

## 連載「健康まちづくりとは何か？」

## 第1回

## 「まち歩き」を中核にした総合イベントの可能性（その1）

上田昌文（NPO 法人市民科学研究所・代表）

## ●あなたにとって「我がまち」とは

あなたは「我がまち」をどれくらい知っているだろうか？

「我がまち」とは普通、その人の出身地もしくは居住地、あるいは職場のいずれかがある市町村を指すとみていいと思う。では、あなたにとってのその「我がまち」で、あなた自身が少なくとも10年住んでいる（いた）か通っている（いた）場所がある（あった）として、その場所とその周辺のおおよその街並みや主だった建造物が、たとえば50年前や100年前はどうであったか、あるいはもう少し遡って江戸時代はどうであったか—それを知っている人はどれくらいいるのだろうか？

もし仮に、そんな人はごく少数で、日本人全体の1%にも満たないとするなら、そのことは何か重大な意味を持っていると言えるのではないだろうか？

まちを知る、ということには、言うまでもなく多様な側面がある。気候風土、地形、自然環境、歴史、文化、産業、人口構成、建築物、景観、人々の暮らしぶり……等々。これらには総務省や自治体行政などがとっている様々な統計の指標として扱われる事柄も含まれていて、その数字を使って客観的に「まちの特徴」が記述されることもある。ただ、そのような統計上の情報は、まちを知り、まちを探るよすがにはなっても、それ自体で、まちの魅力を表出するものではない。人がまちに愛着を覚え、かけがえのなさを感じるのは、自らがその中で過ごすことで自身に刻印される一別の言い方をすれば、人々の営みと街並みや景観が一体となって形成される—その人固有の「時間と空間の記憶」があるためだ。逆に言うと、その愛着やかけがえのなさが感じられない場所は、その人にとっては「我がまち」の魅力は失われているか見いだせないでいる、ということになるだろう。

生まれてから少なくとも10年ほどを同じまちで過ごしたなら、たとえそれが都会であったとしても、それはおそらく幼少期の記憶と分かちがたく結ばれた「故郷」と呼ぶにふさわしい「我がまち」になっていると考えられるが、もしこの故郷がその後何らかの事情で景観や街並みが一変し、昔の面影を今はまったく残していないとすれば、「我がまち」は記憶の中に痕跡を留めるだけで、現実には消滅したことになる。

## ●失われゆく「我がまち」

極めて大雑把な言い方になるが、おそらく日本の都市部の大半の地域と少なからざる郊外の市町村（いわゆる田舎のまち）において、人々に魅力を感じさせてきた「我がまち」がこの50年ほどの期間で、見

る見る間に一いや多くの人にとっては「故郷」を離れている間の知らぬ間に一に失われた。まちの魅力を発見する機会とは無縁になってしまう、余裕のない生活スタイルが一般化したし（住民間、世代間、旧住民と流入した新住民との間のつながりの希薄化も関係するだろう）、住まうまち自体が利便性と経済性といった機能性のみが重視される造りに変貌をとげなるなかで、人々が愛着を覚える契機となる（景観や街並みが生み出す）まちの魅力そのものが減退した。

「50 年前 100 年前の我がまち」を語れるのは、今や地元の地域史家や郷土史愛好家に限られる、といったお寒い状態なのかもしれないが、じつはここには、「我がまち」が失われるにまかせてきた、私たちの無自覚のあるいは無力の反映をみるべきではないのか。それを阻止し回復する術は、歴史的建築物や景観の保存運動、そして都市計画がらみの種々の取り組みなど、いくつかあるように思う。そのことも追々この連載で考えていきたい。この第 1 回目では、身近で誰にでもできる、もっとも基礎的なその手段が、「まち歩き」であるらしいことを私は指摘したい。

### ●まちの変貌とそれへの順応

「我がまち」は、その人にとって「日常化した生活圏」と重なるところが多いはずだが、まちの変貌と生活の変化が分かちがたく結びついているがゆえに、「我がまちの喪失」の問題は解決の緒を見出し難い、といえそうだ。多くはインフラ整備、宅地開発、商用利用の拡張などと絡んで、道路やマンションや店舗などの新規の建設が一部の地域に集中し、そのことで人口の移動や流出入に変化が生じ、交通網なども含めて地域的な偏在が生じ、そのことが過密と過疎の二極化を亢進する……といったことを繰り返しながら、まるで都市計画などあってなきがごとき「開発」が進められてきた。この開発によって変化した生活は基本的には、元には戻れない。よって、人は失われた「我がまち」一変貌を遂げてしまった生活圏—にいつ知れず順応するしかなくなり、それがやがて新しい日常となる。

