

令和 7 年 3 月

## シニアの文集

### 《あゆみ 8 号》



あじさい（第 1 回句会の季語） 2024.6.21



命の故郷 秋の夕焼け（2024.10.21）



きらきら秋の関門海峡（2024.11.16）



研修会（第 2 回俳句大会） 2025.1.23

## AYSA 西部部会

## AYSA 西部部会文集「あゆみ8号」 目次

### 《健康のこと》

1. 私の健康法……………宮本 政英 p2～4
2. 「防災と健康」の比較……………住居 孝紀 p5～8

### 《人生論のこと》

1. 80歳からの人生の楽しみ方……………浅田 宏之 p9～12
2. こころのしなやかさはどこからうまれるか……………薄井 洋基 p13～16

### 《趣味のこと》

1. 私の園芸生活その3  
一生き物を相手に効率化は難しい話……………安宅喜久雄 p17～18
2. 全国山城サミット「益田大会」に出かけました……………高津 清流 p19～21

### 《歴史のこと》

1. 歴史の裏読み「欧州遣欧使支倉常長」……………村野 司郎 p22～25

### 《地域のこと》

1. 町内会・自治会」への雑感……………金子 弦 p26～28

### 《社会・経済のこと》

1. 少子高齢化の加速に伴う地方消滅危機を考える……………北見 幹治 p29～32
2. 金利のある世界になって思う事……………宮崎 修五 p33～35

## 私の健康法

AYSA 西部部会会員 宮本 政英

リタイアして後の理想的な暮らし方を「晴耕雨読」とよく言いますが、耕すべき畑もないので、「晴耕」とはとにかく体を動かすことだと心得ている。「雨読」とは読書ですが、高齢のせいでしょうか、一冊の本を読むだけの根気も気力も続かなくなりました。最近は新聞や購入した機器・薬などの取説を丁寧に読んでいる。歳をとってからはもっぱら体育会系で行くことにしている。高齢になると健康のことが最大の関心事ですが、とにかく体を動かすことが一番いいと信じている。

宇部市の資料では、病院などの医療サービスの数も一人当たりの医療費も、宇部市は全国平均より高い。しかし、男性の自立期間(いわゆる健康寿命)は全国平均より短い。特定健康診断の受診率は 35%程度(令和 4 年度)であり、市は令和 11 年度には 60%になることを目指している。一般的には、高齢の宇部市民の健康への関心はそれほど高くないのであろうか。

毎朝、ご近所の人達とラジオ体操をする習慣は、10 年以上続いている。週に 1 回のソフトテニスとはほぼ 15 年続いている。(ちなみに AYSA に参加したのはおよそ 20 年前である。)ソフトテニスは、通常の硬式テニスに比べるとポピュラーではないが、球が軽いぶん打った時の衝撃も小さく肩などへの負担が少ないと思う。肩や肘に弱みを抱える自分には向いている気がする。市営のインドアコートのお陰で、雨の日もテニスを楽しむことができる。週 1 で市の中央コート 1 面を大体 8 人のグループ(この 2 月からは 7 人)で 2 時間借りて使う。平均すると月に 4 日できるが、費用は一人当たり月額 1000 円を少し超える程度であり、ダブルスの試合を一日に全部で 7~8 回ほどできるから、一人が 3~4 試合は出場できる。結構安上がりで楽しめる。

最近の悩みは全員が高齢化し走れなくなったため、動きが非常に少ないそれなりの高齢者テニスになったことである。自分は、試合で相手を打ち負かして勝つことを目指すより、皆でプレーを楽しむことを目指している。認知症に近くなっても楽しめそうである。ラジオ体操の場合も、参加者は高齢化しすでに亡くなった方もあり、いずこも同じ限界集落の状態である。ラジオ体操もソフトテニスもほとんど未経験の方であっても、我々のグループになら参加できる気がする。若い方の参加を期待しているところである。

さて、「雨読」の方新聞しか読まない毎日であるが、新聞を毎日ただ読みっぱなしにするだけでは後に何も残らないので、興味を感じたり気になる記事はスキャナーで読み込んで保存している。保存した新聞記事を筋トレのやり方などを復習するのに使う時もあるが、保存した沢山の記事全体から見るとあまり読み返していない。スキャナーで読み込み保存しながら、無駄なことを何のためにやっているのか自分でも迷う時があるが、半分惰性でやっている気もする。この機会にざっと読み返してみることにした。医療・健康、化学・技術、経済・生活などと分類しているが、一番多く貯まっているのは医療・健康である。

宇部日報では「歳々元気」と題するコラムがあり、主に健康に関わる内容が扱われている。  
2023～2024 年の「歳々元気」では、健康アドバイザーの大西葉子氏が、血圧や脈拍が示す体の健康状態をいくつか解説している。血圧や脈拍は家庭で簡単に測ることができる、これらの数値に関わる健康情報を調べてみる。私は、手首にはめて簡単に血圧と脈拍を測る血圧計を用いている。日本高血圧学会によれば、血圧は朝起きて1時間以内と夜就寝する前の2回測定すると良いとされている。しかし、家庭では時たま気になる時に測る程度で、きちんと推奨された方法で測ったことはない。この際、自分の血圧を推奨の通りに測ってみることにした。この二三日風邪気味で気分も良くないが、この状態で測った血圧は2回とも、高い方が100以下で、外出時に保健センター等で測る値(120程度)より低すぎる。明けて風邪がやや治まった気分のいい朝に測ると、上が110程度で、日頃、保健センターなどで測る値に近い。血圧は健康状態等で敏感に変わることを知った。

大西葉子氏(2023年7月27日宇部日報)によれば【家庭で血圧を計測する際、「高め」と言われるのは収縮期血圧が、いわゆる「上」が135mm/Hg以上、いわゆる「下」が85mm/Hg以上、とされる。収縮期血圧が高くなる理由は、心臓が収縮して血液が送りだされる際、流れ込む動脈が硬くなったり狭くなったりしていることで、血管にかかる圧力が強くなるためだ。一方、拡張期血圧のみが高くなる状態は、太い血管の弾力はまだ保たれているものの抹消部分の血管が硬くなっていることで起こる。】

測定した血圧の値を用いればより定量的に血管の状態を知ることができる。  
ネットのニュースによれば(公益財団法人日本心臓財団「健康ハート叢書」。高沢謙二「血圧革命」講談社、2005より引用改変とある。)

【 平均血圧(細い血管の老化度。90以上の場合に細い血管が硬い傾向)

$$= \text{拡張期血圧} + (\text{収縮期血圧} - \text{拡張期血圧}) \div 3$$

脈圧(太い血管の老化度「正常範囲は40から60」。60以上の場合は太い血管が硬い傾向) =  
収縮期血圧 - 拡張期血圧 】

朝と夕方に測った血圧を用いて、上記の平均血圧と脈圧を計算すると、ぎりぎりだが一応正常値の範囲であった。

更に、「歳々元気」(2024年5月30日宇部日報)で大西氏は脈拍から得られる情報を紹介している。最大酸素摂取量  $V_{O2MAX}$ (1分間に体重1kg当たり摂取できる最大の酸素量(mL))  
【おおよその数値は  $V_{O2MAX} = (220 - \text{年齢}) \div (\text{安静時心拍数}) \times 15.3$  で計算できる。  
厚生労働省によると推定平均値は、40～49歳の男性で34.5、女性で27.4、60～69歳の男性で28.6、女性で23.4である。普段から体を動かしている人はこの数値より高いそうだ。この値が高い人ほどエネルギーの消費効率が良く、体を楽に動かすことができる。息が上がるほどの早歩

きを毎日 10 分程度続けて数値を上げられる。】

心拍数を脈拍数に置き換えて計算してみると、自分の場合  $V_{O2MAX}=35$  程度であった。

私は現在、歯科医院に通っているが泌尿器科、耳鼻咽喉科、整形外科、にも行かねばならない問題を抱えている。しかし、薬を飲んでも大きな改善が見込めそうにないと勝手に自分で判断して、仕入れた情報で四苦八苦しながら改善の努力をして病院と薬から逃げている。

上記の血圧と脈拍の例は、ご自分の測定値で計算してみれば、ほとんどの方は自分は正常値の範囲だと自覚していただけると思います。そして健康に自信を持ててもらえれば幸いである。

