

## 編集室から

今年の北陸での梅雨前半は、空梅雨模様でした。雨は、後半に降るのでしょうか？だとしても災害になりやすいゲリラ豪雨が来襲するパターンは避けたいものです。

幼少の頃、窓から眺めたあのしとしと降る梅雨は、どこへ行ったのでしょうか。やさしい雨でした。

さて、今年も早いもので月日の半分以上が過ぎてしまいました。折り返し点を回って、みなさまの「今年」はいかがでしょうか？

毎年、年初に一年の計を立てるものの、そのまま忘れてしまい、中間検証を経ないまま年末に至り「あゝ...また今年も できなかつた...」と反省だけはする...の、繰り返し。

そんな中、友人に誘われて立山の隠れた秘境に行きまして。時折激しい雨が降る中、誘われた瀧の清しさ。

滝壺からの飛沫と風は、まるで台風のような勢い。

高低差350mのこの滝はまず絶対に滝行などできそうにありませんが、滝壺のはるか前方の歩道橋の上にて数分ですぶぬれ。十分に浴びさせて頂きました。



さて、たいていの神社では、師走と六月の末に「大祓」という行事があります。六月のものは夏越(なごし)の大祓といい、年初から半年間に溜まった穢れを払い、夏を無事に越すというものだそうです。人の丈を越す直径を持つ大きな茅の輪を無限大のマークのように八の字状にくぐってから、参拝します。今年お訪ねした神社には茅の輪はありませんでしたが、夏越の祓いを受けさせて頂きました。二つのお祓いで、年の後半にしっかりと足跡を残したいものです。(は)



のと  
だらぼち

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「能登だらぼち」を引き受けて改装開店されました。

上京された際、ご利用になってみてください。

のと だらぼち  
03-5537-3078  
17:00~23:00 日曜祝休

中央区銀座8-4-27  
プラザ銀座ビル地下1階  
(銀座外堀通りasics前)

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。

2018/07  
(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)

2018/07  
(株)アスリック  
<http://www.neting.or.jp/usric>

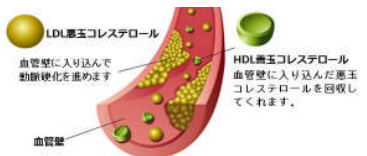
## 文 月



出雲にて。一畑電鉄新旧車両  
by hama

前回は、腸内細菌の研究に二つの流れがあるという話まででした。地道な研究で基礎を築いてこられた光岡先生が「善玉菌・悪玉菌・日和見菌」というザックリとしたイメージを提唱され、これが広く社会に浸透しています。Wikipediaで腸内細菌を見ると「善玉菌と悪玉菌」という項がありますし、ネットで検索すれば「善玉菌を増やす」の通販が山ほど出てきます。こうした菌の善玉・悪玉がどれほど学問的に解明されているのか、同じく身近な存在になっているコレステロールの善玉（HDL）・悪玉（LDL）と対比してみましよう。

コレステロールが、供給され働いて蓄積して排泄されるメカニズムは、ほぼ解明されています。そしてコレステロールは悪玉が多いほど、また善玉が少ないほど、心筋梗塞などの心血管疾患が増えると統計の数値で証明されています。これは疫学研究といって、病気の原因を調べる第一歩です。さらに作用機序が明らかになっている薬が開発され、それを使って悪玉を下げれば心血管疾患の減る事も示されました。これを介入研究といえます。疫学研究だけでは、例えば未知の要因があつて、その要因が別々の機序で悪玉コレステロールを高くして心筋梗塞も増やしている、つまり共に結果であつて両者に因果関係はないという可能性が紛れ込んでしまいます。介入研究で悪玉コレステロールを下げれば心筋梗塞も減ると証明できて初めて、学問的に正しいと認められるわけです。まずメカニズムの解明、それに



LDL悪玉コレステロール  
血管壁に入り込んで動脈硬化を進めます  
HDL善玉コレステロール  
血管壁に入り込んだ悪玉コレステロールを回収してくれます。  
血管壁

## 濱のつぶやき 『理由』

ある方からの紹介で、東京からわざわざ若者お二人に訪ねてきて頂いた。時折、ビジネスプランのご相談を受けさせていただく事があるのだが、今回も新しい構想を携えて来られた。

梅雨が明けたかと思われるような暑い日の昼下がりに、気づくと夕刻まで語り合っていた。冒頭から、私がお聞きしたのは、構想を発案するに至った理由。殆どの方は、理由をお尋ねすると、発案に至った経緯や発案の必要性の根拠をお話される。が、私が最初に伺いたいののは、動機や、その動機を発されたご本人の志向。「どのような動機で発案に至ったのか。その動機が発動されたのは、どのような人柄からなのか。」

