



No. 116 2014. 10

(株) よかネット

もくじ

NETWORK

限られた予算で、新たな価値を生み出す公共施設  
マネジメントの可能性 .....2  
- 第4回公共施設マネジメント研究会、玉名市の取り組み報告 -

高齢者はどこを終の住処とするのだろうか~その9  
福岡市の高齢者賃貸住宅入居支援事業について考える .....5

皆様から寄せられた「よかネット」へのご意見、近況などの紹介 .....8

見・聞・食

タクシー事業者が便利屋事業を始めました  
- 太陽交通の生活支援系ビジネスの取り組み - .....10

第100回地域ゼミ報告  
生かし切れていない地元食材を使った加工品づくり現場視察 .....11

第3回福岡市自治協議会サミットを通じて考えたこと .....14  
災害に対する備えをどのように意識づけし、継続してもらうか .....15

表紙解説

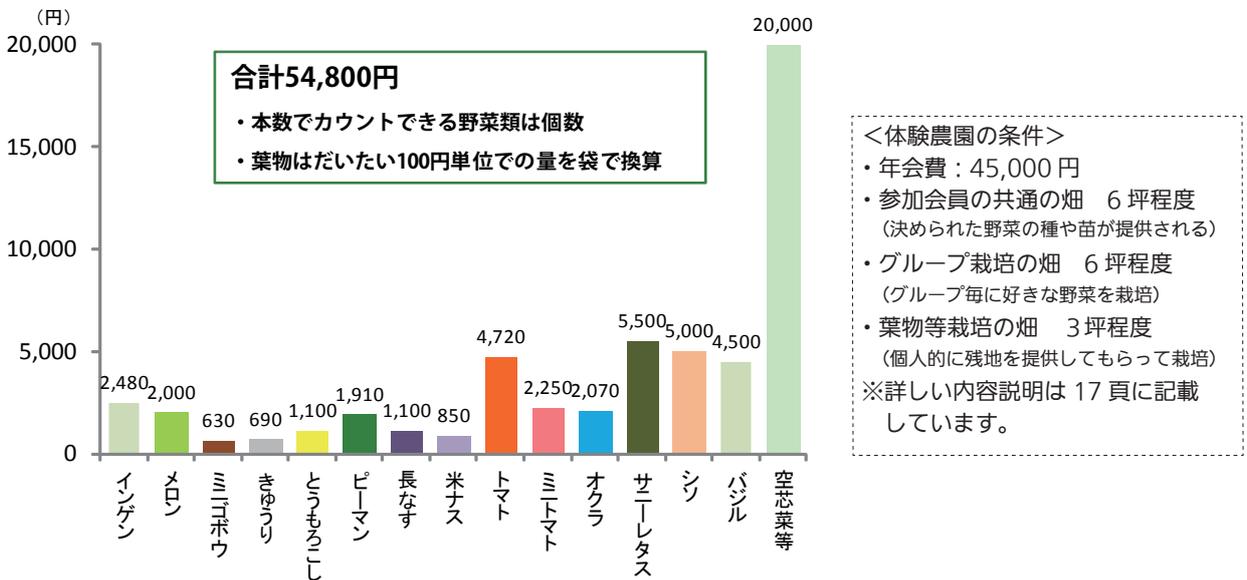
体験農園の家計簿 .....17

近況

今年の畑~富士と実家と時々、自宅~ .....17

福岡マラソンに向けて、走って通勤しています .....18

●体験農園での野菜収穫は割りに合う？合わない？



体験農園（農家に教えてもらいながら、野菜を栽培する）は割りに合わない、スーパーで買った方がはるかに安上がりと思っておりました。志賀島で体験農園を初めて2年目。実際、体験農園での5月～8月の4ヶ月間の野菜の収穫量に、一般的な野菜別の小売価格をかけて合計すると、約55,000円。

農作業はレジャーということで人件費を考慮しなければ、体験農園の年会費45,000円と交通費6,500円を差し引いてもお釣りがきます。オーナーから定期的にいただく野菜（スイカ、タマネギ、夏みかん等）や、これから栽培する冬野菜（キャベツ、白菜、カリフラワー、ブロッコリー、人参、チンゲン菜等の葉物3種類程度）を入れると十分すぎるほど元が取れるようです。これも熱心に畑に通って首尾よく野菜が収穫できての話ですが…。

## 限られた予算で、新たな価値を生み出す 公共施設マネジメントの可能性

—第4回公共施設マネジメント研究会、玉名市の取り組み報告—

本田 正明

8月13日に第4回公共施設マネジメント研究会で、玉名市の視察に行ってきた。お盆期間中ということもあり、交通渋滞で参加が大幅に遅れたところもあったが、20人を超える参加があった。

玉名市は、平成24年度の公共施設適正配置計画で、地域別に施設の統廃合や再配置を決めている。そのモデルケースとして、今回の視察場所である玉名市役所岱明支所では、余剰スペースへの図書館と公民館の移管が進められている。今後、支所の改修によって公民館の講堂として利用される場所で、取り組みの説明をしていただいた。

### ●公共施設更新コストの65%削減が目標

玉名市は人口が約7万人（H22国調）の都市である。熊本県の北部にあるので、福岡からでも車で1時間半程度である。平成17年に玉名市と岱明町、横島町、天水町が合併して、市域が広がるとともに公共施設の総保有面積も約32万㎡と増えている。市民1人当たりの保有面積は約4.6㎡と全国平均の3.4㎡と比べるとやや多い。

玉名市では、平成23年度に策定した公共施設マネジメント白書で、公共施設（インフラを除く）の40年間の更新コストを年平均43.3億円（現在の約5倍）と試算している。また、合併に伴う地方交付税に関する特例措置が平成28年度以降段階的に削減されるため、平成33年には約20億円の財源不足が見込まれることも公共施設マネジメントに取り組む要因となっている。

適正配置計画では、施設の保有量を今後40年間で全国平均（1人あたり3.4㎡）並みにするために、37%削減して20.1万㎡とする目標を立てている。また、更新コストも43.3億円を65%削減し、15.2億円とすることにしている。

### ●施設優先度の策定

公共施設マネジメントを進めるには、建築年度だけではなく、施設の老朽化具合を把握する必要がある。平成25年度は適正配置計画の対象施設で、100㎡以上の建物に対して劣化問診票を作成している。問診票は、施設管理者が行い、中でも問題がある37施設をピックアップして、専門家による現地調査を行っている。劣化度（老朽化具合）だけでなく、コストパフォーマンスや施設重要度といった3つの指標から優先順位を設定している。（※施設重要度は、災害時の応急活動拠点か、避難所指定があるか、200㎡超または2階以上かで設定している）

適正配置計画で定めた削減目標は、モデル事業の実行だけでは足りない。そのため、平成26年度からはさらなる面積削減と業務委託、民営化等による運営面の効率化によるコスト削減を行うため、施設一つ一つの大規模改修年次や、民営化時期など具体的なスケジュールを盛り込んだ長期整備計画の策定を予定している。

### ●新規設計画を撤回して進められる岱明庁舎の再配置事業

玉名市では現在、体育館機能の集約や学校施設の多機能化などのモデル事業が進められている。岱明地域では、旧庁舎の余剰スペースを活用して、施設の集約化、機能化を進めている。

玉名市役所の新庁舎の完成に伴い、岱明支所の一部の機能移転によって余剰スペースが生じることから、耐震安全性に問題があり、老朽化が著しい岱明町公民館と岱明町図書館の移管を進めている。計画の際、まず職員で構成するグループチームを設置した。そこで適正配置計画に基づいて、岱明支所の利活用案を作成した。

具体的には、平成25年9月に岱明公民館の館長、翌年2月に岱明町の地域協議会、3月には公民館の実施講座の代表者、図書館協議会に



公民館講堂になる場所で説明を受ける

対してそれぞれ住民説明会を行い、5月には教育委員会に対して説明を行った。旧岱明町の公民館と図書館においては、合併前に複合施設建設の計画があり、合併時の新規建設計画にも位置付けられていた。それにもかかわらず余剰スペースへ再配置しようとする市の考えに、当初不満の声も上がっていた。しかし、説明会を重ねるにつれ、集約化に理解を示す住民も増え、当初不満を口にしていた住民も市職員が繰り返し説明を行うことで理解を得ている。住民からの意見や要望は、既存施設の活用においても可能なかぎり反映させる姿勢を示すと、徐々に建設的な意見が出されるようになった。現在では、集約される支所庁舎が、多くの人が集う地域交流の場になることを期待する意見が多くなっている。

