水の源

2015.9
30
MIZUNOMINAMOTO

巻頭インタビュー　水源の里へ思いを馳せる

過疎地の医療を支えるスーパードクター

医師　中村 伸一さん

ウォークルポ

夢は農村でこそ叶う

山梨県上野原市

特集

地方創生「首長勉強会」第1回

講師：増田 寛也さん、小田切 徳美さん

水源の里ノート

柚子の香りに夢をのせて

和歌山県古座川町

大分県臼杵市
「第19回　うすき竹宵」
開催日：11月7日、8日

竹ぼんぼりや趣向を凝らした竹オブジェにろうそくを灯し、臼杵の歴史的な街並みを照らす。真名長者伝説の般若姫行列も行われる。

聞き手：岩岡廣之

過疎地の医療を支えるスーパードクター

おおい町国民健康保険名田庄診療所・所長

中村 伸一さん

地域医療の権威として知られる中村伸一さん（52 歳）が、福井県おおい町（旧:名田庄村）の名田庄診療所所長となったのは、医師となってわずか 3 年目だった。若く未熟な医師に信頼を寄せてくれる住民。この人たちに自分は何ができるのか――。以降 2 年の病院勤務を除いて現在まで 20 年以上、地域で唯一の医師として幅広く活躍している。

診察の合間を縫ってインタビューに応じてくれた中村医師。白衣と思いきや涼しげな手術衣で登場

Profile　中村 伸一さん

1963 年、福井県坂井市（旧：坂井郡三国町）生まれ。自治医科大学卒業後、福井県立病院で総合診療方式の研修を修了。1991 年から国保名田庄診療所所長。全国国保診療施設協議会理事、自治医科大学臨床教授を兼任する。2009 年に NHK「プロフェッショナル仕事の流儀」に出演。著書に『寄りそ医　支えあう住民と医師の物語（メディアファクトリー）』、『自宅で大往生（中公新書ラクレ）』などがある。

上／名田庄診療所。町の保健福祉室、社会福祉協議会（デイサービス訪問介護等）が併設
右／町にはアマゴやヤマメが生息する美しい川が流れる

“名田庄哲学”に育てられた

診療所の医師としてようやく慣れてきたころ、その後の進路に大きな影響を与える体験があった。

中村医師

ここに来て 3 年目、プレッシャーが徐々に楽しさへと変わり、住民の暮らしを支えようと在宅ケアにも取り組み始めた頃のことです。60 歳代の女性が食事中に体調不良を訴えて嘔吐していると、往診依頼がありました。この女性は、京都から名田庄に車で来て、親戚の料理旅館で食事をしてお酒を飲んでいたところ、肩が痛くなったと言う。到着してすぐなので疲れか、アルコールの影響なのか……。頭痛があればクモ膜下出血の可能性もあると思いながら、注射と点滴で対応し 1 時間ほど様子を見ていたら楽になったと言うので帰宅しました。

その日の深夜、女性の様子が変だとの知らせで駆けつけると、意識朦朧の状態でした。クモ膜下出血間違いなし。「しまった」と思いました。救急処置と病院への連絡をした上で救急車に同乗して病院に。典型的なクモ膜下出血の症状ではなかったものの、結果は誤診――。命はとりとめても重い障害が残ることがありますから、親戚である料理旅館のご主人に謝りました。本当につらそうな顔をしていたのでしょう。ご主人は「こっちも夜中に何度も呼び出して悪かった。どんなに一生懸命やっても、誰でも間違いはあるから。こういったことはお互い様やから」と逆に僕を励ましてくれたのです。患者さんがどうなるか分からない時にです。その言葉に本当に助けられました。

あそこで非難されていたら、僕もここには居づらくなって診療所を辞めていたと思います。料理旅館のご主人も自営業でいろいろ苦労され、人の気持ちが分かる方だと思いました。幸いその患者さん、何の後遺症も残らず治ったんですよ。名田庄のお年寄りもそうなんですが、我慢強いというか。実際に台風による水害などで家を失ったこともあったし、農林業に従事されていると「一生懸命やっても報われないこともある」ということを身をもって知っているんです。医者というのは悪いニュースを伝える役目もあります。切れば治るがんばかりではありません。そうでない事態を伝えた時に、僕の目の前で泣き崩れた人を見たことがありません。名田庄の人たちは、学校では学ばない、何かの人生哲学を持っていると思いました。

村役場の福祉課長も兼任

平成 11 年度から 6 年間は、診療所の医師が 2 人体制だったこともあり、医師以外の業務も担った。村営の総合保健福祉施設が併設された新たな診療所がオープンし、役場の福祉課長を兼任。医療は行政の中ではいわば治外法権といったところだが、担当課長となると立場も変わる。ちょうど介護保険制度の導入時期でもあり、住民説明会も行った。老人保健、国民健康保険、介護保険など 5 つの特別会計を担当することになった。

当時の中村医師の 1 日はこうだ。午前中は診療所で診察。午後は病院に出向いて自分が紹介した患者の手術を行う。戻ってきたら、翌日の議会答弁の準備をする。保健・医療・福祉の財源から現場まで、3,000 人という小さな村でこそ出来たこと。お金の流れと医療の成り立ちも理解出来た、貴重な時期だったと振り返る。

地方の医師不足の影響を受け、平成 17 年からは常勤医師は中村医師 1 人。現在は研修医が交代で来ている状態だ。インタビュー中も蜂に刺された方が来られ、一時中断。指示を仰ぐ電話も数回。とにかく忙しい。

「ここに中村先生がいてくれるから安心」と信頼は厚い。診察には研修医が立ち会い学んでいる

自身の入院で知った「患者役」の辛さ

平成 15 年、ますます存在感を増す中村医師の体に異変が。脳の周囲に血がたまる慢性硬膜下血腫と診断されたのである。1か月半の入院で、教えられたことがあるという。

中村医師

まさか自分が病気になるとは思いませんでした。病院でパジャマを着て寝ていると、役目は患者でしかないのです。白衣を着れば仕事が出来るのですが、寝ているしかない。あの時はつらかったですね。

そこでふと思い返したのが、60 歳過ぎの乳がんを再発した患者さんのことでした。当時、抗がん剤を使用するのは入院治療が一般的でしたが、この患者さんはどうしても外来治療にこだわるのです。理由を聞くと「いやー 30 過ぎの息子がいましてね、あの子にお弁当を作ってやらなければならないのです」って。はあ？　と思いましたよ。30 代の息子なら、コンビニで弁当を買えばすむのに、抗がん剤が効かなかったら命が危ないかもしれないのに！　なんて呑気なこと言っているんだ。僕らの言葉で言う『病識』のない患者さんだなあと思っていました。