以 上



## 「防災と健康」の比較(一考察)

AYSA 西部部会会員 住居 孝紀

### 1. 考察のきっかけ、経緯

(1)私は防災士資格を取得し、山口県の認定防災士として、宇部市上宇部地区で自主防災活動をしています。当地区では、各自治会に防災担当者を選任していただき、各家庭に避難者カードを配布する、防災研修会を開催する等の活動をしていただいておりますが、住民の防災意識が高いとは言えません。(正常性バイアス:災害に合わないものと思い込んでいるのかも?)そこで、今後政府に防災庁が出来た時には、健康に関する診断機会があるように、災害に対する個別診断が出来るようにしていただきたいと思います、まとめてみました。

(2)考察のきっかけは、2024年11月に山口大学で行われた「第10回防災・減災講演会」(講演者:神戸大学名誉教授 室崎益輝氏—神戸市で兵庫県南部地震に遭遇し、都市防災の研究を始められた)のなかで、「地区防災計画のフレーム」には出来るものから取り組んでゆくべきとして、人の健康問題と同様に ①予防医学的備え、②緊急治療的備え、③リハビリ的備え、④公衆衛生的備えを提案されており、今回それを参考に以下のようにまとめてみました。

(3)「安全な社会」実現のために、私たちは今何をなすべきか、考えるきっかけにしたいと思っています。災害による生活破壊のない、人生100年であって欲しいと思います。

### 2. 宇部市のハザードマップ

ここでは、先ず宇部市の災害に関するデータを取り上げたいと思います。

宇部市防災ガイドブック(令和4年10月作成)によれば、ハザードマップ(災害が起こることが想定されるエリアや避難する場所などを表示した地図)として、災害種別ごとに次のように作成されています。(宇部市ホームページより)

- (1)地震(宇部市ゆれやすさマップ:令和6年10月改正)
- (2)津波(山口県ホームページにリンク:南海トラフ巨大地震の浸水想定:平成25年12月公表)
- (3)洪水(厚東川水系:令和2年4月作成、有帆川水系:令和3年4月作成、真締川水系:令和3年4月作成)
- (4)土砂災害(19地区別に59枚の地図に記載:令和4年3月作成)
- (5)高潮(4枚の地図に記載:令和5年4月作成)
- (6)その他(ため池、内水浸水推定図、デジタルハザードマップ)

### 3. 宇部市の防災に関する支援制度

近年の災害は、頻度および規模の拡大が進み、日本社会全体で如何に対応するか喫緊の課題と言えます。これまでの政府方針は、災害発生後の対策を中心に行っており、復興庁を作り復興計画に予算配分を行ってきました。それは30年前に発生した兵庫県南部地震から始まり、近年の洪水、土砂災害や東日本大震災を経て、熊本地震、去年の能登半島地震、土砂災害と続いてきており、災害大国の宿命とも言えます。しかし、この対応は災害発生後のことを中心とした施策であり、後手にまわることになります。

そこで、石破総理は政府内に防災庁を設置し災害対応の予防的措置や効率的運用を図ることとしましたが、この実効性は我々国民の意識改革なくしては、実現不可能と感じています。なお、現状の予防的措置については、行政支援が宇部市で見ても下記のように非常に小さく、課題が大きいと思います。

- (1)地震(住宅等の耐震診断及び改修等に係る事業費の補助制度、ブロック塀等の撤去費補助制度、固定資産税の減額、所得税の特別控除他):採用件数は耐震診断が年間10~20件(推定)、ブロック塀改修も同様
- (2)津波(浸水想定区域内の災害時要援護者関連施設の指定制度のみであり、被害発生後の対応が中心となっている)
- (3)洪水、(4)土砂災害、(5)高潮、共に(2)と同様な内容です。

そこで、今後の防災を個人が意識し、現状の課題を解決しながら、対策に活かし充実したものにするには、どうすべきか考察し、その結果を次項に示します。

### 4. 「防災と健康」の比較(一考察)

前3項で述べたように、防災の予防的措置をどのように取り組むかは、私たち国民一人一人が意識改革を行い、命を落とさないように最善の努力をし、なおかつ投資が必要です。

その一考察として、国民が等しく体の健康に配慮しているように、防災についても関心を持って貰いたく、考えて見ました。国民皆保険制度の防災版にしたいと考えたのです。

自分の健康については、1項で述べたように4つの備えを実施しており、これを災害予防に当てはめて、普及させたいと思っています。

- ①予防医学的備え:医学用語では、病気にかからないように予防することを目的とした学問と定義されており、ここでは、防災意識向上の醸成活動を取り上げました。災害に遭遇することはまれと思い込む正常性バイアスが働くことを取り除きます。この行動が被害増幅を起こすことになりますので、自助を意識した行動の意識改革を目指します。
- ②緊急治療的備え:医学用語では、突然の病気やけが、中毒など、急を要する患者に対して、緊急処置と診断・検査・治療を行う医療と定義されており、ここでは、災害発生時の緊急避難に関する対策を取り上げました。

③リハビリ的備え:医学用語では、病気やけが、老化などによって障害を負った人が、自立した生活を送れるように機能訓練を行うことと定義されており、ここでは、避難後の生活支援を取り上げました。現状は、多種多様な対策が実施されており、制度も次々と改訂していますので、人材育成面での提案しかできませんが、ご了解下さい。

④公衆衛生的備え:医学用語では、人々の集団を対象にして、その病気やけがから守り、それらを予防することと定義されており、ここでは、地域社会を巻き込んだ活動を対象としました。具体的には、危険度に応じて規制区域を設け、私権の制約も取り入れることになりますので、慎重な取り扱いが必要でしょう。

以上、4つの視点からみた項目別の考え方を防災に適用し、この措置の費用を行政が一部負担することで、広く普及するよう願います。いわゆる健康診断の防災版にしようとする考え方です。

個別対応一覧表は、次ページに示しますが、制度確立までの流れのみについて、思いつくままに、概要を述べます。

(1)関係法令の整備、(2)予算措置の手当、(3)所管行政庁の発足、(4)地方自治体の対応、(5)関連技術者の育成、その他、行政の制度設計が重要となりますので、十分な議論をお願いします。

#### 「防災と健康」予防的措置の比較

| 災害種別  | 予防的措置   |  |  |   |
|-------|---|--|--|---|
|       | ①予防医学的備え  | ②緊急治療的備え   | ③リハビリ的備え   | ④公衆衛生的備え  |
| 1. 地震 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・家屋の耐震診断、補強</li> <li>・ブロック塀の補強</li> <li>・家具の固定</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難経路の情報共有化</li> <li>・近くの避難所を確保(民間を含む)</li> <li>・地域消防団員の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難所での災害関連死の低減(看護師他の支援人材育成)</li> <li>・地区復興計画作成の支援(人材の派遣)</li> <li>・受援地域との協定内容の拡大</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・都市計画区域の規制(災害危険度による居住規制を含む)</li> <li>・地区自主防災会の活動支援制度の拡充</li> </ul> |
| 2. 津波 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・率先避難体制づくり</li> <li>・情報共有システム確立の費用助成</li> <li>・住民支援専門家の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難経路の情報共有化</li> <li>・近くの避難所を確保(民間を含む)</li> <li>・地域消防団員の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難所での災害関連死の低減(看護師他の支援人材育成)</li> <li>・地区復興計画作成人材の派遣支援</li> <li>・受援地域との協定内容の拡大</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・都市計画区域の規制(災害危険度による居住規制を含む)</li> <li>・地区自主防災会の活動支援制度の拡充</li> </ul> |



|         |   |  |   |  |
|---------|---|--|---|--|
| 3. 洪水   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・率先避難体制づくり</li> <li>・情報共有システム確立の費用助成</li> <li>・住民支援専門家の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難経路の情報共有化</li> <li>・近くの避難所を確保(民間を含む)</li> <li>・地域消防団員の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難所での災害関連死の低減(看護師他の支援人材育成)</li> <li>・地区復興計画作成人材の派遣支援</li> <li>・受援地域との協定内容の拡大</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地区自主防災会の活動支援制度の拡充</li> <li>・地区自主防災会の活動支援制度の拡充</li> </ul> |
| 4. 土砂災害 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・率先避難体制づくり</li> <li>・情報共有システム確立の費用助成</li> <li>・住民支援専門家の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難経路の情報共有化</li> <li>・近くの避難所を確保(民間を含む)</li> <li>・地域消防団員の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難所での災害関連死の低減(看護師他の支援人材育成)</li> <li>・地区復興計画作成人材の派遣支援</li> <li>・受援地域との協定内容の拡大</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地区自主防災会の活動支援制度の拡充</li> <li>・地区自主防災会の活動支援制度の拡充</li> </ul> |
| 5. 高潮   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・率先避難体制づくり</li> <li>・情報共有システム確立の費用助成</li> <li>・住民支援専門家の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難経路の情報共有化</li> <li>・近くの避難所を確保(民間を含む)</li> <li>・地域消防団員の育成</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・避難所での災害関連死の低減(看護師他の支援人材育成)</li> <li>・地区復興計画作成人材の派遣支援</li> <li>・受援地域との協定内容の拡大</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・地区自主防災会の活動支援制度の拡充</li> <li>・地区自主防災会の活動支援制度の拡充</li> </ul> |