失われた「我がまち」がやどしていた価値は、失われてしまったのはじめて気づくことがあるが、気づかれないままであることも多い。それに反して、失われる前にその価値を認識し、「我がまち」が失われないように（場合によっては損なわれないように）住民たちが一もしくは住民の後押しで行政が条例などによって一何らかの手を講じている、あるいは「我がまち」を破壊する恐れのある「開発」に対して、直ちに反対運動が組織される、といった事態は一明確な環境破壊や治安の悪化などに対する場合は別にして一かなり稀であったし、今も稀である。

### ●失われゆく銭湯とその価値

「我がまち」の失われる様相の一端を明瞭に示している例として銭湯を挙げることができる。銭湯は地域によっては「我がまち」の生活圏の中核的要素であり続けてきたが、それがここ 30 年から 40 年でほぼ姿が消そうとしている—そんな地域が日本のいたるところにある。

私は半年ほど前に、そのことの意味を問う短い文章を書いたことがあるので、それをここに全文転載してみる。

## ◆銭湯からみえるコミュニティの未来◆

(消費者レポート 1586号(6月20日)巻頭エッセイ)

銭湯が日本から消滅しかけています。東京都内では1965年に2641軒あったのが2015年には628軒に激減。家庭風呂が普及して客が遠のいたと考えがちですが、理由はそれだけではありません。燃料費・光熱費の上昇、施設の老朽化、店主の高齢化(日々の力仕事は楽ではない)に加えて、家族経営が絡んだ「後継者がいない」という問題があります。

銭湯は「公衆浴場法」(昭和23年)に基いた「地域の保健衛生水準の維持向上に大いに役立ってきた」「地域の触れ合いの場」(厚労省「浴場業の振興指針」)としての公共性を持つ施設ですが(だから入浴料金は知事によって決められ、固定資産税、事業税、水道料金の優遇を受け、自治体から補助金も出る)、一方で経営を引き継ぐことができるのは財産の相続人でなければいけないという縛りがあるため、家族以外の者が経営者になることは非常に難しいのです。

銭湯が残っている地域は、家庭風呂を持たない家々がもともとたくさんあった、歴史のある古い町です。その敷地が広いこともあって、「銭湯門前町」とも言いたくなる町の風景と生態が形成された所も少なくありません。それだけに、「建て替えてマンションにしてはどうか」との誘惑が執拗にかけられることにもなります。「公(的価値)」と「私(的所有)」の矛盾したせめぎあいは、これまでのところ、圧倒的に後者に軍配が上がってきたわけです。

そこに行けばあたり前のようにあった、それを目にし耳にするだけで安心できる、町に住まう人々のくつろぎの姿や会話—これが銭湯の廃業で突然消えてしまう。それは町の人々のつながりと町を愛する心そのものの衰退をもたらしたくないでしょうか。銭湯が町の人々の健康の維持にどれほど貢献してきたかを客観的なデータで示すことは難しいですが、通う人々がそうとは意識しないままに、そこでいつも元気をもらっていた—そんな得難い場所になっていたことは確かでしょう。

今後どの地域でも独居老人が増え、外国人労働者も増えてきますが、こうしたことは、住民が地域とのつながりをどんどん失ってきたこれまでの町のあり方を、そのままにしているでは対応できない現状の一端です。地域コミュニティを繋ぎとめる拠点としての銭湯の意義を広く知らしめ、住民の交流や助け合いの場として銭湯が再生していける、新しいしくみを作ることが必要だと思います。

もし家庭風呂が全国一律にほぼ平均的に普及したにもかかわらず、地域によって銭湯の数の減り方にかなり差があるとすれば、おそらくそのことは、まちの人々のつながり具合やまちの歴史性に対する配慮に相当な差があることを示しているように思われる。銭湯が激減している地域では、多くの高齢者がそのことで困惑と喪失感を覚えているはずであろう。しかし、失われて初めてその価値がわかる、その価値を、それがわかる人たちがそのことを語り、周りに伝えるという機会はなく、それぞれが行き場のない喪失感を抱えたまま口をつぐんでしまう。活性化や保存や再生や向けた運動は生まれぬまま、また一つ銭湯が消えていく……。