でも入院して分かったのです。申し訳なくて涙が止まらなかった。入院すればたとえ短時間でも自分は「患者役」しか出来ない。あの患者さんは抗がん剤が効かなかったらもう命がないことは分かっていた。でも、「患者役」で過ごすより、「母親」でいたかったのだと。自分が入院してふーっと分かったのです。少なからず患者思いのいい医者だと思っていた自分を恥ずかしいと思いました。患者の立場に立った治療なんて言う医者がいたらそれは思い上がり。相手の立場に立つなんてそう簡単にはできないことで、良く考えねばならないと思いました。

医療の実践から制度の設計へ

この地では、人生の最期を自宅で迎えたいという、住民の思いが強い。名田庄での在宅死亡率は約 4 割。全国平均の 3 倍以上だという。この思いに応えるため、中村医師は、地域医療から介護に至るシステムを作り上げた。

週 1 回の訪問診療がある日。午前の外来診療を終えた中村医師は、自らが運転する往診車で診療所を出発した。10 ～ 20 分の診察、5 分程の移動。なかには末期がんの患者もいるという。この日の予定は 6 軒。診察内容と患者宅の位置を考慮し、看護師、研修医とともに手際良く回る。

平成 16 年度より、初期研修で 4 週間の地域医療研修が必修となり、取材時は 2 人の研修医が学んでいた。彼らは 2 年間の臨床研修後、都会にある病院で働く予定だという。「たとえ都会で働くとしても、地域を視野に入れた医師を育てることができる。地域医療を志す医師も出てくるかもしれない。非常に気の長い話ですが……」と中村医師。目の前の患者と向き合い、同時に地域医療という大きな枠組みを見据えている。

NHK の全国版で紹介されたり、書物を出したりした影響で、中村医師を目指して、自治医大を志望する受験生も数多くいるという。現役医学生のアンケートでは内科、外科等の専門領域の中で総合診療科の人気は上から 3 番目。（医学生や研修医に）教える地域医療から、（知らない人に）伝える地域医療を実践している。

そして今、中村医師が取り組んでいることは、専門医制度の設計だ。平成 29 年度から、これまであった 18 の専門医制度に新たに「総合診療科」が加わる。その総合診療専門医に関する委員会のワーキンググループ 7 人のうちの 1 人となった。中村医師は国の制度設計にかかわる大きな仕事を、田舎で診療を実践しながら進めていくことになる。仕事のフェーズ（段階）が変わったという。

義務年限の 9 年間を終えた後も診療所に残ると決めたとき、同僚や先輩が「埋もれてしまうぞ」と心配してくれたそうだが……現状は、大いに目立っている。スーパードクターと称される医師は多く存在するが、中村医師も間違いなくその一人だろう。“ 中村伸一・スーパードクター ” その忙しさから解放されることは、当分望めそうにない。

訪問診療で訪れた患者宅

長田容子（おさだ・ようこ）さん

1983 年札幌生まれ。転校を繰り返しながら育つ。夜間大学に通う傍ら新聞社や広告会社でアルバイトをする中で古民家暮らしに興味を持つ。上野原市に 23 歳で移住、27 歳で結婚し、その後 2 児をもうける。現在 NPO 法人さいはら理事。

Walk Repo 水源の里 ウォークルポ

夢は農村でこそ叶う

山梨県 上野原（うえのはら）市

【取材・文：永井晃】

地方創生が目標に掲げる最も大きな柱。それは東京一極集中を是正し、若者を農村集落へ移住させること。しかし、田舎暮らしには、住まいや仕事という大きな壁が立ちはだかる。それでも田舎に憧れを抱く現代の若者は、田舎のどこに夢と希望を感じているのか？　今回は、上野原市の山村に単身で転居。都市と農村を結ぶ活動を展開している長田容子さんの生きざまをリポートする。

猪突猛進人生 30 年

人間には、大別して 2 つのタイプがある。1 つは課題に直面した時、どうして回避するかを最初に考える人。つまり答えは NO。自分が選んだ NO という結論を正当化させることに心血を注ぐタイプだ。

もう 1 つは、課題に直面した瞬間、解決するための思考にスイッチが入るタイプ。彼らに NO という答えはない。このタイプは、立ち止まることなく常に動きながら事態の打開策を見出していく。

今回取材した長田容子さんは、まぎれもなく、後者タイプの人間だった。その猪突猛進の 30 年を紹介する。

転校を繰り返す少女時代

容子さんは、両親と 1 歳上の姉、10 歳下の妹を持つ環境で育った。父親が石油関係の仕事に就いていた影響で、少女時代は転校を繰り返す。

田舎と都会を行き来する生活のなかで、自分は田舎に合っていると肌で感じた。水や緑に触れることのできる環境に置かれているときの安堵感が、心に刻まれた。

静岡、秋田など東日本一帯を渡り歩いた後、家族が最終的に落ち着いたのは、千葉県市川市。しかし市川での生活は、容子さんにはなじめないものだった。高校を卒業後、絵にかいたような都会生活にシフトしていく彼女だったが、一方で田舎への思慕も膨らみ続けていく。

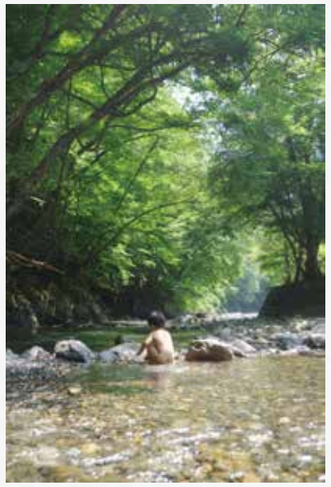
都会生活に芽生えた疑問

社会人となった容子さんは、馬車馬のように走り続けた。昼間は、新聞社や広告デザイン会社でアルバイト。夜は大学で勉強。加えて写真サークルのリーダーも引き受ける。土日はぶらり一人旅。とにかく、思いついたら即行動を繰り返す日々が続く。次第に生活に疲れと疑問を感じ始めることに。

容子さんは、職場の上司を見て「憧れの職業に就いたわりに幸せそうに見えなかった」と当時を振り返る。

中川さんの指導を受けつつ仲間と取組んでいる「畑の教室」

移住した古民家で開催した蕎麦打ち新年会


平野田休養村の清流。浅瀬なので子どもも安心して遊ばせることができる

転機は、雑誌で「本音、生き方、女子」をテーマにしたプロジェクトを担当したことで訪れる。イベントや取材を通じて、本音で生きている？　自分の生き方はこれでいいの？　女性の幸せは？　様々な質問が､容子さんに投げかけられた。「半農半 X」の著者を訪ね、はるばる京都に旅したことも。まさに自分探しの時期だった。そしてたどり着いた答えが「歳を重ねた時、幸せと感じることのできる生き方をしたい」だった。

