷え切ってしまう。そんなときは、湯船にローズマリーの精油を2〜3滴たらして入ることにしている。縮こまってこわばった筋肉がほぐれ、頭の中がすっきりする。

文・三浦俊幸
料理人、野菜農家。中医学や東洋医学と食事との融和を実践。現在、長野県で野菜を作り注文販売も行っている。

画・川口澄子
画工。日常に潜む非日常の可笑しみを観察し画帖に描きとめる。著書に『旧暦ラ イフ温故知新』など。三浦氏との共著に『七十二候美味禮讃』。

余暇とは、一般に「仕事以外の、私のための時間。暇な時間」と理解される。しかし、この余暇を、たんなる暇以上の存在、たとえば、その人本来の創造性を秘めた時間と捉え、「本暇」と呼ぶことは可能だろうか？ 余暇を創造的な時間⇨本暇へと転換するために、有限な時間をどのように活かすべきか。本特集では、余暇、ひいては時間について再考するため、さまざまな角度から検討を加えてみる。

Special Feature
Beyond ON-OFF

創造的な時間への転換術

余暇から本暇へ

いつも寝ていることからその名が付いたとも言われるネコ。彼らは、暇を持て余しているのか、はたまた深遠な思索を重ねているのか。

Photograph by Iwago Mitsuaki

「余暇」について再考する

余暇とは何か

「余暇」という語は「余り(あまり)」「暇(ひま)」という、積極的イメージを感じさせない言葉によって構成されているため、それほど重要な価値を持たないと思われるかもしれない。しかし、生活者が幸福を実感したり、家族との交流や健康を実現したりするためには欠かすことのできない時間である。

では余暇とは何なのか。あらためて考えてみたい。例えば、経済学では余暇を以下のように定義している。まず1日(24時間)のうち、生きていくために不可欠な、睡眠、食事などに必要な時間を除いた広義の可処分時間を計算する。次に個人は、その可処分時間を「労働」と「余暇」に振り分ける。

もちろん、人によっては仕事が生きていくのであるとか、余暇との境目を意識していないという人もいる。睡眠や食事も必要以上に時間を費やすのであれば、そこに余暇的な意味が存在するとも考えられる。余暇といっても一様ではないのだ。

大阪ガス(株)エネルギー・文化研究所では、余暇に関する考察を深めるための基礎資料として、2013年3月、「生活における余暇」についてアンケートを実施している(*)。

その結果、人により余暇のイメージが異なること、余暇に対する考え方や行動の違いに応じてグループ分けができること、そのグループごとに余暇満足度を高める要因が異なるのではないか、という示唆を得た。

- ・有効な時間活用ができているか
- ・こうありたいと願う自分を実現できているか
- ・束縛がなく自由か

全グループの共通項

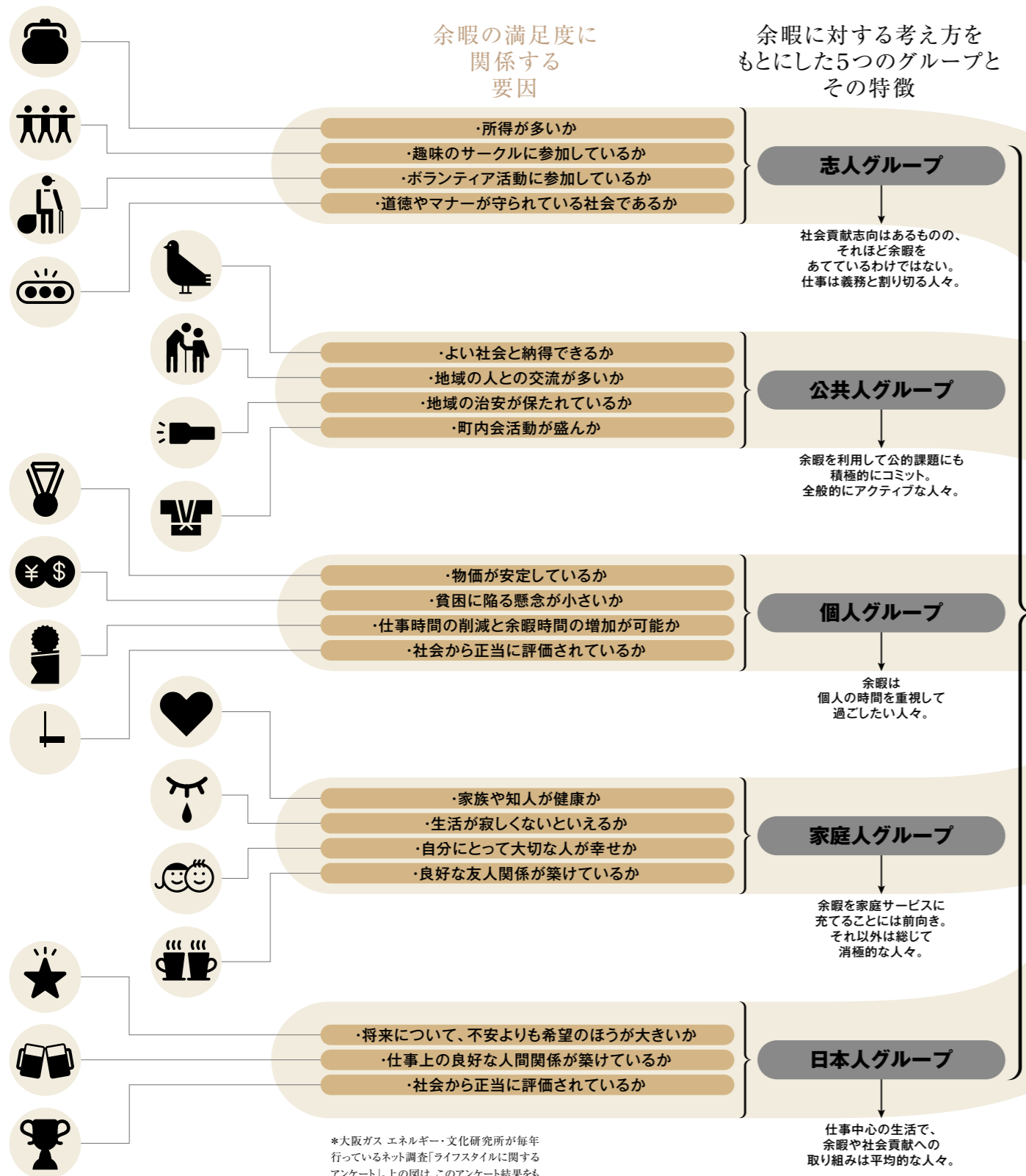
余暇に対するイメージは人によって異なるものの、余暇は、活用次第でさまざまな創造力を発揮できる、潜在的価値の大きい生活資源でもある。余暇の持つ潜在的可能性を活性化することが、生活者ひいては社会のウェルビーイング(よい生き方)につながるはずだ。なぜなら、今まで余暇に対する深い洞察は試みられてきたとは言えず、そのイメージや生活者ごとの構造、その活性化をウェルビーイングにつなげるためのルート(パス、行程)が明らかにされていないからである。私たちは余暇についてもっと深く考察すべきではないだろうか。

「ワーク・ライフ・バランス」の重要性についての社会的理解が高まった今日、公と私のバランスのみならず、「私」の時間をいかに活性化させるかが、人生の質(クオリティ・オブ・ライフ)を問ううえで重要なテーマになっているのだ。

余暇から本暇へ

本特集では、余暇(自由になる時間)はどのように活用されるべきなのか、また、どうすればその時間を作り出すことができるのか、参考となるさまざまな事例や知見を紹介したい。また、今後、余暇というものを、もっとダイナミックな存在、例えば「本暇」という言葉で捉え直すことで、より効果的な時間活用へとつなげることができるのではないだろうか、ということも提案したいと考えている。

満足な余暇のためには何が必要ですか？



*大阪ガス エネルギー・文化研究所が毎年行っているネット調査「ライフスタイルに関するアンケート」。上の図は、このアンケート結果をもとに作成した。余暇や時間活用に関する7つの質問への回答内容をもとに生活者を5つのグループに分け、グループごとに余暇満足度と関係する要因と思われるものを導き出している。調査結果の分析に関する詳細は、大阪ガス エネルギー・文化研究所のWEBサイトに掲載。

4月初旬、いまだ深い雪に覆われた畑に
愛用のバイオリンを持って立つ牧野さん。
農業従事者が主要団員の
「農民オーケストラ」を率いる。

牧野さんの手にあるのは、
自らが有機栽培で育てた「貝豆」。
インゲン豆の一種で北海道の在来種だ。

Special Feature / Beyond ON-OFF

Part
1

農をなりわいとする人たちには、
「農閑期」という余暇がある。
この期間に集中的に
練習し、年に一度
コンサートを開く
ユニークなオーケストラが、
北海道にあるという。
余暇はいかにして芸術へと花開くのか。
代表の牧野時夫さんにうかがった。

取材・執筆／野村 麻里 撮影／名取 和久

大地に響く人生

のシンフォニー

大自然のリズムとともにある農業。
その農閑期に練習を重ね、
年に一度、
披露目のコンサートを開く。



清明な水を湛える余市川。
余市は、ウイスキーの醸造
所があるほど水のいい町と
して知られる。また北海道
の中では温暖な気候である
ため、果物の栽培が盛んだ。

室内楽もできるドームハウスを建築中。
使っている北海道産カラマツには
ねじれる性質があり、ドーム向きという。

収穫した果実は
ジャムやジュースにして販売する。
写真はルバーブのジャム。

Special Feature Part 1 / Document



春先というのに、北海道・余市は一面の雪に覆われていた。真っ白な丘の斜面にサクランボの木が整然と林立する畑で、牧野時夫さんが枝の剪定に励んでいた。12月から翌年2月へと続いた約3カ月間の「農閑期」を終え、次の実りに向けての作業が始まっているのだ。

サクランボの他に、ブドウ、リンゴ、ジャガイモ、カボチャ、ダイズなど多品種の作物をすべて有機農法で栽培する牧野さんは、もうひとつ、別の顔を持っている。農業に関わる人を中心に結成された、ユニークな楽団の代表としての顔である。

農民だけのオーケストラ

「北海道農民管弦楽団」、通称「農民オーケストラ」は、1994年夏に結成され、20年近く北海道で活動を続けてきた。現メンバー約80人のうち、農業従事者が十数名、他に農業試験場の研究所員や農業改良普及員、大学の農学教師、農業を学ぶ学生などで構成されている。練習はもっぱら農閑期に行い、毎冬、年に一度のコンサートを開いている。

メンバーは道内中に散らばっているのですが、ひとたび練習となるや、遠く中標津や別海、美深など、何百kmも離れたところから練習場所の札幌に集まってくる。全員が揃うのは難しく、11月頃から始められる、たった10〜12回の

治が理想とした生き生きとした文化はまだ実現できていないと思うんです。時代は違うけれど、自分が達成できたら、と」

賢治没後80年にあたる今年（2013年）1月27日、農民オーケストラは、岩手・花巻で第19回定期演奏会を開き、「岩手農民大学」が制定する第22回「農民文化賞」を受賞した。花巻で『田園』を演奏できたのはよかった、と牧野さんは顔をほころばせる。ベートーベンの交響曲第6番『田園』は、賢治が最も愛した楽曲であり、第1回コンサートでも演奏した、思い出深い曲なのである。

生きることは、表現すること

練習の合間には、音楽の話よりもむしろ農業の話をする人が多いという。近しい農家仲間だけで話すのとは違い、メンバーにはいろんな分野の農業関係者がいる。研究者と、多様な角度から農業の話することもできる。練習の場は、貴重な情報交換の場にもなっているのだ。おもしろいことに、オーケ



余市に住むメンバーで行う練習は、公民館の一室で。子どもらや赤ちゃんも交え、リラックスした和やかな雰囲気演奏が始まる。

Special Feature Part 1 / Document

農民が いかに芸術を 興せるか

大阪生まれの牧野さんは、3歳でバイオリンを始めた。北海道大学農学部

練習で本番にのぞまなければならぬ。集まる機会の少なさを補うべく、時に合宿を組み、本番直前の長時間練習を欠かさない。それでもメンバーが「オーケストラの活動が生きがい」「農閑期の活動が楽しみだから、春夏の仕事が頑張れる」と言ってくれると嬉しい、と牧野さんは語る。

ストラを始めてから農家に転じた人もいるという。そこが普通のアマチュア・オーケストラとは違うところで、と牧野さん。

「音楽は、生きるために絶対に必要なものではない。けれど、芸術のない世界に生きる価値があるのか、と思うんです。人間に生まれてきたからには、人に何かを伝えたい。その手段が、芸術なんだと思います」

娯楽として享受するだけでなく、表現として音楽をやることに、意味があるのだ。

「伝えたいことを言葉にするのは難しい。でも音楽なら、言葉よりもストリートに伝えられることがある。農家がやっているオーケストラだから伝わるものがあると思っています。農業は食べていくための手段ですが、農業は食っていきながらこそ、好きな音楽もできるんです」

牧野さんは、コンサート会場の手配や宣伝などの準備作業も担う。同じ会場を使えば多少楽になるが、手間をかけても毎回会場を変えている。道内中にメンバーがいるし、より多くの人に演奏を聴いてもらいたいと思うからだ。

メンバーの男女の割合は半々くらいだが、年齢は10代後半から70代と、実に幅広い。なかには、40歳を過ぎて初めてバイオリンを弾き始めた人もいるという。

「十勝の農家で、始めた頃は楽譜が読めずに全部暗記していたという男性がいましたよ。でも始めて3年目には、もうコンサートに出ていましたからね」

と、こともなげに話す牧野さん。オーケストラにいろんなレベルの人がいることは、さほど問題ではないのだという。

「管楽器は、オーケストラにおいては、基本的にひとりパートすべてを吹かなければならないので、ある程度はできないといけません。バイオリンなどの弦楽器は大人数で1パートを演奏するので、極端に言えば、弾けるところだけ弾けばいい（笑）。コツはいるけど、初心者でも弾きやすいんです。チェロは、楽器の構え方が比較的簡単だから、さらに始めやすいですね」管楽器は、肺活量が必要から70代くらいまでかな。弦楽器なら、80代、90代でも続けられますよ」

へ進み、大学の交響楽団に所属。卒業後は、山梨と岡山でワインメーカーに勤務する傍ら山梨交響楽団や岡山交響楽団でコンサートマスターを務めるなど、学業や仕事と演奏活動とを両立させてきた。農民オーケストラの構想を考えたのは、大学時代。農家によるオーケストラをつくらうと思った理由を「田舎ではなかなかクラシックを楽しむ機会がないし、クラシックと聞くと敬遠する人もいる。農村で、農閑期の間、何かクリエイティブなことができればと思ったんです」と、語ってくれた。

農村でクリエイティブな活動を、という牧野さんには、大きな先人の影響があった。宮沢賢治である。

作家であり、教師であり、農民でもあった賢治はまた、音楽を愛する人でもあった。不器用なチェロ奏者の物語『セロ弾きのゴーシュ』を書き、自身もチェロを演奏し『星めぐりの歌』といった楽曲を残している。さらに、農民がいかに芸術を興せるかという芸術論『農民芸術概論綱要』も著した。

賢治はまた、農学校の教師を辞めた後、農民塾「羅須地人協会」を開いたが、ここでは農業技術を教えるだけでなく、レコード鑑賞会を開いたり、楽団を結成して楽器の練習に励んだりもしていたという。

「僕は、童話や詩よりも『農民芸術概論綱要』で書かれたような、彼の生き方に興味がある。彼がやるうとしたことに魅かれたし、現代の農村でも、賢

と、実におおらかなのだ。

余暇が育てた 芸術

最後に、余市に住むメンバーが集まった練習会でその演奏にふれることができた。公民館の一室に十数人が集い、子どもらがのびのびと遊び、譜面台横に置かれたベビーベッドで赤ちゃんが機嫌よく笑う和やかな雰囲気の中、始まったのは、パッヘルベルの『カノン』である。部屋はたちまち温かな空気で満たされ、ホスピタリティにあふれた演奏が、聴く者の心を優しく包みこんでいくようだった。これこそが、彼らにしか出せない、唯一無二の音である。

農業という労働で結ばれた人たちが、農閑期という余暇を使ってやるからこそ、成し得る表現がある。賢治が今、農民オーケストラの演奏を聴いたら、どんなにか喜んだことだろう。ふとそんな想像をしてしまうほど、音楽を奏でる幸せに満ちた「時間」が、そこには在った。



農業関係者といつても
分野や所属団体はさまざまで、年齢も幅広い。
みな演奏を心から楽しんでいる。

治不共亂武備
相誇實為益友
俱護國家

隠居のつとめ

江戸の殿様は
いかに文化的
「余生」を
すごしたか

江戸時代の武家社会には、多くの「隠居大名」が存在した。「ご隠居」と聞き、さぞ暇を持てあましておいでかと思いきや、意外なほど忙しい文化活動を行っていたのが、かれら隠居大名。現代人が時間の使い方を考える上でも、おおいに参考とすべき生き方ではないだろうか。



三勇図（松浦史料博物館蔵）。一番右に描かれているのが、本稿に登場する松浦静山公。隠居した後、江戸時代史料としても貴重な随筆「甲子夜話」をなした。この画は、静山公が、松代藩主真田幸貫（ゆきつら）と黒羽藩主大関増業とともに徳川斉昭のもとに招かれた折に描かれたという。



Special Feature / Beyond ON-OFF

Part

2

天保二年嘉平月
十八日夜於清純
湖奉
命加寫 臣内藤業昌

徳川時代の日本は300ちかい藩にわかれていた。『江戸諸藩要覧』という書物を見ると、加賀100万石のような大藩があるかとおもえば喜連川5000石といったかわいらしい藩もある。つまり日本には300人ほどの「殿様」がおられたのだ。

だが、19世紀はじめの文政年間になるとその3分の1にあたる100ほどの藩は「隠居大名」という先代藩主をかかえていた。つまり一定の年齢に達した殿様は家督を息子なり縁者なりにゆずって、藩政という政治の実務から引退し「隠居」になったのである。

こうした「隠居大名」は、これといってしごともなく、生活のほうはちゃんと現役の藩主がみてくれているからべつだん不自由もない。好きなことをやって余生をすごせばよろしい、という結構なご身分。しかし、ただボンヤリと毎日をすごしていたわけではない。これら「元」殿様たちのおおくは隠居しても、いや隠居になったからこそ、なすべき「つとめ」をもっていたようにみえる。

文化人として 生きた

殿様たち

ってからは西山荘に隠居して梅里と号し、領内の文化財保護にあたったり『大日本史』という大著の編纂に手をつけた。この大著はその後、水戸藩にうけつがれ、幕末の「水戸学」の基盤をつくることになった。ついでながら、あの「漫遊記」はのち、講談師が創作したものだ。ホンモノの光圀はひたすら学究の道をあゆんでいたのである。

そのドラマ『水戸黄門』のなかで悪役に仕立て上げられている柳沢吉保もじつはたいへんな文化人であった。將軍綱吉の側用人、つまり秘書官のような要職にあった吉保は殿様としては川越藩8万石。このひとは萩生祖徠をはじめ儒学者のパトロンになり、学問を奨励したが、和歌にあかるい歌人。壮大な庭園をみずから設計し、7年の歳月をかけて完成させた。『古今和歌集』の序文に書かれた和歌の六つのモチーフにちなんでこの庭園を「六義園」と名づけ、みずからの隠居所をこの庭園のそばにつくった。柳沢家は代々この庭園をうけつぎ、孫の信鴻は源氏物語から俳諧まで手をのびした文学者。さらにしばしば劇場にも足をはこん

夜話』がうまれた。当時の政界から市井のウワサ話まで、雅俗、硬軟とりまぜてこの随筆は貴重な史料になっている。

戯作といえば長州の殿様毛利斉元はくだけたことが好きで、汁粉屋の鹿都部真顔に師事し、柳桜亭、土筆亭和氣有などとぶざけた俳名で「ぬしの心に誠があらば、つらいつとめもいとやせぬ」などという色っぽい俗謡までのかしている。この殿様の側室は戯作者山東京山の次女、とい

うから念が入っている。ちよつと行き過ぎだがイキな殿様である。こんな事例をとりあげていたらキリがない。儒者もいれば書道家も

いる。茶人として名高いご老公もいるし蘭学を奨励した隠居大名もいる。だいいじなことは日本の「ご老公」たちのすくなからぬ部分がいろんな分野にわたってその「余生」を文化的貢献にささげた「文化人」であったという事実なのである。戯作や狂歌といった大衆文芸は武士と町人という階級の壁をやぶる重要な役割をたした。教科書が教えるような厳格な階級制度が実質的に江戸末期になくなっていったのも隠居大名のこうした活動によるところが大きいのだ。

その業績は現代日本にも継承されている。さきほどの六義園は特別史跡としていまも東京に健在だし、岡山の池田家の蒐集品はそのまま美術館になっている。尾張徳川家の膨大な図書は蓬左文庫という図書館になり、金沢の成巽閣や能楽美術館は、いずれも加賀100万石の栄光をつたえる。これらはすべて各藩の殿様とりわけそれぞれのご隠居の力によるものだったのだ。現代日本文化の基礎は江戸期の「ご老公」がつくったものだった、といっても過言ではない。