しかし、6月議会では実施設計の費用が否決されてしまった。市としては、このモデルが円滑かつ確実に進まない、公共施設マネジメント自体が滞るといった危機感を持って、9月議会での可決を目指している。

### ●参加者との実務的な意見交換

#### 〈公共施設の把握状況について〉

管財課の財産台帳にあった公共施設のデータを使っているが、既になく施設などもあり整理に苦労している。全ての施設を把握できているわけではない。

#### 〈削減目標の37%は実現可能か〉

非常に厳しい数値だが、一人当たりの公共施設の保有面積を全国平均まで下げるには37%の削減が必要という結果になった。削減の要は学



解体予定の公民館の見学

校と公営住宅である。学校は同一敷地内に一小一中体制を目指しているが、議会の否決などでスムーズに進んでいない。計画も1年遅れている。しかし、学校再編と岱明支所のモデルが実現すれば、かなりの削減になる。

#### 〈学校、公営住宅をどのように削減するか〉

学校は削減ではなく、少子化に伴う学校規模の適正化が大前提である。玉名市には6中学校と21小学校があるが、これを一小一中体制になるよう再編していく。そのための計画期間を10年ごとに一期と二期に分け、20年かけて段階的に減らしていく。公営住宅に関しては、古い住宅の建替え計画を白紙に戻し、老朽化が著しく進み危険な住宅については、改修を行わず入居制限を行っている。

#### 〈トップが果たす役割は〉

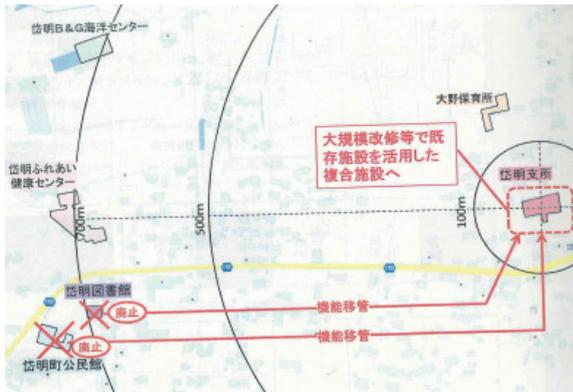
玉名市には企画審議会という部長級以上の組織があり、そこで話をしている。市長には適正配置計画策定段階から関わってもらっている。進ちょく状況は市長、副市長に逐一報告し、いつも情報を共有している。

#### 〈庁内の合意形成はどうしているか〉

まず、全職員に対して説明会を開き、市長から話をしてもらった。また、支援を受けているコンサルタントから公共施設マネジメントが全国的な取り組みであることを説明してもらった。岱明支所のモデルに関しては、関係する部署でプロジェクトチームを結成し、適正配置計画のもと、ひとつひとつを固めている。

#### 〈市民の理解を得るまでのプロセス〉

計画の策定から10年間は地域協議会を設置



岱明地域の再配置イメージ

施設名	延床面積	建築年度	耐震化	構造
岱明支所	4,100 m <sup>2</sup>	昭和 61 年	不要	RC 造
岱明町公民館	966 m <sup>2</sup>	昭和 41 年	未実施	木造
岱明図書館	376 m <sup>2</sup>	昭和 46 年	未実施	木造

することになっている。そこで、議会と同じタイミングで説明を行ってきた。個別の取り組みに関しては、市民から意見を聴取し、それを行動に反映させるようにしてきた。また、反映した内容は案として市民に示すようにしている。情報は常にオープンにすることが重要である。

#### 〈財政シミュレーションについて〉

総務省のモデルでシミュレーションしている。今後、細かなシミュレーションを行う場合、数値がかい離することも考えられるため、計画が進むにつれて調整を行っていきたいと考えている。

#### 〈削減で生じた跡地の利用について〉

学校に関しては、基本的に行政のもとから手放すこととしており、跡地を地域で使う場合も費用負担をいただくことを明記している。跡地利用に関しては、住民を巻き込んだ利活用策を考えていきたいが、一番は売却して財源を作ることだと考えており、すでに民間に売却した施設も多数ある。

#### ●限られた予算で新たな価値を生み出す

話を伺った後、庁舎のみならず再編予定の図書館や公民館も実際に現地を見せていただいた。印象的だったのが、岱明支所の改修計画では図書館の面積や蔵書数も拡大したり、議場をイベントホールにするなど、新たな付加価値を丁寧に説明されていた点だ。

「市民にとって、公共施設マネジメントは面白い話ではない」と担当者も言われるように、

財政難だからといって施設の削減縮小ばかりだと未来が暗くなる。市民は変わるからにはメリットも欲しい。長崎市で「公共施設マネジメントはまちづくりだ」と言われていたことを改めて思い出した。

市民意見の反映といえば、聞こえはよいが実際にはなかなか難しい。調理室の配置なども配水管の位置や消防法、住民意見の狭間でかなり苦労されている様子だった。エレベーターの増設など、すべての市民要望に答えられるわけではないが、限られた予算の中で、新たな価値を生み出す努力をしている姿勢が評価されて、市民の理解が広がっているように思った。

#### ●まずは投資的経費と更新費用の比較から

弊社も現在、いくつかの市町村で公共施設マネジメントの取り組みをお手伝いさせていただいている。4月の総務省の公共施設等総合管理計画に関する通知文書が出て以降、問い合わせが増えている。様々な自治体と話をさせていただくが、法定計画などではないので、「どこまでやればいいのかわからない」「何から手をつければいいのかわからない」といった質問を多く受ける。総務省のモデルで財政シミュレーションを実施しても、そのデータの活用方法がわからないという声も聞く。財務や施設管理、建築や土木などの多分野にまたがっていることも問題を難しくしている要因かもしれない。しかし、原点は将来にツケを残さないことである。検討材料はほとんど行政内部にあるし、分析方法なども公開されている。まずは投資的経費と更新費用の差がどれくらいあるか、比較してみたいはいかがだろうか。

今回の研究会では、メンバーの自治体に現在の取り組み状況を報告してもらおうと考えている。進捗状況もさまざまなので、検討のプロセスや各時点での悩みや課題の共有が行えるのではないかと考えている。公開研究会という形で、外部からの参加も募る予定である。宮崎市の取り組みも何う予定なので、ご興味のある方はご一報ください。（ほんだ まさあき）

## 高齢者はどこを終の住処とするのだろうか～その9 福岡市の高齢者賃貸住宅入居支援事業について考える

山田 龍雄

弊社では平成23年度、福岡市により「福岡市高齢者の入居支援に係る調査・検討業務」を受託し、福岡市内の〔一般社団法人（以下一社）〕福岡県宅地建物取引業協会と（一社）全日本不動産協会会員約2,600事業者に対してアンケート調査を実施した。

その目的は、高齢者の民間賃貸住宅への入居に関する課題を探り、入居支援制度について検討を行うための基礎資料とするものであった。

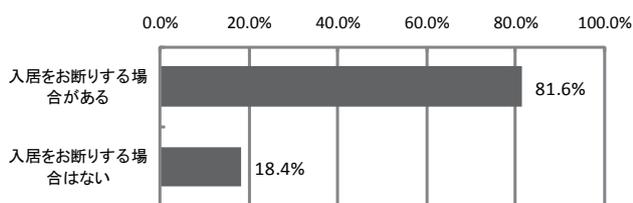
元々、民間賃貸住宅への高齢者の入居に関しては、近くに信頼できる保証人がいない場合、賃貸住宅の事業者から入居を拒否されることが常であった。したがって、この調査では実際の入居拒否の状況はどのようになっているのか、どのような条件であれば受け入れられるのか等について客観的なデータを整理すること、さらに自治体が自ら民間賃貸住宅入居者に対して居住保証をつけ、賃貸住宅の斡旋を実施していた東京都目黒区や国分寺市にヒアリングをさせて

いただいた。このような先進地や福岡市内の不動産事務所にヒアリングした結果、民間賃貸住宅への入居支援のためには多くの課題をクリアしなければならないことも実感していた。この調査結果を受け、福岡市がどのような支援制度を提案するのが、非常に気になっていた。

