

## 編集室から

現在、日本最長区間を走る寝台特急トワイライトエクスプレス。その乗車記を3月号の本欄でご紹介しました。

かねてより廃止の噂はありましたが、あくまで噂。ところが書店に名残を惜しむ雑誌が次々と並び始め、これはいよいよだなと思っていた矢先。5月28日に、とうとう正式に廃止の発表が行われました。

選りによってこの日とは...。実は小生の誕生日なのでした。(^^;ゞ

これから夏・秋とハイシーズンを迎えます。その先の冬は、いよいよLast Run!

切符は、ますます取り難くなる事でしょう。

日本海側をひたすら走るトワイライトに対して、東京 - 札幌間の太平洋側を走る寝台特急の北斗星・カシオペアも廃止がほぼ確実です。これらの列車に家内と乗りたかったのですが、彼女はそれほど興味が無く、またチャンスを伺って独り旅に挑戦するかも知れません。

一方、JR東西2社からこれらの列車に代わる超豪華列車の発表もされました。溝口さん連載中のJR九州ななつ星と変わらない発想に残念ながら軽い失望を覚えました。トワイライトのように日本を素直に縦断する列車ではなく、企画旅行の一環として、各社の営業管内の不自然な地域を周回するルート。観光地が林立し熱意溢れる地元と連携したJR九州管内と同様の集客が叶いますかどうか...

ただトワイライトのクルーは、2年後の発車にめがけて既に準備を開始したようです。

これらの超豪華列車がモデルとするオリエント急行は、欧州の上流階級に焦点を当てた企画・運営がされています。一方、日本は世界で只一つ、社会階級の無い国です。その中において本当に意味で「超豪華」といえるサービスが提供できるのか。ハード整備先行で終わるのか。注目しています。(は)



Chintara

本ニュースにレギュラー執筆  
していただいている川島さん  
が「能登の夜市」の姉妹店を  
開店されました。

上京された際、ご利用になっ  
てみてください。

もちろん、川島さんご自身も  
お店に立っておられます。

日本酒バルChintara

03-6427-8183

17:00 ~ 24:00

金曜17:00 ~ 28:00日曜祝休

渋谷区道玄坂2-19-3ライオンズマン  
ション道玄坂1階

このニュースは、計画に携わる若手の技術  
者を育てることを目的に発行を始めました。

その後、計画という仕事の内容や、普段、  
計画マンがどのようなことを考えているのか  
などに触れて、少しでも業界を知っていただ  
ければと考えて編集しています。

2014/06

(株)アスリック

<http://www.neting.or.jp/usric>

〒920-1167

石川県金沢市もりの里1-149-302

電話 076-233-7217

Fax 076-233-7375

Email [usric@neting.or.jp](mailto:usric@neting.or.jp)

2014/06

(株)アスリック

<http://www.neting.or.jp/usric>

## 水意月



沖縄にて  
by hama

## 濱のしづやき 『居心地』

こんなおもちゃを見たことがある。

ちょうど羽子板のような板に、大きさの違う穴が幾つが開いている。そこに一つの球を転がす。入った穴には大きさに応じて点数が記されていて、この得点を競うのである。

大きな穴には入りやすいばかりでなく、一旦入った球は中々抜け出せない。一方、穴が小さいと入ったと思っても直ぐに飛び出してしまふ。

球の直径と穴の直径が近いほど、はまると動きにくく、穴が小さすぎると直ぐに転がり出でしまい、球の居心地が悪い。

実はこの遊び、人間の心の状態を良く表している事に気付いた。

人間には、心地よいと感じるさまざまなものがある。例えば気温。暑くても寒くても心地よきは無い。そして人によって、この心地よいと感じる温度帯はやや違う。南方に住む人は、概ね気温が高くても平気だが、北方の人にとっては暑すぎるという具合だ。