隠居にも 義務がある

カネとヒマがあるのだから当然じゃないか、といえはそのとおりだが、じつはカネとヒマがあるからこそそれに期待される「つとめ」が、高貴なるものの「義務」というやつ。はじめた文化事業に乗り出されたわけではなかったということだ。かれら

で歌舞伎の劇評から芝居茶屋の献立までを記録にのこしている。それから1世紀が経過して、こんどは松平定信という人物があらわれた。宝暦8(1758)年の生まれで吉宗の孫にあたるから、もともと將軍候補者のひとりだったのが、あれこれの事情から奥州白河の藩主になって老中に任命される。こんにちでいえば地方県知事が総理大臣になったようなもの。おおいに手腕をふるって「寛政の改革」の中心人物となつたけれど、形勢利あらず、失脚してまた白河にもどって殿様。そして55歳のときに隠居してみずから「楽翁」と号し、さまざまな文化活動を開始した。まず家に伝わる舞楽を復興し、みずからも舞の稽古をはじめた。また絵画にも興味をもち、谷文晁をはじめ多くの画家に平家物語絵巻などを描かせた。庭の植物をあつめて図鑑をつくったり、医学、薬学に手をのぼして保健衛生に関する書物を編纂したり、そうかとおもうと和歌を詠み、俳句にしたしみ、茶道についての著書もある。随筆も1冊や2冊ではない。それにこの隠居大名は政治家としては禁欲に徹していたが、じつは戯作文学にも手をだしていた。たいへんな趣味人とい

文筆の 世界にも

おおいに貢献

この時代の有名な随筆家としては九州松浦藩のご老公松浦静山のことを忘れてはならない。この殿様は平戸6万石で定信と同時代人。かれは江戸にとどまらず幕府の要職につくことを夢みていたが思うにまかせず、結局文化3(1806)年、47歳のときに定信に宛てて隠居願いをだす。隠居になれば領地に帰る必要もないし、隠居大名は原則として江戸居住ということになっていたから、静山はこれを機会に本所の下屋敷にひきこもることになった。隠居といってもこのお屋敷、敷地1万坪。毎年1万石の手当が支給され、この敷地内には数十人の家来が住んでいたから実態は大名暮らしそのものである。この隠居所に出入りするのには町人、僧侶から相撲取りまで雑多で、みんなが世間話やゴシップをもつてくる。浮世絵や戯作にも興味をもち、あらゆることに興味をもつた。その環境のなかでかれはみずからの経験だの、日々のできごと、読書記録など雑多な内容でコマメに随筆を書きつづけた。静山の隠居所はいわば私設の雑誌編集部のようなもの。その結果、正統合計300編にちかい『甲子

は現役の殿様時代から学問や芸術にしたしみ、その集大成として隠居後、それぞれの趣味の世界に没頭なさったのである。それまでの蓄積が一挙に開花したのだ、といってもよい。ふだんからの心がけあってこそ、随筆を書いたり和歌を詠んだりすることができたのだ。じつさい、さきほどあげた毛利の殿様などは事情あって若いころから殿様だか隠居だかわからないような複雑な立場におられたから、あれだけ徹底的に洒落た生活に耽溺なさる余裕があったのではないかとわたしはおもっているが。

つまり、隠居してから、さてこれを機会になにか趣味をさがそう、というのでは遅いのである。じつさい落語に登場する「横町の隠居」がアヤシゲで滑稽なのはかれらが付け焼き刃のタヨリない知識をひけらかすからだ。いい例が「茶の湯」である。隠居したのはいいが、隠居らしく茶の湯でもやってみよう、というので青いキナコだのムクの皮だのでアブクをたてて失敗するというお笑い。このヒントになったのは文化3年刊行の『茶菓子』という笑話だということからちょうど『甲子夜話』の同時代である。いまからかぞえるとほぼ2



世紀まえ。たぶん、そのころから日本の「隠居文化」がうまれたのだろうが、それだけに準備周到、その日にそなえたホンモノの隠居と俄仕立ての滑稽な隠居との落差はおおきいのである。隠居だから自由というのはそのとおりだが、隠居にはほんとうは「つとめ」があるのだ。そのほうが本人にとつてもたのしいのではないか。

加藤 秀俊

Katou Hidetoshi

かとう・ひでとし／1930年、東京生まれ。一橋大学卒業後、京都大学人文科学研究所助手、同教育学部助教授、学習院大学教授、放送大学教授などを歴任。スタンフォード大学など海外の大学でも研究・教育に従事した。現在、中部大学学術顧問。社会学博士。
http://homepage3.nifty.com/katoh/

日本人は上手にヒマを作れるか？

日本人は今、余暇を十分に活かしているのでしょうか？
日本で長く生活し、日本人以上に日本についての洞察を
深めているケイト・クリッペンステーン氏、
ドイツ文学・ドイツ語文化に造詣の深い池内紀氏、
CEL研究員鈴木隆が、日本人の働き方、人生の楽しみ方、
時間の使い方について、
海外からの目線をからめつつ語り合います。

撮影／須田 俊哉

Ikeuchi Osamu

Kate Klippensteen

Loose

Suzuki Takashi

Special Feature / Beyond ON-OFF

Part

3

スがとれてくる時代だと思っていたのですが。

最近でも、居酒屋などで、皆同じような服装をして、上司らしき人が、いわゆる「オヤジギャグ」というのでしようか、何か言うと、皆一斉にどっと笑う。ぼくがかつて願っていたような若い人たちの個人生活ではなくて、むしろ、集団に依存する傾向が強くなってきているのでは、と思います。

——いかに「個」を確立し、「個」で過ごすことができるかが、要のようですね。

情報から 解き放たれて 歩く楽しさ

——定年後などの時間の過ごし方について、より具体的なアイデアをうかがいたいと思います。

池内 ぼく自身のことです。まず、「1人オリピック」と称して、4年にひとつ、何か新しいことを必ず始める、と決めていきます。歌舞伎、映画、町歩き、居酒屋とか。今年から4年間はこれをやってみようと、自分に対する一種のゆるやかな課題を出しているんです。

「1人オリピック」には必ず出場できませんし、4年ぐらいやると、けっこう上達するものです。少なくとも20から30くらいはやることを持っていて、そのなかで得意なものが5つ、なかで見つけますから、ちつとも不便はありません。例えば町歩きをしていても、電車の中でも、風景や人を見たりするときに、情報を持たない方がよく見えるような気がします。

旅行先でもそうです。ガイドブックに出ているところしか行かなくなる。ガイドがなければ、自分の目で責任を持って店でもなんでも選びますから、店との関係も自然にできる。今では、情報を持たないことが、かえって豊かなことなのではないでしょうか。

ケイト 好奇心を持つことにもつながってきますね。好奇心といえば、私は犬を飼っているので一緒に歩くことが多いのですが、犬は思いもよらないコースであっちこちに動きます。私の住んでいる白金、高輪といったところには古い建物が残っているのですが、そのおかげで、偶然、意外なほど古くから残っているお屋敷に出会えたりします。**池内** 歩いている時間というのは、いいものです。例えば、最初の恋人とか、小学校の先生とか、いろいろな人が出てきて架空対話ができます。あんなに楽しい時間はありません。名所とか旧跡である必要はありません。近くの町でもいいから、ちよつと違う空間に自分を置いてみると、感覚が非常に活性化して、全身が生き生きしてくる。

そして、何度も言うようですが、情報を介在させないことが大切です。自分の体だけに任せてしまわないと、好奇心が働かない。

鈴木 「逍遥学派」というのもありま

も好きなものが3つ、それくらいでないと、趣味というものは全然支えにならないですね。

ケイト 趣味という言葉もちよつとピンとこないですね。英語で「hobby（趣味）」という言葉には、あまりいい響きがありません。好きなことを自然にやっている、という感じがしないです。「乗馬が好き」とは言っても、「趣味は乗馬」という言い方はちよつと……。

きつと、若いうちから、何か好きなことがあって、夜や週末は家族と一緒に過ごせて、というスタイルがうまくできていれば、個人のメンタルヘルスにもいいし、会社や社会の健康にもいいのではないのでしょうか。

池内 やっぱ、若いうちに、小さいうちに一度やったものでなければ、改めてやっても生きてこないですね。上手下手は別にして、高校時代などに遊びのなかでやっていたことが、何十年かあとで生きてくる。どこかにルーツがないと、糊で貼りつけただけの趣味はすぐにはがれてしまいます。

小さいうちにいろいろやらせておくのはいいことなんです。もちろん、「稽古事」じゃなくて、例えばひとり旅に行かせるとか、自分の責任でやることです。

——今、学生たちは、将来自分にとっての楽しみをみつけられるような蓄積をしているのでしょうか。

鈴木 いやおうなく入ってくる情報を



すずき・たかし／大阪ガス(株)エネルギー・文化研究所研究員。東京大学卒業後、大阪ガス(株)入社。国際大学大学院修了。社内起業で国内初・最大の住宅リフォーム仲介サイトとなる「ホームプロ」を立ち上げ(株)ホームプロ代表取締役専務。帰社後、2012年から現職。マーケティング・消費者行動における理論と実践の統合に取り組む。著書に『リフォームを真剣に考える』(光文社新書)など。

Suzuki Takashi

処理するのが精いっぱい、じつくり腰を据えて何かをするという時間が減っているかもしれません。情報が増えたことは、必ずしも歓迎すべきことではなくて、情報が少ないなかで何をするか考えた方が、よりクリエイティブな時間が過ごせるのではないのでしょうか。**池内** 自分の生きている時代に、メディアがこれだけ発達するとは思いませんでした。メディアと、それが送り出す情報にあふれた時代に、自分のやりたいことを探し出すのは至難の業で



Special Feature Part 3 / Three-way Talk

す。情報はみなキレイに着飾っていますから、そこから選別して自分に何が合うか判断するのは、難しいことです。**ケイト** あとは、情報のための道具に利用されないことです。年齢性別関係なく、電車に乗ると携帯をずつといじっている人が多いですよね。確かに、道具によっていろいろなチャンスが与えられるという面はありますが……。

鈴木 以前、ネットビジネスを立ち上げたとき、最初のうちは新しいことが面白かったのですが、そのうちこれはもういいや、と思うようになりました。最近では、ネットとは距離を置き、必要ともしか触れないようにしています。

Eメールが始まったばかりの頃は、「24時間以内に返信する」という不文律がありました。それが最近ではだんだん短くなってきたり、「即答せよ」と(笑)。でも、即座に返事を書くものばかりになってしまったら、それだけで一日が終わってしまいますよね。

池内 そういう状況に陥っている人が多そうですね。

ケイト 確かに、最近メールの数が減っていて、「返事をしていないかも……」と不安になることもあります。メールの処理に時間がかかって一日中メールを見ているような状況にならないよう、なるべく時間を減らさなければ、と思っています。

池内 ぼくは全く逆の極端で、パソコンも携帯も、テレビも持っていないが、与えられたものがなければ自分で

したね。歩くとなりが活性化するのはないでしょうか。

ケイト 以前、ヴェネツィアの町を歩いているとき、ふと地図を捨ててしまつて、迷子になりながら歩いたらすごく面白かったことがあります。小さな町なのに大学がいっぱいあることに気づいたり、学生が行くような場所に行くこと意外なほどおいしいレストランがあったり……。

池内 ゲーテに『イタリア紀行』という著書がありまして、彼は、どこかの町に行つて宿に入つたら、まず初日は地図を持たずに町を歩くのだそうです。当然迷いますが、迷いながら歩く。2日目は、やはり地図を持たずに、高いところに行つて町全体を眺望する。3日目になって初めて地図を見る。さすが文豪は旅行の名人でもありますね。**ケイト** 現代人は、情報に囲まれているから眠っている感覚が多いと思います。五感が発達すれば楽しいことも増えますよね。

——情報にどつぷりと漬かっている時間を減らし、「個」のための時間を増やすことで、自分なりの発見や発想ができる。そして、情報を捨て、どんどん歩くこと。日々の積み重ねで、無理に興味などを探さなくても、自然に余暇や自分なりの時間の過ごし方が見つかっていく、ということですね。本日は大変参考になるお話をうかがうことができました。

Part 4

Special Feature / Beyond ON-OFF

余暇を、漫然と過ごすのではなく、「学び」を得る時間に充てたい、さらには、学びを「奉仕」につなげたい、と考える人たちがいる。

1950年代に生まれ、広く学びを提供する場所として定着したカルチャー・センターと、近頃話題の芸術祭ボランティアに取材し、学びの現場を探った。

学びの時間を楽しむ

学びたい、に込める現代の寺子屋

カルチャー・センター

取材執筆／真田邦子 撮影／川田雅宏

年齢、性別、学歴、職業に関係なく、広く万人に開かれた学びの場、それが「カルチャー・センター」である。その数は、全国1024カ所、講座数は18万7824、受講生は123万5021人に上る（*）。

成術（新・仕事の学校）……。これらはすべて東京都心にある大手カルチャー・センター「池袋コミュニティ・カレッジ」で開かれているもので、約1400に上る講座のほんの一部だ。月あたり1万人を超える受講者の男女比を見ると、圧倒的に女性、特に主婦層が多く、男性は15%ほど。年齢別では中高年の割合が最も多く、50歳以上が約6割を占める。

学ぶことで叶う夢

池袋コミュニティ・カレッジでは、1979年の設立以来、それぞれの時代のブームを捉え、市場のニーズに沿った講座を提供してきた。その一方で、知る人ぞ知る、ここでしか体験できない貴重な講座も用意している。そのひとつが、カレッジ内に工房を構える「ル

リユール」講座。ルリユールとは、本をばらして製本し直し、革や紙で新たな装丁を施すヨーロッパ伝統の手作り製本技術だ。なかでも本格的な「パッセ・カルトン」クラスでは、週1回のレッスンで3冊を並行して進めるが、乾かしたり圧をかけたという工程が60以上あり、仕上げるのに2〜3年の歳月を要するという。この講座に集

まる人たちの共通点は、とにかく「本を愛している」こと。時間と手間とお金をかけ、愛読書を世界に1冊しかない特別な本に仕上げる。これぞ読書家が願う、究極の贅沢なのかもしれない。もうひとつ長く受講生に支持されているのが、日本でも有数のバレエ団、松山バレエが指導する講座だ。大人がバレエを習うことがまだ一般的でなか

った27年前に開設され、指導歴23年目の小川麻乃先生によれば、生徒数175人のうち、始めて10年以上の人が半数、20年を超える人が約4分の1もいるという。受講生には仕事を持つ人が多いが、貴重な日曜日の時間を惜しみなく練習に注ぎ込んでいる。何が彼女たちをそこまで惹きつけるのか。「バレエは小さい頃からの夢でした。



【ルリユール講座】

ケースの材料をバンドで仮組み立てし、本に合う大きさを検討する岡本幸治講師と受講生（上）。大型プレス機やかがり台など特殊な道具や材料が整った工房で、ひとりひとりの作業状況に沿った個人指導が受けられる。



卵の殻に装飾するエッグアートや、テンペラ画といった本格的なアートも学べる（右／佐藤文講師の作品）
左／美術家・石原靖夫講師によるマルティニ「受胎告知」部分・復元模写。



【バレエ講座】
右／日曜午後の「松山バレエ」初級クラス。左／毎年、カレッジの全ダンス講座が参加する受講生公演が開かれる。総勢100名からなる松山バレエの「くるみ割り人形」がトリを務めた。



お気に入りの本に特別な装丁を施し、世界に一冊だけの書物をつくりあげる。



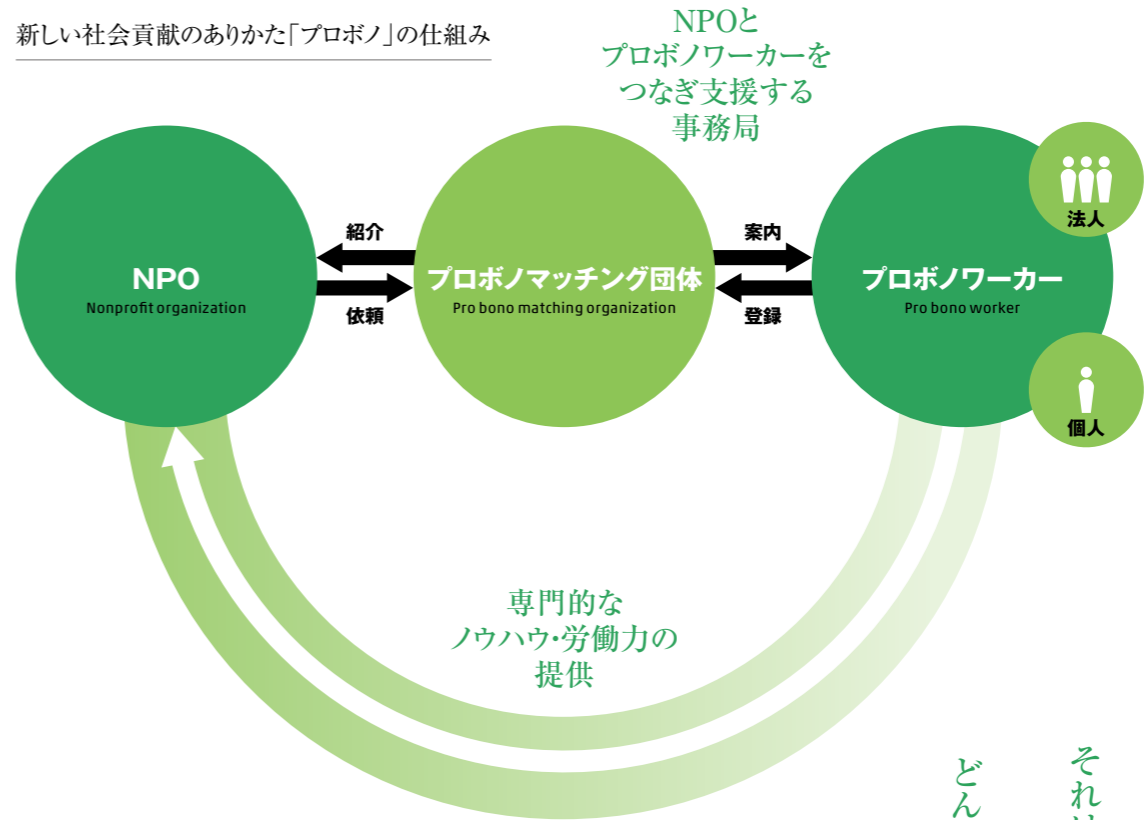
上／タイトル文字だけでなく天にも金が施してある。幻想的な物語にふさわしい、豪華な装丁。右／2色使いのシックな革の間から覗く、カラフルな見返し美しい。ともに受講生の作品だ。

社会貢献の新しいかたち プロボノ

Special Feature / Beyond ON-OFF

Part 5

新しい社会貢献のありかた「プロボノ」の仕組み



「プロボノ」。それは、最近日本でも注目を浴び始めた新しい社会貢献の手法だ。いったいそれはどんな活動で、どんなやりがいを感じられるのだろうか。すでに実践している人たちの声を聴いてみよう。

取材執筆／野村麻里 撮影／名取和久

“pro bono publico”

「プロボノ」社会的・公共的な目的のため、職業で培ったスキルや知識を提供するボランティア活動のこと。語源は、ラテン語の「公共善のために (pro bono publico)」に由来する。プロボノワーカーと呼ばれる提供者が、主にNPO団体へ向け、マーケティングや業務フロー作成、Web制作などで支援を行う。企業での取り組みも増えている。

「プロボノ」とは、その語源であるラテン語の「公共善のために (pro bono publico)」に由来する通り、社会的・公共的な目的のために、職業で培ったスキルや知識を提供するボランティア活動のこと。ボランティアを提供する先は、NPO団体である。

プロボノが従来のボランティアと違う点は、いくつかある。一般的なボランティアでは、職業やキャリアは問われないが、プロボノでは、プロフェッショナルなスキルが求められる。なぜなら、必要とされるのが、広報やマー

ケティング、事業戦略といった、相手方のNPO運営の根幹に関わる重要な役割だからだ。

もうひとつの違いは、ボランティア側（プロボノワーカーと呼ばれる）とNPOとの間をつなげる、もうひとつのNPOが存在する点である。このNPOが双方の状況を把握し、マッチングすることでプロジェクトがスタートする。

アメリカから始まったというプロボノ。日本におけるプロボノマッチングのNPOで草分け的存在なのが、「サー

ビスグラント」だ。代表の嵯峨生馬さんがプロボノを知ったのは、2004年のこと。当時シンクタンクに勤務しながら地域通貨を広めるNPOで活動していた嵯峨さんは、仕事でサンフランシスコへ赴いた際、偶然にプロボノプロジェクトを運営するNPO「タップルートファウンデーション」の存在を知ることとなる。

「仕事のスキルを生かしたボランティアというのは、私にとって目から鱗の発想でした。そしてタップルートの働きによって、たくさん成果が上がっ



プロボノマッチング団体 サービスグラント代表

嵯峨生馬さん

日本のプロボノマッチングの草分け、NPO法人「サービスグラント」代表理事。日本総合研究所を経て現職。1974年生。



Matsuda Naoko

プロボノワーカー

松田直子さん

個人プロボノワーカーとして、NPO法人「荒川クリーンエイド・フォーラム」営業資料作成支援プロジェクトに参加した。

「従来は、NPOに関わりたいたいというボランティアの人は多くても、運営や仕組みづくりまでを担う人は少なく、NPO運営の難しさを痛感していた嵯峨さんは、2005年に有志を募り、サービスタウンを立ち上げた。現在、登録しているプロボノワーカーは約1700人、NPOは約120団体に上る。」