幸せを感じることのできる生き方の舞台は都会ではない｡その日から、田舎暮らしの拠点となる古民家探しが始まった。

多くの出会いに支えられ

容子さんが、足がかりを得たのは、インターネットだった。山梨県上野原市西原(さいはら)地区で夏目さんという同年代の女性が古民家に住み、農的生活を実践しているという情報を入手。早速､上野原に走った｡彼女はそこで、自然に囲まれた風景や地元のおじさんの素朴だが、誇りのある生き方に触れ、衝撃を受けた。「ここに住みたい」まさに一目ぼれだった。そこからの行動は電光石火。田舎暮らしに自動車免許は必須と気づき、会社からの退職金で免許を取得。派遣会社を休日返上で働き、車も購入した。

西原での最初にして幸運な出会いは、70 歳の中川さん。今では、師匠を通り越して父親的存在だ。彼曰く「空き家はないが、畑ならあるぞ」ということで、耕作放棄されていた土地の提供を受けた。作業は難渋を極めた。鍬も鎌も手にした経験のない、うら若き女性がつるはしを使って開墾。普通の女子なら「無理～」でジ･エンド。しかし、NO という答えを持ち合わせない容子さんは､これをビッグチャンスと受け止めたのである。仲間を募りながら、週末の大半を西原での開墾作業に費やす容子さんの姿を見て、今度は、空き家の情報が舞い込んだ。こうして、気合と根性のみで始まった田舎暮らしは、徐々に現実路線へと近づいていった。

両親も良き理解者に

３人姉妹の真ん中ということもあり、もともと自立心の強かった容子さん。独断専行で、どんどん田舎暮らしにシフトしていく娘の姿をご両親はどう見ていたのか。父親は心配から口を利かなくなり、母親も「まずは、お金を貯めてから、田舎暮らしを始めたほうがいい」と助言。しかし､容子さんは｢それだと歳をとってしまう」とひるまない。

そうこうするうち、彼女の活動に注目したメディアが新聞や雑誌で取り上げ始めた。当然、それらは両親の目にも触れる。そのことも奏功し、次第に良き理解者へと傾いていった。

25 歳差の夫婦が誕生

2007 年 11 月に容子さんは、晴れて上野原市西原地区の住民となった。定住を契機に「都会と田舎を結ぶ懸け橋になる」を目標にした。

古民家や畑を舞台にした都会人向けの企画や地元の独身男性との婚活イベント、田舎の未来をデザインしたい若者が集う｢西原ミーティング｣、集落のもったいないと思うものに光をあてる「1DAY カフェ」など様々なイベントを企画・実行し、都市住民と農村を結ぶ活動を展開していく。

イベントを 1 人で準備・運営することは不可能。毎年テーマを変えて続けている「はたけっとまーけっと」を開催する際、労力や資材を提供してくれたおじさんたちの中の 1

25歳差の結婚で西原地区に「奇跡の人」が誕生した瞬間

空き店舗を借りて開催した昨年の「はたけっとまーけっと」。今年は11月22日に開催する

人が、何を隠そう現在の夫、文勝(ふみかつ)さんだった。年齢差 25 の夫婦である。当時の容子さんは、田舎暮らしを始めて 3 年。実績を積み上げる一方、イベント運営や自分の人生など、将来への不安が浮かび始めていた。結婚願望もあるが、田舎に嫁ぐという選択肢はなかった。そんなときに文勝さんの発した「結婚しても家に収まる必要はない。自分がやりたいことはやり続けるべきだ」という言葉が、容子さんの背中を結婚へと押しだしたのだった。ちなみに文勝さんは、25 歳年下の女性と結婚したことで､地元では｢奇跡の人｣と呼ばれ、独身男性の羨望の的となっている。

今後も前進あるのみ

現在、容子さんは来未(くるみ)ちゃん（4 歳)､快人(かいと)くん（1 歳）の子育て真っ最中だ。その傍ら、NPO 法人さいはらの理事にも就任した。

今秋からは、市から空き家バンク事業を請け負う予定。また日陰対策で杉を伐採した山に、四季を通じて花が楽しめる場所を作ろうと、近所に住むおじさんたちと遊歩道づくりや花を植える活動にも取り組む。今後は西原の魅力を発信し、この地に縁のあった人々が集える“農家民宿村”づくりを夢見る。それに向けて、古民家再生ワークショップも近日立ち上げる予定だ。

「山梨県は、農家民宿の規制が厳しい」と容子さんは言う。そういう環境も自分たちが活動を続けていく中で理解者を増やし、規制緩和につなげていきたいと力強い。

なせば成るの精神で、前を見続ける容子さん。今後も彼女の活動から目が離せない。

上野原市はこんなまち

山梨県の最東部に位置する人口 24,861 人、面積 170km²、高齢化率 26.3% のまち。平成 17 年 2 月に上野原町と秋山村が合併して誕生した。神奈川県相模原市や東京都西多摩郡と境を接し、首都圏から 60km の距離にある都会に近い田舎。里山と河川（河岸段丘）がつくりだす風光明媚な環境に、多くの歴史や文化が息づく。桂川でのアユ釣りを始め、扇山、三国山、生藤(しょうとう)山、高柄(たかつか)山など、ハイカーの力量に応じたハイキングコースが豊富だ。

まちの名産品

キヌアという植物を耳にされたことがあるだろうか？　上野原市は、全国に先駆け栽培に挑戦している。キヌアはヒエやアワに似た雑穀類の 1 種だ。NASA や国連が栄養価の高さと成分のバランスの良さから栽培・普及を奨励。耕作放棄地の解消や農業振興にも一石を投じる作物として注目を集めている。人気のもう 1 つの理由は、小麦などで発生するグルテンアレルギーが起きないことにもある。原産地はアンデス山脈。5000 年以上も前から栽培されていたとの説も。プチプチとした食感が新鮮。お米と炊いたり、サラダやスープに入れたり、用途は幅広い。