新しい事業を興すことは、並大抵のエネルギーではない。お手伝いをさせていただくにも相応の覚悟が要る。最初に本音で発案の深い処を共有できないと、後々不幸な間違いとなりやすいことを経験している。発案の動機や志向は「単に儲けたい」でも大い

並行する疫学研究 仕上げが介入研究 という流れで医学は進歩していきます。

では腸内細菌の善玉・悪玉は、どのようなのでしょうか。残念ながら、疫学研究すら不十分な段階です。通販サイトで挙げられている善玉菌の効能をよく見てください。「健康によい」「免疫力を高める」「ガンを防ぐ」...どれも曖昧です。統計を取れるのはせいぜい「痩せる」とか「便が増える」くらいですが、数値で差が示せたのはネズミの話です。それも無理やり無菌のネズミを作り、肥ったネズミの腸内細菌をそのまま移植して肥った体質も移植できたという、ヒトには応用できない力技の実験です。そもそもヒトの腸内細菌は、個人差が大きくて特定のパターンに分ける事すらできていません。善玉菌に関しては、イメージ先行で学問的な裏付けに乏しいと言わざるを得ません。そんな中、ようやくメカニズムの一部が明らかになってきました。善玉菌は、野菜などの食物繊維から乳酸・酪酸・酢酸・プロピオン酸といった短鎖脂肪酸を産生します。これまで短鎖脂肪酸は、周囲にいる菌のエサになったりエナジなど腸内環境を整えたりして役にたつのだらうと考えられていました。ところが驚いたことに、短鎖脂肪酸は腸から吸収される事が大切だったので。我々の細胞の表面に、この短鎖脂肪酸が結合する受容体が存在していました。善玉菌が野菜から作った短鎖脂肪酸は血流に乗って体内を巡り、我々の細胞一個一個に「脂肪を溜め込むな」とか「もっとエネルギーを消費しろ」とか「もっと食べるのはやめろ」などの信号を送っていたのです。



【プロフィール】  
（いがき としお）金沢大学北浜寮で、濱さんの二年後輩でした。濱さんは、とつても怖かった。卒業後は金沢を離れ、現在は温暖な讃岐高松でヌクヌクしています。

に結構だが、本音はそのなかに耳に心地よい言葉でデレションンされ尽くし、しかもそのことに「ご本人も気づいていない場合、かなりややこしいことになる。むしろ、素直に「稼きたいから」と言っただけの方が有難い。

件の若者は、大志を抱いていた。しかも、そのことに明確な言語化はされていなかった。何故？という問いをしつこいほど繰り返して、彼らの中に気づかれずに暖められている志に光を当てさせてもらった。徐々に清しく嬉しい時間だったが、ご本人たちは内なる青い鳥の発見に喜んでおられた。

何かをなそうとすると、人は方法論に意識が向かいやすい。しかし、何故それをなそうとしているのか。自分はどうありたいと願ってその結果を実現させようとしているのか。それによって、共感・共鳴する人が変わり、仲間が変わる。そのビジョンが変われば、選択すべき方法も簡単に変わる。重要なのはビジョンとその動機の方であつて、実現手段が先行すべきではない。そのことにも彼らは気づいていた。恐るべき若者たち。次回、彼らに逢うのが今からとても楽しみだ。



農村や漁村には、収穫物の保存、道具類の収納等を目的とした蔵が数多く存在していた。各戸が所有するそれらの多くは、時代の変遷とともにその役目を終え、取り壊されたり、使用頻度の低い物置として放置されたりと、どちらかと言えば影に隠れた存在になっている。

福井県小浜市の内外海（うちとみ）地区には、リアス式海岸に抱かれた集落が点在し、いずれも漁業を主な生業としていた。かつては集落間の移動は困難を極めていたこともあり、各集落には蔵が立ち並んでいた。現在でも多くの蔵がところどころひっそりと残されており、小河川や小路とともに漁村集落固有の景観を形成している。

昨年度から、ブルーツーリズムをテーマにした海洋生物資源学部の集中講義を担当している。ブルーツーリズムとは、漁業体験や漁村での生活体験等を伴う漁村滞在型余暇活動を総称したもので、当該科目はこのような活動を、内外海地区において活性化させるための方策を検討・提案するものである。2年目の今年度は、現地での具体的なアクティビティを学生が実際に体験するなど、より実践型の内容とした。SUP（スタンドアップパドル）班と蔵班の2班に分かれたが、次に蔵班の内容を簡単に紹介したい。