心地よいと感じる幅を、コンフォートゾーンという。辞書には快感帯とある。

\*\*\*

コンフォートゾーンは、身体感覚だけではない。心の中にも、それはある。

現状に満足している人は、「現在の状況」がコンフォートゾーン、つまり居心地の良い状態である。

ヒトの脳は保守的にできている。「今まで生きてこられた」という一種の小さな成功体験を根拠とした「過去のパターンを繰り返そうとする無意識的な反応」をとる。

ヒトの脳には、深部に動物脳（脳幹・旧皮質と呼ばれる部分）がある。動物脳は「今まで生きてこられた」やり方を忠実に守ろうとする。途中で生き方を変える動物は、ヒト以外にはいない。ライオンがキリンになったり、ウサギになった話など聞いたことが無い。もの真似もしない。

新しいものへの抵抗感、ヒトに内蔵されている動物脳から発生している。

前出のおもちゃのように、穴（今までのコンフォートゾーン）から一旦出た球は不安定に転がる。ヒトの心理も同じだ。

だから居心地が悪い。元に戻るのが一番なのだ。こうして人は変化できないまま、時を過ごす。

\*\*\*

では人は皆、自分に見合った最適の居心地（環境）を求めてさすらい続けるのかというと、実はそうともいえない。

意外な事に、最初に入った穴に居座り続けることも多い。例えば就職がそれだ。

就職活動の時には凛々しく見えた会社も、入ってみると実態が見えてくる。待遇・上司・仕事の内容。不平・不満・愚痴のネタに尽きることは無い。ところが、会社の不満を口にするものの、一向に辞める気配が無い人が居る。居心地が悪いのなら、自分に相応しい穴を求めて転がり始める、というのが件のおもちゃの図式なのだ。これに当てはまらないように見える。

実は、「ここに」「ヒト」のある能力が隠されている。それは、「自分の意識サイズを自由に換えられる」ということだ。

件のおもちゃで例えると、一旦入った小さ過ぎる穴のサイズに、いつのまにか球（自分の意識）のサイズを小さくして合わせてしまっている、ということなのだ。しかも無意識に。

無意識だから、本人は自分の意識が小さくなっていることに気付かない。小さくなっているから不平不満が口をついて出るのだが…。

\*\*\*

球のサイズがどんどん小さくなると、最初はサイズが合わずに居心地が悪かったはずの小穴にも段々合うようになる。いつの間にか、その穴が最初から居心地が良かったかのような状態になる。

「慣れ」とは恐ろしい。

慣れてしまった環境から抜け出すにはどうしたらよいのか。

方法は只一つ。自分の意識（球）を元の大きさに戻すしかない。

どうやって？元の自分を思い出すことで。

自分は、ほんとうは何をやりたいのか。忘れてしまっている人が殆どではないだろうか。

自分自身も、それを思い出すのに長い年月が掛かった。その経験から今ではある手法を使って思い出すための人生ワークを開催している。製造業のQC手法を応用したものののだが、短時間でかなり人が思い出すことができている。

\*\*\*

意識のコンフォートゾーンは、変化の少ない時代あるいはかつての高度成長期のように社会が一定の大きな流れで動いている間は有効に働く。何不自由ない。

しかし突然、穴が大きくなったり消滅したらどうなるか。球は落下する。穴が小さくなったり消滅したらどうなるか。自らの意思ではなく放り出されてしまふ。

心の準備無く環境が激変したら、人生は相当辛い。

変化を嫌うのに、環境が変化してしまつと、自分だけが取り残される。自分の意識のコンフォートゾーン自体に気付けないまま過ごしていると、時代が一旦動き始めると、なす術を知らず途方に暮れるしかない。

こうして最後に変化を余儀なくされてから変わる人のことを米国式リーダー論では「aggards（ラガーズ：間抜け）」という。「ラガーズが、ダイヤル式のアナログ電話をプッシュボタン式の電話に変える時は、ダイヤル式電話が売られなくなったからだ」と評される。米国人らしい皮肉なたとえ話であるが、どんな市場にもある一定の割合でラガーズは存在する。