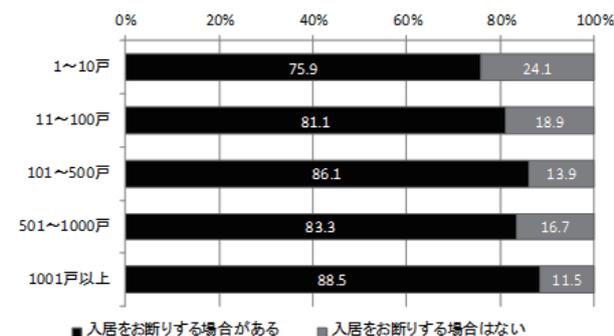
今年の8月中旬頃の新聞にて、福岡市が高齢者入居の支援制度を10月以降を目途に事業開始するとの記事が目に入った。

そこで、福岡市の担当係である住宅都市局住宅部住宅計画課に取材をお願いし、その制度の概要を説明していただいた。制度の詳細については10月以降に発表ということなので、ここでは現時点で公表できる範囲での情報を報告するに留めるが、今後、高齢者の増加にともない住宅に困窮する世帯も増加すると予測され、改めて福岡市での高齢者の動向や住まいの状況をみながら、この支援制度の意義について考えてみた。

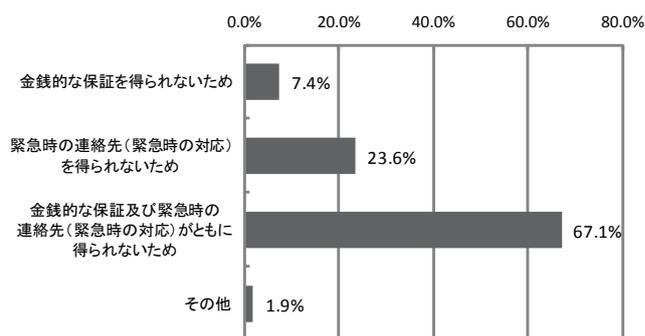
入居を断る場合の有無



事業者の管理戸数別入居の断りの有無



連帯保証人がいない高齢者の入居を断る理由

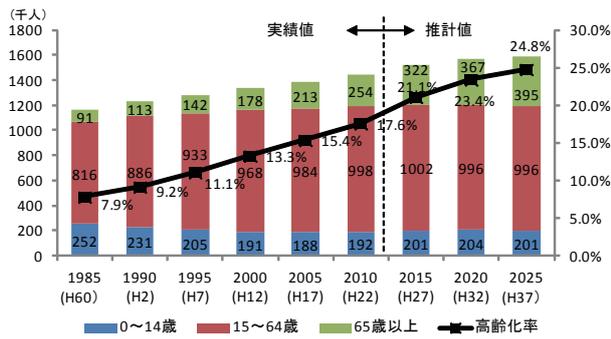


〔アンケートの概要〕

- 調査対象者：（一社）福岡県宅地建物取引業協会会員及び（一社）全日本不動産協会会員で福岡市内の事業者である2,589事業者
- 調査方法：事業者への郵送配布、郵送回収
- 調査期間：平成24年1月8日～1月31日
- 有効回答数：332事業者
- ※無回答を除いた基数をもとに比率を算出

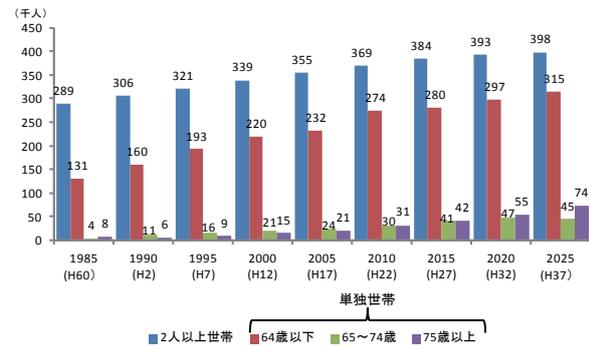
（資料：平成23年度調査結果）

福岡市の人口と高齢者の推計値



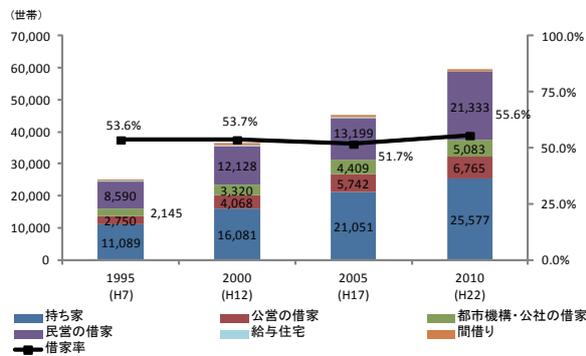
資料：福岡市

単身者の年齢別人口の推計値



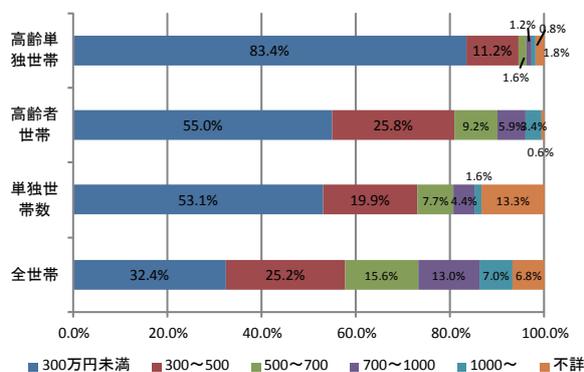
資料：福岡市

単身高齢者の住宅の種類別の構成比の動向（福岡市）



資料：国勢調査

世帯型別の収入の構成比（全国）



資料：H20年住宅・土地統計調査

●民間賃貸住宅での入居拒否は約 8 割

平成 23 年度の調査結果から民間賃貸住宅の事業者の意向をみると、「入居をお断りする場合があります」が約 8 割となっている。これは事業者の保有管理戸数の大小にかかわらず、約 8 ～ 9 割は「入居をお断りする場合があります」と、その比率は高く、保証人等が不明確な世帯に対する賃貸住宅入居のハードルは高い。

特に連帯保証人がいない高齢者の入居を断る理由としては「金銭的な保証及び緊急時の連絡先がともに得られないから」が約 67%と最も高い。このような入居に関する課題をクリアできれば、住まいに困窮している高齢者の支援ができることとなる。

●福岡市の高齢者は 10 年後には 4 人に 1 人、うち 3 割は高齢単身者

福岡市における今後の高齢者の住まいを考えるにあたっては、将来、高齢者はどの程度増えるのか、どのような住まいで増えそうなのかを把握する必要がある。そこで、高齢者や高齢者世帯の概要と住まいの状況を見てみた。

福岡市では年齢別人口推計値を 35 年後の 2050 年（平成 62 年）まで公表している。概ね 10 年後の 2025 年（平成 37 年）の推計値でみると、総人口 1,592 千人、高齢者は 395 千人と予測している。この時点で高齢化率は約 25%となる。ちなみに 35 年後、福岡市の高齢率は約 34%であり、3 人に 1 人ぐらいが高齢者となると予測している。

福岡市の 10 年後の高齢者 395 千人のうち、単身高齢者は 119 千人であり、高齢者のうち約 3 割が単身者となる。10 年後、多くの地方都市部では高齢化率が 30 ～ 40%以上となると予測されているのであるが、その量の多さとなると高齢者、特に単身高齢者は大都市の方に集中することとなる。

●福岡市の単身高齢者の約 6 割弱が借家に入居

福岡市における 1995 年～ 2010 年（平成 7 年～平成 22 年）の 15 年間の高齢単身者の住まいの動向をみると、借家（公営、UR・公社、民間）に住む高齢者は 15 年前から 5 割を超えて

おり、2010年（平成22年）は約13,485世帯から33,181世帯と約2.5倍に増加している。住宅の種類別でも、どの住宅も偏りなく約2.3～2.5倍に増加している。

全国統計ではあるが、全世帯と高齢者世帯等の年間収入の構成比をみると、300万円未満では単身高齢者が約83%と最も多く、全世帯と比較すると5割も多い。

このように収入が少ない人の割合が高く、住宅困窮者となる可能性が高い単身高齢者は、今後10年間で倍近く増加（2010年61千人→2025年119千人）すると推計されており、絶対数でもその増加数は約60千人である。増加する単身高齢者60千人のうちで住宅に困窮する世帯が発生した場合、既存の公的住宅のみで対応するのは困難と思われる。