(参考文献:山口県ホームページ、宇部市ホームページ)  
以 上

「80 歳からの人生の楽しみ方・・・」

AYSA 西部部会会員 浅田 宏之

昨年秋、高校卒業 61 周年記念同窓会が故郷の松江で開かれ出かけて行った。同窓会といえば、平成 25 年に卒業 50 周年に開催された際、久方ぶりに参加したほどご無沙汰であった。その後 5 年後に 55 周年を開催した時にも出たが、確か世話人代表は「最後の同窓会」を宣言していた。しかし、周りから開催要求の声上がり、今回は 61 周年と切りが悪い開催となったようだ。同窓生の大半は丁度 80 歳を迎えた昭和 19 年生まれであるので、切りがよい同窓会としてもよかった？のではと言える。

入学した時の同級生は 13 クラス 650 名とマンモス校であった。入学して 1 年後に南校が開校し、校名も松江高校から松江北高に変わったが、卒業年次は「松江高校 14 期生」と称していて、少々ややこしい。それはさておき、集まったのは 70 名余りで、卒業後初めての顔も何人かいて、思い出せない者も多数いた。出席者名簿のほかに、物故者（判明者のみ）の名簿も配られていたが、90 名の名前が載っていて、その中に懐かしい名前を見つけて驚いた。名簿に載った以外にも参加者から故人の名前が聞かされ、既に同級生の 2 割以上が冥途に旅立っているとのことであった。冥途で思い出すのは、卒業記念の寄書きに「卒業は浪人の旅の一里塚めでたくもありめでたくもなし」と書いた K 君も浪人して念願の札幌医科大に入ったが、既に冥途へ旅立ったそうだ、合掌！

前置きが長くなったが、久しぶりに同窓会で会った M 君が、今回の主題のキッカケとなる本を送ることを約束してくれた。M 君は文系クラスで理系の小生とは面識がなかったが、50 周年同窓会で、小生の親友の I 君（以前文集で登場）の紹介で知り合うこととなった。M 君はインテリア専門誌を立上げ、業界一の発行部数にまで育て上げた経営者で、話をすると宇部の建設会社の O 社長と懇意でことが判った。小生も O 社長をよく知っていたので、奇遇を感じそれ以後親交を続けて来た訳である。現在 M 君は会社を売却して、現役を引退しているが、出版界でも知人が多いようだ。その一人に元週刊誌女性自身編集長の櫻井秀勲氏（さくらひでのり、以下 S 氏）がいる。同窓会が終わって暫くして、約束の書籍「80 歳からの人生の楽しみ方」が送られてきた。裏表紙には、九

十四歳との文字と共に著者の署名捺印が押されていた。80歳の同窓会に因んでのプレゼントで、本書を贈られた同級生の一人に選ばれたことを光栄に感じた。

さて、出版界ではS氏は知る人ぞ知る有名人である。簡単に略歴を紹介しよう。1931年東京生まれ。東京外大露文科卒。1953年講談社の子会社である光文社に入社。月刊大衆小説誌「面白倶楽部」編集部配属。作家の原稿取りで社会人スタート入社早々、その年の芥川賞を受賞した松本清張、五味康祐担当となる。その後、清張とは作家一編集者以上の親交を続けた。31歳で週刊誌「女性自身」の編集長に抜擢され、週100万部の人気週刊誌に育て上げた。55歳で独立し、執筆活動に専念した。82歳で「きずな出版」を興し、現在94歳で作家活動を続けながら、著作は210冊を越えているという。

今回取り上げる本「80歳からの人生の楽しみ方」は、令和2年S氏87歳の時の著作で、86歳で書いた「60歳からの後悔しない生き方」、「70歳からの人生の楽しみ方」を出版したシリーズの最新作である。以下に、本書の構成内容を簡単に記す。

- ・第1章「常識をはずして自分に挑戦しよう」：自分の年齢を意識しないで生きことを勧める。本章の最後に、澁沢栄一の有名な言葉「四十、五十は洩垂れ小僧 六十、七十は働き盛り 九十になって迎えが来たら 百まで待てと追い返せ」を引用して、人生100年時代、80歳でゴールを決めるのは早すぎると説く。人生を全うするためには、常に前向きに挑戦し続ける姿勢が大切で、この名言を通じて、自分自身の成長と人生の意味を見つめ直すキッカケにしてほしいと言う。
- ・第2章「いまこそ数字に強くなろう」：歳をとっても稼ぐ人間になってほしいと主張している。普通の人には、リタイヤしたら年金とそれまで稼いだ蓄えで細々と食つないでいくのが常であるが、例え少額でも稼ぐことを勧める。小生などは、金に執着するのは気が引けるし、みっともないと思うが、正当な対価として報酬を得るのは当然の事とし、それが生きがいになると主張する。
- ・第3章「元気と情熱で可能性を広げよう」：言うまでもなく80歳現役で生きるには、健康が第一である。S氏は、人一倍に健康に気をつけているが、特に、「脚を鍛える」、「偏食をしない」、「なるべく内臓を外の空気に当てない」点に留意している。三番目は、聞きなれないものだが、大病を患い外科手術を受けないとの別の表現である。要するに内臓を大切にすることが大切であり、そのためには暴飲暴食、不摂生を避けることと説く。尤もなことである。

- ・第4章「出会いと縁でチャンスをつかもう」：人との付き合いを大切にすること。特に、若い人との関わりを積極的に持つこと。ある調査によれば、健康寿命を伸ばすには、バランスの取れた食事、適度な運動、快適な睡眠に加えて「人との接触・会話」が効果的であることが明らかにされている。そうした意味で、AYSAは健康に寄与しているのである????
  
- ・第5章「まだまだやれる自分を実感しよう」：80歳を過ぎると先のことを考えたくなくなるものだが、S氏は、何歳になっても先のことしか考えてこなかったと告白する。「明日のこと」「来週のこと」「来月のこと」「来年とこと」と、先の予定を入れると、今やることが出てくる。また、予定を入れても全力で頑張らずに、継続することを心掛けることが大切であると説く。上宇部では、老人クラブは会員が減少し崩壊寸前のところまで来ていたが、名前を「まだまだクラブ」と変えて、任意参加の活動に切り替えることによって会員が100名を増え、復活した。会員は誰1人老人とは思っていない。
  
- ・第6章「追い立てられる人生を返上しよう」：何事にも焦らないで余裕をもって行動することを心掛ける。小生には少々心に突き刺さった指摘であった。地域活動に精を出しているこの頃、日々の課題に追い立てられている。その分充実しているようであるが、実のところ場当たりのになっていることを反省することしきりである。
  
- ・第7章「いくつになっても教養を磨こう」：これも同感である。小生、何事にも好奇心は旺盛と自己分析している。若い頃、小田実の「何でも見てやろう」を読んだ記憶があるが、当時は乱読よろしく読書をした。最近では、思いつたら、スマホやPCで検索して満足している自分がいる。全く便利な世の中になったものだが、一過性で終わってしまい、またフェーク情報もあり、書籍で得られる情報とは距離を置くよう心掛けるべきであろう。
  
- ・第8章「100歳現役を実現しよう」：人生100年時代、昨年の統計では、100歳以上人口は、9万5千人という。日本に平均寿命は、男性81.1歳、女性87.1歳である。また、健康上の問題がなく日常生活を送られる期間を示す「健康寿命」が重要で、男性72.7歳、女性75.4歳である。健康寿命と平均寿命の差は、男性8.4歳、女性11.7歳は、健康を害している期間であるので、この期間を短縮することが重要となる。

そして、この本の最後のまとめとして、80歳を過ぎたら人生全て恩返しの世界と心得て生きていくと説く。恩返しは、苦行ではなく、楽しみながらそれをしていくのがいいという。さらに、「地を易うれば皆然り」という孟子の言葉で締めくくっている（「人はみな地位や境遇を異にするので、その意見や行為も異なるが、立場を変えればすることも一致する」という意味である）。

