

## まちづくりワークショップ 概要

～健康に暮らし続けることができる地域のミライ図をつくろう～

日 時：平成28年1月29日（金）  
時 間：午後6時00分から午後8時10分まで  
場 所：銚子市勤労コミュニティセンター  
2階ホール  
参加人数：33名（スタッフ除く）

### ○主催者あいさつ

銚子円卓会議 杉山座長	銚子円卓会議は犬吠WAONカード、地域通貨を活用したまちづくり活動団体の中間支援をする団体である。多面的な活動を続けており、このワークショップもその活動の一部である。6月には銚子市とパートナーシップを結んだ。国交省の地域づくり活動支援体制事業に取り組み、この指とまれ！プロジェクトなどに取り組んできた。今後どのように円卓会議は活動していくのか、ワーキンググループを開催し、①新しいお金の流れ、②新しいコミュニティづくり③おおらかに人が育つ地域という3つの柱で議論を重ねた。それらを踏まえ今後の活動を決めていく。3年間活動した結果、今回のようにワークショップを開催すれば人が来てくれるようになってきた。今後も様々な事業を展開していくので、協力をお願いしたい。
-------------	--

### ○銚子市長あいさつ

越川市長	銚子は健康寿命が最も低い部類に入るという大変重い課題を抱えている。食が豊かで、気候が温暖で人間関係が密なのになぜ短いのかという疑問を抱えているが、連携の力、地域循環の力によって地域の課題解決に向けて有意義なワークショップになることを期待している。
------	---

### ○これまでのまちづくりワークショップの振り返り

NPO 法人 BeCOM 西田氏	まちづくり活動とは何か。これから先の未来を想像し、より身近に感じてもらいながら、市民とともに地域が成長できるようなそんなまちにならないかと過去2回のワークショップで探ってきた。それは議論や語り合ったことで結論を求めるのではなく、次世代に繋ぎながら、夢や希望を紡いでいければというもの。初回の講師は関谷先生。銚子市の地域課題の一つである健康寿命の延伸につながる地域づくり活動団体の内容、すきくるスターからの寄付支援による活動を紹介し、課題解決につながるような具体的な取り組み、今後の事業の発展につながる意見をだしてもらいながら議論を進めた。2回目は、東京大学大学院の孫先生を講師にお招きした。医療、介護、看護
---------------------	---

等の分野を将来の職業にしたいと考えている学生、多世代の市民、現場にいる人たちに集ってもらい、いまを語りながら、ソーシャルキャピタル（社会関係資本）によってもっと自分たちが元気に幸せになるにはどうすればいいのか、住民が主体で銚子の課題に取り組んでいくにはどうしたらよいか、銚子の住人が元気に暮らしていくにはどうしたらいいのかという3つのテーマで話し合った。

## ○講師紹介

千葉大学法政経学部准教授 関谷 昇 氏

## ○講演

関谷先生



まちづくりの考え方は簡単な話ではないが、ゆっくり考えていかないといけない。実践していくうえで、当事者性をどう出していくかということが問題。関心をもたない、もてないというのは、自分の問題として受け止めていないからではないか。まちづくりは色々な人が連携することが求められるが、現実的には縦割り化しており、まちづくりを進めていくうえでの障壁になってしまうことがよくある。世代、団体、協会の壁などがあり、その枠を超えるという事は難しく、地域全体に広がっていかない。枠を超えて地域全体に広がっていくという流れを作っていくことが必要。当事者性や縦割り性をなくして横の広がりをもつのか、健康にどういうイメージをもっているか、健康はこういうものだ、ということが横のつながりをつくる根幹になる。