蔵班は、内外海の釣姫集落の1つの蔵を対象に、その後片付け体験を通じて蔵の現代的な活用方法を検討した。6人の班員は、初めて入る暗く少し埃っぽい閉鎖空間にて、昔の道具や教科書、刀などを興味深く手にしながら整理をしていく。そして、その後の3回に渡るグループワークで、蔵の特徴や外部環境を共有しつつ、それを生かす方法を思い思いに語り合った。都会の子供の教育に活用する案、集落民と観光客の休憩場所にする案、ブックカフェや駄菓子屋として活用する案、ルアーやお箸づくり体験の場とする案等、多くのアイデアが出された。今後、地域住民等に対し発表する機会を作りたいと考えている。

このような蔵は、今ではあまり活用されておらず状態もよくない。マイナスとは言えないまでも低未利用な地域資源である。このハコを学生が「オシャレ」だと捉え、自分たちの感性と行動力によって新しい価値を付加し、プラスの地域資源として昇華させていくことを期待したい。学生が影に隠れた蔵に光を当て、まだまだ荒削りな案ではあるものの、このアイデアからスタートし当事者の前向きな意識改革や積極的行動へと結び付けば、思いも寄らない化学反応が起きるのではなからうか。

毎月この原稿を書くときに参考になっているのがwebでの「今月のニューランキング」です。おそらくアクセス数の高いものがランキングされるのですが、6月の上位を占めたのが、サッカーのロシアワールドカップでした。他に目立ったものと言えば、和歌山の資産家変死事件くらいでしょうか。ワールドカップで日本代表が予想外の大躍進は非常にうれしいニュースですし、このまま決勝トーナメントに進出すれば今後1か月は間違いなくサッカー日本代表の裏話等々などを織り交ぜ、テレビ各局はその話題に時間を割くでしょう。かく言う私も今回はワールドカップに絡めてスポーツ選手のコメント力について感じたことを書きたいと思います。

プロ野球中継を見ていてどうしても恥ずかしい気持ちになってしまうのがヒーローインタビューでのプロ野球選手のコメントです。インタビュアーが、今後チームをどのように上位に食い込ませるか?という趣旨の話を聞いているのに「チーム一丸でやります」とか「思いっきりプレイしたいと思います」というワードを勢よく叫んでいるわけです。それに対して球場のファンも拍手喝采。プロ生活10年近いいい大人がコメントしております。その後日にサッカーの試合後のインタビューでは、自身のプレイに対する反省はもちろん、チームとしての問題点と、よりいいチームになるためのチームコンセプトのようなコメントもしています。それも16歳の少年が。

全てが全てという訳ではありませんが、概ね両方のインタビューを聞いていると、サッカー選手の方が明確なビジョンを持って自身の現状と行きたい先に向けた具体的な解決方法を語っていることが多いです。これは野球とサッカーというスポーツそのものの違いがあるのかもしれませんが。野球は相手選手のデータや動作をベンチが見極め、都度選手に対して出される指示を基にゲームが動いていくという性格があります。どちらかと言えば上意下達の世界です。それに比べて、サッカーはチームとしての決め事はあるでしょうが、一旦ピッチに出してしまえば、攻撃と守備が絶え間なく変化し、状況状況に応じて選手個人もしくは選手間で、その場の問題解決をそれも瞬時のスピードで判断しアクションにつなげていくものです。こちらは、蜘蛛の巣状態のネットワークの世界です。

どちらのスポーツが優れているという話ではなく、サッカーのようにピッチに出ればディフェンス、オフenseの役割関係なくコミュニケーションが求められ、最後の判断責任は自分が負わねばならないスポーツをしていると自身の問題だけでなく、チーム全体の課題やその対処についても自然と口にできるものなんだなと思いました。私も草サッカーレベルで約20年この競技をやっていますが、身体よりもシナプスの老化が一番プレイに影響を与えるものなんだという事を嫌と言うほど感じております。

プロ選手というのは、いわばひなたのスポーツの顔であり、子供達にとっては将来なりたい姿なのです。ヒーローインタビューや試合後のインタビューは最大限それを伝えられる場のはずです。プロスポーツ選手の皆さん、子供といえどもきちんとそのあたりは見てますよ!!!そんな私は、披露宴のスピーチでいつも最初のつかみが出来ず、すべり倒しております。そんな姿は子らには見せられません。

## 『富士の国から ~大魔神のたび~ 』二つの公園の開園式2018.4.14 静岡県小山町まちづくり専門監 溝口 久

4月14日土曜日の天気が気になっていた。水曜日までの予報だとしっかり雨だったのが、日が近づくに連れ曇りの予報に変わっていた。この日は二つの公園の開園式なのだ。ひとつは金太郎ゆかりの金時公園、もうひとつは豊門公園だ。