以上が本書を読んで印象に残った感想等である。手元に届いて一気に読んだが、同感するところが多々あった。唯、違うところは「金を稼ぐ」くだり。小生、70歳で大学での仕事から身を引き、「プロイ企画」と称するコンサルタント業を起業したが、積極的に金儲けを志向したわけでもなく、努力もしてこなかった。結果として、開店休業状態である。むしろ、ボランティアとして地域活動を中心に過ごしている。80歳を迎えた現在も、テニスやゴルフを楽しみ、自宅の畑で野菜や蕎麦、麦を育て、無農薬野菜や蕎麦打ちと自家製パンで健康維持に努めている。お蔭で大きな病気をせず、薬の世話にもなっていない。

今年は学童保育クラブを運営することになり、その運営団体の代表理事となった。4月からいよいよ事業を開始するが、どんな困難が待ち受けているか想像つかないが、持ち前の楽観志向で乗り切りたいものである。全ては、これまで生かされてきた社会に対する恩返しと心得て挑戦したい。

以 上

## こころのしなやかさは、どこから生まれるのか

AYSA 西部部会会員 薄井 洋基

嵐に揉まれる弱い木の枝のように、運命に翻弄されるころはじっと耐えて夜が明けるのを待ちます。でもきっと嵐は過ぎ去って、ころは朝日を浴びてしっかりと再生の道をたどります。私は、ころの回復・レジリエンスをあなたに伝えて、幸せに生きる方向を見つけて欲しいと言うメッセージを伝えたいと思います。私は臨床心理学を系統的に学んだことはありません。そのため、私の体験に基づいた「こころのしなやかさはどこから生まれるのか」について述べたいと思います。

私の体験の一つは、神戸大学工学部長の時代に、ある工学部教授が特許申請に当たってデータをねつ造して、NEDO の受託研究プロジェクトを獲得したという問題でした。実は、原因は研究室内部の教授・助教授の内紛だったと記憶しています。記者会見の後、プロジェクトに採択した NEDO(新エネルギー開発機構)とのホットライン窓口として対応、共同研究企業との対応、該当教授の全論文のデータチェックなど、事後処理に追われました。毎晩、帰宅途中に自分が歯を食いしばっていることに気づき、「もっとリラックスしなくては」と自覚しました。その頃、先輩や友人から「人の噂も75日」、「人が亡くなっても49日の法要が終わると落ち着く」等と慰めの電話がかかってきました。NEDO、企業、学内の対応を済ますと、その事件はすぐ忘れて、次の問題の処理に移っていきました。(忘れることも大切だと痛感しました。)

人の噂も75日 : 世間の噂は、一時盛り上がっても、やがて忘れ去られてしまう

四十九日 : 亡くなった人は臨終から7日ごとに閻魔大王の裁きを受け、49日目に極楽浄土にいけるかどうか、決まると言われています。

人のこころの傷や哀しみは、時が経つにつれて癒やされて行きますが、記憶が薄れていくことと、レジリエンス作用によるころの回復が、前向きに前進しようとする気持ちを強くしてくれるのだと思います。

【教訓 1】 苦しみの体験は人のこころを強靱なものにする。

私は小学生の時、合計 3 年間の入院・自宅療養生活が続き、股関節機能を失った結果、身障者になりました。小学生の時代(留年して 7 年間在学)は登校拒否ではないけれど登校不可でした。(以来 70 年間に渡って、身障者の生活を続けてきました。)高校卒業まで、コルセット装着や杖歩行。(受験勉強は短時間集中方式)が続きしました。私は人のために役立つ研究を志し、工学部に入学しました。京都大学の先生から「人生の伏流水を作っておきなさい」と言われたことを今も思い返します。山口大学に赴任後は、雑用を厭わず「頼まれれば、何でもやります」がモットーでした。神戸大学に異動後は、大学の管理職が続きましたが、69 才で宇部に帰ってきました。帰京後は宇部環境コミュニティ理事として、子ども達の環境教育を推進してきましたが、まもなく体の不調(膀



膀胱・膝と股関節の人工関節置換)により、活動の主体を著作と「こころの語り場」活動にシフトしています。

## 【教訓 2】「人のためにつくそう」(利他の心)を早くから人生の目標にしよう

上記の経験からも、「人生には多くの苦しみがある」ことが分かります。仏教では苦しみは、四苦八苦といわれます。内訳は 生苦 病苦 老苦 死苦 に加えて 愛別離苦 怨憎会苦 求不得苦 五蘊盛苦(ゴウンジョウク)で八苦となります。特に四苦について考えましょう。

四苦：若い人も、病気や老いることの苦しみを現時点では感じない人が多いと思いますが、人の死を体験して苦しむ人や、生きることの苦しさをを感じる人が多いと思います。また、入試や友人との関係がうまく行かず、落ち込んだり登校拒否になる人もいます。そこまで行かなくても、青春時代は憂鬱なことが多いのです。年老いた人は病や老いることの苦しみを体験しつつ、あまり遠くない未来に、死が訪れることを思うのも苦しみの一つです。このような苦しみから発生したトラウマ、ネガティブな心の状態からの回復し、こころを強靱なものにするための方策にはどうしたらよいのでしょうか。以下は私の体験です。

「病苦 1」 幼少期の体のトラブルによる苦しみ、それから発生した精神のアンバランスによるトラウマに悩まされました。成長過程のかなり長い期間を要しましたが、周囲の人たちの優しい思いやりに救われて、また自己治癒能力の向上によって、苦しみから脱却できた、(「臨床心理学教室のパンプキンさん」に詳細な経緯を記載しました。)

「病苦 2」 42 才で急性肝炎(劇症肝炎の一手手前 GPT=3000)を発症しました。数日で危機を脱し回復方向に向かうも、肝機能が元に戻るのには約 10 年を要しました。その間、家内のくも膜下出血による長期入院と後遺症もあり、大変な 40 歳代でした。

「病苦 3+老苦」 72 才で膀胱癌、人工関節置換を経験し、老いの苦しみと病苦の複合に悩みました。この頃から物質世界をどう観るのか、彼岸の世界を観て現世に往還することの大切さを深く考えることにより、病苦を脱却。(「残照への往還」に記載)してきました。

「死苦」：人は死して何処に行くのか？私たちは死して会えなくなった愛する人と会うことができるのか？と言うことを主題に「あなたに会いたい」に、生きることのキーポイントを描きました。「物質にとらわれずにこの世界を自在に観て、自由に生きることが、死を恐れずに今日を幸せに生きるために重要である」ことを強調しました、このためには、「論理にとらわれない」即ち「没論理の世界を体得する」ことです。

私は 63 歳の時、神戸大学で最終講義を行いました。大学の研究は、論理を大切にします。しかしながら、実験装置などを後輩の教授に渡して、大学を去ると、実験主体でやってきた私の研究は、継続が難しいのです。私は聴衆を前にして、「退職後は論理の世界を離れ瞑想の世界に入る」と宣言しました。出席者の中から質問が出ました。「それは宗教の道に入る」と言うことですか？私は、「必ずしも宗教では無いと思いますが、論理一辺倒ではなく、もっと自由なものを見方を極めたい」と答えました。しかしながら、その後 6 年間、神戸ポートアイランドの「スーパーコンピューター京」の神戸大学側渉外担当として、完全にフリーになれませんでした。69 才で、宇部市に帰ってき

て宇部環境コミュニティ理事として、子ども達の環境教育の推進を行ってきました。その後の病苦・老苦については先に述べたとおりです。

### 非論理と没論理は異なる

没論理は、論理を超越して、この世界を観ることです。(禅で言うところの大悟の世界とも言えると思います)私は、この世界は私を中心とした、相対性理論で言うところの宇宙の地平線で囲まれた球形の膨張する世界であると考えます。私の心に形成され、私が生きるこの固有の球形世界は、私の意識のなかにあり、私が死ねばその瞬間に世界は消滅して、私自身は彼岸の世界(西方浄土でも、天国・煉獄でも良い)にワープする。でも、本当のところ、彼岸の世界(あるいは阿弥陀仏のおわします西方浄土)は何処にあるのでしょうか？ ⇒ 宇宙論で言うところのマルチバースの世界の一つに存在するのでしょうか。私はこの余剰次元の世界は私達の4次元時空間の世界と超重畳した世界であると考えます。([あなたに会いたい]の第2部にこの考え方を述べました)

