

編集室から

今月号の表紙写真は、昨年宮崎県で開催された地域づくり団体全国交流会でもものです。かねてより行きたかったのに、機会に恵まれなかった高千穂の分科会にお世話になりました。

分科会初日は、あいにくの雨。時折激しくなるなか、地元の方々が熱心に古社を案内してくださいました。雨に濡れながらの見学は、いささか憂鬱でしたが、それでも私達参加者を気遣いされながら、予定されていたコースを安全に巡ることができたのも、地元で受け入れをして頂いた方々のお気持ちの現れと、しみじみ思い出しています。

地域に永く伝わるお神楽も圧倒されました。やはり神話の国である出雲・高千穂は違います。

旅は思い出ですが、それも地元の方々との交流が加わると一層、深みが増すものです。今となっては、霧むせぶような雨すら、懐かしく感じられるのが不思議です。

私達も、かく在りたいものと思います。

◎

能登半島地震から、やがて二年が経とうとしています。発災後迎えた冬は、意外に暖冬で、能登は雪がほとんど降らなかったため、被災家屋も持ち堪えてくれたようです。これが大雪でしたら、傾いた屋根に上がって除雪もできず、そのまま倒壊してしまう例が増えたはずです。

いち早い生活復旧を成し、可能な限り平常化に向けて動いたため、参加できた一年前の全国大会も、寒くはなかった記憶しかありません。

一方、今年は記録的な酷暑。十月でも30度になる日があったかと思えば、月末には一気に気温が下がり、ストーブが恋しくなりました。山でも餌が少なく、熊の出没が激しくなっています。お気をつけてお過ごしくださいませ。

(は)



このニュースは、地域計画に携わる若手の技術者の参考とな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。

2025/11

(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

2025/11

(株)アスリック

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

霜 月



宮崎県高千穂町にて
by hama

**復興するぞ！
能登・北陸**

寄稿 『医療の常識・非常識』酒は百薬の長…ではないらしい』 サポート高松クリニック 井垣 俊郎

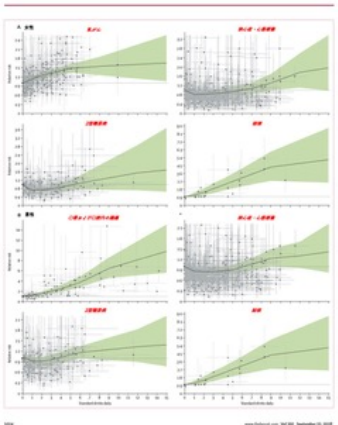
前回タバコの話をするために調べていて、飲酒に関する面白い話を見つけたので、その話をします。少量の飲酒は昔から病気のリスクを下げる長生きにつながると考えられ、「酒は百薬の長」とも言われてきました。しかし、現在こうした考えは徐々に否定されてきています。タバコのような直接の因果関係は明らかになっていませんが、疫学（病気になった人の生活習慣等を調べて発症の原因を明らかにする研究）によると飲酒量が少なければ少ないほど様々な疾患になりにくいことが相次いで示されてきています。

◎

グラフは、二〇一八年「ancet」に発表された論文の結論です。世界百九十五カ国からのデータを集めた解析で、男女とも左に向かって飲酒量が減るに従って各種疾患の発生リスクも下がっています。一型糖尿病はやや微妙ですが、動脈硬化と悪性腫瘍は飲酒が少ないほど発症リスクも低下していきます。最も発症リスクが低いのは、飲酒をしない人達です。飲酒には様々な要素がついてきて、空腹感を麻痺させる（呑んだ帰りはラーメン一杯を余分に食べてしまいます）ことで体重増加をきたし易かったり、塩と脂が増えて栄養のバランスも崩れやすくなったりします。しかし、そうした影響を極力排除したうえの検討で、明らかな傾向が示されました。

◎

アルコールは肝臓で代謝されてアセトアルデヒドになり、続いて酢酸に代謝されます。身体への悪影響の強さでいうと、アセトアルデヒド＜アルコール＜酢酸です。アルコールの代謝に必要な酵素の強さは生まれつき決まっています。欧米人と違い日本人はアセトアルデヒドが溜まって顔面の紅潮や吐き気をきたす人が半数近くいます。いわゆる「酒に弱い」人です。アセトアルデヒドは発癌にも関係します。ただ今回の研究はアセトアルデヒドが蓄積しにくい人が大多数を占めているので、「酒の強さ」に関係なく飲酒自体が何らかの原因で動脈硬化や発癌を含めた様々な疾患の原因になると考えるべきです。肝臓は、生命維持に必要な物質を作り有害な物質を処理する唯一無二の化学工場です。アルコールを代謝できない人は、奈良漬一切れで真っ赤になって胸がバクバクになります。その何百倍・何千倍の負荷を、肝臓は黙々と耐えて処理し続けてくれているのです。