## ●まち歩きの効果とは

まち歩きがなぜ大切かは、こうした銭湯の問題一つとっても、「それがなければ始まらない、広がらない」という「まちを知る」ことのきっかけになることが明らかだからである。

- ・まちのどこに銭湯があるかを知る
- ・銭湯の建物には独特の特徴があることが多いが、その由来からまちの歴史を考える
- ・銭湯ができた頃のまちの古い歴史について知る
- ・銭湯に通う人たちの生活圏について知る
- ・銭湯に通う人たちの「利用者の声」を知る（可能性がある）
- ・他地域の銭湯の様子を知ること、比較ができ、まちの問題を改めて考える
- ・実際に歩きながら銭湯に入ったり、後ほど行ってみたいることができる
- ・銭湯がなくなってしまったことで困っている人々の声を知る（可能性がある）

.....

このような多様な機会を歩くコースの設定やイベントとしての仕込み方にも大きく依存するが、「まち歩き」は、参加者に提供することができる。そしてもちろん、ここでの「銭湯」という言葉を、まちの何らかの歴史的建造物、行事や慣習、文化的事象などに置き換えてみることができるはずであろう。

まち歩きによって実際にその場を訪れてみることで、その場での体験（まちの人々にその場に関連することを話してもらい、会話することも含まれる）から、まち歩きをする人の感受性さえ開かれていれば、これまでの「歩き」で出会った事柄とどう関連付けて理解できるかを自身に問いかけることになる、好奇心を刺激するいくつもの事象を見出すことになる。まち歩きは、まちの中の、いくつかの点（スポット）と点をたどりながら自身で線を描くわけだが、その線に沿った空間の経験によって、まちという面が、どう成り立っているか（そしてどう成り立ってきたかという歴史を含めて）を時空間で想像する力が喚起されるのが、醍醐味だと言える。

各自治体などが行っている、まちの魅力をアピールするための観光事業も、訪問客がまちを巡りながら楽しむことを前提に、名所旧跡の案内をするのが定石となっているが、「まち歩き」は観光的側面を含むものの、むしろ地元住民が主体となって地元を歩いて地元を知り・楽しむ、ことに力点があるように思われる。日本各地の多くの自治体が、**表1**にあるような「まち歩き」企画を実施しているが、これは、「まち歩き」を、健康のためのウォーキングや、福祉や都市計画の視点に立ったものなども含めて、市民協働の進展、地域活性化、住民主体のまちづくりにつなげようとするものだろう。

表1 ガイド、コース、マップを利用した「まち歩き」を実施している自治体（2014年東京都市長会調査による）『多摩地域における「まち歩き」のすすめ一歩いて 見つけよう、感じよう、わがまちの魅力ー』（発行 東京都市長会 事務局 企画政策室 平成27年2月）より引用