没論理の世界に生きるようになった私は死を恐れない気持ちを持とうとしています。勿論、近い将来、老いと病に苦しむことでしょう。でも、死を恐れずに周囲の人たちと幸せを分かちつつ、生き続けようと思います。このような考えに至ったのは、長年に渡る経験の中で、苦しみを克服する訓練をしてきたからです。でもそのような状況に至る前の人には「こころのしなやかさ」を鍛えて、人生のピンチから回復する「レジリエンス」を高める必要があります。そのため、後半では「レジリエンスを高める方策」について、考えていきたいと思います。

### 回復過程でもっと強靱なところになる可能性(その1)

植物は、強風で傾いたり倒されても、太陽に向かって再び立ち直ります。農家は冬期の麦の栽培をしなくなりましたが、以前は冬に麦踏みをするのが当たり前でした。麦は倒され踏まれたことにより、より実りの多い結果をもたらします。人の場合、深刻なピンチの状態から回復するためには、望ましくは、臨床心理セラピストの援助がある方が良いでしょう。しかしながら、登校拒否や引きこもり、その他の心理的葛藤のある人への援助は、必ずしも十分とは言えません。私達が、援助のシステムを理解して、適切な対応がとれるようにすることが大切です。でも最終的には、しなやかな心の持ち方、この世界の自在な見方等から人のこころに芽生える自己治癒能力の向上、レジリエンス能力の強化が、私達をピンチから回復を促してくれると思います。

### 回復過程でもっと強靱なところになる可能性(その2)

以下のような項目を強化しましょう。①人との絆を深める。②人は孤独ではない。人間が社会と関わることの本质は、「利他の心を持つこと」です。③人に良くしてあげよう、人のために尽くそう、と言う優しさはその人の心を強靱なものにします。このような「利他のこころ」を人生の目標に置くことが大切であり、しかも目標を定めるのは早ければ早いほど良いと考えます。④他人からの理不尽な仕打ちに、どう対応して、こころが折れないように立ち直るのか？という点については以下のように考えます。

- ・ 学校や会社で訴えるシステムがあれば、勇気を出して担当者に相談をする。

- ・ 相談もできない状況の時、自分の置かれた状況を正確に分析して、自分の考えを文章に書く。
- ・ 詳しく書くことによって、怒りのところはかなり緩和されます。
- ・ 少し、日時をおいて、書かれたことを再度分析、ここに問い直します。この過程を繰り返すことにより、失敗を恐れずに、自分の進みたい道をトライすることができるようになります。
- ・ たとえ、希望する結果にならなくても、不本意とはいえ小さな結果が生まれたと考えましょう。
- ・ 小さく産まれた結果を、大きく育てる努力をしていくのだと、決心して、前進しましょう。

#### 最後に、幸福について 一言

- ・ 幸福 Happiness ～ Happen (突然おこる)
- ・ 語源的には Happiness は Happen と同じだそうです。
- ・ 健康で大金持ちという条件のみでは、幸福とは言えない。
- ・ 色々と条件をつけて、それらが満たされることを目指すことが、幸福への道ではない、と考えます。
- ・ ガチャ玉からコロッと出てきた小さな喜び ⇒ そんな小さな喜びに幸せを感じ、周囲の人とそれを分かち合うような、人でありたいと思います。
- ・ 皆さん、お幸せに

#### 「コラム」 「happiness」という言葉の語源について

「happiness」という言葉の語源は、1520 年代に「良い運命」を意味する「happy」と接尾辞「-ness」から派生したものです。この言葉は、1590 年代から「心地よく満足した心の状態」を指すようになりました。

また、古ノルド語の「happ」(機会)に由来し、偶然の良い出来事を意味していました。英語の「happen」も同じ語源を持ち、「良いことが生じる」という意味が含まれています。

ヴァイキング時代に使用されていた言語は「古ノルド語」と呼ばれます。この言語はゲルマン語派に属し、北欧全域で話されていました。現代のデンマーク語、スウェーデン語、ノルウェー語、そしてアイスランド語などは、すべて古ノルド語を基盤として進化してきた言語です。

以 上

私の園芸生活その3 —— 生き物相手に効率化は難しい話

AYSA 西部部会会員 安宅 喜久雄

パンジーやビオラという春咲きの花を咲かすために毎年苦戦している。上手く行った時と同じようにすればよいのだが、何せ一年に一度のことであり、正確な手順は覚えていない。今年は1.種を高温に貯蔵しない、2. 適温になるまで種蒔きしない等の今までの経験を思い出して行った。

今年は発芽まではうまくいったが、発芽した小さな苗をポットに移植する際に、その用土を例年は、pH 調整された無肥料の用土に腐葉土と堆肥と緩効性肥料を混ぜ合わせて作るのだが、堆肥や腐葉土の販売単位が40L で、私には少々重すぎたので、近くの激安スーパーで目に入った「肥料入り培養土」税込み 99 円を目にした時に「これだ！」と思ったのだった。重量も一袋数キロ(20L)で、急いで 10 袋購入した。

発芽した苗を、この培養土を用いてポットに移植したまではよかったが、普段なら小さな苗も育つのに、生育が全くよくない。次第に小さな苗はしおれて枯れていった。

枯れた苗をにいて見ると、根の生育が全くよくない。丁度その時にテレビを見ていて、「苗の時に肥料を与えすぎるとこのように枯れる」と園芸家が指摘していた症状と酷似していた。「土が失敗の原因か！」悟った次第である。

恐らく用土のpH が悪かったと思ったが、今年の苗はもう取り返しがつかない

妻には「安物買いの銭失い」と揶揄されるし、今年の花苗は例年の十分の一程度も生育できなかった。例年のご近所への花の配布も今年はできなかった。楽しみにしてくださっているご近所に申し訳なかった。生き物相手に今までの経験を変更することはもっと慎重であるべきであった。一次産業に携わられている方の「うまくいっていた例年のことを変更はしない」「今までの経験から伝えられている伝統と言ひ伝えは絶対に守る」といったことの大切さを体験したしだいである。

わずかな金銭と労力を惜しんで、いままでうまくいっていた事を安易に変更してしまったことを反省することしきりである。とかく、効率化や経済性を求めて手順や方法を変更しがちな私の性分は、すぐに再実験ができた会社時代にとことん追求してきた合理化と効率化の癖がまだ抜けていないのであろう。そういう全くのゲゼルシャフト社会に生きてきたのだからしかたないのかもしれないが。

ゲマインシャフトの地域では、歴史や文化、助け合いの精神が絆を深め、合理性よりも共同体全体の調和や幸福を優先する。AYSAの活動を活発化させるには何かの対外的活動が必要であろうが、完全なゲマインシャフト社会においてゲゼルシャフト的な考えに基づいた協力活動は難しいかもしれない。効率化や合理性の追求はゲマインシャフトでは好まれないと思う。

尤もAYSAがゲマインシャフトで有り続けるのはもっと困難である。後期高齢者ばかりのゲマインシャフトに入りたい若者はいない。

先日、被災地でボランティアが被災者の家の後片づけを人力でコツコツやったおられた様子をテレビで見て、「ベルトコンベアーを使って効率的にやればよいのに」「小型の重機をもっと入れたら」というと、妻から「人がやるから良いのよ」と一喝された。

ボランティアという典型的なゲマインシャフト社会に効率化を唱えるなど、もっての外なのだろう。

以 上

## 「全国山城サミット益田大会」に出かけました

高津 清流

令和 6 年 11 月 16 日・17 日に全国の山城ファンが結集する「第 31 回全国山城サミット益田大会」が島根県益田市で開催された。

私は、サミットの存在を偶々知り、せめて、関係者の熱気を共感してみたいと、当日予定されていた昔の職場の OB 懇親会を欠席し、サミットに向かった。

険しい山を利用して築かれた山城には、その土地の戦国史が凝縮されており、魅力がある。「全国山城サミット」は山城がある全国の自治体で、毎年開かれている。今年は第 31 回目で、地元には中世の石見地方で最大の勢力を誇った益田氏の居城・「七尾城跡」があることから、数年前、益田市が手を挙げたようだ。

益田は私が育った故郷であり、案内が計画されていた山城や、御土居等を、既に数回訪ずれていた。しかし、ある旅行会社が計画したバスツアーの紹介が届いた。広島や徳山、新山口で客が合流し益田に二泊して、初日はサミット、翌日は七尾城等の益田市内の史跡歩き、3 日目は益田から津和野の三本松城、更に山口の高嶺城址を専門家の解説を聞きながらバスで巡るという宿泊込みの計画に興味を感じ、直ぐに申し込んだ。

