北上らしい暮らし方の実現に向けて

北上ライフスタイルデザインプロジェクト

岩手県北上市

「北上ライフスタイル デザインプロジェクト」は、東北大学と共同研究で実施しています。

北上市長からのメッセージ

北上市長
髙橋　敏彦

本市では、未来の持続可能な「まち」の姿を「あじさい都市」と名付け、16の地域コミュニティーがそれぞれの地域資源を生かして輝き、活力を維持し続ける事で、どこでも多様なライフスタイルが選択できる事を理想としています。目指しているライフスタイルは、職住近接、三世代近居、楽しみの選択肢の多様さ、地域の食材を使った安全で豊かな食文化と健康、まち育てによる地域においてライフステージに見合った居場所が見いだされるなどをイメージしています。

このプロジェクトでは、東北大学との共同研究でさまざまなライフスタイルが提案されつつありますが、まだまだ一部の取り組みに過ぎません。今後、多くの市民の参加を得てこの取り組みを進める事によって「あじさい都市」から生まれるライフスタイルをもっと多様に、もっと豊かにしていきたいと考えています。

古川 柳蔵 先生からのメッセージ

東北大学大学院
環境科学研究科
古川 柳蔵

今、私たちは子や孫の世代に何を残さなければならないのでしょうか。笑顔が溢れ、ワクワク・ドキドキする暮らしだと思います。そして、北上での未来の暮らしのゆくえは、皆さんが握っています。誰かに押し付けられた暮らしをするのではなく、地域の人が自分たちで自由に楽しみを見出すのです。もちろん、これまでの暮らしのように、限りなく資源やエネルギーを使う暮らしはできませんが、ないからこそ味わえる豊かさを、新しい価値観を生み出して、育てていけばいいのです。

このプロジェクトはそのように未来の暮らし方を育む泉のような地域を創造することを目的としたものです。昔からこの北上に継承されてきた暮らしを見つめ直し、北上らしさとは何かをもう一度じっくりと考え、今のライフスタイルを見直してみてください。忘れかけていた大事なことが、きっと見えてくるでしょう。

