

# 市民研

NPO 法人

市民科学研究室

活動案内 2025年6月発行

この冊子は年に1回更新されます

一部の動画を除いて活動成果はすべて公開しています

▶ **市民科学研究室**は「生活者にとってよりよい科学技術とは何か」を考え、そのアイデアの実現を目指しています。次の3つのことがらを軸にして、市民の問題認識力を高めるための講座や勉強会を運営し、市民が主体となった調査研究や政策提言や支援事業を進めています。

1. 科学技術にかかわる様々な意思決定や政策形成への市民参加
2. 様々な社会問題の解決に向けた専門知識の適正な活用
3. 持続可能で生き生きとした生活のための科学研究や教育の実践

▶ **市民科学**とは「市民の、市民による、市民のための科学」です。複雑で高度な専門知に立ち入らねばならない場合であっても、市民がそれを回避せず、しかも専門の細分化に足をすくわれることなく、生活の総合性をみすえて問題解決にあたるのが鍵になります。

## 定例の活動

- ①各種研究会  
(現在6つ)
- ②市民科学講座
- ③土曜広場  
土曜講座

## プロジェクト

- ④調査事業(助成)
- ⑤市民測定活動
- ⑥インターンシップ
- ⑦各種プロジェクト  
(現在11企画)

## 講師派遣

- ⑧子ども料理科学教室
- ⑨講演・出張授業

## 学びのツール提供

- ⑩生活習慣病対策  
ゲーム「ネゴバト」
- ⑪かるた「熱とくらし」
- ⑫カードクイズ「食と健康」

## 資料提供

- ⑬隔月刊  
『市民研通信』
- ⑭自分で調べる図書館  
(蔵書・映像資料)
- ⑮市民研サーチライト
- ⑯くらしとかがくの  
アーカイブ(動画)
- ⑰市民研チャンネル  
(YouTube)



## 相談&支援

- ⑱相談窓口  
<調べる>のお手伝い
- ⑲自分で調べる技術  
ワークショップ

## この1年間(2024年6月~)の定例の活動から

### ①研究会

▶研究会には誰でも随時参加できます。ただし継続して参加するには、市民研の会員となる必要があります。

時々「公開研究会」を開きます。その場合はウェブサイトで開催を告知します。

**低線量被曝研究会** ●『放射線副読本「放射線被ばくの早見図」100ミリシーベルトの闇』(第2版)を公開 ●『原発事故避難時の安定ヨウ素剤投与に関する諸問題を、関係資料の収集や関係者へのヒアリングも行いながら、検討中

**アーカイブ研究会** ●根本彰さん(生成AIと図書館)、山内隆治さん(CIE映画)、鈴木裕貴さん(10フィート運動)らを招き、議論 ●『市民研自分で調べる図書館』開始 ●信州ツアー「本の文化を探る」(図書館PJ)と共同で、10/10,11)

**食の総合科学研究会** ●毎年恒例の「お味噌作り講座」を実施(3/9、参加者16名) ●『ミミズの農業改革』をテキストにした読書会を継続中 ●映画『君の根は。大地再生にいとむ人びと』の自主上映会を実施(3/22)

**環境電磁界研究会** ●携帯基地局アンテナが居住地のすぐそばにある方々からの相談を受け、測定などで支援(3件) ●電磁波健康影響を論じた最新の論文(英文)を精選して取り上げ、内容を検討

**熱と暮らし研究会** ●放射温度計を用いて、研究会メンバーがそれぞれ、自宅やその周辺を測定し、熱環境としての諸問題を検討 ●『エクセルギーと環境の理論』の読書会を継続中

**生命操作研究会** ●「かわさき市民アカデミー」で生命操作問題に関する講座を担当(2/3) ●公開講座「ゲノム編集技術とは何か、未来をどう変えようとしているのか」(12/19)「日本における生体外生殖細胞研究の進展」(4/28)を実施

### ②市民科学講座

▶次の4種類のオンライン講座を定期的に行っています。市民研会員はどれにも無料で参加できます。それぞれの講座の趣旨、これまで扱ってきたテーマ、講師、これからの予定の確認、参加申込みなどはすべて市民研ウェブサイトでご参加ください。