水源の里ノート
いまいき活動集落

和歌山県古座川町（こざがわちょう） 平井地区

柚子の香りに夢をのせて

平井地区は国道371号の最終地点に位置している

柚子栽培50年の歴史

平井地区で柚子栽培が始まったのは、昭和40年代の初めごろ。林業が主産業だった集落の副業として、約50年もの間大切に栽培されてきた。香り高い柚子果汁は、郷土料理の「さんま寿司」に欠かせないもので、11月になると一斉に色づく柚子を家族総出で収穫した。

昭和51年に生産組合を発足。60年には女性たちが柚子の皮を使った、ジャムなどの加工品作りを開始した。柚子の生産量は順調に増え、加工品販売も好調だったが、柚子栽培は表作と裏作（豊作と不作）を繰り返すため、収益は不安定だった。

女性たちの活躍で大ピンチ脱出

平成13年は柚子が大豊作。しかし、果汁の販売が振るわず、生産組合は冷凍庫にたくさんの在庫を抱えた。

一方「古座川ゆず平井婦人部」は、女性の働く場所として注目され、加工品販売を順調に伸ばしていた。「自分たちが柚子果汁をいろんな製品にすることで地域の人が救われる」。そう思った女性たちは、懸命にジュースやぽん酢を製造、販売した。夜な夜な働く女性たちだったが、家族や男性陣には理解してもらえなかったという。反面、女性たちのひたむきな姿に感動したお客様や、企業がどんどん応援してくれるように。ついには、生産組合が抱えていた在庫を一掃した。

「体験交流施設ゆずの学校」のレストラン

柚子マーマレードの手作り体験

郷土料理の「うずみ」
おすましに豆腐とご飯を入れ、ミカンの皮やネギをのせて食す

年間売上1億円

少しずつ集落がひとつになり始めた。「わが子のように育ててきた商品を残したい」「新しい工場が欲しい」。皆が夢を語るようになった。有志の加工グループから、農事組合法人を選択し組織化。「農事組合法人 古座川ゆず平井の里」最大の特徴は、誰もが平等に意見を出しあえる点だ。

平成16年の発足時は62人が出資し、1口3万円で合計978万円が集まった。翌年には国の第5期山村振興対策事業で、364㎡の新工場を建設。仲間は年々増え、現在は89人となった。売上も好調に推移しており、年間1億円を超えている。

「ゆずの学校」開校

平井集落には柚子のほかに、1,000年もの間受け継がれるニホンミツバチの養蜂など、素晴らしいものがある。集落を流れる平井川は鮎が群れをなす美しい川で、オオサンショウウオを撮影するために遠方より来訪する人もいる、隠れた人気スポットだ。地域住民はこの豊かな自然環境を、ここで暮らしていくことで守っていきたいと考えている。減少する働き手、農家の高齢化による原材料の不足は悩ましいが、大切なのは「集落で暮らす人たちが何を考え、何を求めているのか」を知ることだ。町が一昨年実施した「聞き取り調査」の結果、皆の願いは「平井の里が末永く続いて行くこと」だった。

平成23年3月、お客様とつながり、集落の人たちがつながる場として「体験交流施設ゆずの学校」を開校。加工品販売、郷土料理などの食事、体験メニューを提供している。また、お茶会やコーラス部を結成して月1回の練習をするなど、地域のお年寄りが集まりやすい環境を整え、皆が明るく元気に暮らせる地域づくりに励んでいる。

「自分たちの課題を自分たちの力で解決できる」。そんな地域でありたいと願う。いつの日か、集落に子どもたちの声が響きあう日を夢見て。

上／ドリンクやドレッシングなど、豊富なラインナップ
右／高齢でも元気いっぱい。柚子の生産者たち

古座川町はこんなまち

人口2,952人、面積294.23km²。紀伊半島南部に位置し、町の中心を清流古座川が流れる自然豊かな町。国指定天然記念物「一枚岩」は、高さ100m、幅500mあり古座川の自然を象徴する名勝地である。近年はジビエに力を入れており、27年4月より鳥獣食肉処理加工施設が稼働している。

平井地区の基礎データ

世帯数：76世帯　人口：121人　高齢化率：76.8％

活用している事業

「新農林水産業戦略プロジェクト推進事業」
県長期総合計画に掲げる農林漁業者の所得向上を図るため、生産・加工・流通・販売の総合的な取組を推進する。古座川ゆず平井の里も当事業を活用し、「ゆずゼリー」「こざがわのぴりっとゆず」「ゆず香味料」を開発した。

第1回講師 野村総合研究所顧問の増田寛也氏

地方から始めるニッポン・イノベーション！

地方創生「首長勉強会」開催

当協議会が企画した「地方から始めるニッポン・イノベーション！　地方創生『首長勉強会』」（協力・時事通信社、後援・内閣府、総務省、農林水産省、国土交通省）の第１回が７月30日、東京・東銀座の時事通信社で開かれた。前半は第１回の講師、野村総合研究所顧問で東京大学公共政策大学院客員教授の増田寛也氏が、後半は全３回にわたって登壇する明治大学教授の小田切徳美氏が、それぞれ講演。北海道から沖縄まで、当協議会未参画団体を含む全国51自治体などから64人が参加し、熱心に聞き入った。

山崎会長あいさつ

講演に先がけ、当協議会会長の山崎善也・京都府綾部市長があいさつ。「全国水源の里連絡協議会は『限界集落』をもう一度、振興・再生させようと、同じ課題を持つ全国の自治体に声掛けをして2007年に発足した。今では167の自治体に参画いただいている」と成り立ちを紹介。「我々の活動は地方創生の動きを先取りしていた。このたび政府でもそういう動きが最優先課題となっていることから、首長を中心とした勉強会を企画した。一連の講演の中で何かしらのヒントを得てそれぞれの地域で頑張っていただければ」と勉強会の狙いを語った。

開会のあいさつをする協議会会長の山崎綾部市長

増田氏講演
総合戦略では方向感が重要

「地方消滅論から地方創生アクションへ」と題して講演した増田氏は、全国の自治体で取り組んでいる総合戦略の策定にあたって、「何のためにこういうことをやるのか、従来と何が違うのか、何を狙っているのかを常に地域住民とキャッチボールしながら進めることが大事」と指摘した。従来との違いとして挙げたのは、高度成長期の地方振興策が社会資本の遅れという当時の事情もあり、公共事業とセットであった。しかし、人口減少時代の公共事業は次の世代に大きな負担を残す。「これからは過度に公共事業に頼らないことが必要だ」として、地域の実態に即した政策を立てるべきで、方向感を定めることが重要だと強調した。

ただ、地域によって政策の優先度が違うため、難しい面もあるという。実際に「良いモデルが欠けているのは人口５、６万から15万ぐらいの都市」で、むしろ数千の町村のほうがリーダーの方向感が住民に伝わりやすいという利点があると述べた。