住宅の困窮者に対しては、従来であればセーフティネットとして公営住宅を供給することとなるが、公的な住宅も将来の人口減少、維持管理コストを考えた場合、これから新設することは困難な時代に突入する。やはり今あるストック、民間のストックを活用していくことが重要な鍵となる。

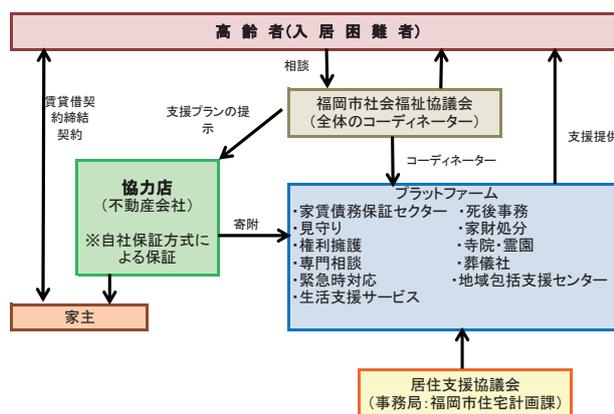
このように高齢者の増加、公的住宅の縮減化といった背景を考えると、民間賃貸住宅に対する高齢者の入居支援制度は極めて重要な施策といえる。

### ●事業者の不安を取り除く入居者サポートのプラットフォームの構築

福岡市の高齢者入居支援の事業スキームは次図のとおりであり、全国でも例がない画期的なものである。

この事業は、福岡市社会福祉協議会がコーディネーターとなり、これまで保証人がいない等の理由により、民間賃貸住宅への入居が困難であった高齢者の入居を支援するとともに、様々な生活支援サービスを、その専門事業者等で提供するプラットフォームを構築することで、事業者も不安なく高齢者等を受入れ、入居者は安心して在宅で生活ができるようにするものである。

福岡市の高齢者入居支援制度の事業スキーム



資料：福岡市住宅計画課

財源については、協力事業者による「自社保証方式」という新たな手法を導入し、保証金の一部をプラットフォームの運営財源にすることを目指している。

「自社保証方式」とは、今まで賃借人が不動産会社を通じて保証会社に支払っていた保証料（家賃の半分程度）の一部を滞納時の立替準備金として各不動産会社内で積み立て、入居保証に備える仕組みである。

今年度から3ヶ年は、プラットフォーム運営の原資がないことから、厚生労働省の新規事業「低所得高齢者等の住まい・生活支援モデル事業（提案事業：補助率100%）」で運営することである。

この事業スキームでは、やはりコーディネーターとなる社会福祉協議会の役割が重要であると考えられる。

現在、福岡市が運営に対して詳細に事前準備をしていると思われるが、実際、介護や緊急時の対応や死後の事務などを考えた場合、関係機関や専門事業者等との事前の連絡体制やマニュアル等を用意しておく必要があると考える。

この新しい事業の運営が円滑に進み、多くの住宅に困窮する高齢者等の住まいが安定することを願うものである。また、この事業を運営していくことで、新たに派生してくる課題をクリアしながら、この事業が今後ブラッシュアップされていくことを期待したい。

（やまだ たつお）

皆様から寄せられた「よかネット」へ  
のご意見、近況などの紹介（敬称略）

■日田市にフィギュアスケートリンクの建設の話があり、練習に良い氷を造ることが出来れば、世界のトップ選手も訪問の可能性が大きく、それにより世界へ向けて日田の情報発信しようとしていましたが、6月最後で駄目になりがっかりしています。（日田市 原 次郎左衛門）

■商店街の活性化、40年やりつづけて成し遂げた。この成果を地方の街に。

（大阪市 土居 年樹）

■6月14日佐賀県立美術館ホールにおける産業世界遺産シンポジウムには400名を超す参加がありました。近代の入り口における九州のパワーは地政学においても歴史においても古来優位な潜在力が爆発したといえます。今こそ、このパワーが求められていると感じております。

（小城市 村岡 安廣）

■毎回、情報ありがとうございます。えらそうな事を言う議員や、とりつくりの行政の調査より、地に足の付いたこのような調査で世間が成り立っていると思います。皆さんに負けないよう、ふるさと食農ほんわかネットも頑張ります。

（熊本市 高木 正三）

■毎回、興味深く読んでいます。特に幅広く地域情報を得る唯一の情報誌です。九州から見た中国・韓国・東南アジアの情報もお知らせ下さい。

（宝塚市 野田 浩男）

■いつも新鮮で、深く考察され、地域の話題やテーマについての報告は楽しく、読ませていただいています。刺激を受け、元気をいただいています。皆様方の努力に対して敬意を表します。更に、研究調査・検討を深められ、引き続き、すばらしい御報告に出会えることを願っています。

（彦根市 金井 萬造）

■見・聞・食は面白く拝読致しました。“文は人なり”それぞれの個性的文章は楽しめます。今後ともご精進下さい。（福岡市 西表 宏）

■公益社団法人長寿社会文化協会の理事長になり3年目です。天下りを受けない運営の厳しさを

を実感しています。介護保険が大幅に変わります。高齢社会の介護、コミュニティケアに関して、必要なら声かけて下さい。講演・ミーティング行きます。（東京都渋谷区 服部 万里子）

■7月19日/JIA建築セミナー2014を高蔵寺で行うことになり、協力することにしました。私の自宅も開放します。

8月14～17日/台湾で私たちの本が中国語に翻訳されて出版。そのお祝いに御招待されて、台北へ。海外での評価にびっくりしています。ステキなバーバ・ジージの物語への関心がますます高まっています。

（春日井市 津端 修一）

■様々な九州のレポート楽しみにしています。

（東京都世田谷区 山野 宏）

■サガハイマットの取材有難うございます。全国的にも数少ない、最先端の医療施設です。このように周知して頂くことで、ガンで悩んでおられる方々の明るい未来が開けます。なんといっても、近隣に日帰り治療を受けられる施設があるのは、有難いです。

（佐賀市 福田 勝法）

■濃い内容の情報を編集され、発行を継続されていること、敬服いたしております。送付頂き、拝読させて頂きまして、感謝申し上げます。

（福岡市 村上 隆英）

■毎号、楽しみに拝見しています。No.115では、山崎さんの記事や（現在個人的にファシリテーション技術に興味があるため）山田先生のサガハイマットの記事など興味深く、読ませていただきました。またいつか会にも参加させて頂けるとうれしいです。（福岡市 藤野 雅子）

■近年、エリアマネージメントを考える機会が増えています。しかし、地域を自分達で管理運営するという考え方は日本でも戦国時代から江戸時代にかけて「自治都市」という形で発展してきた訳で、つまり、再度、町衆の誇りに学ぶことだと考えています。（大阪市 中塚 一）

■多様化するまちづくりローカルアクションの持続力に、ハラハラしながら感服しております。まさに公益事業を横につなぐための株式会社で

すね。 (坂戸市 水口 俊典)

■ No. 112 で、私の近況を取り上げていただき、ありがとうございました。「よかネット」を拝見させていただくにつけ、いろいろなアイデアと人的繋がりの中、地域づくりに努めておられる皆様に敬意を表したいと思っております。ますますのご活躍をお祈りいたしております。

(高槻市 日野 博彦)

■ユニークな着眼をいつも楽しんでます。今年は本を2冊出しました。

共著「建築家 大高正人の仕事」エクスナレッジムック社

共著「これからの日本に都市計画は必要ですか」学芸出版社

(千葉市 蓑原 敬)

■山口県の日本海側阿武町で地域活動をしています。平成の大合併で合併をしないことを選択した町です。小さな町だからこそその良さが生かされる、顔の見える関係は、町づくりに対しても1人1人が、自分達がやらなければと行動しているように思います。色々な仕掛けの中で、よかネットは多くのヒントを与えていただいています。

(山口県阿武町 白松 博之)

■33年間勤めた東海新報社を昨年7月に定年退職しました。現在は、東日本大震災とその後の復興を伝えたいと思い、執筆と講演活動を行っています。

(大船渡市 木下 繁喜)

■大きなことは出来ませんが、女性グループ12名で寄せ植の会を始めて4年になります。寄せ植は必至、茶会はおしゃべりと大変ですが楽しいようです。

(鳥取市 近藤 保)

■2月より所属が変更し、博士過程前期・後期一貫型の新しい教育プログラムの運用に従事しています。あわせて、長崎市景観専門監、日南市中心市街地活性化事業チーフディレクター、由布市総合計画トータル策定コーディネーター等をつとめ、学生とともに実践プロジェクトに精を出しています。

(福岡市 高尾 忠志)

■地域と交通を考える勉強会「Qサポネット」の活動も5年目に入りました。今年はフィールドワークも含めた連続講座「中級編」開設の他、フェイスブック(ホームページ)開設などをす

すめております。ご関心のある方は是非ご参加ください。

(大分市 大井 尚司)

■弊社創立して“昨年30周年”となりました。“公私共来沖”歓迎!!

