



野口 ともこ
のぐち

NPOスローライフ・
ジャパン事務局長

スローライフの視点で 人口減少対策を

人口減少については、これまでも語られ皆が分かっていたことです。それなのについつい後回しにして、目先のことを追ってきたのが現実。日本創成会議の人口予測に、「自治体が消滅する」という激しい警告を突き付けられ、もう後回しにできなくなったというのが今でしょう。

丁寧調べれば、消滅といわれた自治体でも最近では移住者が増えていたり、田園回帰の動きがあったり。消滅なんて失礼だ！と怒りたくなるかもしれませんが、いずれにしても日本は真正面から人口減少対策に取り組まなければならぬことは確かです。

これまでこの国は、速く強く大きく、効率的・画的に、東京中心に、「ファストライフ」で走ってきました。その結果がこうなのですから、対策は「スローライフ」しかないと思えます。

ゆっくりと手間暇かけて、個性重視で多様

に、地方中心に、女性や高齢者も、という考え方は。こうしたスローライフの物差しで測れば、田舎は魅力的です。いまこそ、皆がライフスタイルや価値観をファストからスローに変えるべきなのです。

ある女性雑誌は、この9月号で「『農女子』のススメ」という特集を組みました。ファーマーズマーケットや農作業の話、都会で疲れた若い女性が田舎で自分を取り戻す映画の紹介などです。

かつては外国の素敵な暮らしや、おしやれな東京が女性たちの憧れでした。しかし東京暮らしがこれほど過酷でストレスだらけになると、田舎や「農的暮らし」は若い女性たちの新たな夢になりつつあるのです。だからこそ田園回帰、というより田園発見の動きが起きて、田舎暮らし志向の若い夫婦なども出現してきているのです。この流れを地方は見逃してはなりません、そして適切にアプローチ

しなくては。

※※※※※ 注目の、奈良県川上村 「ちびっこ増やし隊」 ※※※※※

人口1605人、吉野杉で知られる林業のこの村は、先の予測で、このままでいくと2040年に人口は457人となり、20歳〜39歳の女性は8人になるとされました。現在、村に子どもは、保育園に10人、小学校23人、中学校に15人。その村だからなのでしょう、この「ちびっこ増やし隊」という村民グループが注目されています。

マスコミに記事が出たり、インタビューなどを受けたたり。でも、実際に「増やし隊」の方々に会うと、こちらや世間の意気込みはするりとかわされて、もつともつと自然体の緩やかな活動をされています。

川上村に子どもを増やし、楽しく育てようという目的の集まりです。2012年からス



大きな家族のようにクリスマス。

タートし、メンバーは女性が主の13人。話し合ったり、バザーをしたり、神社で親子カレーを作ったり、手作りクリスマスパーティーをしたり。人口を増やそう！などとあまり難しくとらえずに、要はひとつの大きな家族のように、豊かな自然のなかで楽しくやっているので。

一昨年、私が関わったむらづくりワークショップに「ちびっこ増やし隊」の中平真菜香さんと坂本実絵さん（ともに37歳）、が毎回参加されました。中平さんは2人、坂本さん



川上村ちびっこ増やし隊の中平さん（右）と坂本さん。

は3人のお子さんがあります。現代のヤングママらしく会話のセンスが良く、いつもフアツシヨナブルでした。「私の旦那、木こりで猟師なんです」「子どもを育てるなら自然がいっぱいのこの川上村でくすす！」こんな自己紹介が忘れられません。

地域おこしの会議は、どうしても役付きのシニアや男性が多く、原案があるなどして効率的に進められがちです。でも会合に子連れの女性はダメといったら、その村に未来はないでしょう。これからを創る人たちの意見が

入らないのですから。多少子どもが泣いても、時間がかかっても多様な参加を応援することが重要です。川上村のこの会合ではそれがOKでした。

しかも、彼女たちの参加で、出てくるアイデアはしなやかな発想のものになりました。「先輩の『川上マダム』から、伝統料理を習おう」「水源地の村だから『水源地スイーツ』を作ろう」「森で結婚式はどう？」「おかいさん（茶がゆ）を3種作って、『おかい3兄弟』で売ったら」などなど。