三本松城、高嶺城は共に下から望んだ機会は多いが、この長い人生の間、実際にその場に立った経験が無く、中世、数多い戦いの行われた現場で、同好の方々と語らいながら自分の感覚を確認したかった。

ただ残念ながら、募集人数が最低催行人数に足らなかった模様で、約 10 日前に中止とのことのお詫びの書面が届いた。慌てて、サミットの主催者に連絡した。

当初は、席が完売されており、入場はあきらめて下さいとの話であったが、旅行社に申し込み、途中で中止になったことを説明したところ、市職員は状況を把握され入場券の発送を約束された。すぐさま、益田のホテルを確保し、当日は早めに会場の「島根県芸術文化センター グラントワ」に到着した。

開会 2 時間 30 分前には既に大ホールへの入場者の席取りの列が長く続いていた。私は席取りを諦め、レストランで食事をとり、相席でお隣に座られた人と山城の会話を楽しんだ。広島・呉から車で来られた、私より一歳若い方で、過去にも別の山城サミットに参加し、すっかりハマったと言っておられた。

大ホールにはおよそ 1500 人が集まり、市長、県関係者、各種議員（国会議員を含む）等の挨拶や祝意が長く、その上、郷土芸能の神楽舞披露（今回は蛇舞）と続き、行政の絡み、地方を売り出したいとの意向が強く表に出た前座であった。



その後、やっと待ち望んだシンポジウム実質が始まった。

幾つかのプログラムが進んだが、学術的な内容ではなく、多分地元の人の三割は知っているようなことを、テレビで顔を知っているような著名人が掛け合いで説明、紹介、笑いを取るエンタメ番組的なシンポジウムと感じた。

この城には石垣は無い。今回、大金をかけて作成された赤色立体地図（航空レーザー測量により得られた、数値標高モデルを用いて作成）が、昔日の城の細部の起伏まで表示していたのが目新しい。

コーディネーターの城郭考古学者の千田嘉博さんは「当時としては見事な建物が山の上に建っていて、敵を欺く堀と土手の防御がすごい」と語られた。またパネリストとして、東京から飛んできて参加された俳優の石原良純さんは、当日初めて七尾城跡に登ったことにふれ、「敵に備えて自由に見渡せることが大事なので、登ってみて防御のし易さを理解した」と語られた。

故郷でありながら、これだけ多数の集まった会場に、知人、友人の顔は探せなかった。隣席の数人と会話したが、広島県、山口県、出雲地方から参集したシニア層の男性が多い。男は年齢を重ねると歴史への関心が高まる故か、ロビーにて販売されていた山城に関する書籍も、予想以上に手に取る人が多かった。

なお、「全国山城サミット連絡協議会」に参加している加盟団体は 110 団体であり、加盟城は 175 城という。更に別途頂いた資料によると、中世には益田市内だけで 80 ヶ所の山城があったと記されている。まさに国中、山城だらけ。昔、観光したライン川の古城との比較は意味がないだろう。

翌日は、朝から雨の落ちそうな天気であった。

駐車場と指定されていた市内の広場に着くと、そこからは、数多い関連イベントの会場まで、多くの無料バスがピストン運行していた。私は、主目的の七尾城跡の城下に運んでもらった。町中がサミット祭りの応援で、方々に旗、案内のポスター。城山下の広場で知り合った 90 歳の独居老人は、市の中心地まで来るのにバスだけで 45 分もかかる山間部で生活しておられ、何かのイベントがあれば、その都度バスで市内に来ており、野菜作りと、出かける事が楽しみであるという。標高 120m の本丸跡まで複雑な山道を、杖を片手に、二人で話しながらゆっくりと登った。90 翁は、私が心配した以上に足腰が丈夫であった。

本丸跡に到るまでの要所々々に、市の職員やボランティアの方々が待っておられ、細かな説明があった。その方々の説明は事前に知っていた範囲内で、頭に残っていないが、90 翁の言葉に感じ入ったことは多かった。久しぶりに市内に向かうことを知っている嫁ぎ先の娘から、細々した電話を連日貰ったという。

「今日は御一緒に楽しかった。またお会いしましょう」との言葉を何度も交わして城下で別れ、私は降り出した小雨の中、宇部に車を走らせた。

以 上



第31回

山城サミット

YAMAJIRO

全国

益田大会

国史跡  
七尾城

SUMMIT

2024

1日目

11/16日

13:00~16:30

集え！皆の音！豪華ゲストが益田の魅力を語る！

シンポジウム

2日目

11/17日

10:00~16:00

中世と現代の益田の魅力を楽しくて学ぶよくばりイベント！

中世益田ビッグフェスタ

中世の時代、栄華を極めた益田

海に国境のない時代－中世。山陰地方の西端のまち益田は、その地理と地域資源を活かして、大きな輝きを放っていました。人々は、中国や朝鮮半島に近い地理と、中国山地がもたらす材木や鉱物などの地域資源を活かして、日本海交易を進めました。領主益田氏は、自らも交易に積極的に関与し、優れた政治手腕を発揮して平和を実現しました。経済的繁栄と政治的安定のもと、東アジアの影響を受け、どこにもない文化が花開きました。現在の益田には、その歴史を物語る、港、城、館の遺跡と景観、寺院や神社、町並み、庭園、絵画、仏像などの一級品がまぎれずに残っています。時代と地域の特性を活かして輝いた益田は、中世日本の傑作と言え、全国でも希有な中世日本を味わうことのできるまちです。そして令和2年6月19日、中世の益田にまつわるストーリー「中世日本の傑作 益田を味わう－地方の時代に輝き再び－」が「日本遺産」に認定されました。

全国山城サミットとは

全国山城サミットは、全国の山城がある市町村等が情報交換を通して観光と交流を深め、山城の保存方法や観光資源としての山城を活かした地域の活性化を図り、美しいふるさとづくりを進めていくことを目的として設立されました。加盟自治体は106道府県、172市町村で、年に1回持ち回りでサミットを開催しています。なお、益田市では初開催。島根県内では平成30年度の安来市に次いで2回目の開催となります。

主催／益田市・益田の歴史文化を活かした観光拠点づくり実行委員会、一般財団法人自治総合センター  
後援／総務省、島根県、島根県教育委員会

日本遺産のまち  
島根県益田市で11月  
中世のにぎわいが  
よみがえる



島根県  
益田市への  
アクセス  
情報



大会詳細は裏面

## 歴史の裏読み「欧州遣欧使支倉常長」

AYSA 西部部会会員 村野 司郎

### 1. はじめに

2 年前のラジオスペイン語講座テキストに日本文化に精通したあるスペイン人が書いた「支倉常長の足跡をたどる」という連載エッセイがありました。これを何となく読んでいて、その内容は嘗て高校の日本史で学んだのとはかなり違うと感じましたのでそのことを一つの話題として取り上げてみることにします。

我々がこれまで学んだ教科書には

——支倉常長が伊達政宗の命を受け、自ら計画を立て日本人主導でスペイン、イタリアまで到達し堂々とスペイン国王、ローマ法王に謁見をし通商交渉は不調に終わったものの歓待を受け立派に足跡を残して帰国した——と書かれていたように記憶します。しかしこのエッセイによると、支倉常長は遣欧使節団の形の上では長ではあるものの客観的に見るとスペイン人宣教師に操られた体のいい据え人形のような存在にしか過ぎなかったようなのです。

「歴史は往々にして勝者の記録そのものであり都合の悪いところは極小化されて描写される」。我々が学んだ「支倉常長」はその類ではなかったのかと感じた次第です。

- 引用文献 1) 支倉常長日西文化協会 ウェブサイト  
2) Gakken ゴロゴロ日本史  
3) NHK スペイン語講座テキスト 2023 6～9 月号の連載記事  
[MOMENTOS]

### 2. 通常の「日本史」に書かれてある記述例

#### ・ Gakken ゴロゴロ日本史 P110

1613 年、仙台藩主伊達政宗は家臣の支倉常長をスペインの植民地ノビスパン（現在のメキシコ）、スペイン、そしてイタリアに派遣した。常長はローマでパウロス 5 世に謁見して通商を求めたが目的を果たすことが出来ず 1620 年に帰国した。