次に、少子化対策では「出生率の地域差」の表を示し、2008～12年の平均出生率がトップだった鹿児島県伊仙町の例を挙げ、「敬老会などでも子どもたちを同席させ、子どもたちにお金を使う」と紹介。沖縄県久米島町、同宮古島市など上位の市町村は「所得水準がそんなに高いわけではないが、子どもたちの声があふれる地域になっている。経済的なリスクは暮らしやすさでカバーできる」と分析した。

出産以前の問題として独身者の増加や結婚年齢の遅れが問題になっており、いわゆる婚活に力を入れる自治体が増えていることに注目。また、国の政策が、これまで保育環境の整備など出産後に重点を置いていたのを、結婚や出産に広げる方向にあることを歓迎。市町村に対しても「子どもたちの声があふれることに喜びを感じる地域になってほしい」「もっと若い人にエールを送る姿勢になってほしい」と訴えた。

東京一極集中の是正については、2013年の数値を使った「年齢別転入超過数の状況」をグラフで示した。15～19歳と20～24歳世代の東京移動が圧倒的に多く、今後５年は引き続きこの傾向が強くなるだろうと予測。一方で55歳ぐらいから64歳あたりにかけ、東京から地方へ転出する傾向が見られることも紹介した。九州経済連合会の報告によると、九州では55歳以上の世代が転入超過で、８割の市町村が60歳以上で転入超過になっているデータもあるという。増田氏は「自分の経験をどこでどう生かせるか考えている世代が地方へ移る動きを、後押しするような施策を準備しておく必要がある」と促した。

また、「東京の市街地が外延化して広くなり、住みづらくなっている」点も１つの要素として挙げた。エコノミストや中央省庁の幹部には、いまだに東京一極集中を是認し、あるいはさらに進めるべきだとする意見さえあるが、「（是正の必要性が）閣議決定に至ったということは、一極集中の弊害がいっぱいあるということ」と語り、国の方向は、やはり東京一極集中の是正なのだとの考えを強調した。

5年間の平均出生率1位の鹿児島県伊仙町の事例を紹介しながら、出生率の地域差について解説

新たな圏域づくりが課題

続いて６月30日に閣議決定された「まち・ひと・しごと創生基本方針2015」の資料を使い、国として後押しすることになった４つの方向性を示した。地域にはそれぞれ独自性があり、必ずしもこの４つと一致しない方向性を有する自治体もある。この基本方針をいかに活用するかについてもさまざまなアプローチが考えられる。増田氏は、このうち地方大学等の活性化については「きちんとした考え方を出してほしい」と注文した。地方大学のあり方は、地方創生の柱である「人づくり」の大きなカギを握っている。講演では国が進める「地（知）の拠点大学による地方創生推進事業（COC＋）」の例として、高知大学地域協働学部や岩手大学を挙げた。また、「人づくり」の一環として進められている「地域おこし協力隊」がようやく、約1,500人にまで増えてきたことに触れ、増田氏は「もっと多くていい。ただ、これがうまく育つかどうかは10年、15年の年数がたたないと正確な評価はできないと思う」との見方を示した。

地方創生では「新たな圏域づくり」も大きな課題になる。とりわけ集落生活圏をどう形成するかがポイントとなるが、「基本的には自治体間が支え合い協力し合う必要がある」として、集落生活圏と広域圏域の連携の重要性を

説く。岩手県の例も挙げながら、町村の若い人が盛岡市などを飛び越して東京へ出ていく傾向を食い止め、県庁所在市などで留まってもらうためには、産業政策や連携によって「ダム機能」を働かせる必要があると語った。

また、東京一極集中と同じように県都一極集中を是正すべきか否かも論点になるが、県都集中をあまり排除し過ぎると、かえって若い人がダイレクトに東京や関西へ出ていく結果になりかねない。大学や人材育成は県都中心に考え、介護などは中山間地域でもできる可能性を探るなど、機能や課題ごとに分けて考えてはどうかと提起した。

質疑

京都府京丹後市の中山泰市長が「質問というよりお願い」として発言。「人口は小さな自治体ほど出生率以上に社会移動の割合が大きくなり得るので、増えるところもあれば減るところもある。総合戦略は５年なのでリスクヘッジをしっかりやっていくが、ビジョンは半世紀先だからやはり夢を持たなければいけない。小さな自治体が頑張ることが中核的な地方都市の活性化や一極集中の是正にもつながる。小さな自治体が一生懸命頑張ることにエールをお願いしたい」と述べた。

続いて愛媛県西予市の三好幹二市長が発言。20 年ほど前に全国で盛んだった村づくり町づくりが平成の大合併で薄まってしまったと指摘した後、「人口減が悪なのか。適正人口とは何かをもう一度考える必要があるのではないか」「東京、関東圏域が今後急激に老いていく中で、東京の出生率を 1.15 から 1.5 まで上げるという政策を別の角度にした場合、社会保障制度の問題点が解決できるのではないか」「西予市にある大野原という集落は高齢化率が 18%。酪農という経済力があり、若者が都会へ出ても帰ってくる。しかし、環太平洋連携協定（TPP）でおじゃんになってしまう。地方創生の中で地域の経済力をつける政策をもっとやってほしい」の３点を質問した。

増田氏講演を受け、質問や意見を投げかける参加者

増田氏は、適正人口について「地域でよく議論していただきたい。方向感を間違うと戦前の『産めよ増やせよ』になってしまう。本質は女性の働き方をどう考えるか」として、女性が家庭に戻るような方向で少子化対策が進むことには懸念を示したうえで、「地域で増やすのは限界があるが、今よりは増やしていかないと、あっという間に人口は減る」と、できる限りの努力を促した。東京の少子化対策には「都も相当やっているが、難しい問題が非常に多い。出生が少し増えたとしても、今の結婚年齢が 30 歳だから、次（子ども世代）の出産まで 30 年かかる」と厳しい見方を示し、地域経済については「都市部の住民も農山村の営みに理解を示し、産地間の交流をして理解を深めることで国内対策をどうカバーしていくかでしょう」と答えた。

小田切氏講演
「田園回帰」の広がり

後半は小田切教授が「農山村における地方創生の実践」と題して講演した。「世の中では増田さんと私はハブとマングースのような関係だと思われているようで」と切り出して笑いを誘った後、増田氏の総務相時代に小田切氏が定住自立圏の仕組みづくりに尽力した経緯などを説明。「増田さんは現在の地方創生のベースをおつくりになって、尊敬もしている。ところが、増田さんが出した本は『地方消滅』であり、私は『農山村は消滅しない』。なぜここまで違ってしまったのか。それも含めて話したい」として講演を始めた。