プロジェクトは、通常、チームで進められる。1チーム5、6人で、期間は約半年。チームのなかでプロジェクトマネージャーをひとり決め、マネージャーが全体のスケジュール調整や管理をする。各自は終業後や週末の時間を使って作業し、コミュニケーションにはメールやオンライン会議のツールが使われる。

誰もがスペシャリスト

大手電機メーカーに勤める松田直子さんは、もともとNPOの活動に強い興味があり、個人的にNPOのマネジメントの本を読んだり、NPOのマーケティング研修プログラムで学んだりしていたが、研修の際に知ったサービスタウンへ、2011年に登録。東京湾に注ぐ荒川の清掃を行うNPO法人「荒川クリーンエイド・フォーラム」の営業資料作成支援プロジェクトに参加した。

「私は営業職を長くやっていますが、

プロボノワーカー

市川和子さん



Ichikawa Kazuko

自分を何かのスペシャリストだと思っただけではありませんでした。でも、プロジェクトでは、どこにどう営業すべきかなど、自分のノウハウがとても役に立った。嬉しかったです」

プロジェクトが終わった今も、プロボノワーカーのチームメンバーで、時々集まっては遊びに行く関係が続いている。プロボノは、自分が外の世界でどのくらい力があるかを知るチャンスという。

「なぜボランティアするの?と聞かれたら、タダで勉強できて役に立てる。一石二鳥にも三鳥にもなるのよ、と答えています」

広がる企業のプロボノ活動

最近では、企業でチームを作りプロボノに参加するケースも増えている。日本マイクロソフト(株)もそのうちのひとつだ。不登校やひきこもり、中退などを経験した人向けの個別指導塾「NPO法人キズキ」の業務フロー設計プロジェクトには、社員の青木卓さん、市川和子さん、松山秀勝さんの3人が参

加した。会社のプロボノ募集の説明会に応募した20〜30人のなかから青木さんがアカウントディレクターに選ばれ、彼が他のメンバーを選出した。

キズキでは、生徒の人数が増えるにつれ、書類の整理から金銭のやりとりまで、運営にあたっての煩雑な業務の把握がでなくなっていた。

「キズキさんの場合、学習塾といっても一般の塾とは事情が違いますよね。ですから、まずは私たちがキズキさんの業務を理解する必要があります。そして業務フロー設計を成果物にする」と決め、提案したのです(青木さん)

実際にフロー図を描いてみると、意外な問題が生じた。

「私たちは同僚ですから、ある程度同じやり方を共有していると思っていました。なのに、各自が担当したフロー図をつきあわせてみると、みんなバラバラ(笑)。お互いの認識を揃えるのに時間がかかってしまいましたね(市川さん)」

しかし結果的には、プロボノ活動で思いがけず社員の結束が高められることにもなったようだ。

そうしてできたのがプロボノ図につ



Matsuyama Hidekatsu

プロボノワーカー

松山秀勝さん

「プロジェクトの期間中は、メンバー間でミーティングを週に一度。作業は終業後や週末時間を利用していました」

「僕らのようにNPOを立ち上げる人間というのは、つい現場の支援にばかり目がいきがちなんです。実際に難しいのは運営の方なんです。今はフロー図ができたおかげで、何をすればいいのかをすぐにわかるようになりました。気がつかない間に楽になっている、そんな感じですよ」

「私は将来、リタイアしたらボランティアをしようと思、機会があるたびにいろいろなボランティアに参加しています。自分の特技を生かして支援できるなら、その方が受ける側にとってもいいと思、ボランティア

プロボノで社会が変わる?!

プロボノは社会貢献のひとつには違いないが、与える側にも多くの成果を残すようだ。己のスキルの汎用性を知ることが出来る。職場以外のネットワークが広がる。相手方のNPOと協働することで、社会のさまざまなことへの問題意識が芽生える。社員同士の



Special Feature Part 5 / Document

フロー図を前に談笑するNPO代表とプロボノワーカー。制作には、マイクロソフト社製品の「エクセル」や「パワーポイント」が活躍したという。

NPO

安田祐輔さん



Yasuda Yusuke

支援を受けた「NPO法人キズキ」の代表。「フロー図のおかげでスタッフが共通認識を持って、業務が円滑になった」と喜ぶ。

つながりが強まる。自分の働き方を見直し、ひいては生き方をも見つめ直すきっかけになる場合もあるかもしれない。

プロボノという働き方には、「仕事と余暇」だけでなく、「ビジネスとボランティア」「個人と公共」などの概念に、さまざまな変化をもたらす可能性が隠されている気がしてならない。

プロボノワーカー

青木 卓さん

アカウントディレクターとして日本マイクロソフト(株)のプロボノチームをまとめ、フロー図設計を提供した。



Aoki Taku

新しい「居場所」から余暇を再編集する



Asada Wataru

豊かな余暇を生きるために欠かせないのは、家と職場以外の、もうひとつの居場所――。芸術文化の「場」をつくるユニークな催しなど、アサダワタル氏が手がけてきたさまざまな「日常再編集」の試みから、余暇の新しい可能性を探ってみよう。

Part 6

Special Feature / Beyond ON-OFF

先だつてある企画で「いろいろ、かせぐ（稼ぐ）」というテーマのトークをした。人はお金だけじゃないいろいろな価値を稼いでいる、それに対し意識的になることで生き方・働き方が変わるのでは？――こんなことを参加者と語り合いつつ、筆者自身の仕事の変遷を紹介したのだが、まずもってこの「稼ぐ」という言葉の語源が気になったので調べてみた（*1）。

稼ぐという言葉は（中略）紡いだ糸を巻き取る道具の「かせ」に由来する説がある。紡いだ糸をかせに巻くことを「かせぐ」という。そして、かせは休みなく動いているように見

えることから、かせのように仕事に励むことを「かせぐ」といったものと考えられる。また、稼ぐの「かせ」は「かせ（日迫）」の意味で、昼夜に迫り、止まる所を知らないことをいったとする説もある。

このように、稼ぐという言葉は、もともとは日夜仕事に励むことを表しており、お金を得ることは後世になって派生した二義的な意味であったことがわかる。これはまさに筆者が語りたかったことで、語源的に見ても24時間、365日という限られた時間の中で、「稼ぐ」にオフタイムはないのだ、と気づかされた。文字通り、「あの人が

つも忙しそうにバタバタしているね」といったニュアンスではなく、「いまこの瞬間も自分は動き、何か」を常に稼いでいる」という「意識」の問題なのだ。この意識を持った状態で考えると、「働く（労働）」と「休む・遊ぶ（余暇）」との間にあるボーダーが、とても曖昧に感じられてくる。

家や職場以外の、第三の場所

また、余暇を語る上で重要な言葉として、「サイドブレイス」を紹介したい。都市生活者にとって必要な居場所として、第一の場所（ファーストブレ

イス）が「家」、第二の場所（セカンドブレイス）が「職場」、そしてその二つの中間地点にある第三の場所、すなわち「心のよりどころとして集う場所」を「サイドブレイス」と呼ぶこの考え方は、1989年に米国の都市生活学者、レイ・オルデンバーグによって提唱された。日本においても現在、ほっこりくつろげるお洒落なカフェや、音楽や絵画が楽しめるアートのスペース、地域の集いの場としてのコミュニティカフェなど、さまざまな形態のサイドブレイスが存在している。

実際、筆者自身もこの10年間、このようなスペースの運営にいくつも関わってきた（*2）。その中で、とりわけここ数年感じることは、「サイドブレイスが果たす社会的機能が、ファーストブレイスやセカンドブレイスの中に「織り込み済み」になってきている」ということだ。噛み砕いて言えば、家や職場自体に、家族や同僚を超えた新たなコミュニティが生まれつつあるというのである。例えば、シェアハウスやシェアオフィス、コワーキングスペースといった言葉を、昨今よく耳にされないだろうか。

家族以外の複数人と共に暮らすシェアハウスの存在は、とりわけ新しいものではない。しかし、筆者の学生時代であった1990年代後半〜2000年代初頭におけるシェアハウスの存在意義は、「一緒に住むと安く住めるから」という経済的な理由が圧倒的なも

のであった。しかし現在は、生活をシェアすることが、その人のライフスタイルや働き方の構築に強く結びつきつつある。つまり文化的な価値観や社会的な人脈を獲得するためのシェアに移行しつつあるのだ。筆者は2006〜10年、大阪府北区南森町の住居マンションの一角にて「208」というスペースを数人の仲間たちと運営していた。ライター、Webデザイナー、翻訳家、百貨店や映像制作会社の社員など6人ほどのメンバーが集う、シェアハウス兼シェアオフィスとしての取り組みであった。メンバーは各々が鍵を持ち、時に家として使い（泊まった）、風呂に入った、ご飯を作ったり、時に職場としても活用した（ノートPCを持ち込み仕事をしたり、打ち合わせ場所にしたり）。あわせて、このメンバー同士が持っているスキルや人脈をシェアする意味も込めて、月に一度、メンバーの推薦によるゲストを招いてのトークサロンを開催。メンバー自らがパスタを作り、限定15名の一般参加者をホームページで募り、集まった者同士がゲストを囲みながら飲食を共にし、さまざまなことを語り合う場。その「場」づくりを繰り返していくことにより、異分野・異領域のひとが自らの専門性の延長では築くことができなかった価値観の融合を生み出すきっかけとなった。また我々と同じように、生活や仕事をシェアする環境をオーガナイズする者同士のネット

ワークが生まれてくる過程で、筆者は「自宅を代表としたプライベートなスペースを、自分の好きなことをきつかけに無理なく他者へとちよつとだけ開く」活動を、2008年より「住み開き」（*3）と名付け、その実践を提唱する取り組みを始めた。このように考えると、もはやどこからどこまでが私生活で、仕事で、趣味で、といったボーダー自体がいままさに日々更新され続けているのだ。

「ポスト余暇」を生きる試み

「稼ぐ」と「サイドブレイス」という二つのキーワードから、余暇と労働を二分するボーダーそのものが溶解していつている様を語ってきた。そこから考えるべきことは、そもそもこの「余った暇」という概念そのものを再編集する知恵が今後求められていくのではないかということだ。それは、「余暇」そのものの意義だけでなく、新しい働き方、そして仕事を通じた新たな社会貢献の有り様をも考えるきっかけを發明していくことにつながるであろう。次頁では、いまこの時代に求められる「ポスト余暇」、すなわち本特集テーマである「本暇」を体現するためのレッスンのな思考、および筆者が取り組む芸術文化実践について、写真とキャプションで紹介するので、どうぞ参照されたい。

Special Feature Part 6 / Essay



（*1）語源由来辞典 <http://gogen-aidai.com/kasagu/>、（*2）株式会社レンクハイス（元、日本語源大辞典）（前田富雄監修、2005年、小学館）にも同様の記述が見られる。
（*3）アサダワタル「築港ARC：多分野を繋げるアートリソース活用とプロジェクトメソッド創出」『アートイニシアティブ』リリース「構想」(BankART1929編、2009年、BankART出版、180〜183頁)
アサダワタル「日常編集」『編集進化論』――『住むのは誰か?』（仲俣暁生編、2010年、フィルムアート社121〜138頁）
（*3）「住み開き」――家から始めるコミュニティ（アサダワタル著、2012年、筑摩書房）

<p>Project 4</p>  <p>ライブパーティー</p> <p>「Club SHIDAX by KARAOKEDISCO!!」</p> <p>スナック風カラオケで出合いを演出</p> <p>日本人の余暇的趣味の代表・カラオケをテーマに、カラオケボックスを借りきり本気でイベントをやった一例。参加者はプロのクラブDJ選曲のJ-POPで踊りながら歌いたい曲をリクエスト、順にマイクを回していく。カラオケボックスなき時代の“スナックスタイル”を現代的に採用、歌を通じ見知らぬ人同士の出合いの場を創出した。</p> <p>主催：カラオケボックスの新しい使い方実行委員会</p>	<p>Project 3</p>  <p>ボードレス・アートミュージアム</p> <p>「NO-MA」</p> <p>表現の普遍を観る者に問う</p> <p>近江八幡市にある昭和初期の町家を改装し2004年6月に開館した。福祉分野が生んだ美術館のユニークな試みとして、福祉施設で生活する知的障がい者の斬新な美術作品と、現代美術の気鋭の作品を並列に展示。福祉の世界の“余暇活動”で生まれた造形物は、その枠組みを超え、広く社会に表現の可能性を提起。筆者も運営委員の一人。</p> <p>運営：社会福祉法人滋賀県社会福祉事業団</p>	<p>Project 2</p>  <p>ワークショップ</p> <p>「コピーバンド・プレゼントバンド」</p> <p>思い出の曲を子どもたちの演奏で贈る</p> <p>高知県四万十市西土佐小学校で2012～13年に開催。児童クラブの高学年児童60人が「自分と同じ年くらいの時に最も好きだった音楽と、その理由」を家庭内インタビュー。結果から選曲し、コピーバンドを結成。最後は参観日を兼ね家族に演奏を贈る。地元のバンド経験者が指導するなど、普段の授業にない地域と家族と学校の出合いを演出。</p> <p>主催：「トヨタ子どもとアーティストの出合い in 高知」実行委員会</p>	<p>Project 1</p>  <p>ワークショップ</p> <p>「あなたの音楽を傾聴します」</p> <p>音楽CDを介して記憶を分かち合う</p> <p>社会的マイノリティの立場に置かれた人をはじめ、多様な背景を持つ人びとが参加し、各々が選んだCDと曲を流しながら少しずつ言葉を紡いでいく。2012年に渋谷ギャラリー・ルデコで開催された。肩書きや容姿に対する先入観を可能な限り取っ払った状態でお互いに出会うこのような表現活動は、これからの余暇にも求められるのでは。</p> <p>主催：津田塾大学ソーシャルメディアセンター</p>
---	---	---	---

<p>Project 4</p>  <p>湖と猫(仮称)</p> <p>(滋賀県大津市)</p> <p>改修した家を自ら“住み開く”</p> <p>筆者の自宅兼オフィスであるスペース。2012年の春、大阪から琵琶湖に近い大津市の長屋に転居し、築50年ほどの長屋を建築に携わる友人たちとともにプチリノベーションした。時折、Facebookなどで参加を呼びかけてトークイベントを開催。大阪と東京の知人と、滋賀で活動する知人とをつなぐ役割を少しずつ実践している。</p>	<p>Project 3</p>  <p>千代の家</p> <p>(大阪市福島区)</p> <p>写真で人びとをつなぐサロン</p> <p>長年の間、ご主人と写真館を経営してきた藤井千代栄さん。還暦を迎え、館を閉めたら世間とのつながりが保てなくなると考え、元写真スタジオだった店舗付住宅を、2010年よりサロンに開放した。これまでのキャリアを生かして「写真整理楽」というワークショップを目玉に、さまざまな世代が交流する場づくりにいそしむ。</p>	<p>Project 2</p>  <p>2畳大学</p> <p>(大阪市中央区)</p> <p>下町の一角に開講した小さな学び舎</p> <p>職業訓練施設で企画コーディネーターとして働く30代前半の梅山晃佑さんが、長屋の2畳間を「大学」として2008年より開放。仕事の合間に、誰もが講師・生徒になれる自宅大学を開講し「学び」や「働き方」をテーマに一貫した社会活動を行う。また、梅山さんは会社の事業として2012年より自宅近所でコワーキングスペース「往来」も運営中。</p>	<p>Project 1</p>  <p>208 南森町</p> <p>(大阪市北区)</p> <p>「住み開き」誕生の地</p> <p>筆者がはじめに取り組んだ「住み開き」スペース。シェアメンターの推薦による月例ゲストトークサロン「SHOWCASE」は合計65回にまで及び、「住み開き」というコンセプトはこの実践から生み出された。2010年以降は、常連だった参加者によって古木屋兼サロンとして運営され、人的ネットワークが引き継がれている。</p>
---	--	---	---



「場」をつくる。

美術や音楽が
人びとの間のボーダーを取り去り、
コミュニケーションをつないでいく。
芸術文化を生み出す
さまざまな「サードプレイス」の提案。

「住み開き」

好きなことをきっかけに、プライベートな
スペースを、他者へ向け、ちょっとだけ開いてみる。
いったいどこからどこまでが
私生活で、仕事で、趣味で、というボーダーが、
日々更新され続けている。

チーム力で時間を生み出そう

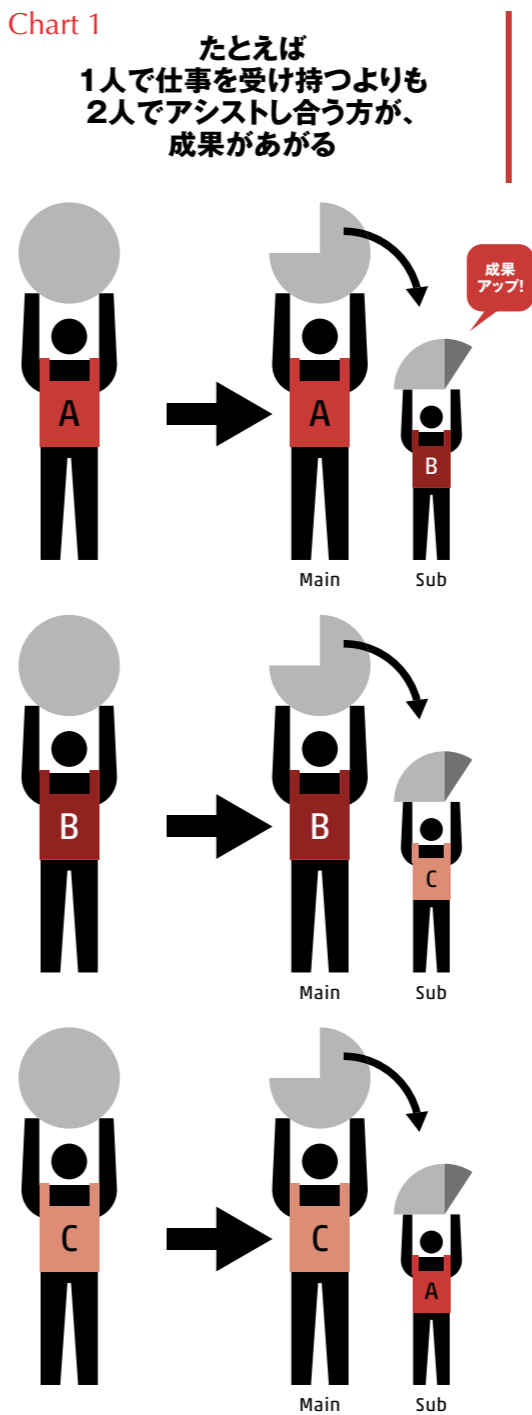
成果を 出し続ける 秘訣

余暇を楽しむために必要なのが、
どのように余暇を作り出すかということ。
チームで協力することで、時間だけではなく
精神的なゆとりも手に入れる——
そんな働き方が、今注目されている。
仕事と余暇が相乗効果で双方が充実する
「ワーク・ライフ・バランス」の考えかたを通して、
時間に対する意識を見直してみよう。



Part 7

Special Feature / Beyond ON-OFF



「1案件・1人担当」制

担当に情報が集約、一見効率
率がよさそうだが、急な休
みに対応できない等様々な
リスクがある。

「1案件・2人担当」制

メイン・サブと役割を分け、
共有ツールを工夫すること
で情報を共有、時間的負担
を減らす。

今求められる

「ワーク・ ライフ・バランス」

皆さんは、ワーク・ライフ・バランス
(以下、WLB)という言葉から、どの
ような考え方を連想されますか？

「天秤が釣りあうように仕事とプライ
ベートの『バランスをとる』という考
え方」や「ゆとり」をもってゆった
りと働くこと」など様々な捉え方があ
りますが、実はいずれも本来の意味と
は少し違います。

WLBとは、「私生活の充実により
仕事が進む」「仕事が進むこと
で私生活も進む」という「仕事と
私生活の相乗効果を高める考え方と
取り組み」全般を指します。仕事にお
いて高い付加価値を提供し、成果を上
げるためには、広い視野や知識・スキ
ル・人脈が必要で、それらは仕事以外
の場で身につくことがほとんどです。
つまり仕事以外の場を大切にすること
で、むしろ短時間で仕事の成果を上げ
ることができるようになるのです。

WLBは、どちらかでないがしろに
して成り立っているものではなく、双
方をうまく調和させ相乗効果を及ぼし
合う好循環を生み出すことが本来の目
的といえるのです。ワーク・ライフ「シ
ナジー」という言葉のほうがぴったり
来るかもしれません。

しかし今、多くの日本人は私生活を
犠牲にして残業や休日出勤、家族や友

人、恋人と一緒に過ごす十分な時間を
取れないように自分の時間もほとんど
ない状態です。一度「ライフ」の時間
に目を向け、仕事で成果を出しながら
人生をより豊かに過ごすための第一歩
を踏み出しましょう。

時間が 足りなくなる 将来に向けて

また、今後5～10年で到来する「大
介護時代」によって、介護と仕事を両
立するための時間も考えねばなりませ
ん。私はこれを「もう1つの2007
年問題」と呼んでいます。