#### ・ 一般社団法人支倉常長日西文化協会 ウェブサイト

伊達政宗の命を受け、慶長遣欧使節団としてヨーロッパに向かう常長。その人生は輝かしい一方でミステリアスでもあります・・・・。

米沢市関の立石に生まれたといわれ、慶長の役で軍功があった支倉常長はサン・ファン・パウテイススタ号に乗り、太平洋と大西洋を横断、スペイン国王、ローマ法王

に面会を果たしました。結果的に交渉はまとまらぬまま、失意の帰国となりましたが支倉常長一行は、日本人で初めて太平洋・大西洋の横断に成功し、初めてヨーロッパに赴き外交交渉を行い歴史的偉業を成し遂げたのです。

### 3. 従来から私が抱いていた疑問

- ① 遣欧使節団って何のこと？
- ② いつ頃の時代の話？
- ③ 支倉常長って何者？
- ④ 伊達政宗の使節派遣の目的は？
- ⑤ 外国との接触で言葉は障壁にならなかったのか？
- ⑥ 宣教師ルイス ソテロが仙台へ赴くに至った経緯は？
- ⑦ 正史ルイス ソテロの行欧の狙いは？
- ⑧ 航海関連事項（財源、船舶確保、航海術、航海用機器、食料、乗組員 etc.）はどうなっていた？
- ⑨ 使節がたどった足跡は？
- ⑩ 渡航の目的は達成されたのか？
- ⑪ 常長は帰国したのか？ ソテロは？



FIG 1. 慶長遣欧使節7年間の足跡マップ 引用文献 1)



以下、スペイン語エッセイの記述と対比させながら私の気づきや疑問を付け加えていくことにします。

## 4. スペイン人のエッセイに書かれていること

### 4.1 ①～⑦ にかかわる内容

- ・日本におけるキリスト教布教の目的でイエズス会やフランシスコ会を中心にポルトガルやスペインの様々な修道会が日本列島への伝道を試みていた。
- ・スペイン セビリア出身のフランシスコ会宣教師ルイス・ソテロは日本に長期にわたり滞在し日本語が堪能で
  - i 日本とヌエバ・エスパーニャ(現メキシコ)及びスペインとの貿易を促進し
  - ii 多くの宗教者を日本へ派遣したいとの二大計画を立案しさらには、自身が司教になることを目指していた。
- ・その過程で当時の有力大名の一人伊達政宗と知り合う。
- ・伊達政宗も天下取りの野心あり。
- ・1613 年幕府のキリスト教禁令によりソテロは幕府に捕らえられるが伊達政宗の嘆願で命拾いをする。(正宗の魂胆が透けて見える)
- ・かねての二大計画を進言する。
- ・伊達政宗は大きな商業活動を始めるチャンスと考え使節派遣に OK を出すことに。
- ・その使節団の形の上でのトップに支倉常長を任命した。

### 4.2 ⑧ にかかわる記述

- ・塩釜にてスペインの造船技術をもとに建造された大型帆船 Galuon 船、San Juan Bautista 号 500 トンは 1613 年(キリスト教禁止令発令の前年) 10 月 28 日仙台の月ガ浦湾から出帆した。(当時日本に外洋公航海可能な大型船の建造技術はおろか、その航海技術もあろうはずもなかったであろう)
- ・乗組員は総勢 180 人で、徳川幕府の侍 10 人、仙台から 12 人、ポルトガル人とスペイン人合わせて 40 人、その中にセバスティアン・ビスカイノ、ソテロ本人、イグナシオ・デ・ヘススとデイゴ・イバニエスがいた。  
(決して伊達藩主体の船団ではない、幕府からも参加している、外国人もスペイン、ポルトガル人が 40 人！)

### 4.3 ⑨ 使節がたどった足跡

#### ⑨-1 往路

- ・塩釜 月ヶ浦出帆 San Juan Bautista 号、Nueva Espana の Acapulco へ出帆 3 か月要す。(航海技術、羅針盤、食料、医療、意思疎通、資金など他力本願であつたろう)
- ・Acapulco から陸路メキシコを横断(多くの団員は同地に残留)
- ・一行は大西洋に出ると San Jose 号に乗り換えスペインへ
- ・一行は、河をさかのぼって 1614 年 Madrid に到着。国王 Felipe3 世に伊達政宗からの親書を手渡す。8 ヶ月滞在、常長は洗礼を受ける。交渉うまくいかず。

28 名（内日本人 22 名） 次の地へ.

- ・ 1615 年 Rome 法王 Pauro5 世に謁見。歓迎は受けたが 2 つの希望（交易開始と修道士の日本への派遣）は受け入れられず（なぜ？…ローマ側は既に家康が 1613 キリスト教禁止令を出したのを知っていた）。

- ・ 1617 年 7 月帰国の途に。

（全体として、日本人のみでは旅そのものも交渉も不可能であったろう！）

#### ⑨-2 帰路

- ・ Rome, Madrid, Seville, Veracruz を経て Acapulco へ戻る

（途中 Seville のソテロの兄の農園で 1 年余り滞在。 同行者は使節団のリーダー 2 名、フランシスコ会の信徒 1 名、支倉の側近 5 名）

- ・ 支倉の帰国に関しては、Acapulco から、太平洋、Manila、長崎を経て 1620 年 9 月仙台へ（出発から 7 年が経っていた、常長 47 歳）

#### 4.4 ⑩, ⑪ にかかわる記述

- ・ 目的である 交易開始、修道士の日本への派遣 は叶わなかった。

- ・ ソテロは 4 年間 Philippine に留まった後長崎に密入国、1624 年火あぶりの刑に

- ・ 常長は 2 年後の 1622 年に死去、墓は宮城県黒川郡大郷町東成田

## 5. 終わりに

① 「歴史は勝者によって都合よくつくられる」・・とはよく言ったものだと考えます。日本史に出て来る支倉常長の話は勝者の話ではないが、日本人として認めたくないこと、つまり外国人のイニシアティブで渡航が行われていた事実をあたかも、日本人が独力で渡航していたように書かれているのは、よくあることとはいえ褒められるべきこととは言い難い。

② それにしてもこの話、スペイン宣教師ソテロ、伊達政宗、徳川家康らの思惑と野望が交錯した複雑な時代背景があることを感じました。伊達政宗の支倉常長欧州派遣はタイミングが悪かった！ またこの話には出て来なかったが 1630 年台後半に徳川幕府がいわゆる「鎖国」政策を採る中でオランダが残り、スペイン、ポルトガルが除外された背景にはオランダの幕府への強かで巧みな「諫言・画策」があったからからのこと。（そのオランダの狙いも結局は日本制覇！）返す返すも歴史の深読みが大切と感じます。

以 上



## 「町内会・自治会」への雑感

AYSA 西部部会会員 金子 弦

### 町内会長をくじ引きで決める

最近わが町内会の会合が開かれた。町内会長をくじ引きで決めようという会合だ。じつは中々町内会長のなり手がなく、何とか担い手を見つけて、またお願いして任務期間を伸ばしつつやって来た。しかしついになり手がなくなった。70 代の私を含め元気な高齢者はかなりいる。私は地域の信任がない人物なのでまず外れる。しかし皆さん何かと理由をつけて成りたがらない。

会長の仕事についてはよく分からないが、大変なのだろう。統括する職務は当然として、他は皆が手助けすれば良い。しかし何も高齢者のみがやるべきものでもない。働き盛りの人達は仕事・家族の世話と同様に地域との関わりも重要だ。

それでは外国ではどうかというと、似た組織はどこにもあるようだ。所得が近い世帯が集まったあるアメリカの住宅地は景観の規律が厳しいとかヨーロッパの赤い屋根地域の写真とかギリシャの白い壁など景観に関しては良く知る所だ。勿論景観だけでは無い筈だ。

### 地域との繋がり

少し奇異に思う人もいるかも知れないが、自治会・町内会は法律に規定されている訳ではないそう。しかし市役所の役割の一部を担っているという事か、役所との関わりもあるようだ。あえて言えば脱退も可能だという事だ。

そうすると「ゴミ捨て」は、となるが、我が町内のゴミ箱は会費で積み立てて購入したもの。会費を出さないものには使わせたくない。個人で市のゴミ処理場に毎回持って行く事になるかも知れない。

日本人は真面目なので、義務感を感じて強制されているものだと受け取りがちだ。私は実際は知らないが、PTA などそうなんだろう。もし義務感などを感じなければ、本来人間は本能的にまわりの人々と自由に楽しく集う事は嫌いではないと思うのだが。