実際に彼女たちは、鹿肉入りの肉まんを試作したり、AKB48の「恋するフォーチュンクッキー」ダンスで村民が村を紹介する動画を作ったりもしていました。

最近、中平さんは、村の特産の木製品を販売するネットショップを開設。坂本さんは、2階建てのもと縫製工場をアトリエに布グッズの製作を始めています。フェイスブックを使いこなし、メンバー間の連絡はライン。スマホママたちは、子育てと、多少のお金稼ぎも、むらおこしも、自己実現もいろいろこなしながら軽やかに森を駆け抜けています。

都市部の女性が、田舎暮らしを考え、子どもも育てたいと心が動いたとき、その土地の女性たちが本当に素敵な子育てライフをしているかどうか？ということが決め手になります。中平さんや坂本さんのような、こんな素敵な子育てママがいる村ならば「同じよう

に」という女性が川上村を指すでしょう。消滅なんてしません！

知恵のみせどころ、群馬 県南牧村「空き家対策」

南牧村（なんもくむら）は、人口2240人、高齢化率58・21%、高齢化日本一の村。先の消滅自治体発表では、奈良県川上村よりさらに悪いワースト1とされたところです。ここで9月13日に、私たちのNPOが「みんなで語り合うスローライフ・フォーラム」を開きました。全体テーマは「南牧村を“ちびっ子の遊ぶ里”へ」でした。

NPOスローライフ・ジャパンはスローライフ学会という組織を抱えていて、その会長はまさに「自治体の消滅」を警告した増田寛也さんです。理事会の席で「なんとか皆で南牧村へ出かけエールを送ろう！」と決め、村にご相談して開催したのでした。

村内外から230人が集まりました。増田さんの基調講演のあと、「ちびっ子万歳」「さきがけ政策」「仕事おこし」「空き家活用」「東京とスクラム」の五つのテーマで村民と外からの人が話し合いました。私は「空き家活用」のテーブルトークに参加しました

空き家対策は村でも2010年から進めています。役場と村民でつくる「なんもく山村ぐらし支援協議会」が空き家調査や空き家紹介もし、これまでに14世帯26人が移住してい



フォーラム参加者が南牧村集落を散策。

るそうです。試し暮らし用の空き家の利用も多いのですが、それでもまだ352軒の空き家がある。

しかもこの空き家は半端じゃない。戦後の物はわずかで、昔、養蚕をしていた時代の大きな屋敷が、美しい石積みの上に建っている。空き家川大きな古民家です。東京の狭いアパートに比べたら、空き家といってもとても素敵で立派なのでした。

視察でその家並みを歩いた東京からのフォーラム参加者の中には「数百万の物件なら、



空き家活用のテーブルトーク。

この古民家を買いたい」と言い出す人も。村長の長谷川最定さんは「移住者は新築の村営住宅よりも古民家の方を好む。しかし改修費が結構かかるので、村が古民家を買ひ、直して貸し出すということを考えている」と提案されました。

高齢化日本一という暗い村の姿を思い浮かべますが、訪ねてみると全く違います。山と空は青々、清らかな川は輝き、高齢者も子どもも実にたくましい。しかも、東京をはじめ近隣の街を上手に使って、暮らしやすそう

です。

「魚が食べたいときは、車を2時間ちょっと飛ばして東京まで行く」「高崎（人口37万5000人・車で1時間距離）まで買い物はしょっちゅう」「富岡（人口5万1000人・車で40分距離）に家を建てた息子とは行ったたりきたり」「隣の上野村の温泉をよく使う」これらは村民から聞いた話です。

その上、村の保育園は無料、小中学校の給食は無料。地震のほとんどない土地。これで巨大な古民家が安く借りられるなら、今すぐ移住したくなりますね。要はこの村の魅力部分、意外に近い東京に伝わっていないのでしよう。

一方、話し合いの中で村民の方からは「あまり強い思いを持って来られても、指導されるみたいで地元は引いてしまう」と本音が。移住者と村民との間の意志の疎通は、今や全国的な課題です。

人間を人口と考え、空き家をただの不動産と捉え、とにかく早く人数を増やしたい、売りたい、貸したい、となるとなかなかうまくいかないのです。日本全国の自治体が今や「空き家不動産屋」化して、助成金やおまけ合戦で、人口を奪い合いのようにも見えません。こうなったら、全国に自慢できる南牧ならではの空き家対策をしましょう。村長のアイディアはもちろんのこと、もつと提案を募つて。

「物置」と呼んでしまいがちな古民家の2階部分は、素敵なロフトと捉えましょう。スタジオやアート空間に使える広さは東京では探せません。巨大な古民家は、パソコンを駆使して働く若いシングルマザーたちのシェアハウスなどにどうでしょう。もちろんレストランやIT企業のサテライトオフィスにも。古い物を壊すのではなく、知恵を出して活かすことこそスローライフの考えです。