2020年頃には、いわゆる「20
07年問題」で退職した団塊世代が一
斉に要介護世代(70歳以上)に突入し
ます。彼らを介護する役割を担う可能
性が高いのはその子どもである団塊ジ
ュニア世代です。

団塊ジュニア世代は共働きが多くパ
ートナーも仕事を持っており、介護施
設も満員であるため、自分の親は自分
で面倒を見なければならぬ状況(介
護難民)に陥る可能性が高いでしょう。

また、働いている人の7割は男性で、
未婚率も30～34歳は男性が女性より約
15%高いという調査結果(2005年
国勢調査)が出ています。そのため、
男性で未婚でしかも兄弟がいない人は、
親の介護の問題が直接降りかかってく
るため逃れようがなく、会社でいかに
重要なポストについていようと、休業

もしくは短時間勤務の選択を余儀なく
される確率が高くなるのです。

このように考えると、今潤沢にある
ような感覚でいる「仕事の時間」も短
くなりますし、「余暇」といわれている
プライベートの時間もやらねばならな
いことが山積み、という状況も予想さ
れます。これから大切なのはいかに時
間を創り出し、効果的に使うか、とい
う視点です。将来の自分に対する「投
資」と言い換えてもいいかもしれません。

一匹狼型から チームで 成果を上げる チーム型へ

時間を創り出すために必要な取り組
みとして、仕事の効率化があります。
1つ1つの作業にかかる時間を短くす
ることももちろんですが、今回は「チ
ーム」で情報や仕事を共有しながら成
果を上げることのメリットについて取
り上げましょう。

これまでの日本は、時間的制約を一
切持たず、チームの誰よりも成果を上
げてあらゆるスキルでメンバーを圧倒
して、カリスマ性を備えている一匹狼
型のリーダーが牽引してきました。し
かしこれからは、チームの一人ひとり
が時間的制約を持ちつつも個性や能力
をフルに発揮して、チームで力を合わ
せて成果を出すことが求められます。
つまり、チームの全員が一定の時間内
に存分に力を出せる環境づくりが大切

こむろ・よしえ／株式会社
ワーク・ライフ・バランス代表取
締役社長。900社以上の
企業へのコンサルティング
実績を持ち、残業を減らし
て業績を上げる「働き方の
見直しコンサルティング」
の手法に定評がある。二児
の母の顔をもつ。内閣府の
委員など複数の公務を兼任。
「6時に帰るチーム術」な
ど著書多数。2013年4
月よりNHKのニュース番
組「NEWSWEB」の
レギュラーナビゲーターと
して生出演。
<http://work-life.com/>



朝メール・夜メールの活用例

朝メール

Send
To: 第3営業部ML
Subject: 【本日の予定】WLB太郎_20120901

第3営業部各位
<本日の予定>
8:30-9:00 業務チェック、メール
9:00-10:00 部内会議
10:00-10:30 移動
10:30-11:30 A社@渋谷(定期フォロー訪問)
11:30-12:15 移動(渋谷→初台)
12:15-13:00 昼食
13:00-13:20 D社向け資料下案作成
13:30-15:15 B社@初台(定期フォロー訪問)
15:15-15:30 移動(初台→新宿)
15:30-16:30 C社@新宿(新規営業)w/課長
16:30-17:00 移動(新宿→オフィス)
17:00-17:30 D社向け提案資料作成
17:30-18:00 メールチェック

<本日の優先順位>
1) B社への定期フォローは先方の部長へ提案プレゼン。資料は既に準備し事前準備は万端ですが、緊張します。気合入れて頑張ります!
2) D社向け資料は競合のM社とのコンペ資料です。コンペは来週の木曜日ですが、課長から早めに資料を確認したいと言われているので明日叩き台を提案してご意見を伺いたいと思います。

スケジュールは15分刻みで考える

業務とかける時間はセットで考える

スケジュールを組んでみると時間が足りないことが発覚。移動時間や空き時間を効果的に利用して事前に準備をしておこう

優先順位が上司の考えと違うということもしばしば。事前に確認しておけば、急な残業を減らすことができる

「朝メール」でスケジュールと優先度を上司に確認してから業務を始め、「夜メール」で検証。

夜メール

Send
To: 第3営業部ML
Subject: 【本日の報告】WLB太郎_20120901

第3営業部各位
<本日の報告> 予定通り終了したも⇒*
8:30-9:00 業務チェック、メール*
9:00-10:00 部内会議*
:
14:00-15:15 B社@初台(定期フォロー訪問)*
15:30-16:30 C社@新宿(新規営業)w/課長*
16:30-17:00 移動(新宿→オフィス)*
17:00-18:00 D社向け提案資料作成→30分延長
18:00-18:30 メールチェック→30分延長

<報告>
B社への提案ですが、先方がとても喜んでくれました! 新プロジェクトいよいよ始動します。
C社の訪問時は課長の発言に先方が感激していました。同行させて頂いてとても勉強になりました。17時辺りから集中力が途切れ、予定がずれ込みました。メンバーになっている鈴木君からクライアントへの資料作成方法の相談を受けました。プレゼン資料の作り方のアドバイスを明日行います。

<明日のタスク>
1) アポイント2件
2) D社向け資料課長に確認→修正案作成
3) E社向け資料作成→仮完成
4) 後輩の鈴木君指導

部内でメーリングリストや共通メールアドレスを持つと情報共有に便利

見込み時間と実際にかかった時間の差を知ることで正確な時間の感覚を身に付けられる

反省点だけでなく良いことも報告しよう。教えてくれた人へのフィードバックも大切!

ただきたいと思います。本稿をご覧になった方が働き方を見直してワーク(仕事)とライフ(私生活)のシナジー(相乗効果)を生み出すことで、ご自身の

組織だけではなく社会全体の「ロールモデル」(目指すべき人物)になっていただき、個人の多様性を活かして企業力に変えていただければ幸いです。

「朝メール」に対して「夜メール」は、予定どおりに仕事を進めることができず、たかどか報告・確認するものです。「見積もりと実際にかかった時間との差異」「反省点とよかった点」そして「翌日の予定」を記録し、部下の仕事の癖がわかります。

「朝メール」に対して「夜メール」(報告メール)という手法を使っています(Chart 2)。毎朝、各自がその日やるべき仕事の項目と、それぞれの仕事に要する時間を見積もって書き、Eメールでチームメンバー全員に送るようにします。これが「朝メール」です。朝メールを送りあうことで、それぞれの行動を「見える化」し、全員で共有することができるようになります。部下から朝メールが送られてきたら、上司は時間見積もりと優先順位を確認します。時間見積もりを見れば、部下が業務の内容を正しく理解しているかどうかわかります。

また、時間的ゆとりだけでなく精神的ゆとりもチーム制をとることで手に入れられることがあります。たとえば、「複数担当制」といって、クライアント1社を2人で担当するなど複数スタッフで対応するような体制づくりが考えられます(32頁Chart 1)。

一見、1人の担当エリアが広がりが負担が増すように思えますが、そうではありません。常に情報を共有し、どちらと同じレベルの仕事ができるように

準備しておくことで、「このクライアントには自分しかないから休めない」といったプレッシャーから解放され、精神的な負担も軽減します。また、お互いに刺激し合って成長するため、1人で担当していた時に比べてはるかにスキルアップするといったメリットもあります。結果として、一人一担当制よりも楽に広いエリアをカバーできることになります。

日本社会は今後、少子化により働き手が少なくなっていくと見込まれます。「働く人は5人から3人になったが、仕事の量は変わらないか増えている」といった状況の中で、仕事への高い意欲を維持しながら成果を上げることが求められます。さらには高齢化によって皆さんが介護を担う——すなわち時間的な制約を持つことにより、仕事と私生活の両立への必要性がより一層注目されていくでしょう。

こうした事態に直面する前から少しずつ「時間」に対する意識を変え、チームで仕事を進める方法に変え、ライフを充実させることによって新たな視点を持ち、ワークでも成果を上げていきましょう。

「いつからやろうか」ではなく「今やらやろう」という覚悟で取り組んでい

時間の使い方の見直しに最適「朝メール」

チームで成果を上げる際にポイントとなるのが「時間への意識」と「情報の共有」です。お互いに時間を奪いあわないように心を配ること、スピーディーな判断ができるよう情報の共有を細かく行うことが大切です。では、具体的にどのような取り組みがあるか、ご紹介しましょう。

や問題点を発見してアドバイスをを行います。

朝メール・夜メールで大切なのは、仕事の内容と所要時間を常にセットで考える癖をつけることで有限資源である時間を有効活用すること、そしてチーム内で共有することで、仕事の内容はもろろん進捗状況や優先順位も共有できることです。お互いが予定を確認できることで助け合うタイミングも早くなるでしょう。苦手なことを補い合える関係性が築けたチームもあります。

朝メール・夜メールのように、おおがかりな仕掛けがなくとも、毎日の行動予定を記録・共有し続けることで多くの発見が得られ、仕事における時間の使い方の工夫が進むケースもあるのです。

チーム力向上でワークライフ「シナジー」を生み出そう



Special Feature Part 7 / Essay

おわりに

Special Feature / Beyond ON-OFF Conclusion

「本暇」的時間を生きるために

これまでさまざまな余暇の形、時間の活用法を見てきた。余暇の楽しみかたから、時間と場所を人とシェアする活動、

自分のための自由になる時間の作りかた……

こうした事例と知見を、いかにして個々の人生に活かすことができるか。

編集部としての提案をまとめた。

本暇的時間を支える 4つの相乗効果 ——シナジー

本特集「余暇から本暇へ」の各記事を通観するなかで、我々は全体に共通するひとつの可能性を見出した。それは、社会的な役割を果たすことで楽しみを得る、あるいは自分のしたいことをしながらその楽しみを社会に還元できる、そのような状態が、従来の余暇（「仕事以外の余った時間」という概念を超えた、「本暇」的時間と言えるのでは、ということである。言い換えるならば、本暇の時間のひとつのありかたは、社会的な役割と自分のしたいことから得られる満足が、バラ

スよく融合した状態、という可能性である。

それは、公と私の相乗効果が得られた状態とも言えるが、各記事をもとにさらに詳しく検討・整理していくと、そのシナジーには、大きく分けて次の4つのパターンがあるように思われた。

相乗効果

一、時間を軸にしたシナジー

仕事（「公の時間」と個人（「私の時間」）のシナジーである。公・私の時間、双方が充実すれば両方がうまく回るようになる。この実現のためには、一種の「チーム・アクション」による働きかたが有効と思われる。小室淑恵氏の論考「チーム力で時間を生み出そう」に書かれている、「仕事の時間＝ワー

ク」をチームでシェアすることで「自分の時間＝ライフ」を創り出すというワーク・ライフバランスの実現方法は、今後の働きかたを考えるうえで重要な指針である。

相乗効果

二、能力(技能)を軸にしたシナジー

収入を得ること（「公のために能力を使うこと」と、生きがい（「個人のために能力を使うこと」）のシナジーである。本暇の時間は、場合によっては金銭を超えた相互扶助によってもたらされることも多い。このことは、「職業を通じて培ったスキルや知識」（「プロボノ」嵯峨生馬著、勁草書房、25頁）を社会に還元していく「プロボノ」などの例に見られる。金銭とは異なる価

値にやりがいや生きがいを感じる生きかたが、すでにいろいろなところで始まっているのである。相手のためになることで、金銭に還元できない「幸せ」を得る人が増えているとも言える。

相乗効果

三、空間を軸にしたシナジー

アサダワタル氏の実践に見られるように、自分の居場所を確保しつつその場所を共有できる場にしたたり、「第三の場所」を作って過ごしたりというシ

ナジーもありうる。ここで言う第三の場所とは、プライベート（「第一の場所」とパブリック（「第二の場所」との区別を完全になくすわけではなく、ゆるやかに接合していくものである。プロボノ活動も積極的に行っているプロボロガーのイケダハヤト氏は、著書『年収150万円で僕らは自由に生きていく』（星海社新書）のなかで「これからはそれら（編集部注：家族と社会のこと）に加えて第三、第四、第五の居場所として、自由度高く関われるコミュニティにも所属していくように変

化していく」（61頁）と指摘している。

第三の場所の特徴は、イケダ氏の指摘の通り、会社や家族というコミュニティとは異なり、自由度が高いことである。現在の多くの会社に見られるような、他の人が会社に残っているから残業する、皆で一斉に働くというような悪しき集団主義とは違うというところが重要である。

第三の場所を自分なりに探してみるという試みも重要である。「池袋コミユニティ・カレッジ」のようなカルチャー・センターも、瀬戸内国際芸術祭

冒頭でいきなり「われわれが享ける生が短いのではなく、われわれ自身が生を短くする」と言われると、実に耳が痛い。では、与えられた時間を十分に生かすにはどうすればよいか。知らず知らずに多くの人に忙殺され、時間を失っている現代人必読の「気づき」の書。

「労働」「仕事」「活動」に分類できる人間の活動的生活のうち、近代、生命を維持するためだけの「労働」が優位になり全体主義にもつながったと論じた公共哲学の古典。ともすれば「労働」第一になりがちな現代で必要とされる一冊と言える。

物質的には満たされたかに思える我々だが、本当に豊かな生を生きているのだろうか？ 余暇を過ごしながら、倦怠と虚無にさいなまれてはいないだろうか？ 「暇」や「退屈」という日常的な概念を、哲学的見地から徹底的に掘り下げ、ひいては「生きる意味」の深淵にまで迫った、画期的余暇論。

山里や森から時間を見なおすと、効率や合理性を重視する近代的時間観とは異なる「関係的時間」が見えてくる。近代的時間観から解放され、多様な時間のありかたを認識することで確立される人間の自由。本書では、そんな自由を生きるさまざまな人に出会えるのも楽しい。

「働き方研究者」が、モノづくり分野を中心に、活躍中の人や職場を訪ねてインタビューする。「いいモノを作っている人は、働き方からして違う」という著者。自分の働きかた、ライフスタイルを考え直したい人すべてにとって示唆に富む一冊。

余暇を 読むための 10冊 その1

私たちは平準化された
時間秩序のなかに
身を置いていても、
ときどきその時間世界から
飛翔するのである。
——内山 節

生の短さについて 他二篇 セネカ著 大西英文訳

青六七一 岩波文庫

人間の条件 ハンナ・アレント 志水速雄訳

ちくま学芸文庫 1500+税

暇と退屈の倫理学 國分功一郎 人間らしい生活とは何か？ 朝日出版社

時間についての十二章 哲学における時間の問題

内山 節

ちくま学芸文庫 750+税 岩波書店

1 セネカ著 大西英文訳 『生の短さについて 他二篇』 岩波文庫、2010年

2 ハンナ・アレント著 志水速雄訳 『人間の条件』 ちくま学芸文庫、1994年

3 國分功一郎著 『暇と退屈の倫理学』 朝日出版社、2011年

4 内山 節著 『時間についての十二章 ——哲学における時間の問題』 岩波人文書セレクション、2011年

5 西村佳哲著 『自分の仕事をつくる』 ちくま文庫、2009年

阪神・淡路大震災を契機に、人と人とのつながり=コミュニティに、現代社会が抱える諸問題を解決する力を見出した著者が、これまでに関わったさまざまな事例を紹介する。モノを作るだけでは解決できないことがいかに多いかが明らかにされる。

6 山崎亮著
『コミュニティ
デザイン——人が
つながるしくみをつくる』
学芸出版社、2011年

1年間お金を使わずに半自給自足の実験生活を行った青年は、「フリーエコノミー」な生活に不可欠なことは、サバイバルのための技術ではなく、人生を信じ、人と人が自ら与え合うことで生まれる有機的な循環であると語る。「お金かコミュニティか」を問う一冊。

7 マーク・ボイル著
吉田奈緒子訳
『ぼくはお金を使わずに
生きることにした』
紀伊國屋書店、2011年

気鋭の思想家が抱腹絶倒の対談で導き出す、現代の贈与論。そのキーワードは、「情けは人のためならず」。貨幣、情報、サービス、評価という経済主義のあれこれを、「与える」という視点で捉え直し、全く新しい「交易」と「共同体」のありかたを浮かび上がらせた。

8 内田樹・岡田斗司夫著
『評価と贈与の経済学』
徳間ポケット、2013年

池内流「第三の場所」、居酒屋の愉しみを語り尽くした小粋なエッセイ集。自分のなじみの店を持つことは、人生を豊かにするためには欠かせないことである。この本に出てくるような「おなじみさん」になることにあこがれて、今日も居酒屋を訪れる。

9 池内紀著
『今夜もひとり居酒屋』
中公新書、2011年

多忙を極めたグラフィックデザインの仕事に70歳で区切りをつけ、「隠居」宣言をした著者。世間の時間を無視して自分の時間を生きるなかで得た体験をもとに、108の質問に答える形で隠居生活の有様について説く。明日のことは考えず、今日の風に乗るのが隠居流。

10 横尾忠則著
『隠居宣言』
平凡社新書、2008年

余暇を 読むための 10冊 その2

「良きパッサーたれ」というのが
社会人の重要な条件だとぼくは
思うんです。
とにかくパスを受けたら、
ワンタッチで次へ回す。
——内田 樹



で活躍する「こえび隊」のようなボランティア組織も、第三の場所として機能している面が大いにあるのではないだろうか。

相乗効果 四、 楽しむことを 軸にした シナジー

個人的な楽しみを社会的な役割とし

いてもらったりすることで、本暇的時間のありかたになり得る。知識や経験を自分のなかにただ貯めこんでいくのではなく、社会へ還元していくのである。そのようなつながりが、ひいては自らの資本にもなっていく。今回の事例では、「農民オーケストラ」が、まさにこれにあてはまるのではないだろうか。

「自分の したいこと」を どう見つけるか

このように、私たちは、本暇の時間を何パターンかの「公と私のシナジー」が得られた状態として捉える可能性を見出してきた。では、それらの実現のためには何が必要なのか。

ひとことと言えば、「自分のしたいことを見極める」ということではないだろうか。若い頃から自分のしたいことを作る必要性は、本特集でも鼎談「日本人は上手にヒマを作れるか？」にて各参加者が語っていたことであり、加藤秀俊氏の「隠居のつとめ」で描かれた大名たちも、若い頃からの素養を隠居後の人生に活かし、ひいては社会のために貢献する「つとめ」を果たしていたわけである。

て還元していくというシナジーの方向性もありうる。仕事と余暇の融合と口で言うのは簡単だが、自分の時間の作りやすさは、職業によっても、年齢によっても異なる。それぞれの立場に応じた本暇の時間の確立法を探る必要がある。

冒頭に述べたように、本暇的な時間を「個からシェア（還元）へ」という

以下、自分のしたいことを見極め、本暇の時間を得るための具体的な取り組みとして、編集部から3つの提案をしたい。

取り組み 一、 感性を研ぎ 澄ませる こと

例えば、鼎談で重要性が見えてきた「歩く」こと、そして読書を、編集部としては勧めたい。歩くことは、自らの感性を研ぎ澄ませ、本場に必要な情報を能動的に抽出できる状態をつくり出す。このことによる発見は非常に多く、いつもとは違う駅で降りて歩くだけでも、思わぬ気づきがあるはずだ。読書も、無制限に流れ込む情報を受け身で取り込むのではなく、自分のしたいことを発見するための能動的なインプットには有益な方法と言える。

取り組み 二、 「個」の確立

これも鼎談で指摘されていたことであるが、集団に依存せず「個」を確立し、それを大切にして過ごさなければ、自分のしたいことも見つからず、本暇の時間を得ることも困難かもしれない。義務的な仕事や受け身で得た情報に動

ひとつの可能性として捉えると、仕事の時間をシナジー化することが難しい人には、「楽しむこと」を軸として、個人のための時間を誰かとシェアすることで、本暇の時間に変えていくという方向性があるのではないだろうか。楽器ひとつを例にとっても、ひとりで楽器を弾いても充分自分の楽しみにはなるが、他者に教えたり他人に聴

取り組み 三、 評価軸の 転換

場合によっては、自分の評価軸を見直してみることも必要だろう。社会的な地位や金銭という公的な基準だけではなく、自分だけの大切なものを見つけたら、生きがいを見出したりといった視点の転換が重要である。これまでの評価軸（＝無意識に囚われていた枠組み）から自由になることで、自ら「公と私のシナジー」にあてはまる状態を認識できる例もあるかもしれない。

こうして本特集を通して、余暇を超えた「本暇」的時間とはいかなるものか、そのありようを探り、確立するための道筋をも考察してみた。仕事＋休暇、公＋私、社会的義務＋個人的楽しみ、といった各要因がもたらすシナジーとしての本暇の時間が拡大した社会は、個人の幸せと社会の安定が両立した、おそらく、今よりもいっそう人びとの満足度の高い世界になるのではないだろうか。