幸福を考える指標は様々なかたちがある。たとえば、精神的な豊かさ。人との関係を持つということ。地域コミュニティも指標の一つであり、コミュニティで色々な人と関わりを持っていくことが幸福につながると考えられている。行政が健康に関する事業を実践することによって市民の健康度が上がっていく。それを想定して事業は組み立てられているが、市が行う取組事業と市民が考えている健康感（意識）の間にずれが生じているのではないか。健康を主観的視点と客観的視点で考えることが大切である。健康という視点を多角的に考えていくということは、つながりを考えていくことになることを改めて意識してもらいたい。

その中でも円卓会議はまちづくりのつなぎ役というイメージであり、地域通貨という媒体を使いながら、つながりをどう広げていくかを考え、活動してきている。これらを踏まえたうえで、ワークショップでどうしたら自分の問題として考える事が出来るのか、どうやったら横のつながりを作り出せるのか、健康のまちづくりを進めていくためになにができるのかというアイデアを出してもらいたい。これからも地域でヒト・カネ・モノという資源が循

環することが大事。健康を促進していくためにどんな資源を活かしていくかを考えてまちづくりを考えていってもらいたいと思う。

### ○地域づくり活動団体の報告

関谷先生



今年どんな取り組みをしたのか、どんな成果・発見があったのか、どんな可能性があったのかを話していただきたい。

NPO 法人銚子スポーツ  
コミュニティー  
小倉代表



スポーツを通じて、銚子を活性化させることが目的でNPO法人を立ち上げた。その活動の一つが犬吠埼エンデューロである。一年前に誘致を試みたが、できなかつたため、自分たちで開催することにした。今のところ反響は東京や埼玉を中心に大きく、HPのアクセスが1週間で1万アクセスあった。検討しているうちに行き当たった問題としては、銚子は宿泊施設がたりないということ。木樽行政アドバイザーとともに、スポーツの拠点づくりをしていきたいと考えている。今後もスポーツというキーワードで様々なものを関連付けて銚子市を活性化させていきたいと考えている。

海と月のグリーンマーケット  
月と海  
木ノ内代表



オーガニックイベントを開催しており、たくさんの人に来てもらえて大盛況のうちに終わる事が出来た。このイベントは販売だけが目的ではなく、食や環境に関心をもってもらうことも目的の一つである。化学合成農薬、肥料の不使用の野菜やお米など、オーガニック食品、無添加食品、オーガニックコットン、コスメなど食だけではなく、農・衣・食・住をテーマに商品を取り扱っている。ワークショップにたくさんの人に参加してもらえるように今後はもっと魅力のあるものを開催していきたいと考えている。

市立銚子高等学校  
生徒会長 水野さん



一つプロジェクトに関わったわけではなく、銚子テレビ放送の番組に関わらせてもらった。そのため、このプロジェクトのなかで一番客観的に見れていると思う。そのなかで高校生の立場から考えると、お金というものが障壁になっている。子供ができることと大人ができることの差になってしまっている。高校生がプロジェクトに参加するとなったときに、漠然ととらえたままになってしまっており、高校生だけでは積極的に関わっていくことができないという印象がある。市立銚子高校のなかでは、ボランティアを行った時に、学校からボランティア認定証がでて、大学に情報がいき、進学に有利

	<p>になる制度がある。高校生にとって自分にメリットがある、何かを得られることが大事なのではないかと考える。指標の設定について、客観的に考えて多角的に考えられるもの。同じ生き方をしている人でも、自分に対してどう思っているのかが違えば、そこには主観が入っている。いくら客観的な指標を設定していてもそれが意味のないものになってしまうのではないか。その中で、高校生としては世代間でどんなふうの一つのものに関わっていくか、無理に多世代でひとつのことに取り組まなくてもいいのではないかと思う。特徴を生かした関わり方が出来ればと思う。</p>
関谷先生	<p>参加するメリットは絶対問われてくる部分だと思う。そういう部分も含めて、促しをかける仕組みも必要だと思う。指標というと、客観的な指標が非常に強く、今問われているのは、参加という主観をどんどんだしていくことではないか。まちづくりはキャンパスに絵を描いていくイメージであり、あらかじめなにか計画が決まっているわけではなく、やりながらいろいろな考えが出てくる、自由なことが大事だと思う。あえて世代をわけなくてもいつの間にか異世代交流にもなっていくと思う。まちづくりはまず始めてみるという事が大事。</p>