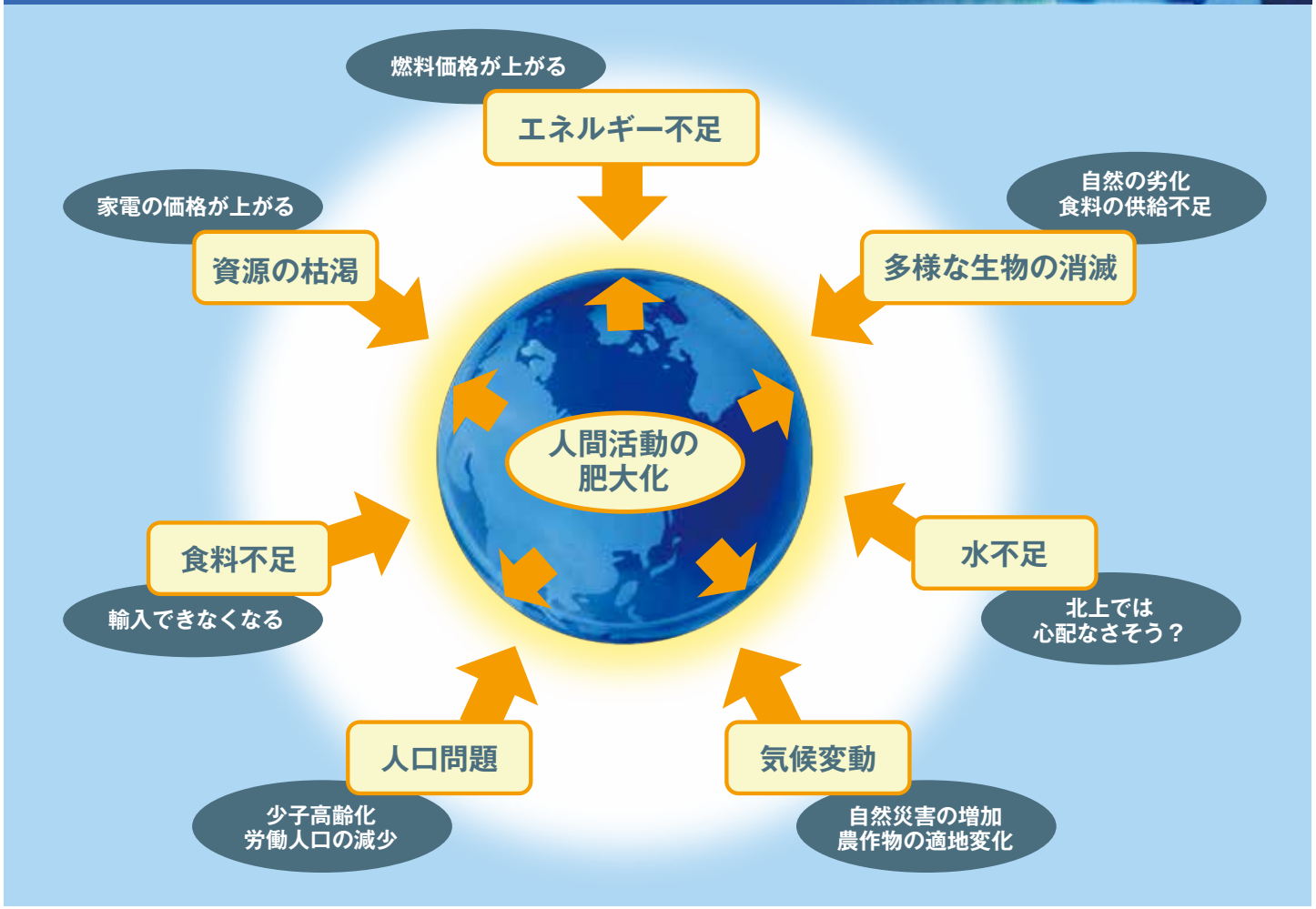
地球環境問題を考えてみる 2030年はどうなっているんだろう？

エネルギー・資源価格の上昇、気候変動等で、今の便利な生活ができなくなるかもしれない。

地球温暖化問題は深刻さを増し、環境負荷の少ない低炭素社会の実現が急務とされています。同時に、地球環境が抱える問題は温暖化のみに留まらず、「資源」「エネルギー」「気候変動」等、多岐に渡っています。

地球には約70億人の人間が生活しており、全員が日本人と同じ生活をしようとしたら、地球が2.5個必要だと言われています。高度な文明社会で豊かさと便利さを世界中の人が求めると、2030年には、今の便利な生活ができなくなるかもしれません。

2030年の7つの環境による制約



「ライフスタイルデザイン」って なんだろう?

2030年の7つの環境による制約の下でも 心豊かな暮らしを描き、実現すること。

2030年の7つの環境による制約の下でも我慢するのではなく、心豊かに暮らすとはどういうことなのでしょうか。ワクワク・ドキドキする未来の心豊かな暮らし方を描き、実現していくことです。ライフスタイルデザインは地球環境問題を解決する手段です。

どのようにデザインするんだろう?

①2030年の環境制約の下での暮らしを考えてみる

気候・気温はどうなっているんだろう?

電気料金やガソリンの価格は?

②便利なものが普及する前の過去の暮らし方にヒントをもらう

90歳前後の人に戦前の暮らしを聞き、先人の知恵を借りる

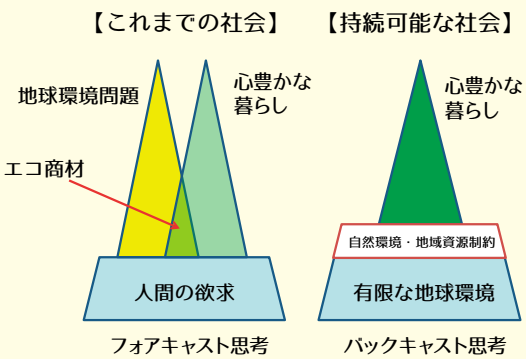
③将来の環境制約を踏まえて、将来のワクワク・ドキドキする心豊かな暮らし方を描く

バックキャスト思考を用いて描いてみる

今の延長線上ではない新しい暮らしの価値を見つける

過去から現在までのデータを未来に延長して地球環境問題を考える（フォアキャスト思考）と、我慢する暮らししか生まれません。

バックキャスト思考は、未来のある時点に目標を設定して、そこから振り返って現在すべきことを考える方法で、2030年の7つの環境による制約を正面から受け止めて、心豊かな暮らしを考えます。



90歳
ヒアリング

戦前の制約の下の暮らし方を学び、さらに良いライフスタイルを描く

現在のように電気や水道、ガスが普及していなかった戦前は、どのような暮らしをしていたのでしょうか。不自由で、暗い毎日だったのでしょうか。きっと不便さの中にも楽しみや、ワクワク・ドキドキするようなことがあったはずです。

戦前の暮らしを良く知る現在90歳前後の人に、その頃の暮らし方を詳しく聞いてみましょう。そして、昔に戻ることを考えるのではなく、受け継いできた生活の知恵や工夫を学び、応用して未来の暮らし方を描きます。

失われつつある暮らしの価値

- 自然と寄り添って暮らす
- 自然を活かす知恵
- 山、川、海から得る食材
- 食の基本は自給自足
- てまひまかけてつくる保存食
- 質素な毎日の食事
- ハレの日はごちそう
- 野山で遊びほうける
- 水を巧みに利用する
- 燃料は近くの山や林から
- 家の中心に火がある
- 自然物に手を合わせる
- 庭の木が暮らしを支える
- 暮らしを映す家のかたち
- １年分を備蓄する
- 何でも手づくりする
- 直しながら丁寧につかう
- 最後の最後まで使う
- 工夫を重ねる
- 身近に生き物がいる
- 暮らしの中に歌がある
- 助け合うしくみ
- 分け合う気持ち
- つきあいの楽しみ
- 人をもてなす
- 出会いの場がある
- 祭りと市の楽しみ
- 行事を守る
- 身近な生と死
- 大勢で暮らす
- 家族を思いやる
- みんなが役割を持つ
- 子どももはたらく
- ともに暮らしながら伝える
- いくつもの生業を持つ
- お金を介さないやりとり
- 町と村のつながり
- 小さな店、町場のにぎわい
- 振り売り、量り売り
- どこまでも歩く
- ささやかな贅沢
- ちょっといい話を話す
- ちょうどいいあんばい
- 生かされて生きる