南牧村では元幼稚園を利用するピザ屋さんで、珍しい「炭入りピザ」をいただきました。元中学校校舎では、東京の喫茶店の若い女性が夏限定でカフェを開いていました。既にこんな動きのある村です。

「空き家活用レディス」など募つて、活用先進地になりましょう。空き家でスクール企画、野の花生け花を楽しんだり、自然素材でクッキーを焼いたり。そんな軽やかな空き家利用から、2〜3年だけ暮らしたい人、移住して骨を埋めるつもりの人、などと、空き家との付き合い方の濃淡もコーディネートが必要段階です。

**「ゆつくり散歩道」で交
 流心を育てる奈良県十津
 川村**

さて、移住促進や空き家活用以前の「よそ者」と仲良くするための交流の心をゆつくり育てているのが人口3681人の十津川村、

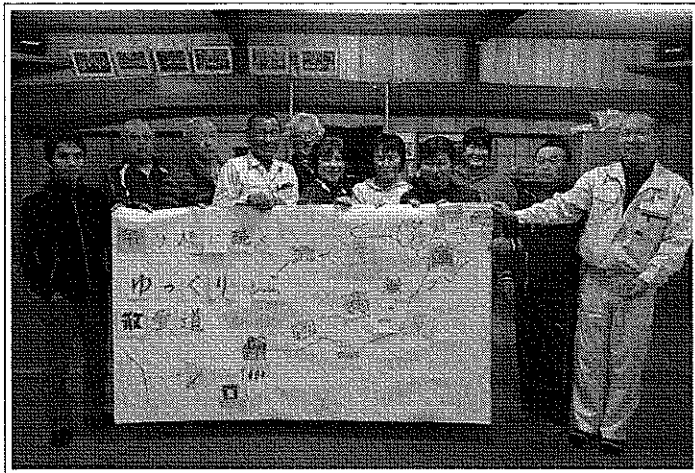
谷瀬集落です。

奈良県南部の山の中、日本一クラスの「谷瀬の吊り橋」で知られるところ。集落には柚子が植えられ、毎年晩秋には柚子の実をくり抜き味噌を詰め、寒風にさらして「ゆうべし」（柚子餅子）を作ります。「めはり寿司」に使う高菜も育て、漬けこみます。斜面の小さな田んぼで米も作ります。吊り橋のたもとでは集落経営の茶屋も営業、順番で店番もします。

なかなか忙しい毎日なのですが、そうこうしているうちに気づいたら、とにかく人が減つてしまっていた。今や62人しかいません。これでは今後、農作業も草刈もできない、楽しみに作ってきた「ゆうべし」作りもおぼつかない。何度も何度も話し合いを繰り返して、高齢化で自分たちの力では集落が維持できないと判断。外部の人に来てもらい、やがて空き家に移住してもらおうと決めたのです。

これまでは観光客は吊り橋でストップ、集落内には、積極的に外の人を呼び入れませんでした。「ゴミだけ置いていくのでは?」「何か盗られる」「よそ者が住むのはなんとなくいや」そんな感じでした。それを外部に頼つていこうと、腹をくくったのです。

しかし、いきなり移住者は来ないでしょう。集落の人にも心の準備ができていない。そこでまずはこの4月から集落内の道に人を招き入れることにしたのです。名付けて「ゆつ



谷瀬のマップづくり、張り出す地図を手作りで。

くり散歩道プロジェクト」。

普段使っている生活のための道の道の一部、1600メートルに「ゆっくり散歩道」と名前を付けて、なるべくゆっくり歩いてもらうために木を切つて見晴らしを確保したり、面白い道標を立てたり、素人絵のマップを作ったり、いろいろな花を咲かせ、ベンチをいくつも作りました。外から来る人に想いを馳せて、できることからの手作り整備です。

観光客が歩き始めると「あまりゴミを捨てないね」「挨拶してくれた」「花をほめてもら



吊り橋を見下ろす展望台も、可愛い看板も住民が。

った」「若い人が村を歩くのはいいねえ」「ベンチでのんびりしてくれてるよ」などの感想が。集落の人たちに、交流の心が芽生えてきています。

80歳代のおじいちゃんが、散歩道を歩く人のためにチェーンソーで木を伐り、階段は疲れるだろうと「ご自由にお使いください」と杖を作って置く、そんな作業の姿には心打たれます。私がここに通って3年目、人の意識が変わるのには時間も汗も必要、即席にはできないといつくづく思います。