**市民科学入門講座** 毎月1回程度、平日の19時より

▶あなたが呼んで話を聞きたい講師、皆で論じたいテーマなど、ご提案を企画に反映させることができます。

**TV科学番組を語り合う** 毎月第2、第4水曜日19時より

▶TVの科学ドキュメンタリー番組を取り上げ、論じ合います。ウェブサイトには関連する番組の放送予定を掲げています。

**最新科学時事・記事論文解説** 毎週土曜日午前11時30分より、「土曜広場」のコーナーとして

▶記事論文を紹介している「市民研サーチライト」から、代表の上田が2本選んでコメントし、皆で議論します。

**著者に尋ねる** 随時開催

▶科学と社会に関連する本を最近上梓したその著者を招き、一緒に議論します。

### ③土曜広場・土曜講座 ぶらっと立ち寄っていただいてもOK オンラインの参加もできます

市民研の事務所は東京都文京区湯島の大変交通アクセスのよい場所にあり、土曜日は事務所を一般に開放し、どなたが訪れてもよいことにしています。所蔵資料・映像を自由に閲覧できますし、様々な科学技術関連の問題での相談も受け付けています。午前10時から午後4時半まで、ボランティア作業、「こんな活動しています!」、「最新科学時事記事論文解説」、「ブックトーク」、「映像を観る」という枠を設けています。ただ、参加者やゲストの都合によって、毎回時間枠を調整しますので、毎回の広報を事前にご確認ください。

17時からはインターン生の方たちのための「土曜講座」I~Vを皆の都合にあわせて実施します。毎回単独でインターン生以外の方も参加できるようにしていますので、ウェブサイトの広報をご確認のうえ、ご参加いただければと思います。

## この1年(2023年6月~)のプロジェクトから

### ④(助成金を用いた)調査事業

▶2024年度は次の業を、助成を受けてすすめました。

**[外環トンネル工事問題]** 高木仁三郎市民科学基金 2024年度助成により「外環道大深度工事で発生した振動・騒音・低周波音による被害の実態把握とそれへの対策に関する調査」を実施しました(助成は21年度から連続で4度目)。

#### 外環トンネル工事による振動・低周波音被害問題

2021年度に着手した調査を継続しています。市民研が被害者住民らと共同で「外環振動・低周波音調査会」を立ち上げ、地盤・地質・地下水、振動・騒音・低周波音など多岐にわたる問題を学習しつつ、調布市で発生した陥没事故に関連する振動・低周波音健康被害、建物損壊の実態調査と振動モニタリングの市民計測網の確立を目指しています。奇数週の金曜日の午前にはオンラインで調査会(メンバー10数名)の定例会を開いています。この1年で数回の学習会や見学会を主催し、精力的に活動しています(学習会の動画も公開)。市民研ウェブサイトの次のような報告や質問状を掲載しています。

- ・調布市つつじヶ丘での地盤改良工事に伴う、地下水に関連する懸念事項についての公開質問状 2023/8/21
- ・外環道大深度工事で発生した振動・騒音・低周波音による被害の実態把握に向けて 2023/10/5
- ・東名JCT・Hランプシールドトンネル工事における テールシール損傷についての公開質問状(その1) 2024/3/1
- ・外環振動・低周波音調査会による 2023年度調査の報告 2024/8/1
- ・外環トンネル工事による振動・低周波音被害に関する講演会 2024/9/15 2025/3/1 など

### ⑤市民測定活動

「はかる、わかる、そなえる—あなたの街・家・教室の電磁波環境 測定と対策の協働プロジェクト」を展開しています。2020年以来、携帯基地局の計測などを各地の住民とともに実施し、すでに5件の詳しい報告書を公開しています。またここには公開していませんが、文京区在住、名古屋市在住など数名の方々から相談を受けて、実測して報告書をまとめたり、オンラインで計測の指導をしたりしています。