北上のライフスタイルを描いて、体験してみる

90歳ヒアリングで学んだ北上の昔の暮らしを応用して、これからの未来の新しい暮らし方を描くワークショップを開催しました。平成26年度は、市職員が暮らし方のアイデアを108つ、27年度は公共機関等の職員が展勝地エリアで日常のゆがみを直す暮らし方のアイデアを8つ描いて研究しました。

地球環境のことを考えると、みんな今まで我慢ということしかなかったのではないでしょうか。でも、その制約をしっかりと受け止めることで、今よりもっと素敵なライフスタイルを見つけることもできます。

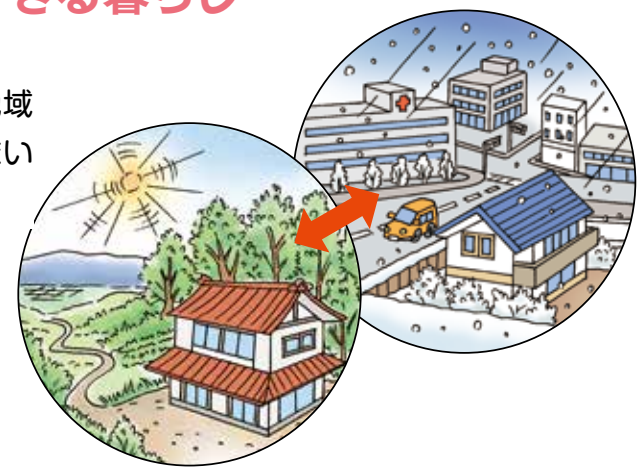
ただ、そのためにはちょっとだけ発想を変えなければなりません。それによって私たちが、次の世代に手渡すものを見つけることができるはずです。

北上ライフスタイルデザイン試案

●自然に合わせて住まいを選択できる暮らし

［ライフスタイルの概要］

北上市の様々な地域に移り住む体験をして、他地域の理解・共感を醸成させる、自然に合わせて住まいを選択できる季節ごとのライフスタイル



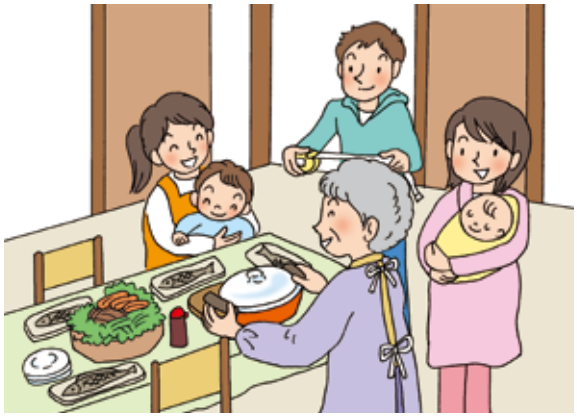
効果等

空き家対策、地域密集、
新規インフラ整備等の抑制

●産後ママが自信をもって子育てする暮らし

［ライフスタイルの概要］

産後ママが地域に支えられながら、「ベビーハウス（仮）」で今後の子育てに自信を持てる様になるライフスタイル



効果等

空き家対策、地域内の交流、
産後の精神等の負担軽減

●おすそわけコンビニに集い家庭料理を味わう暮らし

［ライフスタイルの概要］

いただき物や作りすぎたおかずを地域に点在しているコンビニを介して、「おすそわけする」。そして「おすそわけコンビニ」では地域性が自然に生まれ、単身者、核家族世帯にもコミュニティが生まれるライフスタイル

効果等

地域内の交流、地産地消、
地域での経済効果

皆さんも北上の未来を
一緒に描きませんか

未来の暮らし方を
育む泉の創造

「未来の暮らし方を育む泉の創造」プロジェクトは、
国立研究開発法人科学技術振興機構社会技術研究開発センター
「持続可能な多世代共創社会のデザイン」研究開発領域
平成27年度採択プロジェクトです。

「未来の暮らし方を育む泉の創造」プロジェクト

東北大学大学院環境科学研究科　古川研究室

北上ライフスタイルデザインプロジェクト

北上市生活環境部環境課

北上市生活環境部環境課

〒024-8501　岩手県北上市芳町1番1号
電話 0197-64-2111（代表）
ホームページ　http://www.city.kitakami.iwate.jp/

VEGETABLE OIL INK