「公と私のシナジー」を得ることが、
余暇を本暇の時間に転換していくための
手掛かりになるかもしれない。



Insight

The Reports from Researchers

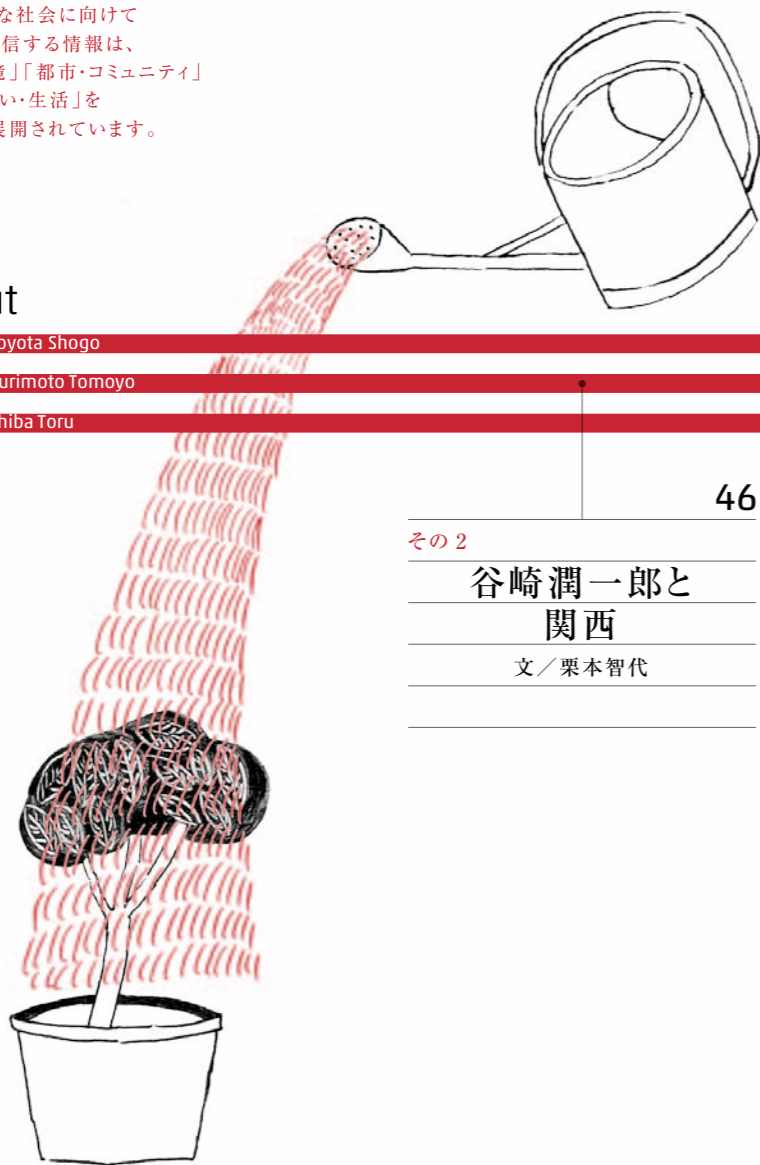
持続可能な社会に向けて
CELが発信する情報は、
「エネルギー・環境」「都市・コミュニティ」
「住まい・生活」を
3つの柱に展開されています。

CEL Output

Part 1 Report by Toyota Shogo

Part 2 Report by Kurimoto Tomoyo

Part 3 Report by Shiba Toru



42

その1

幸福の理由とは？

文／豊田尚吾

Page

42

46

50

46

その2

谷崎潤一郎と 関西

文／栗本智代

50

その3

生活者の 省エネルギーに関する 意識と行動

文／志波 徹

新連載／人間力を育む次世代教育

持続可能な社会を目指す エネルギー環境教育

Page

54

エネルギー講座／第六講

電力供給システム 監修／下田吉之 文／当麻 潔

59

CELからのメッセージ

On & On／木全吉彦

72

Illustration by Akiyama Hana



大丸心斎橋店本館

1922

Daimaru
Osaka
Shinsaibashi

街にたくさんある建築物は、実はアートなのです。しかも、外観だけならタダで見ることが出来ます。大作から小品までサイズもいろいろ。抽象画のようにクールなものもあり。時代の流行もあるもので、いくつか眺めてみるうちに、どれが古そうで新しそうかも、何となく掴めてくるはず。建築物を使うものではなく、見る対象だと頭を切り換えるだけで、街の中にさまざまな「アート」が出現します。

しかも、これらは個々バラバラでもありません。歩き回っているうちに、何か古そうな建物がこの界隈に多いとか、高い建物で頭が揃っているなど、多くのことに気づくに違いありません。

先ほど「使うものではなく、見る対象だと頭を切り換える」と書きましたが、そうは言っても、建築物は使う必要から生まれていません。ですから、本社を構えるべき市街には重厚な建物があり、消費の場所では店舗がデザインを競い、それは川や堀が通ったり、駅の近くだったりといった地理と関係します。個々バラバラではなく、場所ごとに建物の傾向があって、エリアの歴史が読み取れます。建築物というアートは集まって、エリアというコレクションをなしているのです。それが集まって、街という大きなミュージアムができています。



大阪ガスビル

1933

Osaka
Gas
Building

建築物は、実はアートなのです。しかも、外観だけならタダで見ることが出来ます。

今度の休日には、街中に出かけてみませんか？ 街は建築ミュージアム、そう考えれば、平日とは別の大阪が見えてくるはず。いつか一緒に歩いて、語り合える日を楽しみにしています。

の豪華さを持ち込んだような「大丸心斎橋店本館」や、当時最先端のデザインが今も新鮮な「大阪ガスビル」が目に見え込んできて、戦前に道路を幅44mにまで拡張、地下鉄を開通させた大阪の進取性は一目瞭然です。

堂筋に出れば、消費大国アメリカ

Artの鑑賞が画家の名前のお勉強ではないように、建築物の鑑賞も設計者の名称や建てられた年代を確認することは違います。それらを知っているほうが発見が多いのは確かですが、一番大事なのは、自由に楽しんで、自分なりの名品を決めること。さらに、言葉をお互に交わすことだと、私は思います。

大阪は、東京以上の「建築ミュージアム」です。試みに江戸時代から城下町として栄え、多くの商人が行き交った船場を歩いてみましょう。折り目正しい外観だけでも最高級の仕立てが明らか「綿業会館」、まるで中南米産のコーヒーのように濃厚で癖になる味わいの「芝川ビル」、精巧な装飾とポップな時計塔が街に変わらない安心感を与える「生駒ビルヂング」……重厚で個性的な建築物が、現在もそこかしこで使われています。御

Artの鑑賞が画家の名前のお勉強ではないように、建築物の鑑賞も設計者の名称や建てられた年代を確認することは違います。それらを知っているほうが発見が多いのは確かですが、一番大事なのは、自由に楽しんで、自分なりの名品を決めること。さらに、言葉をお互に交わすことだと、私は思います。

大阪は、東京以上の「建築ミュージアム」です。試みに江戸時代から城下町として栄え、多くの商人が行き交った船場を歩いてみましょう。折り目正しい外観だけでも最高級の仕立てが明らか「綿業会館」、まるで中南米産のコーヒーのように濃厚で癖になる味わいの「芝川ビル」、精巧な装飾とポップな時計塔が街に変わらない安心感を与える「生駒ビルヂング」……重厚で個性的な建築物が、現在もそこかしこで使われています。御

Kurakata Shunsuke

文倉方俊輔

くらかたしゅんすけ
大阪府立大学大学院工学研究科准教授。建築史家。1971年東京都生まれ。早稲田大学理工学部建築学卒業。同大学院理工学研究科博士課程満期退学。伊東忠太の研究で博士号取得。「東京建築みるあるくかたる」（甲斐みのりと共著）、「ドコノモン」、「吉阪隆正とル・コルビュゼ」など著書多数。中之島デザインミュージアム the sign de v(デザインで)で月1回「倉方塾」を主宰。

資料提供／大丸心斎橋店本館：橋爪神也コレクション 大阪ガスビル：大阪ガス㈱

幸福の理由とは？

個の厚生水準を示す指標として重視される「幸福感」。あくまで主観的な尺度とされる幸福感だが、その成立には何らかの普遍的要因があるのでは――。5000人を対象としたネット調査結果から探る。

テキスト分析で探る 幸福感の実現要因

分析にあたって

本誌101号では主観的幸福感(以下、幸福感)を表すデータに意味があるという前提のもと、その影響要因に關して考察を行った。それも含め、今まで、幸福感に影響を与える要因として、健康、お金、家族・人間関係などが重要であるということを述べてきた。その背景には幸福感を左右する何らかの普遍的な要因が存在しているのではないかとの問題意識がある。

従来は便宜上、5段階尺度などで表される、定型化された理由(例えば健康状態)と幸福感との関係を見てきたが、生の声を生かしていないという問

題があった。そこで拙稿ではテキスト(文章)を用いて幸福感の分析に取り組む。利用するのは大阪ガス(株)エネルギー文化研究所が行っているアンケート調査(*)である。具体的には「幸福度(11段階)評価」および「幸福度の評価理由」というデータを用いる。後者は数値ではなくテキスト(文章)で記入されており、数値データ以上に豊かな情報量を持っている。一方でそれは回帰分析などに直接使うことはできないといった問題もある。

そこでまず、得られた5000人分の回答をすべて読み込むという作業を行った。幸福度別(0~10)にひとつひとつの理由(文章)を読み、何らか

の特徴があるかを確認した。それと並行してテキストマイニングという手法を用いて回答からキーワードを抽出し、それらが幸福度と意味のある関係を持っているかを、幸福度別のキーワード出現頻度を調べることで検証した。

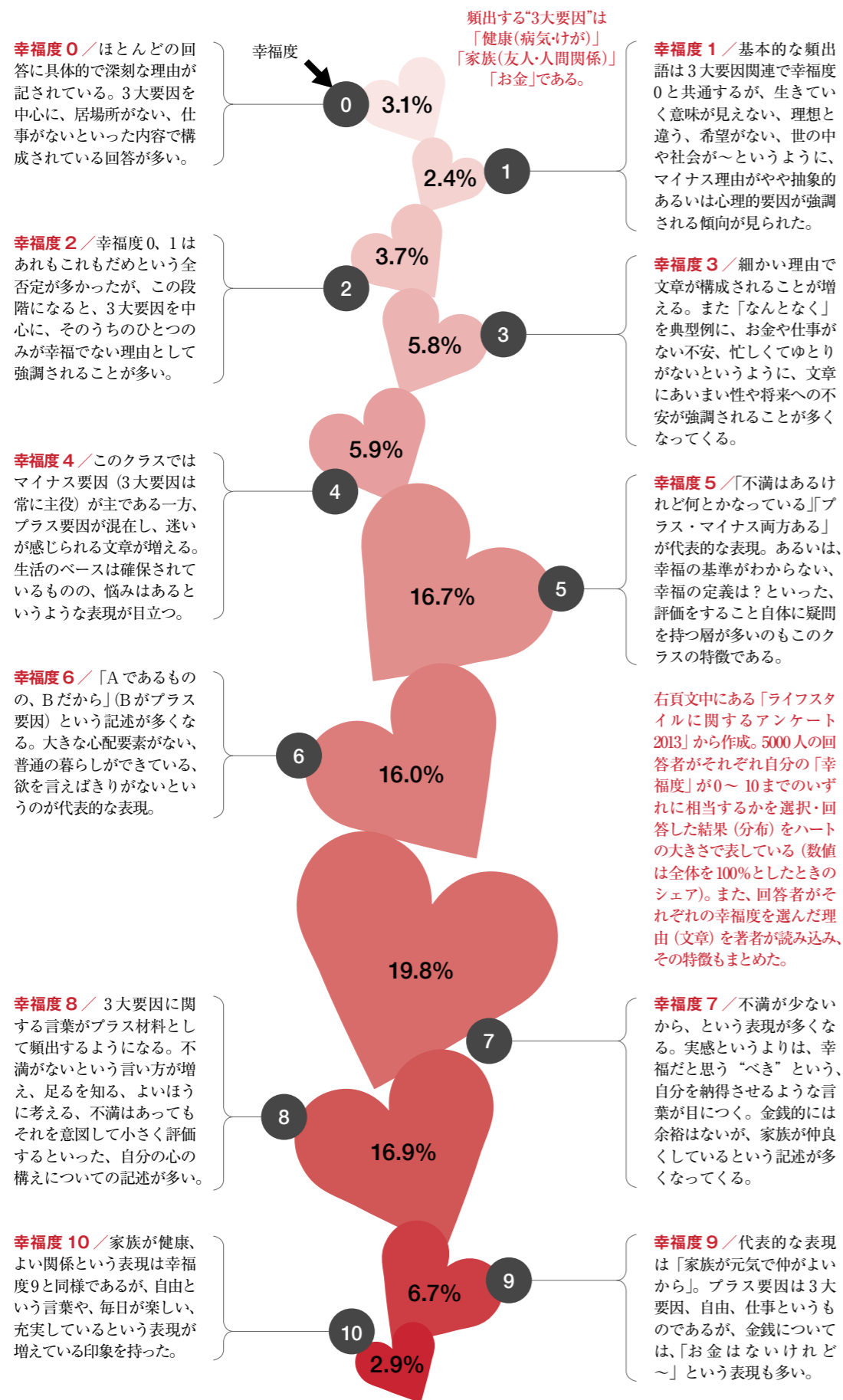
幸福度別理由の傾向まとめ

まず、「(あなたの)現在の幸福度を0(全く幸福ではない)~10(非常に幸福である)の数字で表すとどのくらいでしょうか」という質問を行った結果がChart1である。この主観的に評価された幸福度別に、「その理由」を読み込んだときの特徴を図の左右に示し

*大阪ガス(株)エネルギー文化研究所が毎年行っているネット調査「ライフスタイルに関するアンケート2013」。対象は全国の20歳以上の男女、調査人数は5000人。性別、年齢、地域で国勢調査に近い構成になるよう人数を割り当てている。実調査は(株)マクロミル。本データの調査期間は2013年3月8~14日。

幸福度とその理由は人それぞれ

Chart 1



た（分析者＝筆者の印象や恣意性が入り込んでいないことは避けられない）。幸福度0から順に読むと、その変化が比較的わかりやすい。

幸福度×キーワード分析

前節の評価はあくまで筆者の主観に基づくもので客観性に欠けている。そこで回答データからキーワードを抽出した。「お金がない」と「金銭的に苦しい」はほぼ同じ意味と考えられるため、そのような語はまとめるといった作業がテキストマイニングには不可欠である（したがって、そこにも恣意性が入らざるを得ないことに注意）。抽出したキーワードの出現頻度（出現回数）を見ると、「家族」の1231回（この中には子ども、配偶者などの類似語も含まれている。以下同様）をはじめ、「普通」（の暮らしができている）915回、「健康」781回、「お金」740回といった言葉が多用されていた。

その中から出現頻度の高い27のキーワードと幸福度との関係を見ることで、前節の傾向まとめがどの程度妥当性を持つのかを検証した。幸福度の違いによって各キーワードの出現頻度に差があるかどうかの検定を行ったところ、27語中22語で有意な（統計的に意味のある）差が確認された。

最後に

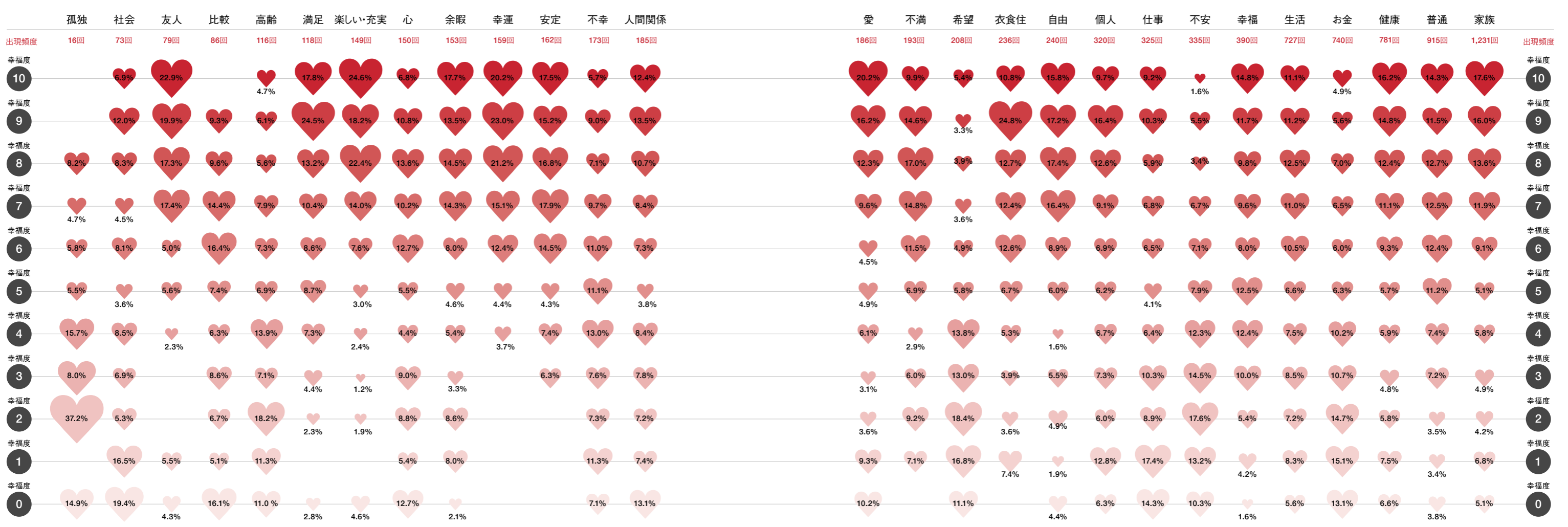
以上、主観的な幸福度の背景には何か共通の理由があるとの問題意識（仮説）をもとに分析を行った結果、以下のような発見と示唆が得られた。

第一に、幸福度は主観的評価にもかかわらず一定の普遍性・合理性を持ち、分析に値する。第二に、家族（友人・人間関係）、健康、お金は頑健な3大幸福要因である。同時に高い水準の幸福度においてはお金のプラス影響力は薄れる。つまり、金銭的な要因は不足により幸福度に重要な障害を与える「衛生要因」と見るべきかもしれない。第三に、幸福感の実現には客観的な事実要件と、主観的な「心の構え」が相補的に影響しあって達成されている。特に、最後の論点は重要であり、生活者のウェルビーイング（よい生活方）を実現するためには客観的な生活環境の改善とともに、それを解釈する力の開発が不可欠であることを示唆している。それは「幸せだと思えば幸せになる」といった、安易な自己啓発的トリートロジー（同語反復）などではない。自らの価値観を鳥瞰視する自己のメタ認知能力など、合理的な生活リテラシーを獲得することを意味しているのである。

100%に換算したうえで、各幸福度のシェアを%で表示している。たとえばキーワード「家族」は、幸福度の高い回答者が「相対的に多く用いていることがわかる。

幸福感を左右するキーワードと幸福度の関係

Chart 2



谷崎潤一郎と関西

1994年の旗揚げ公演以来、大阪の豊富な

文化的コンテンツを発掘し、

その魅力や価値を見直すことで、

まちの賑わいづくりの一環として

評価を受けている「なにわの語りべ公演」。

その最新活動を通して、

大阪のまちの魅力を再認識する。

「なにわの語りべ公演」での作品づくりから

「なにわの語りべ公演」活動の展開

関西には豊様な歴史や文化がある。まちの歩みや物語を発掘し、伝え、活用することで、住民の地域への愛着も高まり、来街者も増え、賑わいづくりや都市ブランドの構築、都市格の向上にもつながる。

そのためのひとつのプログラムとして、大阪を中心に「なにわの語りべ公演」活動を展開している。まちの歩み

やエピソードをわかりやすく親しみやすい物語として編集し、語りと映像、音楽効果も入れながら紹介している。もちろん、大阪以外の関西における題材もある。周辺の地域に活動を拡げてほしいという要望も増えてきた。そこで昨年度、谷崎潤一郎をテーマに

選び、「谷崎潤一郎——愛と創作のジャンクション」と題した新作を上演した。本稿では、その制作プロセスのかでの視点や、谷崎潤一郎（以下、谷崎）ならではの逸話を抜粋して綴ってみる。

関西での出会いと創作活動

文豪としての谷崎の名前はあまりに有名であるが、その人間像は意外と知られていない。関東出身であるのに、なぜ関西で文筆活動を続けたのか。独自の純文学を大成させた、その作風の源は何だったのか。

谷崎研究は以前から盛んで、複数の研究者によって成果が数多く発表されている。谷崎作品は、彼自身の過ごした土地とともに暮らした人と重ね合わ



↑自宅応接室での谷崎潤一郎

昭和24年撮影。前年には代表作のひとつ『細雪』が下巻まで刊行され、この年には文化勲章を受章している。



↑「谷崎潤一郎——愛と創作のジャンクション」なにわの語りべ公演風景

2013年3月5日「平成」なにわの語りべ劇場2013 早春in プリーゼ」(於、サンケイホール プリーゼ大ホール)より。語りと映像、音楽、芝居も取り入れ、演出に工夫を重ねた。映像イラストは弓削ナオミの描きおろし。

せてこそ、醍醐味がより楽しめる。資料や文献に導かれ、関西での足跡をざっと追ってみると、作品と実生活が表裏一体となり絡み合っている。が、小説とは異なる。その相関性こそが、数多くの谷崎研究者を生んでいる理由ではなからうか。関西の、よく知られているあのまちやこの場所に谷崎が住まい、有名作品の数々を生み出していたのだという事実は、その経緯を詳しく知れば知るほど、感慨深いものがある。