### ⑥市民研インターンシップ

市民科学研究室が蓄積してきた、調査研究や企画運営や外部連携や議論の場作りなどのノウハウを学びたい人であれば、どなたでもいつでも受け付けます。また、NPO活動や調査活動自体のすすめ方に関心のある人(そうした何らかのテーマで論文を書いてみたい人)が参入的な調査を行うためにこの機会を利用することも受け付けています。インターンシップは、登録時から1年を一応の期限とします。3名の受け入れが決まった時点で時期を合わせて開始します。

- 1●最初に1時間ほどの面接(オンラインでも可)で、どのようなことを身につけたいのか、将来に何をしてみたいのか、といったことをじっくり伺い、時間や費用面での都合なども考え合わせたくうえで、研修メニューを決めます。
- 2●市民科学研究室の「**レイチェル会員**」に1年間登録していただくことになります(会費は1万円)。「現場体験」で生じる交通費は、場合に応じて、市民科学研究室の方から適当額援助することがあります。
- 3●土曜講座Ⅰ「自分で調べる技術ワークショップ」(全6回)のうちの第1回目(お試しワークショップ)は必ず受けていただきます。
- 4●土曜講座Ⅱ「**くらしとかがくのアーカイブ**」に動画として収めた過去の講座のうち、こちら指定したものを予め視聴して、それについて議論する)や土曜講座Ⅲ「自分で調べる統計学」や土曜講座Ⅳ「**市民が活かす情報技術**」は、ご自身が追究したいテーマと時間の都合で、取捨選択していただければと思います。
- 5●**現場体験**(調査研究やエコツアーなどで訪問し、現地の人と交わる機会となります)や市民科学研究室が主催・共催・協力する種々のイベントなどは、随時、研修生と話し合いながら、その参加の要領や、参加した場合の成果のまとめ方などを、一緒に検討していきます。

### ③隔月刊『市民研通信』この1年の掲載記事・論文一覧(著者の50音順)

▶以下は『市民研通信』第75号(2024年4月20日)から『市民研通信』第80号(2025年5月20日)に掲載された記事・論文の一覧です。これらのすべては、市民研ウェブサイトで全文を読むことができます(電子媒体のみの発行となります)。タイトルなどからすぐさま検索できます。皆さんからのご寄稿もお待ちしております。論文タイトルに添えた[ ]は号数です。

◆第75号 ◆第76号 ◆第77号 ◆第78号 ◆第79号 ◆第80号

---

**上田 昌文**(市民科学研究室・代表)

- ・エッセイ「手作りから始める暮らしのエコ」(連載4回分) [78]
- ・市民研サーチライト 科学時事最新記事論文紹介 補遺(1) 2025年3,4,5月分[80]

---

**大蔵 八郎**(セイブグリーン・イチカワ代表)

千葉県市川市の「木を伐るな」運動の経緯と今後の課題[77]

---

**大沼 潤一**(市民科学研究室・熱と暮らし研究会)

- ・リビング窓の断熱による節電の試み [80]

---

**桑垣 豊**(NPO 法人市民科学研究室・特任研究員)

【連載】21世紀にふさわしい経済学を求めて

- ・第24回[75] ・第25回[76] ・第26回[77] ・第27回[78] ・第28回[79] ・第29回[80]
- ・映画「オープンハイマー」を観て [76]

---

**篠田 真理子**(恵泉女学園大学)

多摩のめかいについて [79]

---

**市民研会員有志** 私のおすすめ3作品 2024年 [79]

---

**杉野 実**(市民科学研究室・理事)

- ・報告 市川市・大町自然公園観察会3『湧き水がはぐくむ春の生命』[75]
- ・報告 大町自然公園観察会『湧き水がはぐくむ初夏の生命』 「認定NPO法人行徳自然ほごくらぶ」を訪ねる[76]
- ・報告 市民科学入門講座野外特別編 「行徳自然ほごくらぶ」とともに秋の水鳥を訪ねる[78]

---

**瀬野 豪志**(市民科学研究室・理事&アーカイブ研究会・世話人)

【連載】美味しい理由—「味の素」の科学技術史

- ・第9回 アミノ酸の科学者、赤堀四郎(1)「偉人」と「恩義」 [75]
- ・第10回 アミノ酸の科学者、赤堀四郎(2)しょうゆの匂い[77]
- ・第11回 アミノ酸の科学者、赤堀四郎(3)これからの「合成食料」には何が含まれているのか[80]
- ・映画『オープンハイマー』から見える、視線、秘密 [76]
- ・報告 市民研合宿・信州ツアー「本の文化を探る」[78]