1.9万人のちっちゃな町でそれぞれ2億円、1.6億円をかけての整備なのだ。小山町に来て町長から「この二つの公園を何とか改修してくれ」と言われてから3年かかった。デザインからお金の手当てまで渾身の力を注いだ公園の完成だ。

多くの人の汗と想いとお金を集めての仕事は公務員冥利に尽きる。

「開園式をやる」と町のご担当者と言ったら、工事で手一杯、他にも現場を抱えている者がいい顔をしない。それは当たり前だけど、お披露目の式典をしない訳にはいかない。その内にエンジンがかかり、当日は見事に段取ってくれた。感謝の言葉しかない。

小生の当日の役割は事業の経過を話せばいいだけだから、気楽なものだ。

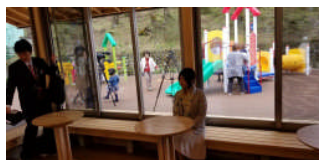
町長挨拶文は自分がつくる、公園に詰め込んだ想いを皆に伝えたいからだ。町長は前後にご自分の言葉を入れるが、中は原稿をそのまま話してくれる。抜粋して紹介する。

\*\*\*金時公園は、今から83年も前、昭和10年4月に開園した歴史ある公園であります。小山町史には、「開園は第一回金時祭として2万人もの人々を集め、昼の仕掛け花火、金時踊り、富士山音頭、小学校対抗相撲大会、富士紡寄宿生や青年団員の野外劇などが盛大に行われた。」と書かれています。

その後、公園には、児童館、プールが整備され、昭和から平成10年頃にかけては、子供たちの歓声が周囲に響き渡り、大いに賑わっていたものと記憶しております。

しかしながら少子高齢化の進行に伴い、最近はお子さんよりも年輩の方々のゲートボール場としての利用が多くなっているものと承知しております。

また、町の観光案内には「金太郎ゆかりの公園」として紹介され、観光資源と



しての活用が期待されていましたが、町外から来られた観光客の方々に喜んでいただけるような公園にはなっていなかったようです。

そこで、「金太郎のような元気なまちづくり」を標榜する小山町に相応しく、子どもから年配の方々まで、幅広い世代に楽しんでいただける公園にしていきたいと考え、日頃から利用される町民の皆様と一緒に素晴らしい公園につくりかえていこうと、ワークショップを開いて検討を重ねて参りました。

その結果、「金太郎」「子供の健やかな成長を祈る」「子育て」「健康づくり」「老いも若きも集う」といったキーワードをヒントにしながら、町民のみなさんの英知を結集して造ったこの新・金時公園が、本日晴れてオープンの運びとなった次第です。

さて、ここで少し、公園のご案内をさせていただきます。

まずは、公園の入口となる坂を登っていただくと、長屋門型の多世代交流施設「金太郎テラス」が、皆様をお迎えします。

ここにはキッチンや室内外に縁側の様なベンチが備え付けられ、さらに小さなお子さんが遊べる小上がりがあり、多世代にわたる交流がおのずと生まれてくる仕掛けが満載となっています。この運営には地元の女性グループの方々お手伝いを申し出ていただきました。ありがたいことです。

金太郎テラスの門を抜けると、このあと梅雨入り前には整備を予定している芝生広場ができます。そして、そのまっすぐ先には金時神社を拝むこととなります。

そして左側には、この公園のシンボルとなる屋根付きの土俵がそそり立っています。土俵の上には金太郎と熊が相撲を取っている絵馬が飾られており、この絵馬は竹之下の佐々木功画伯が心をこめて描いてくださった力作であります。おかげさまで、この土俵には日本相撲協会から「少年相撲教室」、青年会議所からは「わんぱく相撲静岡県大会」の予約がすでに入っております。また広場には、お花見の賑わいを創出するため、一周できる桜並木の回廊を設けています。ここには巾20mに及ぶボルタリングボードが、金太郎テラスの庭には健康遊具や幼児用遊具が置かれています。

そして、この公園の目玉となる、斜面を利用した長さ44mの林間ローラーライダーは圧巻で、きっと子供たちには大喜びで遊んでくれることでしょう。

この新金時公園が、多くの皆様方に愛され、「子育て」「健康づくり」「仲間づくり」「遊び」「花壇づくり」など様々な利用の場としてご活用いただき、末永く守り育てていただくことを心から願います。\*\*\*と結んだ。

そして、今では「小山町の公園には高速ライダーがある」と話題になっており、これまで子供たちの姿を見ることがなかった金時公園が、子供の声響く公園に生まれ変わった。ちなみに、このライダーに乗った大人でビビらなかった者を見たことがない。

金時公園の開園式の次は豊門公園だ。開園式のダブルヘッダーなんて聞いたことがない。日を空けて二度も開くのも面倒だなと思い、同日としたまでのこと。

(つづく)