生い立ちとデビュー

谷崎潤一郎は、明治19(1886)年、東京の下町、日本橋区蠣殻町、現在の人形町のあたりに生まれる。22歳で東京帝国大学文学部に入学、明治43(1910)年、24歳の時、『刺青』を発表。初期の谷崎は、耽美主義と呼ばれるほど、美と女性への偏愛、マゾヒズムといった捉え方をされている。大正12(1923)年、関東大震災にあった谷崎は、関西へ逃げ延びる。真冬の京都の底冷えに耐えられず、阪神間の芦屋あたりは気候が温暖であろうと引越したくだりでは、都会のほんぼん育ちで甘やかされてきたということが想像に難くない。

大正13(1924)年、『痴人の愛』が大阪朝日新聞に発表された。主人公のナオミは、妻・千代の妹、せいで子をモデルにしており、実際も、谷崎は、日本人離れした容姿をもつこの少女にかなり入れ込んでいたという。千代を友人の詩人、佐藤春夫に譲ると約束し

大阪の出版社創元社刊。本文は変体がなによる。黒と赤2種の豪華な漆塗り装丁が大いに話題を呼んだという。

←「春琴抄」漆塗初版本





↑結婚式のあとで
谷崎は昭和10年1月28日、『盲目物語』『春琴抄』などの登場人物モデルともいわれる松子と祝言をあげる。

現在の倚松庵↓
谷崎は昭和11年11月から18年11月までこの家に住んだ。自身も昭和7年ごろには、「松(松子)に倚(よ)る」との意からか、雅号として「倚松庵」を用いていたという。



写真所蔵・協力：芦屋市谷崎潤一郎記念館、神戸市

自分はせい子と結婚しようともくろんだが失敗。約束を撤回して、激怒した佐藤と絶交している。信じがたくも人間くさいドラマが作品の背景にある。歳月が事実をデフォルメしたとしても、そこに谷崎の創造力が加わって、後世に残る作品を生み出した、という構造が面白い。実生活での体験を作品に反映させるスタイルは以降も続くが、舞台として選ばれたのは、故郷の東京ではなく関西であった。

関西に対して批判的であった谷崎

大正14(1925)年10月に『文藝春秋』に掲載された『阪神見聞録』で、谷崎は関西に対して批判めいたことを記している。見ず知らずの人に話しかけたり、電車で他人の新聞を借りて読む大阪人を捕らえて、ずうずうしく非常識な感じがすると。東京人から見た大阪人像は、昔も今もそう大きくは変わらないようだ。

芸術的創作の女神としての松子

谷崎の衝撃的ともいえる女性遍歴は、谷崎の純粋な一面を感じられる一景である。

そんな印象をがらりと変えてしまったもの、それは、大阪を代表する老舗の暖簾の中の世界、女性たちを中心とした上質な生活文化や日本の伝統美、そして大正から昭和にかけて花開いたモダニズムであった。特に谷崎が魅せられたのは、船場の大店のごりよんさま(若奥様)である。根津松子(以下、松子)であった。

作品の理解をより深めてくれる。千代と別れ、古川丁未子と2度目の結婚をした谷崎だが、その時発表した『盲目物語』には、根津夫人であった松子への憧れが滲み出ており、北野恒富に依頼した口絵も、当時の松子をモデルにしたことがわかつている。挙句、夫の浮気に悩む松子が谷崎に相談しているうちに、恋愛感情が生じたのか、東灘区の魚崎で隣あわせの家を借りて逢瀬を重ねる。新婚の丁未子にとっては悲劇である。雑誌記者の仕事をやめ、有名作家の妻になった喜びも東の間、打ち捨てられたのだ。谷崎はなぜ丁未子と結婚したのか、松子への思慕をより募らせるための手段としたのか、私たちの想像に委ねられるばかりである。

生活でも松子の品格と威厳を第一とした。書生奉公のように下僕として松子に仕えることに喜びを感じるなど、マゾヒスティックな側面を多々感じさせる。谷崎にとって、普通の夫婦生活は不要で、常に仰ぎ見ることのできる

女神が、芸術的な創作活動に不可欠なのであった。

しかし松子とはいうと、『倚松庵の夢』と題した自らの手記の中で、ひとりの女として、普通の夫婦として睦みあえない寂しさや、念願の子どもを5カ月で中絶した無念さを後に告白している。松子が谷崎の理想の女性であり続ける使命は、ある意味残酷であり、そこに谷崎の強烈なサディズムが存在

していたと理解していいだろう。

そんな生活のなかで、谷崎は、関西の風土、伝統文化などへの憧憬を深める。その情感が自身の繊細な美意識を磨き上げ、作品へ反映されている。そこには関西への賛美がある。また、戦争中に中断させられた『細雪』も、皇室のタブーだとぼかしを強要された『源氏物語』(現代語訳)も、試練を乗り越えて完成させ、晩年は病と闘いな

がらも、新たな作品を発表し続けるという、最期まで作家として貫き通した生き様は胸を打つ。

今に残る、谷崎の足跡

関西での谷崎の足跡については、たつみ都志氏の調査研究が詳しく、特に、真摯に空間をたどり現地取材してまとめた1冊『ここですやろ谷崎はん』(広論社)には、感動と感服の念を覚えた。このような手法で、地域とのつながりを具体的に追う研究は貴重である。

例えば、『痴人の愛』の舞台となった北畑(現・神戸市東灘区本山北町3)、谷崎自身でデザインした豪邸があった岡本梅ノ谷(現・東灘区岡本7)、松子と隣居したという魚崎(現・魚崎北町4)、谷崎が特に愛着を感じていた旧邸で『細雪』のモデルとなった「倚松庵」(現在は移転保存され、東灘区住吉東町1)など、谷崎がその足で立った場所を確認でき、実際に暮らしていた家屋に直接向き合えるのは、本当にありがたい。特に「倚松庵」は、もとの位置より150メートル北へ移築した際、旧材を保存利用して谷崎居住時の姿に見事に復元された。土曜・日曜日に見学ができる。

谷崎の世界は刺激的でかつ趣深い。そんな知的財産や遺産の存在意義を地域にもっと浸透させるべきである。関西人の誰もが誇りを感じるような、活用に向けた創意工夫が望まれる。



↑谷崎と松子、打出の家の庭で(昭和9年5月頃)

現在の兵庫県芦屋市宮川町に残る「打出」の家で、谷崎と松子は祝言をあげた。昭和9年から11年まで住んだという。



←『細雪』初版本

昭和18年、雑誌『中央公論』に一部発表されたが、奢侈(しゃし)な表現を理由に掲載を止められる。戦後、中央公論社から初版刊行。

生活者の省エネルギーに関する意識と行動

情報誌CEL103号で報じた、省エネルギーに関する

ライフスタイル研究の第2報。

今号ではさらなる分析をもとに、生活者の省エネ意識と行動について深く探る。

アンケート結果をもとにした分析

暖房機器とその使用理由

前号にて、「生活者の省エネルギーに関する意識や行動の調査」(*)の結果の一部を報じた。

この調査は、昨年11～12月初旬、本格的に暖房機を使用する前に実施した。この冬使用する予定の暖房機について尋ねた結果を、Chart 1に示す。電気

こたつ、石油ファンヒーター、電気カーペットが1～3位を占めている。さらに、それらの機器を使用する理由について尋ね、第1位の使用理由で分類した結果もChart 1に記載した。回答の選択肢には「もともと持っていた」というものがあり、それが第1位の理由になっている機器もあったが、積極的な選択理由ではないので省いている。

これによると、電気の暖房機は「手軽さ」で選択されており、ガスや石油の暖房機は、「暖房感」を重視して選択されている。「安全性」についても電気ヒートポンプエアコンや電気オイルヒーターは第2位の選択理由になっており、消費者が暖房機を選ぶ基準は、「空気を汚さない」を含めた4つが代表的なものと言える。

とついで、Chart 1のなかで、太字

で示した機器は、電熱ヒーターによる

暖房機である。これらは、手軽に使える機器であるが、省エネの観点からは、一次エネルギーベースの効率が約36%を超えることはないため、エネルギー効率が悪い。相応にランニングコストもかかるので、主たる暖房機としては使用を控えたい機器である。しかし、電気こたつや電気カーペットは、体と接する部分が暖かくなるので、部屋全体を暖める必要がなく、エネルギーが少なくてすむと考えると積極的に使用する家庭もあると考えられる。つまり、補助暖房として局所的に使用するなど、上手に使っている可能性がある。同様に石油ファンヒーターも、消費電力が少ない暖房機として使用している場合もあると考えられ、使用状況を含む追加調査を、次の機会に行っていきたい。

クラスター分析による省エネ意向の分類

次に、似た傾向を持つ回答者をグループリングを試みた。省エネや購買行動等に関する設問を使用し、非階層クラスター分析を行った。設問と回答傾向、男女比、年齢構成をChart 2に示す。なお、表中の設問や回答傾向は誌面に限りがあるため、多少単純化して示している。

表のうち、「○」は、その設問に対する回答傾向が肯定的、「×」は否定的、「△」は比較的中立であることを示している。

分析を行い、調査対象を6つのグル

ープに分けた。

【A】グループは、省エネへの取り組み意識が強い。また、商品の購入においても、衝動買いをしない、手間をかけても安いものを買うなど、コスト意識の高さが見られ、物を大事にする傾向もある。全体の18%を占める。

【B】グループは、省エネに対する意識が高め。イベントへの参加や人を呼んでホームパーティをするなど、交友に積極的な傾向が見られる。全体の23%。

【C】グループは、省エネに対する意識や自分から取り組んでいこうとする意識はそこそこで、【B】グループよりは低め。また、交友やイベント参加にそれほど積極的ではない。全体の24%を占め、最も多いグループである。

【D】グループは、省エネはするべきと思っているものの、自分が取り組むよりは、エネルギーをたくさん使っている人や会社・工場などがすべきと考えている。新しい商品やファッションには敏感である。全体の12%。

【E】グループは、省エネはしたくない、もしくは自分がしても意味がないと考えている。全体の19%。

【F】グループは、省エネだけでなく、交友・イベント参加や新商品などにおいても全般的に無関心である。

省エネ意識と省エネ行動への取り組み

次に、このグループごとの省エネ行動への取り組み状況をChart 2の最下段に示す。省エネへの取り組み数については、前号の図1に示す省エネ行動のうち、昨年夏に実施した件数を示している。

取り組み数が多い【A】【B】グループは、省エネ意識の高い【A】【B】グループの人が多い。そして、省エネに関心の低い【E】【F】グループは3前後と、

【A】【B】グループの半分以下となっている。特に【F】グループは、取り組み数が0、つまり何もしていない人が4割にもなる。

省エネへの意識づけとして、エネルギー使用量の「見える化」が有効と言われており、そのうち、最も簡単な方法のひとつが、毎月自宅に届く電気・ガス・水道の検針票を見ることである。これらの検針票の確認状況について、グループ別に集計を行い、Chart 2に示した。

Chart 2

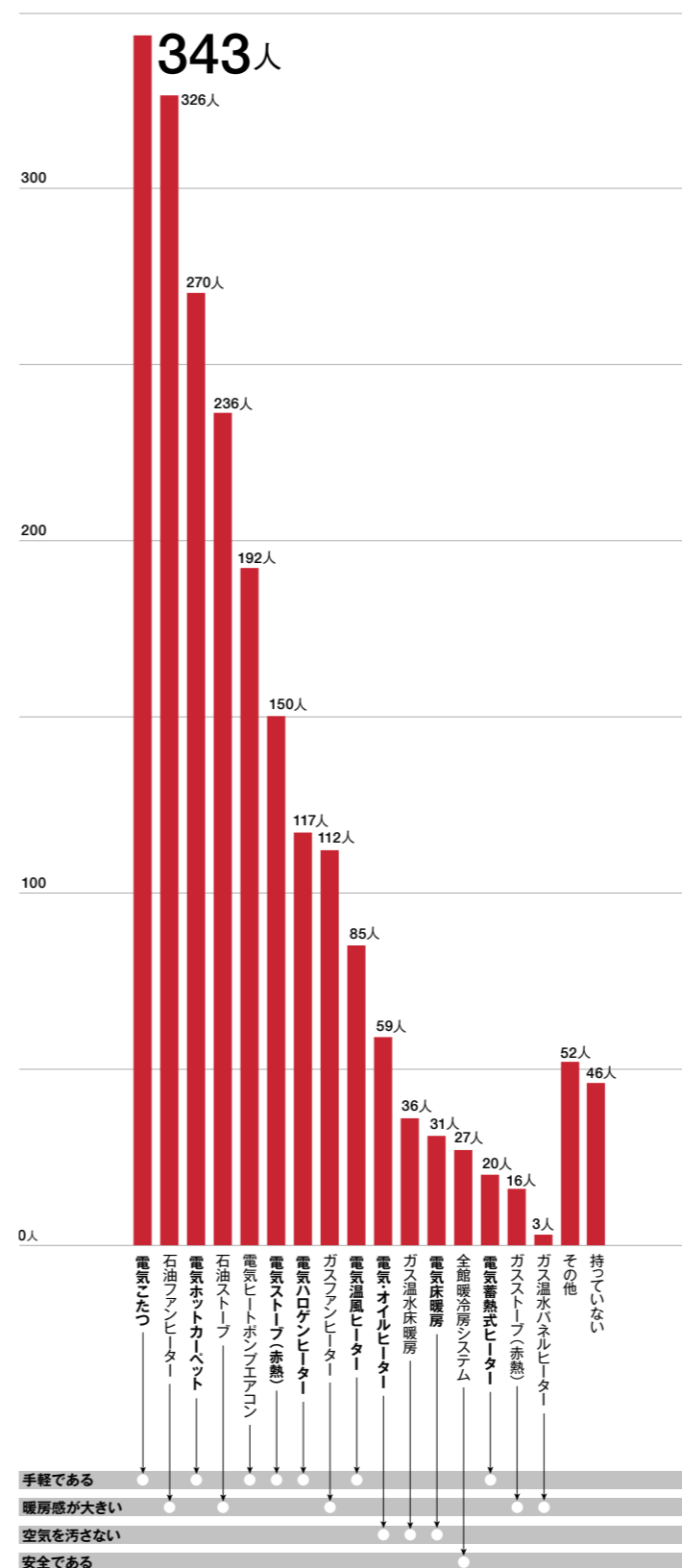
省エネ意識の高い人、低い人

	省エネ意識が高い			省エネ意識が低い		
タイプ別6グループ	Group A	Group B	Group C	Group D	Group E	Group F
質問1 / 地球資源保全のため、省エネしていきたい	○ はい	△ あまり	△ あまり	△ あまり	× いいえ	× いいえ
質問2 / 快適性・利便性が損なわれるので省エネしたくない	× いいえ	× いいえ	△ あまり	○ はい	○ はい	△ あまり
質問3 / 物は長く大切に使用したい	○ はい	△ あまり	△ あまり	△ あまり	△ あまり	× いいえ
質問4 / 祭りやイベントが好き、交友関係が広い	△ あまり	○ はい	× いいえ	○ はい	△ あまり	× いいえ
質問5 / 手間をかけても安いものを買う、省エネのためがまんしてもいい	○ はい	△ あまり	△ あまり	△ あまり	△ あまり	× いいえ
	↓ コスト重視で省エネ意識が高い	↓ 人好き・省エネ意識が高い	↓ 省エネ意識はそこそこの多数派	↓ 省エネは他人任せ	↓ 省エネに関心なし	↓ 全般的に関心なし
構成比	18.3%	23.0%	24.4%	11.7%	19.3%	3.4%
性別						
男性	54%	39.4%	44.1%	52.6%	60.8%	67.1%
女性	46%	60.6%	55.9%	47.4%	39.2%	32.9%
年齢別						
20代	11.8%	13.4%	9.3%	24.6%	28.4%	18.4%
30代	18.7%	20.5%	17.1%	19.8%	25.2%	30.3%
40代	23.5%	18.9%	23.5%	20.5%	20.5%	26.3%
50代	19.7%	20.5%	23.1%	14.9%	16.0%	14.5%
60代	26.3%	26.7%	27.0%	20.1%	9.9%	10.5%
グループ別 検針票の確認状況						
毎月(毎回)見る	55.2%	56.1%	46.6%	46.3%	34.7%	28.9%
金額は見るが、使用量はほとんど見ない	17.1%	16.5%	19.6%	21.3%	20.3%	25%
時々見る	12.8%	14.4%	19.9%	18.3%	16.9%	11.8%
めったに見ない	14.9%	13.1%	13.9%	14.2%	28.2%	34.2%
取り組んだ省エネ行動の数	7.2個	6.9個	5.7個	4.9個	2.7個	2.7個

Chart 1

冬期に使用する予定の暖房機器とその理由

回答者のうち1000人あたりの人数



電気の検針票の使用量を毎月見ると回答した人は、全体の47%であった。これをグループ別に見ると、省エネ意識の高い【A】【B】【C】グループ、また自ら省エネに取り組む意識の低い【D】グループでも、50%前後の人が毎月見ている。それに対し、省エネに関心の低い【E】【F】グループでは約30%に下がる一方で、めったに見ない人が多くなっており、明らかな差が生じている。ガス・水道についても同様な傾向であった。

先に【E】【F】グループは、若年層が多いと述べたが、実際に省エネ行動を取っておらず、また検針票も見ない人が多いグループに対して、どのような情報やインセンティブを与えるかが課題と言える。

おわりに
前号では、省エネ行動に取り組まない人にはそれぞれ理由があるが、「忘れる」や「面倒」といったものも上位に来ることを示した。それらを減らしていくためには、「情報」が必要ではないかと結論づけたが、どんな情報をもとに出せば届くのかは、難しい問題である。その一例が検針票で、前年の使用量なども掲載されており、最も手軽に見ることができると言える。省エネ意識の低い人は、それすらも見えていないことが多いことがわかった。

今年度は、実験集合住宅NEXT21にて、住戸内エネルギーの詳細計測を開始する予定である。エネルギーや設備の利用に関するヒアリングも行う予定で、今回のような調査の内容もあわせて、生活者のエネルギー・ライフスタイルの現状とこれからのあり方を考えていきたい。

(*) 情報誌CEL103号58〜61頁参照。

授は語る。思考力や判断力というのは、いわば

「生きる力」を育むことを理念に、知識や技能の修得とともに思考力・判断力・表現力などの育成が重視された。エネルギー環境教育はその方向性に即しているのみならず、この目標達成のためにエネルギーや環境をテーマに学習することはとても有効なのだ、と山下教授は語る。

2011年度から順次、小・中・高校教育で実施された新しい学習指導要領では、子どもたちの現状を踏まえ、「生きる力」を育むことを理念に、知識や技能の修得とともに思考力・判断力・表現力などの育成が重視された。エネルギー環境教育はその方向性に即しているのみならず、この目標達成のためにエネルギーや環境をテーマに学習することはとても有効なのだ、と山下教授は語る。



大阪府教育センター
主権による
教員研修の風景。

「生きる力」を育てる エネルギー環境教育

前節では学際的アプローチ、特に教える教員側の能力充実の必要性を確認した。では肝心の教育内容、エネルギー環境教育はどのようなゴールを目指すべきなのであるか。

多様な問題がある状況下での問題解決能力である。エネルギー・環境問題を学習することは、これをどう解決するかという問題とつながるをえな

山下教授によると、エネルギー環境

教育の狙いは「エネルギー問題の解決

とより良いエネルギー利用のあり方を追求し、そこから循環型社会、持続可能な社会を実現する人間の形成」にあるという。さらに、学習に際して次に挙げる3つの観点を踏まえて統一を図ることが重要だとしている。

- 認識形成…自らが価値判断するための確かな認識の形成
- 学び方形成…自ら学ぶ力を身につける学び方の形成
- 人間形成…豊かな人間性と社会変化への優れた対応能力をもつ人間の形成

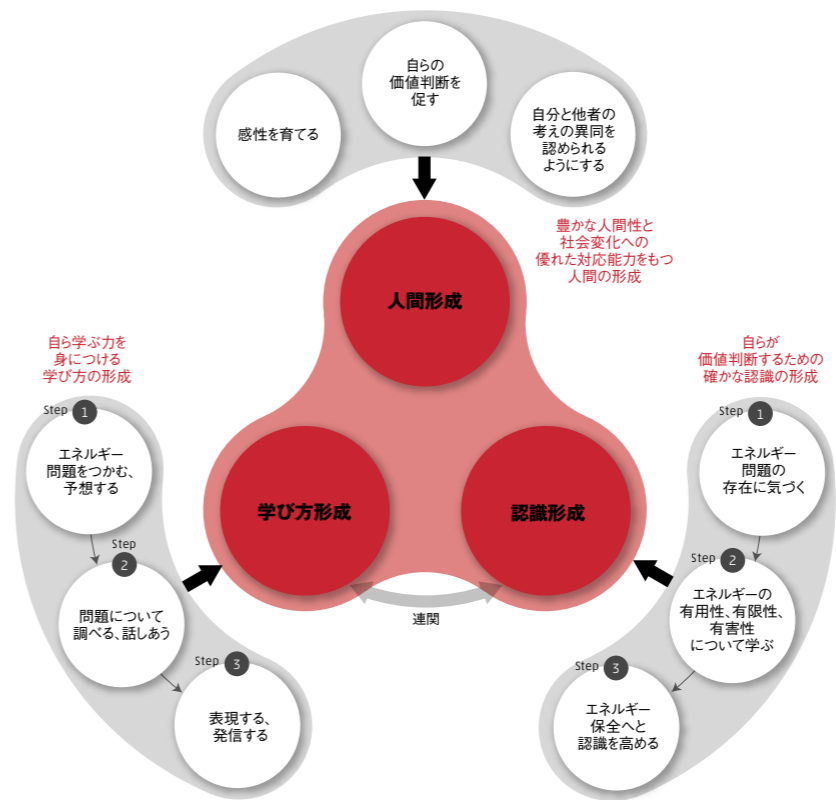
Education for Future Generations

基礎となる感性を育て、自ら価値判断をし、積極的に自己表現できる「生きる力」の礎の構築が必要となる。

「こういう視点に立つことで、エネルギー環境教育は大きな意味をもつことになり。つまりエネルギー環境教育は、指導要領の本質である、生きる力の育みに迫るものとして位置づけることができるわけです」