(那覇市 備瀬 知伸)

■兵庫区自治会連絡協議会(約180の自治会で構成)の役員をしております。180に及ぶ各自治会の意見をまとめるために合意形成に色々工夫をする必要があります、そのための参考資料として「よかネット」を活用しております。

(神戸市 吉田 昭彦)

■観光馬車を運営して4年目になります。市の後援事業として、できるだけ地域に密着した活動を続けています。HP、FBなどの拡散や、テレビ、新聞などの効果を少しずつ実感しています。意外なことに三重県から市職員と共に、馬車の視察の問い合わせがありました。馬車で地域を活性化させる成功事例になれるよう、がんばりたいと思います。

(福津市 増田 美佐子)

■引退後、今後の生活の仕方を思案中です。今回(No. 115)も興味深い記事が色々ありますが、注目したのは、平筑アクションプログラムの内容で、自治体を巻き込み続けていることは重要ですが、自治体サイドに「マイカーなしで、公共交通だけで、一定の場所には行ける交通ネットを社会基盤インフラとして整備しなければならない」という認識が必要で、その中で鉄道も位置づけて、維持していかないと、補助などの基準が曖昧になると思います。(勿論、マイカー住民にも、必要性を認識してもらおう。)

(東京都世田谷区 寺島 清)

■いつも興味深く拝読しております。形どおりでない生きたデータ分析や、各地の現場のまちづくりの取組みを、著者の考えを込めて報告されている記事は、とても参考になります。

(東京都北区 大竹 亮)

■芭蕉の奥の細道をたどって散策しています。第一弾「5月中旬:東京・深川~福島・飯坂温泉」第二弾「7月中旬:宮城・岩沼~秋田・象潟」残りは来年の予定です。

(鹿児島市 友清 貴和)

■様々な九州のレポート楽しみにしています。

(東京都世田谷区 山野 宏)

## タクシー事業者が便利屋事業を始めました。

—太陽交通の生活支援系ビジネスの取り組み—

本田 正明

「高齢者の一人暮らしが多くなって、今後は電球の取替などのニーズは増えるよね。ビジネスにならないかな？」という相談を糸島のある事業者から受けた。

たしかに高齢者の一人暮らしが増えると、家族で行っていた何気ないことが自分でできなくなる。生活支援系サービスのニーズは増えそうである。ただ、事業として成り立つほどの需要があるのかは、正直わからなかった。

そのときに思い出したのが、太陽交通が始めた便利屋事業である。みやこ町の乗合タクシー事業を企画立案していた際に、タクシー乗務員がスーパーの荷物運びなどをしていると聞いていたが具体的な話は知らなかった。高齢者の生活支援サービスで事業は成り立つのかどうか、実際の状況を知りたいと思ったので、さっそく一緒に話を伺いに行った。

### ●乗務員の売上を増やすために始めた事業

太陽交通は、行橋市を中心に京築地域一円でタクシー事業やバス事業を展開している交通事業者である。観光事業や不動産事業なども多角的に行っている。便利屋事業に取り組みはじめたのは平成22年11月とごく最近である。

「乗務員の労賃をなんとか増やしてあげたいと思って始めたんですわ」と、対応していただいた担当の屋根内さんはそう話始めた。

「田舎では、自家用車を4台保有していることも当たり前前の状況です。タクシー需要が頭打ちの中、乗務員の売上を少しでも底上げをしてあげたいという思いがありました」

タクシーは朝夕の利用が多く、昼間は少ないというムラがある。利用の少ない昼間の待機時間の3～4時間をなんとか活用できないかと考えたそうである。実は便利屋事業を始める前に、太陽交通ではタクシー利用者に対しスーパーの荷物運びなどを手伝う「おたすけ便」というサー



夏は草刈りの繁忙期。現場に向かう便利屋さん

ビスを行っていた。この取り組みの評判はよく、利用者もかなり伸びそうだという感触を得たことから、本格的に便利屋事業を開始した。

「事業を始める前に、まず最初に全乗務員に持っている資格や免許を挙げさせました。乗務員は前職がシェフだったり、大工だったりと多種多様なんです。大抵のことは自分たちでできるというのは強みです」

「どんな内容でも、とにかく相談を受ける。断らないことで相談がくる。できないことは、付き合いのある専門業者に手伝ってもらえばいいという考えで始めました」

営業はホームページとタクシー内の広告ぐらいでスタートしたものの、仕事の丁寧さが口コミなどで広まり、今では月の売上が100万円を超えるほどにまで成長している。

「一番利用が多いのは草刈りと引っ越しの片付けですね。『老人ホームに入居するのでマンションを片付けてほしい』といった相談が入ります」と言われる様に、春先には引っ越し、夏場と冬場は草刈りがメイン業務となっている。利用者は都市部よりも田舎の方が多いようだ。

引っ越し業者と競合しないのか気になって聞いてみると、「家財道具を処分してほしいという要望が多いのですが、タンス一つを運搬するにも産業廃棄物収集運搬業の許可がいるんです。実はこれが一番苦労しました」と言われた。依頼の内容は、引っ越しではなく、家財道具の処分のため、引っ越し業者と競合はしないそうである。しかし、家1軒の解体費用は解体4割、廃棄物処理6割と言われるくらい処理費用がかかるらしい。太陽交通でも当初、処理費用を見

込んでおらず、だいぶ赤字を出したそうである。

現在は産業廃棄物収集運搬業の許可も取り、最終処分は産廃業者と組んで行っている。草刈りにしても、刈った草を処分する場合には、別途処理費用をいただいているそうだ。

### ●地元の信頼と丁寧な仕事がウリ

費用の考え方としては、「1人あたり1時間2000円から2500円の労賃をいただいています。実際には担当者が現地をみて見積もりを取ることで、ホームページの価格はあくまで概算ですね」とのこと。ホームページをみると2時間半の除草が2名で25,000円となかなかの値段であるが、需要は伸びているらしい。

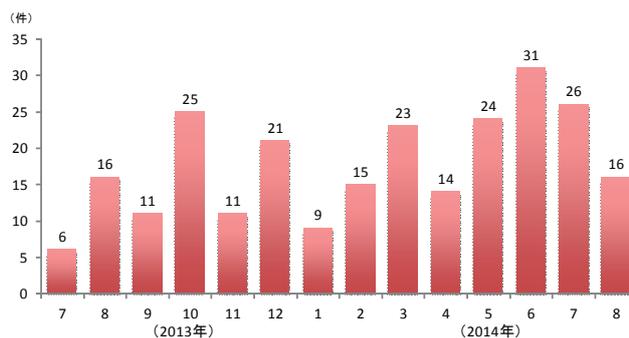
「塀の色塗りや木の剪定等はプロではないですが、丁寧にきっちり仕事をしてくれると喜ばれています」といわれるように、プロに頼むほどではないが、安かろう悪かろうでは困るといふニッチなニーズをうまく掴んでいるようだ。

当初は、乗務員の待機時間で作業を行っていたものの、需要が増えてきたことや草刈りの拘束時間が長いことなどから、現在は専門職員3人体制で事業を行っている。1人は元乗務員だが、残りの2人は別途雇用している。体力仕事が多いので、50代以下の男性を2人雇用しているそうだ。利用者にとっては、知らない人を家に入れるのは抵抗があると思うのだが、「網戸の修理などは女性や年寄りには難しいので相談が来ますね。ご婦人からゴミの片付けをしてほしいという依頼もあります。『太陽交通』という信頼のおかげですね」とのこと。本業での信頼が便利屋事業にも活かされている。