\*\*\*

人間は動物と違い、途中で生き方を変えられる。ある人が何かのきっかけでまるで別人になった例や、多重人格の報告など、肉体的には一人の人間なのに生き方が変わった例である。

ということ、自らの生き方を変えたいということこそ、最も人間らしい能力であるとも言えるだろう。

変化の激しい今日。自分のコンフォートゾーンに居座っていると怖い結果が待っているのかも知れない。

きただより64 弘前大学地域社会研究会 上村 康之  
『 中心市街地再開発にみる商業機能 』

今回は、秋田県内の2つの中心市街地再開発の動きについて報告する。

約2年前、『秋田市中通再開発「エリアなかいち」オープン』（きただより53、2012年7月）を執筆させていただいた。この再開発では商業施設を大幅に絞り、29店舗、3,700㎡、一部土産品店や雑貨店はあるものの、日常の食料品を中心とした売場が構成されていた。

しかし、3月末に精肉店、韓国食材店など4店が撤退し、さらにその影響も受けてか5月中旬には鮮魚店、青果店、ラーメン店などが撤退し生鮮三品が無くなった。撤退した空間は、暫定的に休憩コーナーとしたが870㎡が空いてしまった。運営する秋田まちづくり会社は、新テナントを探し動いていただけに打撃が大きい。「エリアなかいち」の前で30年前から営業していた菓子店（かつてこの地にあった日赤病院の来院者を主なターゲット・秋田県内に13店舗）が、「再開発の完成に期待していたが、思ったほど客足、売上げとも伸びなかった」ことを理由に閉店した。このようなニュースが立て続けに流れると、この再開発は「やはりだめだったか」という空気が醸成されるのが怖い。

エリアなかいちは、秋田県立美術館、秋田市にぎわい交流館AU、イベント広場などからなる。土曜日曜は毎週のようにイベントが開催され、エリア全体としてはある程度の集客があった。しかし、地域住民を主な来店者と見込んでいた生鮮食料品店は、採算ベースに乗せられなかったことが大きな要因であろうか。

きただより53で筆者は「身の丈とはいっても、このエリアに寄せる期待も大きく、施設構成や規模等で正解だったのか、決して楽観はできない」と書いた。残念ながらその懸念が現実のものになりつつあるが、秋田まちづくり会社の新戦略に期待したい。

もう1つの再開発は、大仙市大曲駅前の大曲通町再開発である。この5月に再開発の約半分にあたる北街区が完成した。この北街区は、「J秋田厚生連の「大曲厚生医療センター（旧仙北組合総合病院）」、複合商業棟「Anbee 大曲」、ショートスティヤすらぎ、大曲バスターミナルからなる。

こちらの再開発の特徴は、総合病院をまちなかに残したことである。北街区の向かい側の南街区にあった総合病院は、10年ほど前から老朽化により移転話があり、郊外の複数の候補地で検討を重ねていた。しかし、現在の北街区にあったショッピングセンターが2008年に閉店し、2.6haという土地が生まれ、それを活用することになった。南街区は健康増進センター、認定子ども園などが2015年夏のオープンを予定している。このように大曲通町再開発は、医療と福祉に完全に特化した計画になっている。

この複合商業棟には、調剤薬局3店と大仙市市民活動交流拠点センターが入居している。ただ北街区周辺にも既存と新規開業の調剤薬局があり、調剤薬局の数だけが目立って何か妙な景観の街になった気がする。実際に入居店舗を募集したが結果的に埋まらなかったのか、また、隣接する花火通り商店街や地元スーパーとの競合を避けたのかもしれない。大仙市のような地方小都市になると、新たな商業機能を導入することは現実的ではないにしろ、医療と福祉のみに特化した再開発で賑わいが生まれるのか、注視していきたい。

『 頭と心が栄養不足です 』  
株式会社GARBAGE代表 川島 嘉浩

ジョギングと禁煙をはじめ約2カ月たちました。身体からは余分な脂質が抜け始め絞れてきた感じがしてきましたし、何より禁煙によって、朝から夜まで疲れることなくバリバリ仕事できるようになった気がしたのですが、張りきった代償なのか、実はちょっと調子が悪いんですね。身体というよりは、メンタルの部分で。