何度となく繰り返してきている寄合に、最近には奈良女子大の若い先生と学生が参加、おじいちゃんたちは大喜びで孫世代とともに道標を作っています。学生たちもずいぶん変わりました。口々に、「この食べ物はおいしい」「おじいちゃんたちは格好いい」といいます。この夏の盆踊りには、学生も参加、秋祭りの餅まきも賑やかになりそうです。

今後は加工所を整備して土産物開発をしよう、「縁側カフェ」も企画してみようと、夢が膨らんできました。こうして諦めずにできることから動き出し、交流心を育てていくことで、そのうち谷瀬は知られ、空き家も埋まることになるでしょう。

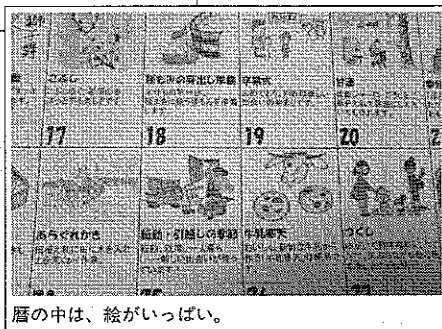
「ゆっくり散歩道」の整備は谷瀬に限らず、海辺の集落の路地で、空き店舗だらけの古い商店街で、様々に展開できます。急いで歩く道はほかに任せて、時間消費できる道を作る、それを地元の人たちで整備していく。整備の段階で外の人を意識して、まず自分たちが変わります。そしてエンジンがかかったら、外の人と一緒に地域を維持し、さらに新しく変化させていく。急がずにゆっくりと、です。

みんなで**描く**、**栃木県那須町**の**「おいしい那須那**
須の**「お**いしい**那須那**
須の**「お**いしい**那須那**

那須町は観光と農業のまち人口2万657



おいしい那須暦の表紙。



暦の中は、絵がいっぱい。



今年のおいしい那須暦製作風景

2人、旧住民と別荘に住む人とが暮らす高原のまち。

ここで住民グループが10年近く作り続ける暦があります。「なすとらん倶楽部」という町民グループが作る「おいしい那須暦」です。「なすとらん」とは、町全体をレストランと捉えた造語。この暦は毎年、地元の店や学校、個人に500円で売られているものです。

平成17年「食と農と観光の連携」をテーマに地域おこしの動きが起きたとき、まちの地

域資源を農産物、農作業、食にこだわり町民ワークショップで書きだしました。すると山ほどの情報が出ました。

「ウシのお乳をお酢で固めたのはうまい」「風邪にはネギを焼いて喉に巻くといい」「この時期のウドはおいしい」「この時期には芋を植える」などなど。従来の観光情報とは一味違う、暮らし密着の情報です。月ごとに分けて整理すると、那須町には一年中おいしいものが、楽しいことがあると分かりました。もと町民自身がこのことを知るべきと、カレンダーにすることを思いつきます。365日分の情報を、手描きの絵で描きました。「絵なんてとんでも

ない」と言っていた人も、大笑いしながらいつしかクレヨンや色鉛筆で描いて。それを12枚の模造紙に貼って、縮小し、月捲りのカレンダーに。毎年、更新して作り続けています。

この暦は、一昨年、富山県高岡市で開催の「スローライフ逸品展」でまちおこしに貢献する仕組みとして賞を受けました。今年の夏は、佐賀県の大学で、学生と地元NPOがこの暦の佐賀版を作ろうと動き出しています。

広告代理店や印刷屋さん頼めばすぐできそうですが、情報を出すことで地域資源を確認し、絵に描くために観察し、暦を作る作業をみんながやって繋がりができる。暦づくりはたくさん副産物をもたらします。

家にこうした地域自慢の手作りカレンダーがあれば、大人も子供も、自分のまち自慢を日常的にできるようになるはず。最初の暦を見て育った子供は、もうすぐ大人になるでしょう。

こうした小さな活動の積み重ねが、地域を愛するきっかけになり「東京なんかよりこの土地がいい」といえる自信に繋がるのだと思います。人口減少、東京への一極集中の対策は案外日常のこうした活動にあるのかもしれない。

国の大きな対策も必要ですが、地方・地域・むら・まちの、小さいけれども魂の入った動きを、これからも注目し、応援していきたいと思えます。