### ●糸島での事業展開

正直にいうと話を伺うまでは、便利屋単体では事業は成り立たないのではないかと考えていた。現在もまだ事務職などの間接費用を生み出すほどの規模にはなっていないものの、犬の散歩、雨漏りの管理などの相談もあるらしく、まだまだ需要は伸びそうである。内需型の事業なので、人口規模での限界がいずれくると思うのだが、ノウハウなどを教えることも需要がありそうである。生活支援系の地域ビジネスはまだ

### 便利屋件数の推移



まだ眠っていそうだ。

実際に糸島の事業者は、地元の知名度はもちろんのこと、産業廃棄物収集運搬業の資格もあり、草刈りも日常的に行っているのも、すぐにも事業が始められるのではないかと思う。ただ、接客業を行っていないので、サービスの質やクレームへの対応ができるかが心配らしい。質問の内容も社員教育や住宅に上がる際のトラブル防止のノウハウ（例えば、指示のない部屋には入らない、トイレを使わない、不要な滞在をしない、必ず2人体制にする）等、主にリスク管理の話聞いていたのが印象的だった。

事業を始めるにあたり、いきなり便利屋事業にとりかかるのではなく、「おたすけ便」といった形で、小さく事業を始めて、需要を把握したり、ノウハウを蓄積したりする方法も非常に参考になると思った。需要が少なければ撤退もできるし、投資も抑えられる。地域ビジネスの可能性はトライアンドエラーを繰り返さないと見えてこないように思う。糸島での便利屋事業をどのように展開するかはこれからだが、いずれ取り組みの状況を報告できればと思う。

(ほんだ まさあき)

#### 第100回地域ゼミ報告

#### 生かし切れていない地元食材を使った加工品づくり現場視察

山田 龍雄

今回、現地視察とお話をお願いした尾崎氏は、13年前まで弊社の所員でした。食の分野に興味を抱き、今では九州をはじめ全国各地の農漁業の流通、販売、加工の振興に係っており、食品加工の製造技術、生産管理、経営管理のア



今年の4月にオープンした(有)職彩工房たくみの加工所

ドバイスをされています。

尾崎氏は独立して6年目に大野城市の自宅を増築し、ジャム加工ができる程度の加工所(2~3坪)を運営しておられたのですが、長野県の手づくり農産加工所(有)代表の小池芳子さんとの出会いもあって、ジュースをメインとした加工所を筑前町(旧夜須町)に建て、今年の4月から稼働しています。

一度、尾崎氏の加工所を視察し、また、食品加工の動向などの話しも聞ければと思い、久しぶりに外での地域ゼミを行いました。

### ●3つのICに20~30分で行ける立地条件のよい場所

この加工所は筑前町の「安の里公園」から歩いて5分のところにあり、周辺には比較的新しい住宅も建っており、車で通ると見過ごしてしまうほど加工所は住宅地の風景に馴染んでいます。

尾崎氏の加工所から、高速自動車の鳥栖IC、筑紫野IC、甘木ICと3つのICまで20~30分、また、冷水峠を越えれば飯塚市までも30~40分で行ける立地条件のよい場所にあります。

この場所は、公共下水道も完備されており、自前で合併浄化槽を設けなくてもよかったこともこの場所に決めた理由とのことです。

### ●小ロットの加工ニーズは多い

道の駅や高速道路サービスステーションのお土産コーナーなどに行くと、お菓子以外にいろいろな種類のジャムやドレッシング、ジュース



加工所内で加工品開発の動向と加工の流れを説明していただいた

が溢れています。

尾崎氏が加工所を建設したと聞いたときに、小ロットで頼みたい農家はいるにはいるだろうが、どのくらいのニーズがあるのか疑問でした。この辺のことを少し、尾崎氏に解説していただきました。

- これまでの果樹ジュースは、果樹の摘花したものや青果として販売できないものをジュースにしたものも多く、ジュースとして質は良くないものもありました。
- 最近では、消費者の舌も肥えてきたせいか、品質のよい果樹からよいジュースをつくる流れになっている。
- 果樹農家では、加工ジュースを近くの農産物直売所などに置いておくと、爆発的に売れるものではないが、贈答品も含めて年間500~600本は売れている。
- 豊作の年には、期間内に青果として捌けきれずに捨てていたものをジュースとして加工すれば、約1年間の消費期限があるので現金収入にでき、無駄もなくすることができる。

### ●1日600本まで生産は可能

尾崎氏の加工所では、小ロットといいながらも1日600本(720m/本)のジュース加工は対応できるそうです。

農産品加工では下処理→絞り→煮沸→殺菌→瓶詰め→ラベル貼りと一連の流れにそって、加工用の機械が据え付けられ、効率のよい配置となっています。

人出が足りない場合は、依頼のあった生産農



みなみの里の取組みとあさくらんど食育ファームを説明していただいた福丸ご夫妻

家の方に手伝ってもらおうそうです。生産農家の人たちも手伝うことで自分が携わった加工品ということで愛着をもって販売できるといった効果もあるそうです。

尾崎氏が行っている小ロットの加工は、地域の農産物を使って周辺の人が購入するという点では、真にコミュニティビジネスです。大手の食品会社が生産している大量商品でないものであり、価格としては少々高くなるかも知れませんが、地域の人たちがこれらローカル商品を応援することで、貨幣が地域内循環するという点では、藻谷氏などが提唱している「里山資本主義」なのかも知れません。いずれにしても、このように地域で生かし切れていない地元食材の活用を大切さを再認識した次第です。

#### ●筑前町ファーマーズマーケットみなみの里～ 5年前に比べて若いお客が増えている

尾崎氏の加工所視察を終え、「筑前町ファーマーズマーケットみなみの里（以下「みなみの里」）に移動し、みなみの里の設立に係わってこられた福丸未央さんに、みなみの里の開設に至るまでの経緯や現況についてお話をさせていただきました。

- ・開設する前には既に町内にも2～3箇所の小規模な直売所があり、隣の朝倉市には三連水車の里あさくら、道の駅バサロなど直売所が多く立地しており、果たしてお客さんが来てくれるのかとの不安があったが、農家を尋ね、出荷をお願いに廻った。
- ・当初は出荷組合150名でスタートし、5年前



みなみの里の前には、野菜の育成状況がわかるよう、実際にいろんな野菜を栽培している

の平成21年にオープンした。今では約260名の会員となっている。

- ・来店するお客さんは、野菜がどのように育成しているのかを知らないで、野菜づくりを身近に感じて欲しいと思い、施設の前に畑をつくり、季節毎に野菜を植えている。
- ・筑前町は米、麦、大豆の生産が多く、野菜生産ではこれといった特徴がなかったため、米を使った米粉パンと地元大豆を使った豆腐を開発した。今は、黒大豆を名物にしようと頑張っている。
- ・現在、みなみの里では約4億5千万円の売上げがあり、直接運営しているレストランが売上げの柱となっている。このレストランでは個人や団体からの注文で仕出しや弁当なども手がけている。
- ・みなみの里に来ているお客さんは5年前に比べて、若いファミリー層が増えている。これは以前に比べて農産物直売所がスーパー化しているのと、筑前町や朝倉地域への観光を兼ねてレジャーのついでに来ている人が多いのではないかと。
- ・糟屋郡（粕屋町、篠栗町、須恵町等）では人口の割りに農産物直売所が少ないようで、糟屋郡からのお客さんが多く来ている。

#### ●あさくらんど食育ファームの取組み

みなみの里のお話を聞いた後、福丸未央さんのご主人である裕明さんから「あさくらんど食育ファーム」のお話をいただいた。この食育ファームは、農に触れて、命の源である食を

考えるためのワークショップ（体験型食育の場）です。この食育ファームは福丸さんたちの自主事業であり、協力者の手助けを得ながら運営されています。今年度から始まった事業です。

一年目の今年は、米づくりと食づくりのワークショップ（年10回程度）を予定しており、二年目以降はそれに加え野菜づくり・加工品づくりと暮らしづくりのワークショップへと広がっていく計画です。各ワークショップ毎に事前に予約すれば、参加できます。参加費は1,500円（昼食付・子ども500円、3歳以下は無料、内容によっては参加費変更）となっています。子どもさんに是非、農業のこと、食のことを体験、学ばせたいと思っている人や、このような活動に興味ある方は、是非、下記にご連絡ください。