専門医に診てもらったわけではないのですが、私なりの自己診断をするならば、「頭と心の栄養不足」というところでしょうか。独立してから約4年、目黒の能登の郷土料理を立ち上げて軌道に乗せ、翌年には恵比寿の老舗蕎麦屋の再生に尽力し、去年は“日本酒は世界に誇る最高の食中酒である”というコンセプトの店とプロデュースと経営管理をし、そして今年は、麻布十番と自由が丘の新店計画をすすめつつ、あらたなBtoB事業の計画づくりをしています。朝から深夜まで働き、そして店に出ながら経営者として次の事業を描いていくという、我ながらわき目も振らずに突っ走ってきた生活によって、自分の頭と心が枯渇してきた感があります。

頭の栄養とは何でしょうか？それは「知識」なんだと思います。私は事業家、経営者であることで、多くの人から得られないものを得てきたとは思いますが、それは「経験」でしかありません。経験から学びとるものは多いのですが、次のステージに行くには根本的な何かが足りないと感じています。それが人類の歴史とともに蓄積されつづけてきた「知識」なのではと思っています。歴史はもちろん、哲学であったり、先人たちの考え方や残してきた言葉などから学び、自分に深みを与えるとともに、新たなあり方を構築していくということなのです。

心の栄養とは？それは「震えるほどの感動」です。毎日様々な事象が起き、日々課題探しと問題解決に追われる日々であっても、それ自体がルーティン化していくのだという事を知りました。理由は

- ・頭で考えるよりも、自分の中にある引き出しから解決しようとするため
- ・成果よりも課題を探し、それを解決することの作業を優先してしまう癖がついているため

ということでしょうか。何かみんなで成し遂げた事や、心からうれしいと思ってしまった出来事がなかったのか？それともそれを見ようとしなくなったのか？

この栄養不足を解決していくには、もう少し余裕のある時間の使い方が必要なのではないでしょうか。悩み相談になってしまいましたが、来月にはその解決方法が見つかっているといいな。また問題解決の視点になってしまった(笑)。

## 『富士の国から ~大魔神のたび~ 』

ななつ星の旅(その7) 静岡県小山町経済建設部専門監 溝口 久

朝食後、動き出したななつ星は宮崎駅に停車した。平成9年に由布院にいた時、由布院温泉観光協会は九州での第1号として岩切章太郎賞を10回目にして受賞した。氏は宮崎を観光地として整備した立役者として「宮崎観光の父」と呼ばれる。日南海岸に現在宮崎の風物詩になっているフェニックスの植林を行い、こどもの国の開園、えびの高原の観光開発、橘公園の造園など「大地に絵を描く」という理念で大型の観光開発を行った。1988年より宮崎市は「岩切章太郎賞」を創設し顕彰している。

頂戴した賞金100万円は由布院の観光基盤整備に使わせていただいた。受賞時に宮崎市に招かれ式典、懇親会に参加、そして市役所敷地内には山茶花を記念植樹した。とても思い出深い地だ。その時に宮崎市役所の職員として担当されていた柳瀬さんからは賀状が今年も頂いた。久しぶりの宮崎に少々興奮気味だった。

宮崎駅に降り立った我々を観光協会や商工会議所の法被を着た方々が待ち構えてくれて、歓声と拍手とプレゼントで歓迎してくれた。ななつ星バージョンの専用バスに乗るまでの実に気持ちのいい時間だ。生涯初めて最後になるであろうレベルの歓迎を受け、ななつ星のファースト便に乗れたことの幸せを噛み締めた。

一同を乗せたバスは宮崎神宮に向かった。本宮は神武天皇の孫にあたる健甕龍命(たけいわたつのみこと)(熊本・阿蘇神社ご祭神)が九州の長官に就任した際、祖父のご遺徳たたえるために鎮祭したのが始まりと伝えられているとの説明を受けた。神話の世界は神々の名前の覚えにくさもあってどうも苦手である。