---

**武智 ゆり**(市民科学研究室会員)

科学技術コミュニケーターへの道 - CoSTEPではじめの一步を踏み出す[76]

---

橋本 正明(市民科学研究室会員)

・第2回 GIAHS 山梨峡東地域ツアー(2024.03.16 実施)レポート [75]

林 浩二(千葉県立中央博物館 市民研究員、市民科学研究室理事)

【連載】博物館と社会を考える

- ・第15回 市民参加による発見の共有 [75]
- ・第16回 国際博物館の日の起源を巡って[80]
- ・映画「オープンハイマー」(2023)を巡って [76]
- ・図書館総合展 2024 に参加して [79]

山口 一郎(市民科学研究室・低線量被曝研究会)

・原子力災害時の体表面スクリーニングに関する科学リテラシーの課題[80]

山口 直樹(北京日本人学術交流会責任者、市民科学研究室会員)

【連載】日中学術交流の現場から

- ・第18回 市民にとって社会風刺の笑いとは何か—北京でみたぜんじろうの笑い自民党や維新と癒着する吉本興業の笑いの差異 [75]
- ・第19回 市民科学と臣民科学—西光万吉の科学観を中心に(1) [77]
- ・ゴジラ研究者から見た『オープンハイマー』(2023)の感想 [76]
- ・書評:『日中未来遺産—中国「改革開放」の中の“草の根”日中開発協力の「記憶」』[79]

吉岡 寛二(市民科学研究室・レイチェル会員)

・映画「オープンハイマー」鑑賞記 [76]

## ⑦プロジェクト

▶ある特定のテーマについて、1年もしくは2年といった長期にわたって本格的に調査すべきだと議論がまとまれば、その事業を「プロジェクト」(PJ)として新たに立ち上げることにしています。プロジェクトはその活動実績や成果を市民研のウェブサイトの各PJのページで公開しています。誰でもいつでも参加できます。ただし継続して参加するには、会員となる必要があります。

**子ども料理科学教室** ● ⑧をご覧ください。

**「はかる、わかる、そなえる」** ● ⑤をご覧ください。

**外環振動・低周波音調査会** ● ④をご覧ください。

**市民研インターンシップ** ● ④をご覧ください。

**VIPROS 生命科学での映像製作の支援** ●市民科学研究室と(株)アイカムが共同で、有志を募って立ち上げるようになったプロジェクトです(VIPROS=Video Production Support in Life Sciences)。医学・薬学・生物学分野において、その研究の意義や生命現象の魅力や奥深さを伝える、公益性の高い科学映画作品を、いかに制作し教育への活用をはかっていくか。その方策を本格的に探っていきます。「参加・賛同の呼びかけ」をウェブサイトに掲載しています。

**図書館PJ** ●「図書館プロジェクト」は、図書館の専門家や従事者の方々と連携して、図書館の利活用についての理解を深め、それぞれの地域のことを「自分で調べる」活動を支援し、自分たちで「調べる」ために活用できる図書館作りに関わっていくことを目的としています。市民科学研究室が開設した「自分で調べる図書館」の管理・運営にもあたっています。

**千葉県市民活動PJ** ●千葉県の主に自然や歴史の自主研究、保全運動などに取り組んでいる団体に焦点をあて、特筆すべき団体については連絡をとって訪問し、すぐれた点を学ぶとともに、諸団体間の交流をさかんにするために何かからのお手伝いもしていきます。