都道府県名等	市町村名	ツアー名称等
北海道	函館市	てくてくほこだて
青森県	青森市	あおもり街てく
	弘前市	ひろさき街歩き、弘前路地裏探偵団
	鶴田町	つるた街あるきツアー
山形県	山形市	霞城まちなみ案内人
福島県	福島市	こでらんにdeふくしま通
栃木県	日光市	日光まち歩きツアー
	足利市	足利市観光案内人
千葉県	千葉市	まち歩き観光ガイドツアー
	木更津市	ぶらり木更津まち歩き
	勝浦市	まち歩き観光ガイド
	銚子市	銚子ボランティアガイド「観光船頭会」
	松戸市	松戸シティガイド
	新座市	観光ボランティアガイド
東京都	中央区	まち歩きボランティアガイド
	墨田区	ガイド付きまち歩きツアー
	練馬区	ねりまのねり歩き、ねりまの散歩道
	大田区	まち歩きガイドツアー
	豊島区	としま案内人 雑司が谷
	文京区	文の京(ふみのみやこ)の旅
	立川市	たちかわまちの案内人
	武蔵野市	むさしのまち歩きツアー
	三鷹市	みたか観光ガイド協会
	府中市	市内観光ミニツアー
	昭島市	昭島町あるき
	調布市	調布ボランティアガイド
	町田市	まちだ観光案内人、フットパス
	小金井市	まちなか観光案内人
	東村山市	市内観光ミニツアー
	福生市	くるみるふっさガイドツアー
神奈川県	川崎市多摩区	魅力発見！モデルコース
	茅ヶ崎市	ちがたびウォーキング
	小田原市	てくてくまち歩き
長野県	長野市	ながの市探検隊
	飯山市	歩こさ いいやま
	小布施町	小布施まち歩きガイド
新潟県	軽井沢町	軽井沢観光ガイド
	新潟市	小路めぐり、えんでこ
富山県	燕市、三条市	燕三条まちあるき
	佐渡市	ふれあいガイド
	黒部市	生地(いじ)まち歩き
	高岡市	観光ボランティア
石川県	南砺市	南砺ぶらりまち歩き
	上市町	市姫あんばやしツアー
	金沢市	加賀百万石ウォーク
福井県	野々市市	ののいち里まち倶楽部
	輪島市(黒島地区)	黒島地区まちなみ保存会
	福井市	歩くざぶく
静岡県	小浜市	小浜ぶらり
	敦賀市	遊敷塾(ゆうとんじゆく)
	高浜町	ドコイコ！ナニシヨ！ミニツアー
愛知県	熱海市	熱海まち歩きガイドの会
	藤枝市	たてい
岐阜県	犬山市	犬山おもてなし隊
	豊橋市	観光ガイドさんと歩く豊橋まちあるき
京都府	高山市	観光案内人
	飛騨市(神岡)	神岡街歩きガイド
	京都市	ちーたび、まいまい京都
滋賀県	福知山市	福知山観光ガイドの会
	舞鶴市	まいづる まち博
	伊根町	伊根浦散策案内人
大阪府	甲賀市	忍びの里散策コース
	大阪市	大阪あそび
奈良県	吹田市	吹田まち案内人
	奈良市	奈良を歩く ゆきめぐり

都道府県名等	市町村名	ツアー名称等
和歌山県	田辺市	田辺観光ボランティアガイド
	橋本市	橋本観光ガイドの会
兵庫県	湯浅町	町歩きモデルコース
	神戸市	KOBE観光ガイドボランティア
	明石市	明石の観光案内人
	西宮市	西宮まちたび博2014
	三田市	三田まち歩き
	朝来市	生野町口鏡谷まち歩きマップ
	宝塚市	宝塚観光ガイド
	丹波市	観光ボランティアガイド
	香美町	まちあるきガイドブック香美がたり
	南あわじ市	観光ボランティアガイド「国生みの里」
岡山県	玉野市	たまの観光ボランティアガイド
	新見市(御殿町)	新見御殿町まち歩きガイド
広島県	広島市	広島とりっ歩(ぶ)
	東広島市	酒蔵のまち てくてくガイド
	三原市	アゼリアガイド
鳥取県	倉吉市	倉吉餅でまち歩き
	米子市	米子下町観光ガイド
鳥根県	松江市	松江おちらとあるき
	津和野町	津和野町観光ガイドくらぶ
山口県	萩市	ぶらり萩あるき
	宇部市	てくてくプラン
香川県	高松市	まちかど漫遊帖
	観音寺市	路地裏まち歩き
	坂出市	トコトコさかいで
	さぬき市	おへんろつかさの会、志度まちぶら探検隊
	三豊市	お徒歩でいく 仁尾なつかし味めぐり
徳島県	徳島市	土曜まち歩き、日曜まち歩き
	鳴門市	郷旅(さとたび)
	三好市	よびごと案内人、池田うだつまち歩き
愛媛県	松山市	松山はいく
	伊予市	ふるさと案内人の会
高知県	高知市	土佐つ歩
	土佐市	土佐あるく。
	中土佐町(久礼)	久礼のまち歩きガイド
	福岡県	福岡市
福岡県	北九州市	小倉・門司港・トロまち歩き、ナイトツアー
	大牟田市	おおむたまち歩き定時ツアー
	嘉麻市	嘉麻歩いて魅力発見！まち歩きマップ
	太宰府市	歩かんね太宰府
	筑後市	恋のくに案内人「ちくごシアワセ女旅」
	直方市	ゆたーつと直方まち歩き
	長崎県	長崎市
熊本県	佐世保市	佐世保 時旅
	雲仙市	地獄のナイトツアー、小浜温泉ぶらぶら歩き
	対馬市	対馬観光ガイドの会やんこも
	平戸市	平戸観光ウエルカムガイド
	熊本市	くまもとさるく
大分県	天草市	AmakusaTour
	玉名市	玉名さるきどころ
	別府市	別府八湯ウォーク
	臼杵市	観光ボランティアガイド
	杵築市	城下町きつきボランティアガイド
	竹田市	地元ガイドと巡る城下町散策
宮崎県	日田市	ひたの町旅
	日南市(既肥)	既肥城下町保存会「食べあるき・町あるき」
	鹿児島県	鹿児島市
鹿児島県	始良市(帖佐・加治木)	帖佐まち歩き、加治木まち歩き
	指宿市(山川港)	山川港まち歩きガイド
	南さつま市	坊津やまびこ会
	志布志市	志布志観光ガイド
	沖縄県	那覇市
沖縄県	沖縄市	コザまちま〜い
	糸満市	あーるつく糸満
	うるま市	うるま〜い