あさくら食育ファーム問い合わせ先

TEL：0946-52-0226（賑わいあさくら：福丸）

mail：fukumaru@nigiwaiiasakura.com

（やまだ たつお）

### 第3回福岡市自治協議会サミットを通じて考えたこと

山崎 裕行

去る8月26日（火）に、第3回目となる「福岡市自治協議会サミット（以下、第3回サミット）」が、福岡市早良区にある「ももちパレス」にて開催されました。弊社では、昨年度に引き続き運営のお手伝いをしています。今回は、第3回サミットの内容と当日の様子についてご紹介します。

第3回サミットは3部構成です。第1部では、各区における自治協議会等会長会の代表や校区における自治協議会等の会長を一定の期間以上経験された方に感謝状を贈呈する「自治貢献者感謝状贈呈式」が行われました。今年度は、登壇者7名を含めて51名の方に感謝状が贈呈されました。

第2部では、福岡市内の各区（東区、博多区、中央区、南区、城南区、早良区、西区）から、先進的な取り組みや、他の地域で参考となる取り組みをされている自治協議会の活動内容を発



今年のサミットは「ももちパレス」で開催表してもらった「活動事例発表」が行われました。今年度は、防犯に関する取り組み、人材育成に関する取り組み、活性化に関する取り組みなどが報告されていました。持ち時間10分という限られた時間の中で、各自治協議会の代表の方が、日頃の取り組み、苦労していること、工夫していることなどを、パワーポイントを使って分かりやすく説明されていました。

発表を聞いていると、自治協議会の活動内容を如何に知ってもらって、仲間になってもらうか、人材の固定化を防ぐことも含めて次の担い手をどのように確保し、育てるかということに苦労されているようでした。その意味で、「情報伝達・周知」、「役割分担」、「人材育成・確保」の3点がポイントだと言えます。加えて、各発表に共通することとして、取り組みを進める上では自治協議会だけでなく、区役所はもちろんのこと、小学校や中学校、公民館など地域の資源と上手く連携していることが挙げられます。

第3部では、第2部で発表された方に加えて、コーディネーターとコメンテーターが入った意見交換がありました。この意見交換では、自治協議会と一言で言っても、町内会長が兼務しているところもあれば、全く切り離しているところもあります。また、何か新しいことをする場合に、実行委員会方式で取り組んでいるなど地域性があることや、連携という場合にも、各自治協議会、各イベントによって連携先に違いがあることなどが意見として聞かれました。この意見交換は、福岡市で長年、各地のコミュニティ活動を支援されている十時裕さんがコーディネーターを務められていましたが、十時さ



十時さんや、各自治協議会会長が参加したパネルディスカッションの様子

んからは、関係者が同じ目線で話をする「対話」の重要性について指摘がありました。連携を考える上で、非常に重要なポイントだと思いました。

コミュニティ活動は、各都市で取りまわっていますが、共通する課題として自治会加入率の低下と、人材の高齢化（担い手不足）が挙げられます。今回の第3回サミットを通じて思ったのは、既に様々な形で指摘されていることですが、加入率の低下については、自治会の役割や活動内容について丁寧に説明をする、あるいは活動の見える化を通して賛同を得る（理解を得る）こと。人材の高齢化については、学校や区役所、NPO等の関係機関との連携を強化することで不足分を補うことが大切では無いかと思いました。

「こうしたら必ず上手くいく」というような答えがあるテーマではありません。私自身もこのようなサミットを通じて、各地域の先進的な取り組みを学び、よりよい方策を考えていきたいと思います。（やまさき ひろゆき）

### 災害に対する備えをどのように意識づけし、継続してもらうか

山崎 裕行

前号（No. 115）でもお知らせしましたが、弊社では、本年度も「福岡県自主防災組織設立促進モデル事業」のお手伝いをしています。

今年も、広島県や京都府、兵庫県をはじめ、各地で大規模な災害が起こっています。大雨に

よる浸水や土砂災害は、毎年のことになってきました。モデル事業で地域の皆さんとお話をすると、災害に対する備えについて非常に高い関心を持たれています。しかし、関心があっても徐々に薄れていくのが人間です。例えば、3年前に東日本大震災がありました。地震に対して、皆さん、何かしなくてはと思ったはずですが、2年前には九州北部豪雨がありました。「対策をしたよ」という方は、どれくらいいらっしゃるでしょうか。私も、出来ていることと、出来ていないことがあります。少しでも出来ていることを増やしていくことが重要だと思います。

そういうこともあり、今年度のモデル事業では、特に「効果的な意識づけ」と「取り組みの継続」ということを意識して内容を考えるようにしています。その中で、昨年度から内容を見直したのが、災害図上訓練（DIG）です。

DIGは、大きな地図とマジック、ハザードマップ（防災マップ）があれば出来る訓練です。準備するものも少なく、方法も難しいものではありません。皆で話し合いながら、災害に対してどのように備えるか、実際に災害が起きた際にどのような活動（行動）をするかを考えます。

今年度は、昨年度とは違い実際の災害の様子を映像で流して、災害が起きた際にご自宅が、あるいは地域がどのようなになるかを考えてもらった上で、DIGを体験してもらうようにしました。災害については、口で説明するよりも映像を見て感じてもらう方が、注意すべきことや、備えておくべきことを考えてもらえやすいと思ったからです。そして、映像を見るだけでなく、地震の場合であれば、家の間取りを示した簡単な図面を用意して、地震が起きた際に、どこで（玄関、リビング、台所など）、何が起こりそうか（棚が倒れる、窓ガラスが割れる、扉が開かないなど）を考えてもらうようにしました。用心する場所を認識し、自宅に帰ってからの行動につなげてもらうために取り入れたのですが、これまで2地区でしたところ、概ね好評のようです。その理由としては、この作業は個人ではなくグループで行っており、それにより、自分では気がつかなかったことに気付いたり、

災害への備えワークシート（例示）

項目	あなた自身又は皆で協力して すること・できること	日頃から準備しておくこと ・気をつけておくこと
<b>【地震発生直後】</b> 発生～5分 ・まずは自分の命、そして家族の命を守る時です。 ・自分の命を守るために何をしたらよいでしょうか。 ・家族の命を守るために何をしたらよいでしょうか。	机の下に隠れる ドアを開ける	机はガラス戸から離しておく 倒れてきそうなものは、固定化する
<b>【揺れが収まる】</b> 5～10分 ・次に、地域を守る時です。 ・漏電による火災など、二次災害を防ぐために何をしたらよいでしょうか。 ・隣近所で何か出来ることはありませんか。	火の元栓を閉める お隣に声をかける	元栓を開けっ放しにしない 日頃から挨拶を忘れない
<b>【揺れが落ち着く】</b> 10分～数時間、3日程度 ・そして、助け合いの心で、皆で活動する時です。 ・地域には災害時要援護者の方もいらっしゃいます。 ・避難所生活も十分に考えられます。 ・避難所生活や滞留生活に備えて準備しておくことや 気を付けておくことは何でしょうか。	避難者を把握する 避難所に避難するか、自宅に留まるか話し合う	名簿を作成しておく 滞留生活に備えて、非常食を備蓄する

意見の重なりにより、用心すべきところを再認識したりという効果があるように思います。

ここまでの作業を踏まえて、DIGを行います。DIGでは、地域の地形、インフラの状況や災害時に役に立つ資源等を確認します。普段、暮らしている地域ですが、災害や防災・減災という視点で見ると、また違って見えるようです。「ここは土地が下がっているから、水が流れ込む」や「以前は、よく水浸しになっていた」、あるいは「古い建物が固まってあるから火事や地震の時は危ないなあ」、「あの空き地は避難場所に使える」といった声が聞こえます。過去の経験や言い伝えを皆さんに思い出してもらい共有するというのも、DIGを通して出来ます。このように地域の特徴を確認した上で、実際に災害が起きた時にどのような行動をとればよいか、又、その行動を取るために日頃から準備しておくこと、気を付けておくことについて話をしてもらいます。今年度は、状況の変化を意識してもらうために、時間軸を取り入れました。災害

に対して一番基本となる考えは「自分の命は自分で守る」です。危ないと思ったら、避難勧告や避難指示が発表されなくても安全な所に避難する。これを念頭に置いた上で、隣近所や地域で協力してできることを考えてもらうようにしました。