**スタディツアーPJ** ●市民科者育成塾の「現場体験」の趣旨をふまえ、「現地に行く」「現地の人々と交流する」「現地の生活を知る」「現地の問題を深く知る」「現地の問題の解決を構想する」を目的としたツアーを企画し、実施していきます。

**廃校有効利用PJ** ●福島県二本松市のある、廃校となってしまう高校の校舎を有効に活用できないか—それを行政と地元住民とNPOとがうまく手を携えて実現する方策を見つけ、今後のまちづくりの先例となるものを創りあげていこう、というものです。

**お酒の文化と科学PJ** ●酒についての種々の研究に目とおし、酒造りの現場を訪ねて取材し、生産者とツアー参加者との交流をはかります。日本の酒造りの現状を把握しながら、私たちにとって「お酒とのよりよい付き合い方」を考察していきます。

**音声ガイドでまち探索PJ** ●GPS と連動してスマホやタブレットで望みの位置で望みの音声を自動再生するアプリ「cocokiku」を用いて、市民が自分のまちをより広く深く知り、外に向かって自分のまちの魅力をより明確に伝えることを目指しています。そのための様々な企画を考案し、実施していきます。

## 講師派遣

### ⑧子ども料理科学教室

15年以上前から開発と改良を続けてきたプログラムに新しい版が加わりました。「**自炊力を身につける10のプログラム**」です。今後は大学初年級の学生さんなど、自炊を手掛けたいと思う方なら誰にでも提供できるようにするつもりです。講座を共同で運営していくことを、食育に関心のある人々に幅広く呼びかけたいと思います。

- ① ご飯が炊ければ、何とかなるぞ
- ② 「お味噌汁+野菜」で一日を始めよう
- ③ 旬の野菜でおかずを作る
- ④ 味を決める「だし」、調味料の「さしすせそ」
- ⑤ 麴(こうじ)の力 発酵の力
- ⑥ うまく保存、うまく作り置き
- ⑦ 蒸す、茹でる、炒める、ならまかせて!
- ⑧ ○○料理に挑戦! レシピの読み解きを学ぶ
- ⑨ マイレシピでおいしく作る
- ⑩ 味噌の手作りにも挑戦

### ⑨講演・出張授業

電磁波&デジタル機器問題や外環道トンネル工事被害問題、生命操作問題などのテーマで、この1年で10数回の講演を関東各地で行いました。種々のテーマでの講演をお引き受けできますので(扱ってきたテーマについては「**講師派遣の実績**」をご覧ください)、ご連絡をお待ちしています。また、⑧に関して毎年、江東区が主催する「子どもお料理団」の講座を引き受けています。自治体が主催する市民講座などにリクエストや提案をしていただけると、地元での実施が定例化できるかもしれません。

## 学びのツール提供

▶いずれもウェブサイトから購入できます。

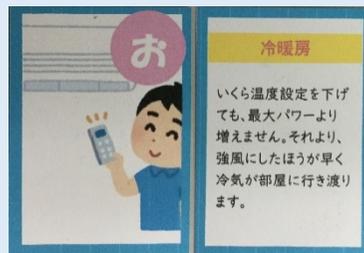
### ⑩生活習慣病対策 ゲーム「ネゴバト」

生活習慣のジレンマ(板挟み)を話し合うための対面交渉型ゲーム。健康教育教材として大学や高校、地域保健サービスの現場で活用され、好評です。



### ⑪かるた「熱とくらし」

日常の生活のなかで出会う、熱をめぐる様々な問題を例示し、賢い熱の使い方方を端的に示しました。学校や家庭や環境教育の様々な場で使えます。



### ⑫カードクイズ 「食と健康」

知っておいていただきたい「食と健康」に関する、科学的なデータに基づいた知識を、名刺大の美しい42枚のカードのクイズにしました。



## 資料提供

▶②「市民科学講座」や③「土曜広場」をはじめ、市民科学研究室では、講座、会合、イベントなどのほとんどを動画に撮って残しています。市民研会員が自著や推薦図書を語る「語っていいとも」というシリーズもあります。それらのうち主なものはすべて「くらしとかがくのアーカイブ」という独立したサイトに掲載し（現在までに約300タイトル）、レイチェル会員とダーウィン会員であれば、それらは見放題です。そのなかにはYouTubeに無料で一般公開しているものがあります（「市民研チャンネル」）。そこでは、講座やイベントのお知らせのみならず、市民研の独自の切り口で時事的問題も扱っています。「自分で調べる図書館」や「市民研サーチライト」と併せて、「科学と社会」の問題への考察を自分なりに深めていくのに役立てていただければと思います。