## ●まち歩きが多角性・総合性

私たち市民科学研究室が、科学技術振興機構の助成を受けてすすめている「健康まちづくり」事業においても、まち歩きは要となる取り組みである。地元文京区のエリアを主たる対象にして、まちの人々のつながりの様相を知り、そのつながりがまちの人々の健康を守ることにどのように寄与するのかを把握する—このことを念頭に、ではどのようなまち歩きを組めばよいのかを、試行錯誤しながら探っていく、という実験的な試みを続けている。これまで約1年半で実施した種々のまち歩きイベントは表2に示したとおりだが、全体として、まち歩きとがいろいろな要素を取り込んだ多角的で総合的なイベントとして展開できる可能性を持つものであることが、次第に明らかになってきたように感じている。

今回は、この「健康まちづくりまち歩き」を振り返りつつ、その点を具体的に論じてみる。

■表2 市民科学研究室主催の「健康まちづくりまち歩き」の実施状況（赤字はこの先の予定）

### ●STEP1「Let's! 谷根千まち歩き」(1)~(3)

2015年8月18日(火) 11:00~18:00 文京区谷根千周辺

2015年8月19日(水) 9:00~17:00 文京区谷根千周辺

2016年1月24日(日) 9:30~15:00 文京区本郷エリア

### ●STEP2「健康まちづくりウォーキング」(フェスタのプロトタイプの前イベント)

2016年3月27日(日) 9:00~18:00

「思い出覗き窓」でのまち歩き体験 in 藍染大通り（途中で「まちづくり」インタビューを含む）、「サイエンスマップ」まち歩き in 文京

### ●STEP3「健康まちづくりまち歩き」

2016年6月22日(日) 10:00~15:00 第1回 文京区、湯島・本郷界隈、東京大学構内

2016年7月30日(土) 13:00~18:30 第2回 文京区内小石川界隈

2016年8月31日(水) 12:30~18:30 第3回 文京区駒込界隈

2016年12月27日(火) 第4回 13:00~16:00 谷中界隈

2017年1月26日(木) 第5回 13:00~16:00 神田川沿い(日本医学教育歴史館を含む)

2017年2月\* \*日(調整中) 第6回 13:00~16:00 目白台界隈

### ●STEP4 健康まちづくりフェスタ in 文京・台東

2016年10月29日(土) 13:00~18:00 第1回

湯島→本郷(東大)→向丘→千駄木、途中で食と運動のワークショップ

コースの最後に「音声ガイド+思い出覗き窓」を体験

2017年3月11日(日)~26日(土)の毎土曜日・日曜日の午前・午後に 第2回

### ●夏休み special 自由研究サポート 子どもまち歩き

2016年8月18日(木) 市民科学研究室 + ツリーアンドツリー本郷真砂

### ●special 「銭湯でまちつなぎ—月の湯をしのび、銭湯の地域力について語り合う」

2016年6月25日(土) 15:00~19:00 市民研+みんくるプロデュース+文京建築会ユース

### ●special 東京大学総合研究博物館関係の諸先生へのヒアリング

(見どころを1,2箇所ご案内いただき解説していただくことを含む予定)

2016年1月ならびに2月で実施

### ●special 東京大学医学部関連を中心にした「医史学散歩」

(長年、医学者たちの足跡などを研究してこられた方にご案内いただく予定)

2016年2月もしくは3月に実施