やってみると、「キッチンで頭を守るものを準備する」、「家族内の連絡方法を確認しておく」、「近所の人、ご老人、身障者の顔と名前を確認しておく」など出てきた意見には多くの発見があり、どれも重要なことばかりです。集まった意見を、どのように個人あるいは地域の実際の行動に結び付けるか。また、継続させるか。行動とその継続のために、是非、自主防災組織を立ち上げて欲しいというのがこの事業の狙いの1つではありますが、もう少し踏み込んで一人ひとりの防災・減災意識の向上につながる内容を目指して、これからもワークショップの改良を続けたいと思います。

（やまさき ひろゆき）

表紙解説  
一 体験農園の家計簿一

体験農園では、昨年度の6月ごろ小生のかみさんも同行するようになり、今では時間を調整し、ほとんど二人で畑に出かけています。

今年から、来年度の栽培の参考になればという思いで、かみさんが栽培の記録（植え付けの日、施肥の日、収穫日、収穫の量など）を丁寧に取り始めました。昨年は、施肥や土寄せなどを丁寧にしていなかったせいか、収穫も芳しくありませんでした。今年は園芸の本やインターネットの野菜栽培で勉強し、葉の色具合をみての施肥や剪定などを比較的丁寧にいったため、葉物類の収穫はアップしたようです。

記録が積み重なってきて、これはコスト換算できるのでないか、体験農園というものがコスト面からどの程度の価値があるのか検証できるのではないかと思います。計算した結果が表紙の数値です。

野菜毎の詳しい単価は、下表のとおりです。今年、長雨の影響で野菜が高騰したことを考えれば、非常に安価な単価を入れています。通常、福岡市周辺の農産物直売所等で購入できる単価程度です。

今年、我が家では体験農園での野菜収穫のお陰で7～8ヶ月の2ヶ月間は、ほとんど野菜を購入しないで過ごすことができました。

シソ、空芯菜、モロヘイヤ、バジルなど多くの量が収穫できた葉物類では、かみさんは、飽きないようにいろいろなメニュー開発に精を出していました。このことも我が家の副産物ではなかったかと思えます。

冬野菜は、虫がつきやすいキャベツ、白菜、ブロッコリー、カリフラワーなどですので、果たしてどの程度、収穫できるかは自信はあまりありません。収穫した野菜の収穫量と想定単価

項目	インゲン	プリンスメロン	ミニゴボウ	きゅうり	コーン	ピーマン	長なす	米ナス
個数等	248	25	21	23	11	191	22	17
単価	10	80	30	30	100	10	50	50
項目	トマト	ミニトマト	オクラ	サニーレタス	シソ	バジル	空芯菜等	/
個数等	59	150	207	55	50	45	200	
単価	80	15	10	100	100	100	100	

※サニーレタスより右側の葉物類は100円単位の量(袋)

せんが、来年の4月には年間の収穫高を報告できるものと思います。(山田 龍雄)

近 況

今年の畑～富士と実家と時々、自宅～

気がつくと3年目に突入した週末農作業ですが、今年は3拠点で実行中です。

1つ目の拠点は、3年目となる佐賀県富士町。今年も、木下さんにお世話になりながら、7～10名程で頑張っています。こちらでは、ナス、ピーマン、枝豆、ゴボウ、里芋、サツマイモを育てています。既に、ゴボウと枝豆は終了しました。前半戦のヒット作物は、ゴボウです。もっぱらゴボウチップ、きんぴらで食べていますが、美味しいの一言。採れたては格別です。あと、今年は天気が悪かったこともあり、高騰しているナスが収穫できたのは助かりました。後半戦では、白菜と大根を新たに育てる予定です。

2つ目の拠点は、2年目となる実家です。今年、昨年に引き続いてのトマトと、キュウリ、カボチャ、枝豆に挑戦しました。カボチャは、残念ながら早々に失敗。カボチャがどのように育つか事前に勉強をしていなかったのが要因です。何事も事前学習は必要ですね。一方、トマト、キュウリ、枝豆は無事に収穫できました。昨年に比べると収量は減りました。けれど、美味しく頂けたので良しとします。実家の畑は、後半戦はお休み。来年の春に再開する予定です。さて何を植えようか、今から楽しんでいきます。

3つ目の拠点は、自宅(共同住宅のバルコニー)です。1年目です。今年、ルッコラ、バジル、トマトを育ててみました。ルッコラ、バジルはそこそこ出来ました。トマトは、花は咲きましたが実がなりません。トマトについては、少し小さな鉢で育てたのと、肥料が足りなかったのかなと思います。ルッコラ、バジルに



富士町で取れた  
作物達

については、ともにサラダ、パスタ料理で活躍。ちょっとしたアクセントとして、重宝しました。

今年は、天候があまりよくありませんでしたが、それでも収穫できたことに感謝です。ちゃんと手入れをしたら、作物もそれに応じて実りも多いですが、サボれば確実に減ります。今年は都合がつかなくて少しサボり気味となりましたが、これからも出来る範囲で続けていきたいと思えます。(山崎 裕行)

#### 福岡マラソンに向けて、走って通勤しています

3年半前の4月から、ダイエットを目的にジョギングを始めた。朝食前の空腹状態で運動すると体脂肪を燃焼し易いだろうと思い、週に2~3回、早朝に走ることを日課にしたところ、当初は84kgだった体重が2年間で15kg減り、走力の成長を実感できるようになった。元来、体を動かすことが好きのためにすっかりハマってしまい、ジョギングを始めて2年後の昨年4月、フルマラソンを完走することができた。そして今年の4月、3度目のマラソンとなる「さが桜マラソン」での記録が3時間8分と、3時間切り(サブスリー)が目前に迫るところまで来た。

市民ランナーがフルマラソンで3時間を切ることは結構難しく、サブスリーを達成した人の割合は、東京マラソンに出走した人のうち2%と、なかなかの狭き門。別に自分がマラソンを速く走ることで世の中が良くなるわけではないが、人生でサブスリーを達成するチャンスはそうないと思われるので、達成できるまで頑張ってみようと思決意した。

様々な専門家の意見によると、サブスリー達成のためには、呼吸が乱れない程度にゆっくり、長く走ることで持久力を身につけるトレーニングと、ゼーゼーと呼吸が乱れるまで心肺を追い込むスピードトレーニングをバランスよく

織り交ぜ、週に5~6日、月間にして200km~300kmの走り込みが必要というのが定説のようだ。しかし、仕事は年度末にかけて忙しくなるばかり。さてどうするか・・・。

そこで、家から会社までの片道5kmを走って通勤することにした。リュックにノートパソコンや着替え、資料、携帯電話、財布などを詰め込み、短パンにTシャツ姿で走って会社へ。シャワーは無いので便所で顔を洗い、ボディペーパー(制汗機能あり)で体を拭いてごまかす。そして短パン・Tシャツは便所で洗って絞って干す。帰りは乾いた物を着て走って帰るか、自転車や公共交通機関を利用する。その日走った経路や距離、所要時間、心拍数は、GPSや心拍計測機能が付いた腕時計で記録し、帰宅後にrunkeeperというスポーツ専用SNSにアップ。runkeeperで友人が努力している姿を見たり、励ましのコメントをもらえることが、モチベーションの維持に一役買っている。通勤ランのメリットは、トレーニング時間の確保のほかにも、通勤時間は地下鉄利用とほぼ同じ30分であり、ちょっとした節約になるので気に入っている。

11月9日に初めて開催される福岡マラソン(スタートは福岡市天神、ゴールは糸島市志摩町)の抽選に応募してみたところ、定員1万人に対して申し込みが5万人と予想以上に競争率が高かったが、運良く当選することができた。少なくとも福岡マラソンまでは通勤ランを続けてみようと思う。(原 啓介)

#### よかネット No. 116 2014. 10

(編集・発行)

(株)よかネット

〒810-0802 福岡市博多区中洲中島町3番8号  
福岡パールビル8階

TEL 092-283-2121 FAX 092-283-2128

<http://www.yokanet.com>

[mail:info@yokanet.com](mailto:info@yokanet.com)

(ネットワーク会社)

(株)地域計画建築研究所

本社 京都事務所 TEL 075-221-5132

大阪事務所 TEL 06-6942-5732

東京事務所 TEL 042-501-2531

名古屋事務所 TEL 052-202-1411

(株)地域計画・名古屋