この後のお宮参りもそうだったが、本殿に向かって賽銭箱の前で鐘を鳴らして二礼二拍手一礼のお参りではなく、拝殿に上がり込んで御祈禱をしていただき、お神酒、御札を頂戴するという祈願の手順に沿っての特別な扱いをしていただいた。そう、ななつ星の大きなウリは訪問先のこうした特別な扱いなのである。

宮崎神宮を後に次に向かったのが青島だ。周囲1kmほどの小さな青島に亜熱帯植物「ピロウ樹」が自生し、周囲は「鬼の洗濯板」で知られる波状岩で囲まれている。今は海水の流れの影響で島と陸の間に砂が堆積し、陸続きになっており、その先に青島神社がある。

島へは狭い通路になるので歩いていくのが通常だが、ここでもななつ星のデザイナー水戸岡鋭治氏による特急「海幸山幸」と連動して運行するこぶりなバス『にちなん号』に乗り換え島に渡った。青島神社で結婚式への参列といった特別な時にしかバスは使用されない



とのことだった。

バスから降り神社までの歩道が前日の台風26号の影響で、大量の砂と流木が散乱していて、案内してくれる宮司が恐縮していた。http://www.gurunet-miyazaki.com/kankouti/aosima/bilow.jpg 予定では旧青島観光ホテル裏の歩道から橋を渡り、青島神社入口の狛犬のところまで送迎するところを復旧が間に合わず、橋を渡ったところ迄の運行となっていた。その分、ジオパーク「鬼の洗濯板」をじっくり見ることができた。

青島観光後は再度ななつ星専用バスに乗り換えて、都城駅へ向かった。

都城駅の歓迎が最も凄かった。宮崎神宮、青島で観光している間に、ななつ星は都城駅に10時41分に到着していた。その後我々を乗せて出発する13時23分の3時間の近く停車だ。

テレビで紹介されたななつ星の番組の中で、「豊後森駅では10分間の停車、わずかな時間であれ、町は元気づけられる。必ずやまちづくりに繋げる」と語った寂れた商店街の店主の言葉が印象的だった。ではどんな動きになっているかというと、駅そばにある廃墟的存在になっている、言い方を変えれば十分な産業遺産であると言える「豊後森機関庫」の再整備を今後2年間でJR九州が手がける。当然「豊後森駅舎」が今のままではならぬと駅の左にある2階部分カフェになるらしい、2階からななつ星も豊後森機関庫も見られるこのカフェのデザインは水戸岡 鋭治さんとのこと。頂点を高くすると裾野が広がり、全体が大きくなる。ななつ星が地域に及ぼす効果が見える好事例だ。

話をもとに戻そう。都城駅前広場では、地元物産展が開かれていて霧島ファクトリーガーデン、高千穂牧場、岡崎鶏卵、ベーカリーキッチンSAKURA、ばぁちゃん本舗、道の駅都城が並ぶ。ベーカリーキッチンSAKURAのケーキをいただき、帰宅後いただいたところとても美味しかった。他には都城大弓からつくった大弓キーホルダーが手元にある。この大弓、江戸時代に始まり昭和初期には東アジアまで売られるような大産地に成長、今でも我が国唯一の産地とシェア9割になっている。

駅前広場では、「おかげ祭り」と書かれた提灯を若衆が誇らしげに掲げ、その前で獅子が舞う。毎年7月8、9日に都城市中心部にある神社宮を主会場に斎行される六月灯「おかげ祭」を再現してくれたのである。

ここで驚いたことがあった。ななつ星そして乗客である我々を迎えることが目的ではあるが、どっこいななつ星の初便を見ようと集まる人たちを対象に物産の出店が駅前広場を取り囲んでいた。ななつ星を地域振興に活かそうとするたくましさ垣間見た。歓迎して下さった方々とお話もしたかったし、物産の出店をのぞき、買い物もしたかったが、きっちりと決められたスケジュールはそれを許してはくれない。(つづく)