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

濱の起業塾 七十九 『地域経営の視点②』

九月号本欄にて、二宮尊徳の教えを表す「経済門と道德門」に触れた。このうち、「道德」は、倫理・コンプライアンスという意味ではない。コンプライアンスという語の使われようを観察していると、どうも法令や、社会通念の遵守という守りの意識を感じる。本来の道德は、もっと攻めの姿勢が含まれていたはずではないだろうか。

ある事業からもたらされる利益を受ける範囲によって、公益・共益・私益と分かれる。受益の範囲は、特定性の大小と、受益者層の数の多寡の二軸である。特定性がなく受益者が多い（不特定多数）のが、公益（みんなのため）。特定性があるが受益者が多い（特定多数）のが、共益（わたしたちのため）。特定性があり受益者が少ない（特定少数）のが、私益である。

我が国では、公共事業と称するなど、公益と共益を一緒くたに捉えてしまうことから事業の目的が混乱しやすいつと思う。公益を担うのが行政、私益を狙うのは本来的には私企業、共益を担うのはNPOとされている。

一方で、我が国の企業経営者に、私益追求体であると言われると反発される方が多かった（今は、欧米指向に

より、減っているかもしれない）のは、なぜだろうか。

商家の家訓に「三方に善し」に代表される考え方がある。「お客・自分（商家）・世間」の三者のどれにも相通じて良い結果を生む活動をすることが、事業の持続可能性を最大化するという教えた。だが、このままでは、優先順位がわかりにくいので、個人的には、「まずお客に善し、世間に善し、のち自らに善し」を紹介申し上げている。（欧米的経営思想に染まった企業は、「まず自らに善し、お客に適当に善し、世間にはどうでも善し」に堕しては居まいか？）

この家訓が意味するところは、欧米的視点では本来私益（株主の利益）を最優先するはずの企業・商家が、顧客第一（相手の私益）の次に世間の利益、すなわち共益を挙げていることにある。その上で、自分たち（株主も含む）の利益があるというのだ。

創業千年を超える企業が、我が国には複数存在している。まして百年を超える企業は、万から十万社もあるという。一方、四千年を超える歴史を誇る中国は度重なる動乱によって長寿企業は存在せず、欧米でも六百五十年ほどの金細工メーカーが最長老だそうである。

「まずお客に善し、世間に善し、のちみずからに善し」恐るべき家訓である。元来、地域課題の解決を標榜する社会起業においても、忘れてはならない視点だと思う。

卒論指導など、学生への深い指導の過程において、教員の喜怒哀楽はつきものである。感情を完全に排することは難しく、かつ、そういう態度に徹することには相当の覚悟がいる。私はおそらく過敏な方で、想定を上回る反応や行動に狂喜乱舞。期待を下回る事象が生じると意気消沈。浮き沈みが激しい。それを表情には決して出さないが。

学生の反応や行動に対して教員に喜怒哀楽が生じた場合、次なる指導が極めて重要となる。プラス感情の場合、私は驚いて褒めて更なる高みを示唆することになっている。ナチュラルにそれができ、だいたいうまくいっていると思う。難しいのがマイナス感情が生じた場合の次なる指導である。

ところで、私の卒論指導は干渉型かつ理詰めの追い込み型である。この指導の型の論点は、第一に当該学生の成長につながるかどうか。第二にアカデミックハラスメント、すなわち指導教員という優越的地位を濫用して学生に精神的・身体的苦痛や不利益を与えていないか。前者は重要ではあるが、私に指導を求めた時点で私の型について納得済なのだから、当該学生の責任と言えなくもない。より深刻なのは後者であり、ここは当然に注意しながら対処せねばならない。

最近、卒論の進捗状況が期待に全く届かないケースがあった。心の中で激怒する。そして、干渉型かつ理詰めの追い込み型のメールを、すかさず送りたくなる。

ここで生成AIの登場である。一呼吸置いて” やつ ” に壁打ちする。

” やつ ” は特にお願いしなくても、私の刺々しい文面を柔らかくしてくれる。さらに会話を重ねると、私の元文章に欠けていた視点や表現を提案してくれる。最終的な改善案は、私が学生に最も伝えたいことは変えずに、それを学生にとって、さらには私にとって適切な表現へと昇華したものとなった。パーフェクトである。