この日の主なポイントとして挙げたのは①地方移住者の動き、②そもそも地方創生とは何か、③地方版総合戦略について――の３点。

まず移住者に関する鳥取県と島根県の精緻なデータを紹介した。鳥取県は 2014 年度の移住者が 1,246 人。11 年度と比べて約 2.5 倍で、同年度からの累計では 3,418 人に上る。これは全国とほぼ同じペースで、同県の人口比では 0.6%、年平均では 0.1% ほどになるが、市部では 0.1% なのに対し、町村部は 0.3% と、３倍の開きがある。島根県中山間地域研究センターが行ったエリア（概ね小学校区）単位の調査では、増加エリアの隣に激減エリアがあることがはっきり分かる。

小田切氏は「問題は、このようにまだらに表れていることにある」と指摘。「地方消滅論」の問題点として、「地方消滅論」は 10 年の国勢調査の数字を使っているが、移住者の増加は 11 年の東日本大震災以降に顕著な傾向であること、市町村単位で推計したために「まだら」の実態が反映されていないことなどを挙げた。このことから、各自治体の人口ビジョン策定に際しては「昭和の合併前の旧村単位まで、さらには小学校区単位までブレークダウンしていく必要がある」と注意喚起した。

明治大学教授の小田切徳美氏。人口対策の一手として「孫ターン」現象に注目

人口対策のポイントとしては、都会で育った若者が両親の故郷へ移住する「孫ターン」現象が見え始めていることから、この傾向を推し進める「孫よ帰ってこい戦略」が重要だと訴えた。ふるさと回帰支援センター（東京・有楽町）へ移住先を決めずに相談に来る人が少なくないことや動機が多様であることなどの調査結果を紹介しながら、マッチングを徹底させる必要があるとアドバイスした。

こうした「田園回帰」は『食料・農業・農村白書（2014 年）』でも特集が組まれた。国も認めたこの傾向をさらに促進するには、仕事や住居が課題になるが、自治体職員らの口からはとかく「仕事がないから無理」「空き家がない。仏壇があるから空き家は流動化しない」などといった後ろ向きの言葉が出るという。

小田切氏は和歌山県那智勝浦町色川地区のリーダー・原和男さんの言葉を引用し、「若者が本当にその地域を好きになったら、仕事は自分で探したり、つくり出したりする。まずは地域を磨き、魅力的にすること」と奮起を促した。また最近の傾向として、少額の収入を得る仕事を幾つか集めて暮らす「多業化」を選択する人が出てきたことも紹介。発想の転換を求めた。

小田切氏が昨年末に毎日新聞と行った約 1,600 市町村の調査では、2013 年の移住者が計 8,181 人で、09 年からの 4 年間で 2.9 倍に増えていた。「仮に３倍なら 4 年後には２万数千人、さらに 4 年後の 2021 年には７万 3,000 人になる。３倍、３倍と伸びていくとは思わないが（増田レポートと同じ手法の）トレンド延長をするとそうなる。増田さんが前半の講演で紹介したデータでは、14 年末の東京への流入超過人口が 11 万人なので、田園回帰が７万ないし数万なら十分対抗できる」と分析した。

地方創生のカギは人材

続いて、藤山浩氏（島根県中山間地域研究センター研究統括監）の「田園回帰 1%戦略」の考え方を使った資料で人口シミュレーションを解説した。人口 1,000 人の村を想定し、現在の高齢化率 37% とすると、このままなら 2050 年に 55% まで上がり、人口は 300 人まで減る。しかし、毎年 4 家族が定住すると、高齢化率の上昇は 10 年後にピークアウトする。50 年には高齢化率が 27% まで下がり、人口は 750 人になる。移住者が若い世代なら 10 年後には、人口は一定程度減っても、都市よりもはるかに若い農山村が生まれる計算になる。

小田切氏は「1,000 人で 4 家族は簡単な数字でもないが、展望が開ける数字ではないか。どのくらいの移住者がいれば高齢化がピークアウトするか。ぜひ皆さま方の小学校区ごとに計算していただきたい」と呼び掛け、「低

「地域内外から憧れられる人材を発掘することが地方創生のカギ」と説く

密度居住地域戦略。それこそ我々が議論すべき」と力説。具体的な手法として「小さな拠点づくり」を挙げた。その「小さな拠点」づくりに関しては、増田氏と同様、集落のあらゆる機能を引きはがして中心部に集約という意味ではないと強調した。

最近、地方へ移住した人に決断の決め手を聞くと、異口同音に「人」を挙げるという。小田切氏は「地域内外の方々が憧れる人材をどれだけ発掘できるか。これこそが地方創生のカギ。戦略的な方向性は明らかで、地域をコミュニティレベルで磨いていくこと」と語った。そのうえで、地域磨きの枠組みとして「暮らしの物差しづくり」「暮らしの仕組みづくり」「カネとその循環づくり」の３つを挙げた。

そのための重要な要素として強調したのが「当事者意識」。「増田レポートはいわば“北風路線”で、行政に当事者意識、危機意識を持ってもらう戦略としては有効だったが、地域に諦めや依存心を生む恐れがある」として、住民向けには「精いっぱい可能性を求めて寄り添いながら、可能性を共有化する“太陽路線”こそが当事者意識を生み出す」と語った。

総合戦略には地域の思いを

最後に「地方創生基本方針」の内容を確認し、徹底したボトムアップ、コミュニティレベルの地方創生デザインの重要性を訴えた。コンサルタントや役場の職員が書いたような整ったものでなく「本当に地域の方々の思いがあふれるもの、例えば下絵でも地図でもスローガンでも構わない」と述べ、時間も５年程度かける必要があると説いた。

続いてイメージ図を示しながら「地方創生のプロセス」を解説。高齢化率が 50％を超えても元気な状態は続くが、地域に諦めが蔓延すると、ある段階でポキッと折れてしまう。こうなると再生は極めて困難で、折れる前に、地域の力を上がりも下がりもしない小康状態で維持する必要がある。この点は新潟県中越地震から再生した地域を見て確信を得たという。