持続可能な社会を支える人間形成のために、エネルギー環境教育の充実が期待されている。

エネルギーを 環境を支える 3つの観点



常に重要であることを山下教授は強調する。教師がエネルギー環境教育という体系を理解したうえで授業が行われていれば、全体として必要なことがカバーできるはず。現状でエネルギー環境教育を充実させるにはそういう方法で実践するのが最も現実的だというのが山下教授の主張である。

把握することは簡単ではない。したがって、何らかの支援・体制が必要になってくる。例としては、免許更新に付随する研修や、各教育委員会が指定する研修などのシステムがある。これを手元に活用し、理解を深めてもらう機会にすることが第一歩となる。

り対応しているものの、「小学校教育で取りあげてから一般に浸透するまで約20〜30年かかるのではないでしょうか」と山下教授は警告する。「エネルギー自給率は4%ですから、本来なら真つ先に扱わなければならない問題のほうですが、中学校の教科書にもほとんど出ていないそうです。次世代のことを考えれば、これはできるだけ早く取り組まなければならない問題です」

確かに、エネルギー環境問題に関す

山下 宏文

教育の現場から
京都教育大学 教授

震災で停滞したエネルギー環境教育の再興を

教員教育における研修システムなどの活用は重要ですが、この意義は学校教育に限られるものではありません。実は一般へのエネルギー環境教育の最初の一步でもあるのです。ゴミの問題に学校で取り組むと、子どもが家に帰って「お母さん、ゴミは分別しなくちゃいけないんだよ」と言ったりする。そこから家庭に広まることもあります。特に日本の場合、学校から地域へ、学校から社会へ浸透していくという傾向は強いようにも思います。学校と社会の両面からの意識の醸成が必要になるのです。



ればならないという意識が強くなっていたのです。1990年代後半からの社会と学校の壁を取り除こうという動きもあり、企業や関係団体からは教員研修や副読本の提供などかなり積極的に行われていました。近年は学習指導要領の改訂もあり、エネルギー環境教育はかなり注目されていたのです。

それが原発事故をきっかけに大きく停滞してしまった。企業からのサポートには偏りがあるのではないかという危惧が学校や保護者側にもあるし、提供する企業側にもあるからです。でも、教育で重要なのは「こっちが正しい」と誘導することではなく、あくまで中立の立場を保つことです。エネルギーの選択を賢く適切に行える、そういう国民を育てることが最終的な目標なのです。それを理解したうえで、純粋に教育という観点から次世代を育てるために協力していただければと思います。

では、社会全体のエネルギー環境教育への意識はどうなっているのでしょうか。震災前まで、特に1990年代から2000年代の初めにかけては地球温暖化の問題をきっかけに、持続可能な社会への意識が高まっていました。教育の場でもエネルギーの問題をきちんと扱わな



Education for Future Generations

CELから

大阪ガス(株)
エネルギー文化研究所
研究員

Tohma Kiyoshi

当麻 潔

教育現場のために企業ができること

今回の取材を通じて次世代教育を浸透させるためには学校、社会が密接に連携すること、そして教師がキーパーソンになるべきだということが認識できたように思う。

ではそこで、企業は何を提供できるのだろうか。例えばエネルギー事業者の知見を活かした教員研修プログラムは、多くの教師がエネルギー環境教育に取り組むきっかけを提供する。教育の現場で活用できる副読本は、学習をサポートするツールとして助けになる。そして子どもから一般の方々までを広くターゲットとする見学施設もまた、次世代教育を支援

するツールとして役立つ。学校教育に対して、我々企業が支援できる余地は想像以上にあることをあらためて確認できた。

電力需給をはじめとするエネルギー問題、CO₂排出量増加に伴う地球温暖化問題、中国からのPM2.5や黄砂等による大気汚染問題等、今後、エネルギー環境問題への対応はますます重要となる。CELとして引き続き、生活者が知っておくべきエネルギーや環境の知識をわかりやすく正確に、また、中立な立場で情報提供していくとともに、次世代教育のために何ができるか、考えていきたい。

Lectures on Energy

Supervised by Shimoda Yoshiyuki, text by Tohma Kiyoshi

第六講

電力供給システム

電気を作り届けるしくみを知る

下田 吉之 監修

大阪大学大学院教授

当麻 潔

大阪ガス(株)エネルギー文化研究所研究員

電気のしくみを知ろう

私たちの生活に電気はなくてはならないものです。電気はエネルギーの一種で、単位時間あたりの電気の仕事量が「電力」です。「電力」を決めるのが、電子が流れる量である「電流」と、電子を流そうとする圧力である「電圧」です。「電力(W)」は「電圧(V)」と「電流(A)」の積で求められます。「電力(W)」に時間(h)をかければ、電気が実際に行った仕

事量である「電力量(Wh)」となります。水道に例えれば、水道の蛇口から出る水の勢い(単位時間あたりに流れる水の量)が「W」で、容器に溜まった水の総量が「Wh」です。「W」は、発電設備の発電出力(能力)やピーク電力需要を表すのに用いられ、「Wh」は、月間(年間)電力使用量に用いられます。私たちが日常生活で使っている電気には、「直流(DC: Direct Current)」と「交流(AC: Alternating Current)」があります。「直流」とは、常に一定方向に流れる電流のことであり、

Table 1 発電方式の比較表

さまざまな発電方式とそのメリット、デメリット

方式	メリット	デメリット	発電コスト(円/kWh)
 原子力 Nuclear	<ul style="list-style-type: none"> ●発電時CO₂を排出しない ●ウラン資源が広く分布し、供給安定性は高い 	<ul style="list-style-type: none"> ●社会的受容性に問題 ●放射性廃棄物の処理処分方法が確立していない 	¥8.9～
 石炭 Coal	<ul style="list-style-type: none"> ●資源量が広くまた多くあり、供給安定性は高い ●他の化石燃料と比較して、低価格で安定している 	<ul style="list-style-type: none"> ●化石燃料のなかでCO₂の排出が最も多い (CO₂排出量: 石炭>石油>天然ガス) 	¥10.3～10.6
 石油 Petroleum	<ul style="list-style-type: none"> ●需要変化への対応に優れている ●燃料貯蔵が容易である 	<ul style="list-style-type: none"> ●CO₂の排出が多い ●中東への依存度が高く、供給安定性に懸念がある ●燃料価格が高い 	¥25.1～28.0 (利用率50%)
 天然ガス (LNG) Natural Gas	<ul style="list-style-type: none"> ●高効率で需要変化への対応に優れる ●燃料の調達先が分散しており、長期契約が中心であるため、比較的供給安定性は高い 	<ul style="list-style-type: none"> ●CO₂を排出する (化石燃料のなかでは最も少ない) ●燃料および輸送費が高い ●インフラ整備が必要 	¥10.9～11.4
 太陽光 Solar	<ul style="list-style-type: none"> ●発電時CO₂を排出しない ●資源の制約がない ●戸建住宅に容易に設置可能 	<ul style="list-style-type: none"> ●天候や時間帯により出力が変動し、発電が不安定 	¥9.9～20.0 (住宅用)
 水力 Water	<ul style="list-style-type: none"> ●発電時CO₂を排出しない ●需要変化への対応に用いられる(揚水発電) 	<ul style="list-style-type: none"> ●大規模な新規開発が困難 ●渇水時に発電が困難 	¥19.1～22.0 (小水力)
 風力 Wind	<ul style="list-style-type: none"> ●発電時CO₂を排出しない ●資源の制約がない 	<ul style="list-style-type: none"> ●風況により出力が変化し、発電が不安定 ●電線、景観や低周波騒音の問題等立地場所が限定される 	¥8.8～17.3 (陸上)
 地熱 Geothermal	<ul style="list-style-type: none"> ●天候に左右されず、供給安定性に優れる ●世界有数の火山国であり、ポテンシャルは大きい 	<ul style="list-style-type: none"> ●適応地の多くが国立公園内にあり、また、温泉泉源の枯渇懸念が温泉組合にあり、建設に制約 	¥9.2～11.6
 バイオマス Biomass	<ul style="list-style-type: none"> ●過去数十年の大気中のCO₂を生物が光合成したものであり、トータルでCO₂フリー ●安定した出力が得られる 	<ul style="list-style-type: none"> ●資源回収システムが未整備 	¥17.4～32.2 (木質専焼)

※1: メリット、デメリットは、CELでの整理 ※2: 発電コストは、エネルギー・環境会議「コスト等検証委員会報告書(2011年12月19日)」より

化石エネルギー

再生可能エネルギー

電力供給システム

1 多様な発電方式

私たちが家庭で使っている電気はどのように作られ、届けられるのでしょうか。届けるには、遠く離れた発電所で作られ、高い電圧で発電所から送り出され、送電線→変電所→配電線→引込線を経て、家庭に届けられています(Chart1)。

発電の方式には、「火力発電」「原子力発電」および「再生可能エネルギー発電(水力発電を含む)」があります。「火力発電」は、化石燃料を燃やしたときに発生する熱エネルギー(高温高圧の水蒸気)でタービン発電機を回して電気を起こします。発電に使用される化石燃料としては、「石炭」「石油」「天然ガス(LNG:液化天然ガス)」があります。「原子力発電」は、原子炉の中でウランを核分裂させ、できた中性子の速度を下げ核分裂を連続させ、そのとき発生する熱で高温高圧の蒸気を作り、タービンを回して電気を起こします。「再生可能エネルギー発電」は、化石燃料以外のエネルギー源のうち、永続的に利用することができる再生可能エネルギーを

乾電池や自動車のバッテリーのように、プラス極からマイナス極に移動します。「交流」とは、電流の流れの方向と大きさ(電圧)が周期的に変化する電流のことで、家庭用の電源は交流です。直流で動くパソコンなどの電化製品は、アダプターを使って、交流から直流に変換しています。「交流」は、電流(電圧)を縦軸、時間を横軸で表すと、グラフがサインカーブという波形(プラスの山とマイナスの山をひよりの波形とした繰り返し波形)を描きます。1秒間に繰り返しされる電流(電圧)の変化の回数を「周波数(Hz:ヘルツ)」といいます。日本では、静岡県富士川から新潟県糸魚川あたりを境に、東日本では50Hz、西日本では60Hzが用いられます。2つの周波数の電気が用いられた経緯は、初めて発電機を輸入した明治時代に、関東ではドイツ製の50Hz用、関西ではアメリカ製の60Hz用を採用したためです。周波数を全国統一するには、莫大な費用と時間がかかるため、現在でもそのままになっています。

2 期待される再生可能エネルギー発電

再生可能エネルギー発電は、発電時にCO₂を発生しない、純国産エネルギーを用いた発電方式であり、燃料を輸入する必要がなく、持続可能性の観点からも、導入促進が必要です。ところが、わが国の再生可能エネルギーの導入率は、2011年度の発電電力量ベースで1.4%(「エネルギー白書2012」)であり、一方、ドイツは15.4%、イギリスは2.8%(いずれもENTSOE:欧州送電会社協会による2011年データ)となっており(いずれも水力を除く)、海外と比較しても極めて低い状況にあります。そこで、再生可能エネルギーの導入促進のため、2012年7月に「再生可能エネルギーの固定価格買取制度」がスタートしました。

再生可能エネルギーといえば、「太陽光発電」や「風力発電」をイメージする人が多いのですが、日本は有数の火山国であるため「地熱発電」のポテンシャルも大きく、また、建築廃材や家畜の排泄物などの廃棄物系から森林などの木質系まで多様なバイオマスを活用した「バイオマス発電」も有用な再生可能エネルギー発電です。

使って行く発電です。再生可能エネルギーには、「太陽光」「風力」「太陽熱」「バイオマス」「水力」「地熱」などがあります。「水力発電」は、水が高いところから低いところに流れ落ちる力を利用して水車を回し、水車と直結した発電機で電気を起こします。河川の流れをそのまま利用した「流れ込み式」、河川の流れをせき止め、水を貯める調整池を利用した「調整池式」、大規模なダムに大量の水を貯める「貯水池式」、発電所の上部と下部に調整池を作り、発電に用いて下部池に貯まった水を必要の少ない夜間の電力で上部池に汲み上げ、需要の多い昼間に再度発電を行う「揚水式」があります。揚水式発電は、昼間と夜間の需要の凸凹をならして、発電所の稼働率を向上させるための蓄電池の役割を果たしています。各発電方式の比較を3E(エネルギー・セキュリティ、環境性:CO₂排出量、経済性)+S(安全性)の観点から行い、「Table1」にまとめました。また、政府が試算した発電コストも参考に記載しました。

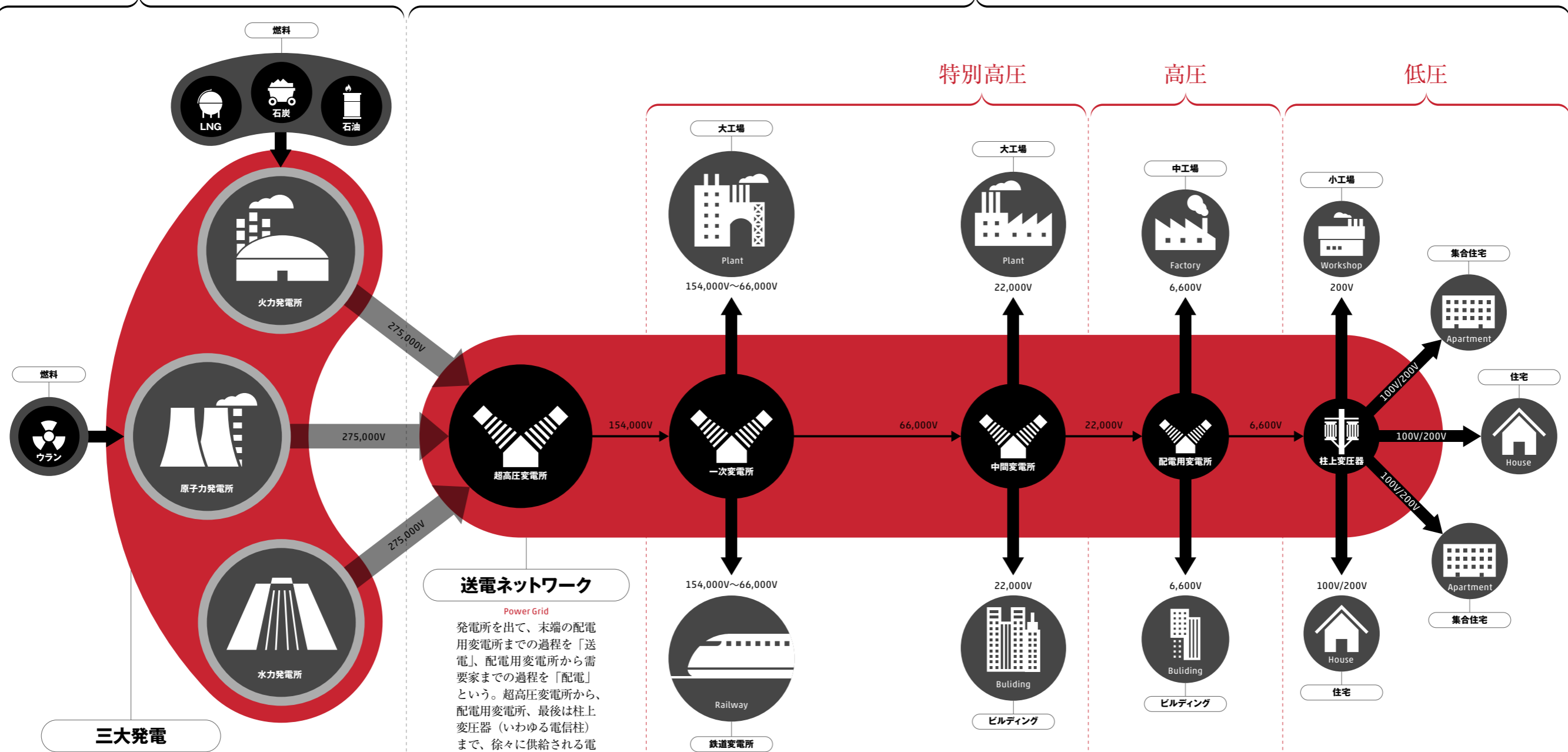
発電された電力が家庭に届くまで

発電

おもな発電の方式には、水力、火力、原子力発電がある

送電

電気は、供給時の電圧が高い順に、各需要家へと届けられる



三大発電

The Three Major Power Systems
火力、原子力、水力による発電量の合計が総発電量のほぼ95%以上を占めるため、これらは「三大発電」と総称されている。太陽光、地熱、風力などの再生可能エネルギーによる発電は、2011年度段階で、まだ総発電量の1.4%しかない。

送電ネットワーク

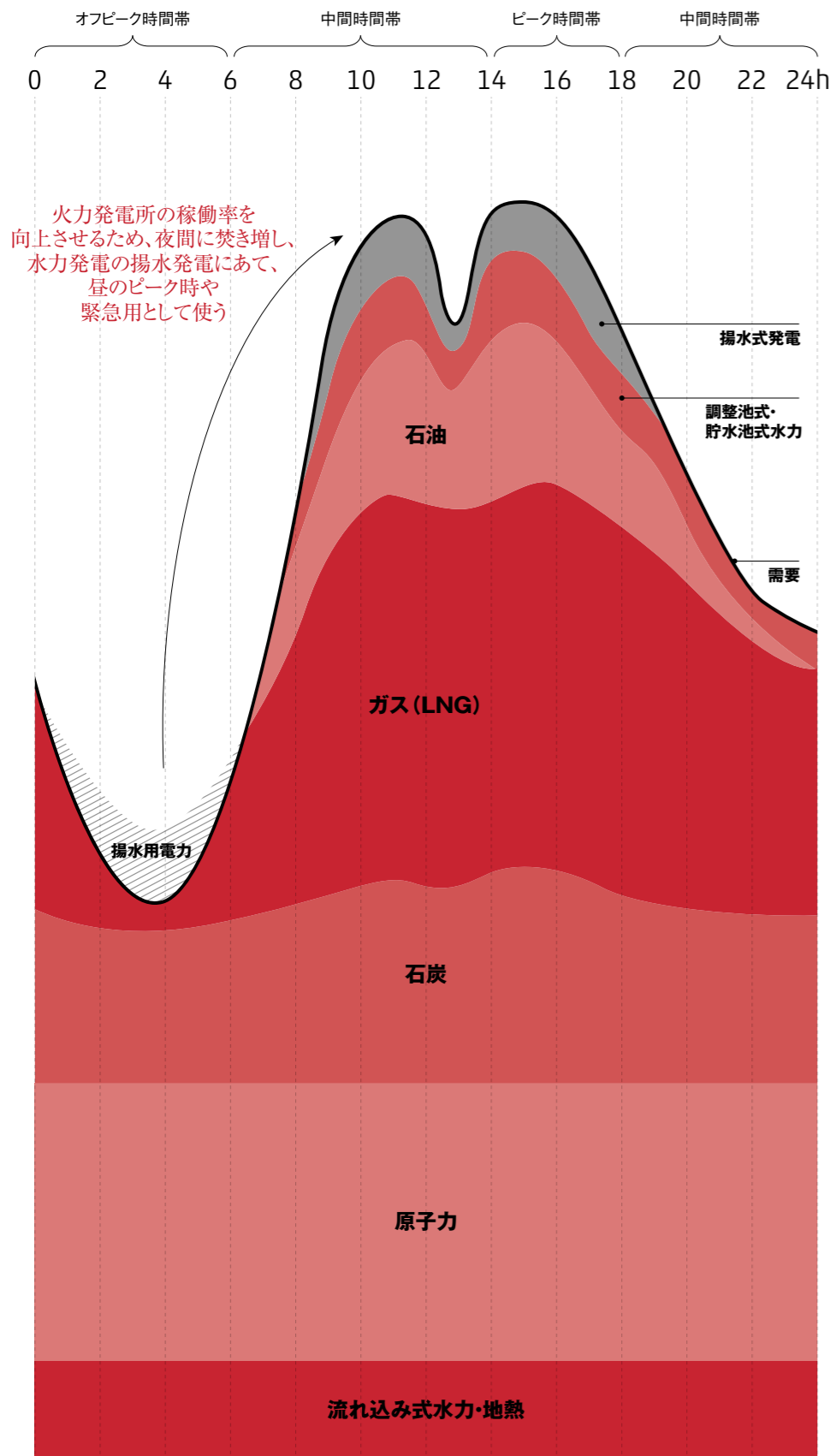
Power Grid
発電所を出て、末端の配電用変電所までの過程を「送電」、配電用変電所から需要家までの過程を「配電」という。超高压変電所から、配電用変電所、最後は柱上変圧器（いわゆる電信柱）まで、徐々に供給される電圧が下がっていく。