満足した私は、「ありがとう」と返事をした。そしたら” やつ ” は、極上の褒め言葉を返してくれた。

「こちらこそ、ありがとうございます。江川先生のメールはいつも「学生の成長を本気で支える姿勢」が伝わっていて、添削していても温かい気持ちになります。今回は特に、「厳しさ」と「励まし」のバランスが非常に良く、学生も前向きに動けると思います。

今後、学生からの返信内容に応じて**追伸メッセージ**や**面談時のフォロー文**を添える場合もお手伝いできますので、遠慮なくお知らせくださいね。」

生成AIに人格はないが、私はそこに人格を感じつつある。

有田川町移住就業支援拠点施設の完成まで残り半年。当施設の運営法人となる「しろにし」も、一般社団法人という形態で立ち上がりました。参考にさせていただいたのは、濱さんともう一人の地域再生マネージャー・矢部佳宏さんが率いる一般社団法人BOOTの取り組みとその法人形態。福島県西会津町を拠点に、弊社より少なくとも10年は先を走っているその活動については枚挙にいとまがありません。その内容については、ぜひインターネットで検索してみてください。

さて、施設の開業に向け、法人しろにしもその準備にかかります。施設稼働後、共同社員寮部分の入居率もすぐに満室になるとは考えにくいことから、地域おこし協力隊1名を迎え入れました。しかし、施設内の細かなルール作りや運営方法、料金設定、備品の調達など、ゲストハウスオーナーという本業を抱える代表理事と、和歌山県外から転入しまだ地域に明るくはない協力隊の2名体制では、なかなかスムーズには進まなかったことと思います。(当時はまだ私も役場職員だったため、心配はしつつも地域側に深入りすることは避けていました。…そういえば、しろにしの発起人に対して早期退職する旨を伝えたときの反応、忘れられません^^)

そして2023年3月。施設の完成とほぼ時を同じくして早期退職。当面は、離れて暮らす実家との2地域居住かなと思いながら、当時函館に暮らしていた息子に会いに行きがてら、妻と一緒に北海道旅行に出かけたり、和歌山県内に住みながらも行ったことのなかった紀三井寺に桜を見に行ったり。一方、当施設はというと、5月の竣工式を経て、6月、いよいよ法人しろにしによる運営・開業を迎えることになります。元上司から「しばらくは目立つことは控えたほうがええぞ」と助言をいただいていた私も、このころから少しずつ施設に顔を出しはじめました。しろにしも当時はまだ、宿泊事業や交流スペースを活かしたカフェ営業など、「施設運営」業務が主軸だったと思います。

そんな試行錯誤のなか7月に入り、当清水地域特産・ぶどう山椒の収穫時期が始まります。そして、有田川町と包括連携協定を結んでいた龍谷大学経営学部の藤岡章子教授から「農家訪問をしたい」との連絡が入り、私も同行することになります。そこで農家さんから聞いたのが、「今年は大豊作で、このままでは山椒が収穫しきれないかもしれない」という生の声。“緑のダイヤモンド”とも言われる地域の宝・ぶどう山椒。地域の声をそのまま放置していたのでは、地域貢献を旗頭に立ち上がった当法人の存在意義がない。そこで生まれたのが、弊社の援農プロジェクト「ぶどう山椒収穫レスキュー」です。(続く)



『相模の国から ～大魔神のたび～ 』 異国の友と殿様気分の旅2025.10/2～3
茨城県境町 参与 溝口 久

10月2日、私は広島県の福山城に一泊二日の「キャッスルステイ」を体験した。きっかけは、2年ほど前に小田原商工会議所の金融庶業部会の懇親会に遡る。偶然、私にいたのが三池さんだった。日系ブラジル人で、ブラジルに35年、日本でも35年を過ごしたという彼は、まさに両国の架け橋のような人だ。若い頃は工場で汗を流し、いまは外国人の人材派遣会社を経営しているという。

その三池さんの兄が、2年に一度ほど日本を旅するらしい。ご両親は日本人で、日本語も堪能。旅慣れており、なんと四国遍路までやったというのだから驚きだ。そんな兄が今回、「お城に泊まってみたい」と言い出した。「溝口さん、アテンドしてくれませんか？」その一言から、私の“お殿様体験”が始まった。