小田切氏は「（被災直後で）地域の基礎体力が弱まっている時に、いきなり補助金や交付金を投入しても地域は動かない。無理に動かしたとしてもまた下がり、かえって衰退を早める恐れもある」と指摘。新潟では地域おこし協力隊が入り込み、おじいちゃん、おばあちゃんとお茶を飲み、何となく地域の中に若い人がいる雰囲気をつくったことが、再生につながった。必要なのはアマチュア。プロは平らな期間をできるだけ短くしてしまう。「今までは素人がやるべき部分をコンサルタントに任せたり、２週間ぐらいで終わらせたりしてしまった。本格的に時間をかけることで地域レベルの地方創生が生まれ、その延長線上に市町村レベルの、本来の総合戦略が生まれてくる」と結んだ。

質疑

北海道美幌町の土屋耕治町長から「人口２万人で 65 歳以上が 6,000 人だから、単純に言うと高齢化率 30％だが、介護認定を受けているのは 1,000 人。あとの 5,000 人は多少薬を飲みながらもまだ他人の手助けは必要ない。しかし、数字のマジックで、（高齢化率が高いという）マイナスイメージがつきまとっている気がしている。今回の地方創生も同じような論法だと思うが、移住者の定義は何か」との質問があった。

小田切氏は「移住、定住、永住の３段階あると考えられる。移住は地域おこし協力隊のように３年間ぐらい。定住は３年から 10 年ぐらい。永住は 10 年以上。政策的にどこへ焦点を当てるかで定義が異なってくる。せっかく移住してきてもまた都市部に戻ってしまう動きを避けるためには、移住の長期化・定住化・永住化といったプロセスをしっかり認識することが必要で、そうした定義を使いながら行政を運営していただきたい。移住者の定義は地方創生にとって、１つの非常に重要なポイントだ」と答えた。

第２回 首長勉強会（当日の模様は31号に掲載します）

開催日　８月 24 日（月）
第１部　内閣府特命担当大臣 石破茂氏
第２部　島根県海士町長 山内道雄氏
　　明治大学教授 小田切徳美氏

写真提供・一部を除き時事通信社

協議会だより

インフォメーション

第９回 全国水源の里シンポジウム開催

清流が紡ぐ人と人　～農山村と都市の共生を目指して～

会場：岡山県真庭市 勝山文化センター

里山資本主義の概念である循環型社会の実践と、今後も豊かな「水源の里」となるための、農山村と都市の共生の必要性を岡山県真庭市から発信します。

１日目　10 月 20 日（火）　13：00 ～ 17：00

シンポジウム

■基調講演

講師 明治大学農学部教授 **小田切 徳美** さん 「**見えてきた！　農山村再生**」

■パネルディスカッション

▌コーディネーター　小田切 徳美 さん

▌パネリスト
- 真庭バイオマス発電（株）代表取締役 **中島 浩一郎** さん
- 一般社団法人アシタカ代表理事 **赤木 直人** さん
- NPO 法人タブラ ラサ理事長 **河上 直美** さん
- **太田 昇** 真庭市長