▶市民研は「資料提供」は一方的になされるものではなく、皆さんからのご寄稿、ご投稿、お問い合わせなどを受けて、やりとりをしながら行っていくものだと考えています。ぜひ「市民科学目安箱」のサイトから、いろいろなお意見や情報を寄せていただければと願っています。

### ⑭くらしとかがくのアーカイブ（動画）

市民研が主催する様々な講座やイベントやインタビューなどの動画をほぼ全部を収めているサイトです。市民研のレイチェル会員もしくはファール会員であれば無料で見放題ですが、それ以外の方には有料となります。

- ・連続講座「日本の市民科学者—その系譜を描く」（12回）
- ・「生活のなかの科学技術リスク」（13回）
- ・ブックトーク「語っていいとも」（現在までに19回）
- ・「食と農の市民談話会」（9回）

そのほか市民科学講座や公開研究会……など、「科学と社会」に関わるテーマの動画が満載です。



### ⑮市民研チャンネル（YouTube）

「くらしとかがくのアーカイブ」の動画のうち、一般公開できるものはYouTubeに載せています。2025年5月の時点で、掲載した動画数が186本、チャンネル登録者数は9650人となっています。

### ⑯自分で調べる図書館（蔵書・映像資料）

市民科学研究室は「科学と社会」に関連する書籍や雑誌特集号や報告書やパンフレットなど約5000冊を31のジャンルに分類して所蔵しています。事務所内であれば、誰でもいつでも閲覧できます。またそれらは一般の図書館同様にPCから書名・著者名・出版社…などから検索ができるようにしています。また市民研の会員であれば、これらの書籍を1ヶ月間借り出すことができます。

### ⑰市民研サーチライト

市民科学研究室の日々の活動のなかで出会ったネット上の有用な情報（記事、論文、動画、書籍など、英語文献も含む）を1日・1篇で紹介してきました（2017年7月～2025年2月）。2025年3月からは小テーマに分けて、1日数本くらいのペースで掲載しています。これらは②のなかの「最新科学時事・記事論文解説」で取り上げて議論する対象としています。

## ◆ご入会（会員登録）／ご寄付のご案内



▶市民科学研究室（市民研）の活動は会員となってくださる方々の会費やご寄付によって支えられています。市民研の活動にご賛同いただける方、支援をしていただける方には、ご入会やご寄付をお願いいたします。

## ◆会員登録

年会費を送金して次のいずれかの会員になることができます。

- ★正会員（レイチェル会員）……………年会費 10,000 円（議決権、動画見放題、講座参加費無料）
- ★賛助会員Ⅰ（ファール会員）……………年会費 5,000 円（動画見放題、講座参加費無料）
- ★賛助会員Ⅱ（ダーウィン会員）……………年会費 3,000 円（講座参加費無料）

会員になると、以下のサービスを受けることができます。

1. 「市民研メーリングリスト」への登録（登録と解除はご本人の意向で決めます）
2. 市民科学講座などイベントへの参加費は連続講座や食材費を要するものなどを除き無料
3. 市民研の各種研究会への参加
4. 市民研の講座などの動画がいつでもどこでも見放題（レイチェル会員とファール会員のみ）
5. 市民研が刊行した出版物の寄贈（レイチェル会員のみ）
6. 市民研主催の市民科学講座・各種イベント・研究会での配布資料の提供
7. 市民科学研究室所蔵の書籍・文献資料や映像資料の借り出し（期限 1 ヶ月）。



## ◆ご送金

以下のいずれかでお願ひします。

### ①郵便振替用紙にて

口座加入者名：市民科学 振替口座番号：00160-4-608503

### ②クレジットカード決済

右のQRコードを開き、オンライン決済 PayPal のカートより

### ③お持ちの銀行口座から

「ゆうちょ銀行」支店名：〇一九 口座番号：608503 宛に



NPO 法人 市民科学研究室

〒113-0034

東京都文京区湯島 2-14-9 角田ビル 2F

Tel:03-5834-8328

Email: renraku@shiminkagaku.org

<https://www.shiminkagaku.org/>