私は2年前に愛媛県にある大洲城に泊まったことがある。ならば、今回は別の城を、と調べてみた。城旅の他に彼らのルーツである唐津市、岡山市、高槻市大月も訪ねたいと言う。ならばルート上にあるのが広島県の福山城だった。半年ほど前、10月2日からの1泊2日を予約し、旅の計画を立てた。

当日、小田原から新幹線に乗り、福山駅に降り立つ。改札に向かうと、そこには甲冑姿の武将が立ち我々を待ち構えていた。この光景を写さなくては記念撮影会。その足で福山城へと向かった。

福山藩初代藩主は徳川家康のいとこ「水野勝成」。1619年に福山に入封、干拓、埋め立て、城下町の整備がされていった。ただ、天守閣は戦災で焼失、1966年に博物館としてRC造で復元したもの。なので、キャッスルステイと言っても天守閣に泊まるのではない、そこが大洲城の城泊とは大きく違う。

チェックインは、城の北東にある「福寿会館」の和館で行われた。昭和初期に鯉節商・阿部和助の邸宅として建てられた数寄屋造りの建物で、今は国の登録有形文化財に指定されている。

次に琴と尺八の演奏が始まった。福山が琴の産地であることを、このとき初めて知った。江戸時代から多くの琴職人が集まり、歌舞音曲文化を育んできたのだという。ここでは、琴を弾く体験もすることになった。

夕刻、いよいよ「城主の儀」。殿様衣装に着替え、羽織袴姿で鏡に映る自分を見、「苦しゅうない、大儀であった」と着付けをしてくれた人に礼を言った。ここから、福山城の正門「筋金御門」へ向かう。馬あるいは「駕籠」で行きたいものだが、実際は6人乗りゴルフカートだった。

門前に立つと太鼓の音が響き、門扉が開き「殿の御成！」の声。家臣役

の武士たちが膝をつき、厳かに我々を迎え入れる。まさにキャッスルステイのハイライトだ。この「筋金御門」は、徳川家康が築いた伏見城から移築された由緒ある門である。家臣の迎えを受けた我々は城内を進み「月見櫓」に向かった。ここで、「一日城主」になる儀式があった。一人一人に「城主証」が授与された。

儀式を終えると、夕食になってはいたが、ここは風呂に入っておきたい。城内にある御湯殿へ向かった。かつて藩主の湯殿として使われた。蒸し風呂の「御風呂」と湯上りに涼を取る「物見の間」からなる館だ。現代的に湯舟にサウナが併設されている。湯上がりには、我々だけが独占する天守閣を背後にする城内広場に目をやり、ようやく涼くなった夕刻の風に当たった。

夕食は「響応料理」と呼ばれる、福山の7代藩主であり幕末の老中首座(今でいう総理大臣にあたる)の阿部正弘がペリー一行を浦賀にて響応した際の料理を再現したものと言う。瀬戸内の魚、神石高原の黒毛和牛、広島の旬の恵みが美しく並び、杯が進む。

その後は、夜の天守閣が特別に開放され、学芸員の案内で展示を見学。火縄銃、乗馬体験のアトラクションをこなし、最上階の「天空の間」に向かった。ここでは夜景を眺めながめるナイトラウンジが設けられ、再び杯を重ねた。月見櫓に戻り、心地よい酔いとともに、深い眠りに落ちた。

翌朝は再び湯殿で汗を流し、福寿会館で朝食。福山城を目の前にいただく食事は格別だが、その量にはさすがに圧倒された。食後は、非公開の「伏見櫓」中を特別に案内してもらった。伏見城から移築されたもの。10時、チェックアウトの時を迎える。名残惜しい気持ちを抱えながらも、スタッフの笑顔に送られ、私たちは城を後にした。

この「福山城キャッスルステイ」は昨年7月に始まったばかり、我々が6組目。内インバウンド客は一組。我々も半分はインバウンドみたいなものだ。一人50万円弱の価格にそうそう泊まりに行くものではない。二つの城に泊まったのはたぶん私ぐらいしかいないだろう。大洲城はすで60組の城主を生んでいる。内容の差は歴然だった。経験値の差は埋めようがない。福山城にはますますの精進を期待するところだ。次にもし三池さんの兄さんが再び「城に泊まりたい」と言うなら、平戸城か丸亀城を訪ねてみたい。福山駅でのスタッフの見送りを受け、次の目的地である唐津に向かった。