「勝山喧嘩だんじり」

同時開催　第７回全国水源の里フォトコンテスト表彰式・入賞作品展
20 日は会場周辺で「勝山喧嘩だんじり」開催中！

２日目　10 月 21 日（水）　8：45 ～ 13：00

オプショナルツアー

■大きな里山資本主義コース
- 真庭バイオマス発電所（写真右）
- 木質バイオマス集積基地
- のれんの町・城下町勝山町並み散策

■小さな里山資本ツアー
- 木材集積基地
- 温泉を加温する薪ボイラー（写真左）
- 蒜山高原と塩釜の冷泉
- ひるぜんワイナリー

■市民のエコな取り組み体感コース
- バイオディーゼル事業
- 生ごみを活用した液肥化プラント（写真右）
- 液肥実証ファーム
- あぐりガーデン

■新・古木材建築体感コース
- 真庭市役所前CLTバス待合室
- CLTモデルハウス（写真左）
- 旧遷喬尋常小学校（明治時代の木造校舎）

シンポジウムの参加者を募集しています（無料）
オプショナルツアーの申込みは締め切りました

お問い合わせは、真庭市役所交流定住推進課まで
TEL 0867-42-1179　FAX 0867-42-1353

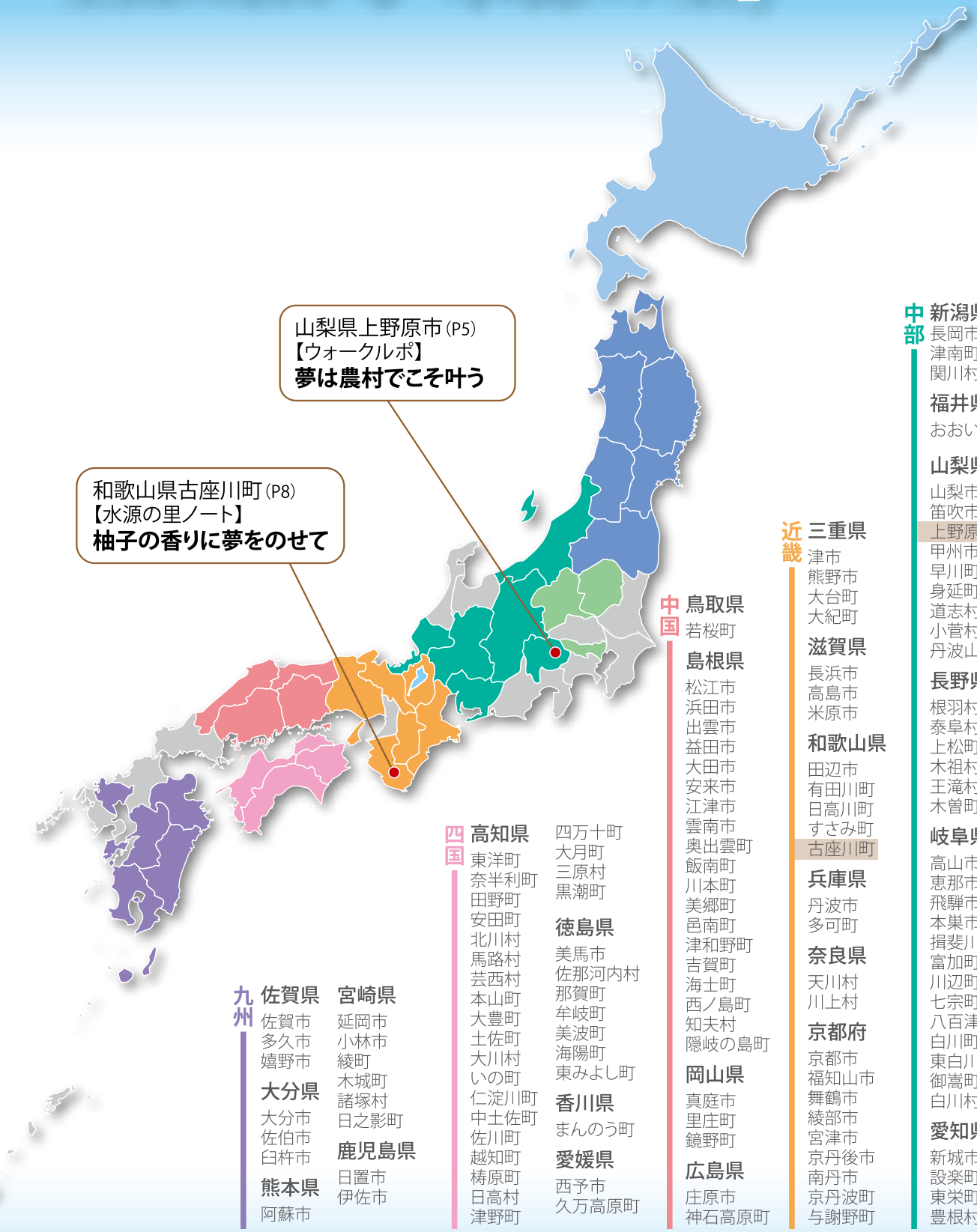
本誌に関するお問い合わせ、ご連絡先は

全国水源の里連絡協議会　水の源編集委員会
綾部市役所 定住交流部 水源の里・地域振興課　〒 623-8501 京都府綾部市若竹町８番地の１
TEL：**0773-42-4271**　FAX：**0773-54-0096**　E-mail：**suigen@city.ayabe.lg.jp**
http://www.suigennosato.com/index.htm

定期購読のお知らせ　『水の源』が年４回お手元に届きます。年間購読料 :1,000 円（送料込）
お申し込みは、上記の電話、ファックス、メール、HPから

上流は下流を思い、下流は上流に感謝する

全国に広がる「水源の里」



山梨県上野原市 (P5)
【ウォークルポ】
夢は農村でこそ叶う

和歌山県古座川町 (P8)
【水源の里ノート】
柚子の香りに夢をのせて

北海道
- 北海道
  - 下川町
  - 美深町
  - 中川町
  - 清里町

東北
- 青森県
  - 西目屋村
- 岩手県
  - 遠野市
  - 一関市
  - 葛巻町
  - 西和賀町
- 宮城県
  - 七ヶ宿町
  - 富谷町
- 秋田県
  - 東成瀬村
- 山形県
  - 小国町
  - 飯豊町
- 福島県
  - 喜多方市
  - 相馬市
  - 下郷町
  - 南会津町
  - 北塩原村
  - 西会津町
  - 磐梯町
  - 猪苗代町
  - 柳津町
  - 金山町
  - 昭和村
  - 矢祭町
  - 川内村

関東
- 栃木県
  - 日光市
- 群馬県
  - 上野村
  - 南牧村
  - みなかみ町
- 東京都
  - 檜原村
  - 奥多摩町

中部
- 新潟県
  - 長岡市
  - 津南町
  - 関川村
- 福井県
  - おおい町
- 山梨県
  - 山梨市
  - 笛吹市
  - 上野原市
  - 甲州市
  - 早川町
  - 身延町
  - 道志村
  - 小菅村
  - 丹波山村
- 長野県
  - 根羽村
  - 泰阜村
  - 上松町
  - 木祖村
  - 王滝村
  - 木曽町
- 岐阜県
  - 高山市
  - 恵那市
  - 飛騨市
  - 本巣市
  - 揖斐川町
  - 富加町
  - 川辺町
  - 七宗町
  - 八百津町
  - 白川町
  - 東白川村
  - 御嵩町
  - 白川村
- 愛知県
  - 新城市
  - 設楽町
  - 東栄町
  - 豊根村

近畿
- 三重県
  - 津市
  - 熊野市
  - 大台町
  - 大紀町
- 滋賀県
  - 長浜市
  - 高島市
  - 米原市
- 和歌山県
  - 田辺市
  - 有田川町
  - 日高川町
  - すさみ町
  - 古座川町
- 兵庫県
  - 丹波市
  - 多可町
- 奈良県
  - 天川村
  - 川上村
- 京都府
  - 京都市
  - 福知山市
  - 舞鶴市
  - 綾部市
  - 宮津市
  - 京丹後市
  - 南丹市
  - 京丹波町
  - 与謝野町

中国
- 鳥取県
  - 若桜町
- 島根県
  - 松江市
  - 浜田市
  - 出雲市
  - 益田市
  - 大田市
  - 安来市
  - 江津市
  - 雲南市
  - 奥出雲町
  - 飯南町
  - 川本町
  - 美郷町
  - 邑南町
  - 津和野町
  - 吉賀町
  - 海士町
  - 西ノ島町
  - 知夫村
  - 隠岐の島町
- 岡山県
  - 真庭市
  - 里庄町
  - 鏡野町
- 広島県
  - 庄原市
  - 神石高原町

四国
- 高知県
  - 東洋町
  - 奈半利町
  - 田野町
  - 安田町
  - 北川村
  - 馬路村
  - 芸西村
  - 本山町
  - 大豊町
  - 土佐町
  - 大川村
  - いの町
  - 仁淀川町
  - 中土佐町
  - 佐川町
  - 越知町
  - 梼原町
  - 日高村
  - 津野町
  - 四万十町
  - 大月町
  - 三原村
  - 黒潮町
- 徳島県
  - 美馬市
  - 佐那河内村
  - 那賀町
  - 牟岐町
  - 美波町
  - 海陽町
  - 東みよし町
- 香川県
  - まんのう町
- 愛媛県
  - 西予市
  - 久万高原町

九州
- 佐賀県
  - 佐賀市
  - 多久市
  - 嬉野市
- 大分県
  - 大分市
  - 佐伯市
  - 臼杵市
- 熊本県
  - 阿蘇市
- 宮崎県
  - 延岡市
  - 小林市
  - 綾町
  - 木城町
  - 諸塚村
  - 日之影町
- 鹿児島県
  - 日置市
  - 伊佐市

水の源　第 30 号
企画・発行：全国水源の里連絡協議会
発行日：平成 27 年 9 月
編　集：「水の源」編集委員会

私たちは水源の里を応援します !!

- 全国環境整備事業協同組合連合会
- 一般社団法人 全国浄化槽団体連合会
- 全国森林組合連合会
- 全国農業協同組合連合会
- 電気事業連合会
- 独立行政法人 水資源機構
- 公益社団法人 大分県薬剤師会