○この指とまれ！プロジェクトで支援する地域づくり団体からの取組の現状の報告

銚子商工会議所青年部 渡邊会長	<p>ちよーびーを4、5年前に制作したが、この指とまれプロジェクトでお風呂に入れてもらう事が出来た。一回もお風呂に入れたことがなかったので、きれいになると思う。</p>
ナルク銚子拠点くろしお 小澤代表	<p>ナルクは高齢者の会員制の団体であり、相互の助け合い活動を行っている。また、公の施設、老人ホームやジオパークの海岸清掃などの奉仕活動に参加している。高齢者ができることは何かと考えたら、銚子にある公園などにお花があればいいなと思い、活動をしている。以前は銚子電鉄の駅の花壇にお花を植えていた。</p>

○ワークショップ（6グループ）

関谷先生	<p>(テーマの発表)</p> <p>健康のまちづくりについてこれからどういうことをやっていくべきなのか、実現不可能な事でもなんでもアイデアを出してもらいたい。当事者意識や横のつながりという話をしたが、それらも含めて、班ごとにいろんな話をしてもらいたい。</p>
------	---

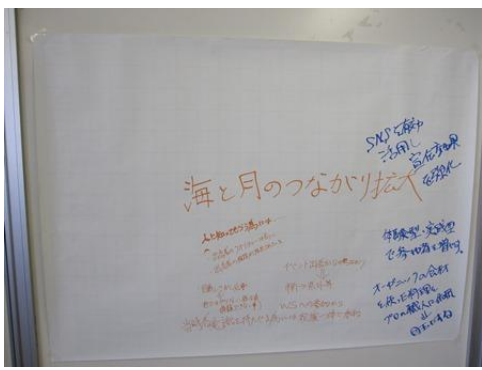
## 各グループによるセッション



## ○ポスターセッション（各グループの内容等を発表）

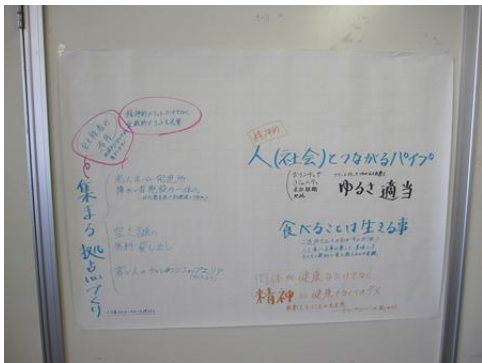
### グループ A

イベントをどうやって人に知ってもらうかを考えた。オーガニックのイベントということだけではなく、新しいものを混ぜた目新しいイベントにしてみる。SNSを有効活用したりなど。大人がやるから子供もやるのではなく、子供がやるから大人もやるという発想。子供が参加して大人も参加する。そうしてコ