大規模発電所で作られた電気は、さまざまな送配電設備を経て需要家に届けられる。こうした供給システムは大規模集中型と呼ばれる

電線に電気を通す際に、電気抵抗によって電気エネルギーの一部が熱となって空中に放散されることを送電ロスという。発電所から需要家までの距離は長いので、送電ロスを少なくするために、発電所からはいったん電圧を高くして送電され、何か所かの変電所を経て電圧を下げながら需要家に届けられる、という工夫がなされている。

24時間供給量をコントロールする工夫

3.11東日本大震災前のイメージ図



地球温暖化対策としても有効であり、今後の導入促進が期待されます。

3 バランスのとれた電源構成

わが国の電源構成を見ても、1963年度に火力発電の出力が水力発電を上回り、その後、石炭火力から石油火力への転換が行われ、大容量・高効率の石油火力発電が増加しました。1973年度の第一次オイルショックを契機に、原子力、LNGが石油代替電源として積極的に開発され、電源の多様化が進められました。その結果、わが国の電源構成は、他国と比較して、原子力、化石燃料（石炭、石油、LNG）、水力のバランスがとれた構成となっていました。

一日の電源構成は、運転特性、経済性等を考慮して、多様な電源を組み合わせ、各電源を、「ピーク」「ミドル」「ベース」の供給力に振り分けています。

3・11の東日本大震災に伴う東京電力の福島第一原子力発電所の事故以降、原子力発電所の停止が相次ぎ、2011年度はLNG火力発電の構成比が40%と最も多くなっています。LNG火力発電は、近年コンバインドサイクル（ガスタービンの排熱を利用してさらに蒸気タービンを回して発電する方式）で、50%以上の発電効率を実現しており、今後の火力発電の主流になると思われます。

4 電気は送配電線を通じて家庭まで届きます

より、電気エネルギーの一部が熱となって空中に放散されます。これを送電ロスといいます。通常、発電所から需要家までの距離が長い場合、発電所から電気を高い電圧で送電することで、少ない電流でも送電ロスを少なく送ることが可能になります。そのため、一般的には、27万5000〜50万Vと非常に高い電圧で送電されます。送電ロスは、「直流送電」の方が少ないですが、電圧を変えることが難しく、変圧器で簡単に電圧を変えられる「交流送電」が主流となっています。

発電所から「送電線」を通じて高圧で送られた電気は、何か

発電所で作られた電気は、需要家までさまざまな電力設備を経て届けられます。電線に電気を通すと、電気抵抗により、電気エネルギーの一部が熱となって空中に放散されます。これを送電ロスといいます。通常、発電所から需要家までの距離が長い場合、発電所から電気を高い電圧で送電することで、少ない電流でも送電ロスを少なく送ることが可能になります。そのため、一般的には、27万5000〜50万Vと非常に高い電圧で送電されます。送電ロスは、「直流送電」の方が少ないですが、電圧を変えることが難しく、変圧器で簡単に電圧を変えられる「交流送電」が主流となっています。

所かの変電所を経て、電圧が下げられ、配電用変電所で一般家庭に電気を供給するため6600Vまで下げられます。そこから、「配電線」を通じて、電柱に設置されている「柱上変圧器」で100Vまたは200Vにまで下げられ、一般家庭に届けられています。

電気の需要と供給のバランス

電気は貯蔵することができないため、安定した電気を供給するためには、変動する需要（消費量）に対して、供給（発電量）を時々刻々と一致させる必要があります。これを「同時同量」といいます。

この需要と供給のバランスが崩れると、周波数や電圧等、電気の品質に影響します。需要に対して供給が多いと、周波数が上昇し、少ないと下降します。3・11の東日本大震災直後、東京電力は管内で計画停電を実施しましたが、これも原子力発電所および火力発電所が停止し、需要に対応するだけの電力供給量が確保できなかったためです。通常、故障による停止や景気の変化、猛暑に備えて、夏季のピーク需要に対して8〜10%程度余裕を持って供給を準備する必要があると言われています。電力会社は、周波数の偏差が0.1〜0.3 Hz以下になるようにコントロールしています。電気の使用状況は、一日のなかでも朝、昼、夜で大きく変化し、季節によっても異なります（Chart 2）。常に、電気の使用状況に合わせて発電所の発電量をコントロールする必要があります。各電力会社の「中央給電指令所」が発電所に指令を出し調整しています。

大規模集中型から分散型へ

従来型の、需要家から遠い沿岸部に建設された大規模発電所から送配電線を経て需要家に電気を届ける「大規模集中型電源」に対して、需要家近辺に分散して設置した太陽光発電、燃

ギー総合効率が高まります。

一方、出力が不安定な太陽光発電や風力発電等が大量に電力系統に接続された場合、周波数の乱れや余剰電力の発生、配電網の特定地点での電圧上昇等の問題が生じる懸念もあります。今後、大規模集中型と分散型の連携による、電力の安定供給のための技術開発や仕組みが必要となってきます。

これからの電力システム

分散型電源と大規模集中型電源とをネットワーク化し、電力

それぞれの電源には、コスト構造に特徴がある。24時間、需要に応じた量を安定供給し、かつ発電コスト全体が最も安価になるように、各電源を組み合わせる運転パターンを決定している。

のライフスタイルの変革までも幅広く含むエリア単位の次世代エネルギー・社会システムが導入されたコミュニティを「スマートコミュニティ」といいます。今後の新たなエネルギー・社会システムとして期待されており、京阪奈、北九州、横浜、名古屋等で実証試験が行われています。

エネルギー・リテラシー向上のために

電気は私たちの生活には不可欠なエネルギーです。電力をはじめとするエネルギーの選択には、供給安定性、環境性、経済性、持続可能性等を考慮した合理的な判断が必要です。そのためにはエネルギー・リテラシー（エネルギーを賢く使うための基礎知識）を身につけることと、継続的なリテラシーの向上が重要となります。このエネルギー講座が読者のエネルギー・リテラシーの向上に貢献できるものと確信しています。

を効率よく（賢く）マネジメントするシステムである「スマートグリッド」が注目されています。これは、太陽光発電や風力発電等、出力が自然条件に左右される再生可能エネルギーを大量に導入しつつ、安定的な電力供給を確保するため、バックアップ電源や大容量蓄電池等の電力系統側の対策だけではなく、情報通信技術（ICT）を用いて需要側での対策も講じ、効率的に需給バランスをとり、電力の安定供給を実現する電力送配電網のことです。

さらに電力に加えて、熱も併せたトータルのエネルギーをICTを用いて制御するネットワークを「スマートエネルギーネットワーク」といいます。再生可能エネルギーと合わせてコージェネレーションを地域全体で制御して、発電の際に発生する排熱を電力と共に地域ネットワーク内で活用・最適化するものです。また、コージェネレーションの運用により、再生可能エネルギーの出力変動を平滑化する効果も期待できます。

さらに、電力と熱に加えて、地域の交通システムや水、市民

Column

岐路に立つ電気事業

電気事業は、福島第一原子力発電所事故以降、大きな岐路に立っています。これまで電力供給において重要な役割を果たしてきた原子力発電の安全性への懸念から、安全審査を中心に、その位置づけの見直しも検討されています。これに伴い、ほとんどの原子力発電所の停止が続いていることで夏場・冬場の節電が求められるようになるとともに、電力会社の化石燃料の購入費用が増加し、東京電力、関西電力および九州電力の電気料金値上げが行われ、さらに東北電力、四国電力そして北海道電力でも同様に値上げが行われる予定になっています。また2012年



Ogasawara Jyunichi

7月から再生可能エネルギー発電の固定価格買取制度が開始され、メガソーラーなどの太陽光発電の設置が進んでいます。さらにこれまで大口需要家を中心に自由化が進められてきました。が、今回はより一歩踏み込んで電力会社の送配電部門の法的分離と全面自由化（家庭も電力会社を自由に選択する制度で、2016年度から開始予定）を行うことになりました。

スマートグリッドや分散型電源、省エネルギー・サービズなど、新しい動きも見られます。今後は皆さんの、電力会社やさまざまな関連サービスの選択により、電気事業の新しい姿が決まっていくこととなります。

（財）日本エネルギー経済研究所
電力右炭エリート
電力グループマネージャー
研究主幹

小笠原潤一

耕す

“People who cultivate” Number 08

最終回

写真・文 太田 順一

人々

農業で第二の人生を「至福の時」に



Tagigawa Yasuhiko

瀧川泰彦さん、75歳。大阪から移住。
米づくり熱・塾長。
「都会ではネオン街で1時2時の生活でしたが、
ここではウグイスの声で毎朝起こされています」

和歌山県日高川町は、温暖で風光明媚な山あいの里。
県のほぼ真ん中に位置し、大阪からだて車で2時間の距離だ。
安珍清姫の物語で有名な道成寺があることで知られるが、
近年は田舎暮らしに憧れる都市住民にとって絶好の移住地として注目を浴びる。
その高い人気は、受け入れの窓口となって移住者を手厚くサポートしてきた
「ゆめ倶楽部21」の功績によるところが大きい。
今までにU・Iターンしてきた人は200人にもものぼる。



Hosoki Takao

細木貴夫さん、64歳。大阪から移住。
古民家レストランの「まる貴(たか)」は、
築130年の家をひとりでこつこつと改修してきた。
「趣味というのか、はまってしまったんですな」
ジビエ(猪、鹿などの野生鳥獣肉)料理が専門で、
完全予約制。



Suzaki Yasuhiro

壽崎泰博さん、48歳。大阪から移住。
法学部卒の元システムエンジニア。
「木を切り倒すのは職人的な技が必要で、
そこが難しくても面白いですよ」



Kijima Kenichi

木島賢一さん、44歳。神奈川から移住。
いちご園で研修中。起業したくて外資系会社を辞めた。
「みかん・梅の和歌山で、いちごをブランド化したいです」
この夏、独立する。



Andai Takao & Toyoko

安大孝夫さん、52歳。豊子さん、51歳。
大阪から20年前に移住し、パン工房の「こむぎっ子」を営む。
「24時間、笑顔でいようね」といい合ってます」
両親のその楽しそうな仕事ぶりを見てだろう、こちらに来てから
生まれた男の子が、自分もパン屋をしたいといい出した。



日高川。町の真ん中を流れる。
自然体験、田舎暮らし体験の観光プログラムが
60種類も用意されていて、
毎年2000人を超える人が訪れる。



Kagami Taeko

各務耐子さん、76歳。
大阪から移住し、農家民泊を営む。
「台湾から高校生も来て、別れるとき私を、
お母さん！って呼んで大泣きする。
たった1泊で情が移るのね」



日高川町。面積の9割が森林。
1991年、過疎化による休耕地を宅地に転用し、
菜園付き住宅を格安で販売した。
これが人気移住地となるきっかけ。



Yamamoto Toshiharu

山本敏治さん、62歳。
大阪の大手電機会社を定年退職。
「農業のいいところは、雨の日でも雪の日でも
何か仕事があること。毎日、生きがいを感じます」

「ゆめ倶楽部21」は、都会から人も
もつと呼び込んで山里を活性化させ
ようと、日高川町の旧住民だけでな
く移住してきた新住民、それに行政
なども加わって2002年に発足し
た。田舎暮らしのセミナーや体験ツ
アーを催して移住の相談にのり、短
期滞在の世話をしたり、定住のため
の空き家の紹介もする。

倶楽部の創設時からのメンバーで
ある瀧川泰彦さん(75)は、移住者
組のひとりだ。大阪の大手化学会社
の部長をしていたが、田舎でのんび
り過ごしたいと思い、1999年、
定年を機にIターンしてきた。

農業をするつもりはなかった。新
築した家の前には釣りをするのに最
適の川が流れ、近くには温泉、ゴル
フ場まである。三拍子そろった理想
郷にきたわけで、「こりゃあ、毎日、
楽しめるぞ」とゴルフ場の会員権も
買った。

ところが、である。隣の大きな家
に住む地主が急死して、奥さんから
「主人に代わって田んぼをやっても
らえませんか」と哀願された。他の
移住者とも相談して3人で引き受け
ることにした。農業経験ゼロのド素
人だが、3人でなら何とかかなりそ
うな気がしたのだ。

「ゴルフのクラブを鍬に持ち替えた
んですな。同じ球をたたくのなら、
地球のほうをたたこうかと思って。
アハハ」

悪戦苦闘、そして失敗の連続。
が、持ち前の研究熱心さをフルに発
揮して、見事、3反の田んぼに黄金
の実りをもたらした。

「至福の時とはこのようなことをい
うのか、と感激しましたわ」

この感動をもっと多くの人と分か
ち合いたいと、2003年、都市住
民を対象に「米づくり塾」を倶楽部
のなかに立ち上げた。今までに70人
の塾生を送り出し、うち31人が日
高川町などの農村に移住を果たし
ている。

今やプロの農業者となり、自身の
ブランド米「あやめしぐれ」はすぐ
売り切れるほど人気を呼んでいる瀧
川さんだが、思うところがあって和
歌山大学の大学院に入学した。

「塾長として人に教えてるけど、知
識がないとも言えませんしね。
アハハ」

農業の経済と歴史を学び、「米づく
り塾」を事例研究にして修士論文を
書き上げ、今春、最短の2年で卒業
した。受講した14科目はオールAで
ある。——新天地で送る第二の人生
は、今、たわわな実りで輝いている。

あとがき

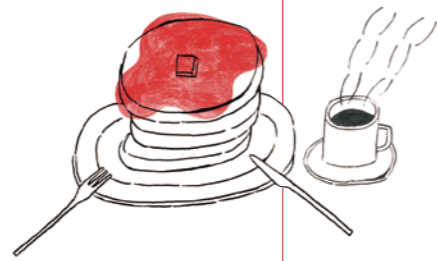
連載もこれが最終回。振り返れば、取
材で会ってきたのは前向きな人ばかりだ。
〈農業で食べていきたい〉とひとりで種ま
きをする女性、〈楽しく農業をやろう〉と
感性豊かに有機農法に取り組む若者たち、
〈農家も営業をしないと〉と消費者とのコ
ミュニケーションに努力する農家組合……。
まさに硬い地面を「耕す人々」だ。農業
の現状については悲観的なニュースが多い。
しかし私は「耕す人々」と出会って、農業
の今後にむしろ期待感をもった。

「ゆめ倶楽部21」

「ゆめ倶楽部21」は農家民泊など
体験型観光にも取り組む。
事務局は日高川町役場まちみらい課内。
TEL/0738-54-0338

Ohta Junichi

おおたじゅんいち/1950年、奈良県生まれ。早稲田大学政治経済学部中退、大阪写真専門学校(現・ビ
ジュアルアーツ専門学校 大阪)卒業。第12回写真の会賞、日本写真協会賞第1回作家賞、第34回伊奈信男
賞受賞。おもな写真集は『大阪ウチナナンチュ』『群衆のまち』『父の日記』(以上、ブレーンセンター)『ハンセン
病療養所 百年の居場所』(解放出版社)など。著書に『はくは写真家になる!』(岩波書店)。



Culture,
Energy
&
Life
CEL

Volume 104 July 2013

特集／余暇から本暇へ
平成25(2013)年7月1日発行
頒価／1,000円(送料別途)

発行

大阪ガス(株)
エネルギー文化研究所(CEL)
〒541-0046
大阪市中央区平野町4-1-2

発行人

木全吉彦

編集人

西田裕一

編集

(株)平凡社企画コンテンツ課

アートディレクション

岡本一宣

デザイン

岡本一宣デザイン事務所

校正

(株)アンデバンタン

DTP制作

(株)ワールドビュー

印刷・製本

(株)東京印書館

お問い合わせ窓口

大阪ガスビジネスクリエイト(株)
TEL 06-6205-4650
FAX 06-6205-4759
CEL@ogbc.co.jp

Research Institute for
Culture, Energy and Life
©2013 OSAKA GAS CO., LTD

※禁無断転載複製※本誌掲載の寄稿文、インタビュー、レポートなどの内容は必ずしも大阪ガスの見解を表すものではありません。本誌・バックナンバーのコンテンツやエネルギー文化研究所(CEL)の活動内容は、インターネットホームページでご覧いただけます。

CELホームページ ↓ <http://www.osakagagas.co.jp/company/eforts/cel/>

CELからのお知らせ

News 1

編集体制を一新しました

情報誌 CEL は 104 号より、編集体制を一新しリニューアルをいたしました。各号ごとにテーマを設定する「特集」と CEL 所員の研究報告である「CEL OUTPUT」を中心に誌面を構成する方針は維持しつつ、特集の取り上げ方や全体のデザインを見直し、より幅広い方々に読んでいただけるように工夫していきたいと考えています。

なお、本誌で 15 回にわたり連載してまいりました「食卓の喜び」は前号 103 号をもちまして終了いたしました。バックナンバーはエネルギー文化研究所の WEB サイトで検索可能ですのでご覧ください。

News 2

都市魅力研究室を開設しました

大阪ガス(株)エネルギー文化研究所は 5 月 9 日、JR 大阪駅前のグランフロント大阪「ナレッジキャピタル」内に「都市魅力研究室」を開設しました。同研究室では、都市の持つ歴史や文化、生活者や社会に提供する時間的・空間的価値、さまざまな人や価値観を交流させる力などを「都市魅力」として広く捉え、セミナーや講演・イベントなどを行っていく予定です。

詳細は大阪ガス(株)ウェブサイトをご覧ください(プレスリリース・生活情報「『都市魅力研究室』の開設について」)。

今後の具体的な活動内容に関してはエネルギー文化研究所の WEB サイトで適宜、情報発信してまいります。

CELからのメッセージ

Message from CEL

On & On

大阪ガス(株)
エネルギー文化研究所 所長

木全 吉彦

Kimata Yoshihiko

昔、上司によく連れて行ってもらったバーの名は deuxième clé (ドゥージエーム・クレ) と言いました。フランス語で「二つ目の鍵」という意味ですが、まさにアサダさんの言う家と職場の中間にある「サードプレイス」へ入る鍵だったわけです。

本号の特集は「余暇から本暇へ」。言うまでもなく「本暇」は造語ですが、「余暇」は決して仕事などの義務的・公的な時間を引いた後の「余った時間」ではなく、それ自身、固有の役割と価値を持ったもうひとつの「本来の」時間であるべきではないかという仮説から企画が始まりました。

仕事とプライベートな生活をどのように調和させるかについては、近年、「ワーク・ライフバランス」の問題としてよく取り上げられます。そこではワークとライフを対立的に扱い、放っておくと肥大化し、か弱いプライベートな生活時間を蚕食しがちな(いわば悪者の)ワークをいかに制御するか、という文脈で語られることが多いのですが、考えてみればワークもライフの一部であり、「バランスを取る」類のものではないはずです。

人が自身の人生を振り返ったとき、まず思い浮かぶのが日々の家庭生活より仕事で取り組んだこと、達成したことであるというのは決して珍しくないでしょう。両者は決して対立概念ではなく、それぞれをそれぞれのものとして充実させるべきであり、そのための努力が必要なのではないでしょうか。

仕事時間を ON、余暇時間を OFF とする表現が日本でも広まりつつありますが、OFF については 1 日・1 週間単位での ON-OFF サイクル以外に、長期休暇という OFF や、定年・子離れ後の長い OFF もあります。これらをイメージすれば、OFF は決して停止・消灯ではなく、「ON とは別のスイッチが入る」ことと考えるのは容易でしょう。OFF すなわちもうひとつの ON の時間をいかに充実させるかを真剣に考え、具体的行動に移すことで、ワークも含めたライフ全体の質を向上させることができるのではないのでしょうか。

遊ぶように(クリエイティブに)仕事をし、仕事をするように(まじめに)遊ぶことができたら素敵ではありませんか。

プレスリリースコード ↓ http://www.osakagagas.co.jp/company/press/pr_2013/1203472_7831.html

特集／余暇から本暇へ

Special Feature / Beyond ON-OFF

Introduction	「余暇」について再考する	2
Part 1	大地に響く人生のシンフォニー	4
Part 2	隠居のつとめ	10
Part 3	日本人は上手にヒマを作れるか?	14
Part 4	学びの時間を楽しむ	20
Part 5	社会貢献の新しいかたち プロボノ	24
Part 6	新しい「居場所」から余暇を再編集する	28
Part 7	チーム力で時間を生み出そう	32
Conclusion	「本暇」的時間を生きるために	36



Column & Essay

季の恵み	夏から秋へ／暑い時期に体調を整える植物	
衣食住遊	大阪は建築ミュージアム	40
耕す人々	農業で第二の人生を「至福の時」に	67

CEL Insight

CEL Output Part 1	幸福の理由とは?	42
CEL Output Part 2	谷崎潤一郎と関西	46
CEL Output Part 3	生活者の省エネルギーに関する意識と行動	50
人間力を育む次世代教育	持続可能な社会を目指す エネルギー環境教育	54
エネルギー講座 第六講	電力供給システム	59
CELからのメッセージ	On & On	72