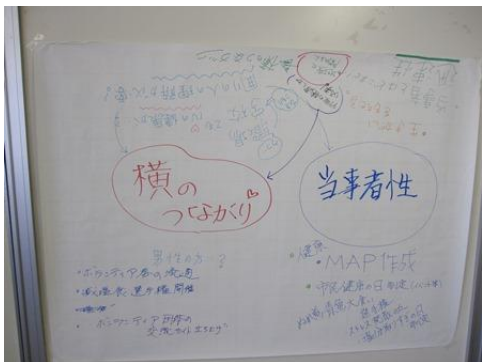
コミュニティの拡大を図る事が出来るのではないかと考えた。

グループ B



健康なまちづくりについて、結論としては体だけではなく、心も健康でないとダメではないかということ。心の健康としては、社会とつながるパイプがないとダメだなどと思う。その日の気分で参加できるゆるめのコミュニティがあればいいと思う。集まれる拠点づくり、老人ホームや託児所などで、人とのつながりができるのではないかと。銚子市は空き店舗が多いため、若い人たちが気軽にできるチャレンジショップがあればいいと思う。空き校舎なども集まれる拠点として有効活用できればいい。また、食べることは生きること。近所同士で、おかずの分け合いなどがあれば、つながりもでき、おいしいご飯も食べられていいのではないかと。食べるという事を子供に教えることもできると思う。精神的に健康であるためにはやはりゆるいコミュニティがあればいいと思う。

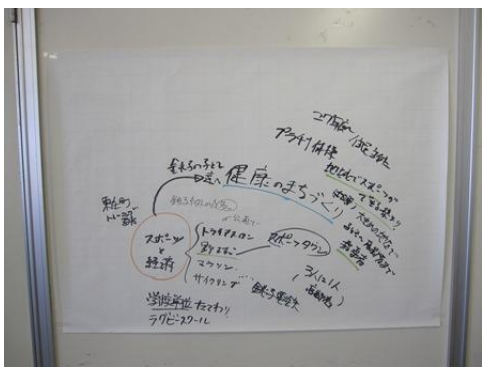
グループ C



横のつながりと当事者性を考えた。自分達の関わっているどこまでが当事者なのか。当事者ではない人の当事者性がこの地域においては必要なのではないかと。健康について具体的に考えると、健康MAPや市民健康の日を制定してみるなど、ぬれせん、青魚大食い選手権、ストレス発散の丘を作ってみたり。ストレスが健康に悪いということはみんな認識していると思うが、それを発散する丘を作ってみる。また、塩分とりすぎの日をつくる。とりすぎの日をつくるために、普段塩分を取らないようになるのではないかと。集まることによって健康が生まれるのではないかとというのが自分たちの意見。

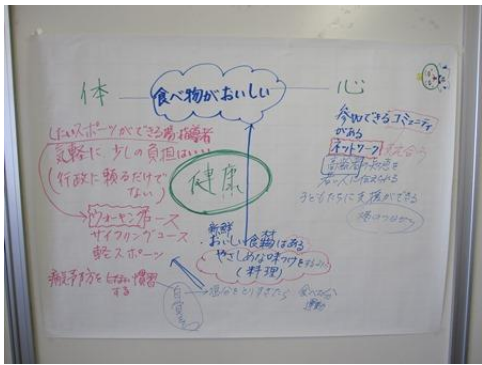
グループ D

色々な地方の人が銚子に来てスポーツをしている。せっかくなら銚子の人々がスポーツをして健康になってもらいたい。学校という枠を外して、西部地区などで野球の活動をしたりなど、スポーツをする拠点ができたらいいと思う。しかし、指導者がいないといけないため、難しいかもしれない。銚子市は3人に1人が高齢者という状況である。銚子市ではプラチナ体操と



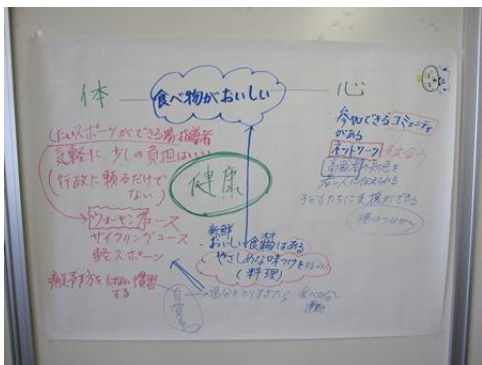
いうものを広めている。プラチナ体操は運動だけが目的ではなく、高齢者が地域に出ていくことができるようになるのも目的。当事者性や自主的に考えてもらうことが大事だと今日一日通して改めて感じる事が出来た。銚子市は野球が有名なので、なにかをきっかりに集まることができればいいなと思った。

グループ E



健康なまちをつくるために自分達ができることについて。大人がスポーツをすれば、子供もスポーツをする。そのための場所を舗装してもらうために、この指とまれプロジェクトに採用してもらうなどをすればよいのではないかな。ボランティアやNPOなどにも協力してもらう。スポーツをやってみると楽しかったり、チームに入ると横のつながりができる。楽しくなれば、体も心も健康になるのではないかな。スポーツをやろうと考えた時に、普段してない人がやるとけがをする。まずはウォーキングから始めてみるのはどうだろうか。飲み会などで、少し遠いところを選んでもらって歩いてもらうなどから始めてみたいと思う。

グループ F



体と心が丈夫でなければ、食べ物がおいしく感じられない。体の健康について、ウォーキングやサイクリングなどの軽スポーツを続けてみる、病気予防をする慣習が必要。心の健康については、参加できるコミュニティが必要。銚子は食べ物豊富にあるが、塩分が多い。塩分をとりすぎたら運動をするなど心がけていくことが大事ではないかな。いろんな予防をして、まち全体を健康にしていきたい。そのためには自覚を持つことからはないかな。適度な運動、地域を支えるコミュニティを作ってまち全体を健康にしていくことが地域の未来図になるのではないかな。

〇まとめ

関谷先生

色々な意見を聴くことは楽しく、新たな気づきもある。まちづくりは計画通りにすすめるものではない。大事なのはつながりといっても一定の枠組みに当てはめることなく、何かと何かの間にいる、間で物事を考えるということが大事だと思う。間を意識していれば、広がりがあり、つながりができてくる。結果的に紡がれていくつながりがこれからのまちづくりに大事になってくる。これから銚子市がどういうまちづくりの展開をするのが楽し

み。円卓会議も今後、色々な仕掛けをしていく予定でいる。今日のグループワークを見ていて、どんどん進化していると実感した。今後のまちづくりについて、それぞれの持っているものを持ち合って進めていければいいと思う。

#### ○参加者の皆さんで記念撮影



#### ○参加者アンケート

このような機会によってコミュニケーションが広がっていくことだけでも、大きな成果だと思います。有意義な時間を過ごせました。異業種の方々の意見を聞け、大変参考になりました。

「健康」をテーマに、まちづくりに必要な要素を数多く学びました。関谷先生の講義も良かったです。大変勉強になりました。有難うございました。

今日も楽しかったです。必ず新しい情報や知識を持って帰る事が出来る。素晴らしい時間をありがとうございました。

子どもも大人もお年寄りも障害者も移住者も旅行者もみんなちょうしに関わる人。ちょうしがよくなるまちづくりを達成しました！！と言っている10年後を目指して。

ゆるっとまちづくりがんばります！

学生であるため、今回の講演会は大変勉強となりました。

楽しかったです。

時間がもう少しほしかったです。また参加します。

おじゃましました。また機会があれば伺います。

楽しかったです。



有意義な時間でした。

回を重ねるごとにパワーアップしていることを実感しております。

はじめて参加させていただきました。銚子の行事とは思えない明るさにびっくりしました。また、いろいろな方がいろいろな場面で行動してこんなことも初めて知りました。「粹」をはずす・・・本当に難しい事だと思いますが、「粹」が少しずつゆるやかに広がっていく感じがしました。若い人たちの発想を大切にしていきたいと思いました。

3回毎回参加しています。今回もとても有意義な時間を過ごせました。次回も参加したいです。

最後の円卓会議で初めて司会をやりました。いやー、悔しいの一言だけです。もう少しはやく自分の意見をまとめられていればなど。でも、この会議に参加していなければ自分の克服しなきゃいけない部分に気付けなかったと思うので、ありがたいばかりです。1年間ありがとうございました。またよろしくお願いします。

ワークショップの時間を多くとってほしい。大変ためになりました。

今日も楽しゅうございました。(月末は避けたいですね。)