父が亡くなったたかだか 30 年位前は、同じ町内の奥さん達が食事したくなどを共同で準備する為わが家に集まっていた。また父はそれ程影響力のあった人物とは思えないが、大勢の近所の人々が集まった。本当の所は故人の事を思って

集まったのか義務を感じて来られたのかは分からないが。ほんの少し前まで地域の繋がりは強かったのだ。数年前に亡くなった母の時は家族だけ集まって簡素に葬儀をした。

## 仕組みや運用を「緩やかに」

わが町内はくじ引きで誰が町内会長をやるようになるか分からない。思うに、もっと仕組みや運用を「緩やかに」してはどうだろう。かつ「分かりやすく」する。

毎年報告書を見るに付け、町内会の規定は在る程度必要だと思うが、誰でも理解できる文章ではない。誰か経験のある人が作ったのか、まるで民法の様だ。またお金を扱う以上会計はしっかりした会計技能は必要だ。それでも基本は強制ではなく、思いやり・ボランティア精神から生じる活動が理想かも知れない。人間関係の縛りをきつく経験してきた人にとっては、うんざりだと感じるのだろう。

ではなぜ町内会活動が必要なのか。居住地域などの問題などは役所が担っているが、担いきれない直接的なまた細かい部分は住民が担うべきだ。ごみ捨て、災害、防犯、介護、子育て、住民同士の親睦など、地域情報の共有など。

## 地域の現状

新聞で見た記事だが、最近では地域の付き合いをはっきり否定する人も増えてきたそう。また最近では住民同士の挨拶もあまりされないとの事。私も挨拶は苦手だが、最低限挨拶されたら返そう。私の近所は新しい家も多く建ち、若い人も増えたが、ある若いご家族が越されてきた時には挨拶もなかった。あとから奥さんやお子さん何人かおられる事が分かった。別に他の家の事を知らなくても良いが、災害時やまた挨拶にしても、相手が奥さんならまたそれなりに挨拶の仕方も違う。

ここは別に都会の様に常に人が入れ替わる土地ではない。それでは街で出会ったら気まずくは無いか、いやまず今の人々は家の外に出ない。出る時はドアからすぐ車に乗る。滅多に歩かない。それに会ったとて誰だか分からない。情けないが私もその傾向がある。ただ苦手なだけで、それでは良くないとは思っている。

このような人ばかりが増えると、間違いなく「引きこもり」や「うつ病」が増える。これでは良くないと思うから、人生残りの時間を何とか人々と接触したいと努めている。

## 町内会の未来

日本では中々利用が進まないが、町内会をサポートする電子ツールも出てきている。一つは「電子回覧板」というあるスマホアプリで、何でもスマホで写真を撮って情報をすぐ共有できる。冊子をPDFにして載せる事も出来る。勿論載せる人は権限が必要で、住民はスマホで見るだけ。

未来といえば、町内会はどうなっていくのか。今の人はスマホばかり見ていたりとか、引きこもりは良くないとか言われているが、それらの傾向を加速しそうな技術ばかりが発達しつつある。スマホはやがてメガネ型（またはコンタクトレンズ型）の拡張現実型端末となり、常に現実か作られたものかが分かりにくい世界に（意識は）住む様に成るはず。

イーロン・マスクなどは頭に端子を埋め込む事を考えているとか。なぜならAIの進歩に人間の脳が追いついて行けなくなり、融合するしかないらしい。人間の脳には可塑性というものがあり、AIに対応してトレーニングでシナプスのネットワークを増やし、在る程度は能力を拡張して行けるとの事だがそれでは追いつかなくなるとの事。しかし端子が埋め込まれれば、悪意を持った指示が出された時、いざと言う時は逃げるにも逃げようがない。そんな危険性も感じる。鎖で繋がれた様なものである。

マトリックスと言う映画があったが、人々はケーブルで繋がれ、エネルギーのようなものを取られて、意識は仮想のVRバーチャルリアリティーの世界に生きている。映画は単なるお話だが、物理的な実際に今住んでいる場所はあまり意味がなくなるのかも知れない。それでも未来の人々が試行錯誤しながら、より良く生きて行く事を祈るしかない。

以 上

-

『少子高齢化の加速に伴う地方消滅危機を考える』

AYASA 西部部会会員 北見 幹治

10 年前に、少子高齢化社会の到来に伴い全国 896 の地方自治体が消滅するという中公新書「消滅可能性都市 896」の衝撃をきっかけに、内閣に地方創生担当大臣が新設され、「女性活躍推進法」の法案成立や「希望出生率 1.8」目標の政策実現に向けて少子化対策の本格的取組みがスタートした。

その間、政府や地方自治体では様々の政策を打ち出してきたが、それでも人口減少問題には歯止めがかかる兆しは見え、昨年度の出生数は 80 万人をきって出生率は 1.2 と 10 年前に比べてさらに悪化してきている。

地方自治体における人口減少の要因としては、「自然減」と「社会減」による増減に大きく影響され、特に地域における転出・転入の移動人口数の違いに大きく左右される。

そのために、各地方自治体においては地域特性を活用した地域創生事業やスタートアップならびにイノベーション事業対策にチャレンジする流入人口を増やすために注力しているが、定住増による成功事例は極めて少ない。

地方単位では施策がうまく機能して消滅型可能性が解決されている自治体例もあるが、自然減が加速する地域、社会減が深刻な地域、両面で減少が進む地域、また東京周辺に見られるような他地域から人口が流入する自治体、すなわち自然減を社会増で補う「ブラックホール型自治体」のようないろいろの違いが生じており、日本全体では人口態様はやはり悪化していると思われる。特に、若者や女性が集中増加して人口増加が起こっている東京においても、昨年度の出生率は 0.99 と激減しており、将来 2100 年には国内人口 6,300 万人に半減するのではないかと推計されているのは全くの驚きである。

既に、地方の自治体の中には、日常生活に直結する様々な商業施設や事業施設(例えば、スーパーマーケット、書店、図書館、医療機関、交通機関、飲食店、娯楽施設など)で人口減少に伴う消費量が低減しているために経営が悪化し、施設の業務が縮小されたり、削減又は閉鎖予告が報道されている。このような状況になると、地方自治体では税収入の確保が厳しくなり、また人手不足も絡まって地方自治体の運営が成り立たず、消滅危機に晒されているのが実情である。

つまり、このままでは、日本経済は少子化の流れに身をまかせて「縮小スパイラル」に陥り、国力は低下して「小国として生きていく」しか選択肢はなくなる或いは消滅するのではないかと不安を抱かざるを得なくなる。

この少子化・人口減への危機課題は、日本経済が直面する最大の問題である。

どのようにすれば、少子化・人口減問題への危機感を共有化して課題解決に取り組み、地方消滅の危機は乗り越えられるのだろうか？

政治面においては、少数与党である石破総理大臣は衆参両院の本会議で施設方針演説を行い、新年度政策の核心に「令和の日本列島改造」と称して「地方創生による国づくり」を位置づけ、「若者や女性に選ばれる地方」、「産官学の地方移転と創生」、「新時代のインフラ整備」を推進するとの方針を提案し、国の仕組みを変える覚悟でこの地方創生による『楽しい日本』を創りたいと強調している。

今が日本の未来を選択できるラストチャンスのかかもしれない。

以下、この課題解決に向けて、今後、取り組むべき国民的な課題「人口ビジョン戦略」について、識者の意見を参考にしながら3つの提言を記す。

## 1. 少子化・人口減の深刻さに対する国民の意識共有が必要

国民は、将来、少子化・人口減によって国や地方がどのように重大な事態になるのかを正確に理解することが重要である。「人口が減少しても日本社会はこれまでどおり続くのだろう」というのは根拠なき楽観論にすぎない。その重大事態については国民の意識を共有することが最優先である。

例えば、労働力人口が減少すれば消費者人口も減少し、市場そのもの、社会そのものが急速に縮小する。市場が縮小すると、投資が国内に向かわず、その結果、生産性は向上せず、国としての成長力や産業競争力が低下する。

この国としての成長力や産業競争力が低下するという事は、社会システムの現状を維持できなくなり、「果てしない縮小と撤退」を強いられることになる。経済社会の運営も個人の生き方も極端に狭められた縮小均衡社会に陥る恐れがある。反面、少子化は高齢化社会になることでもあり、社会保障をはじめ財政負担が増大するために、財政が極端に悪化していくことは自明である。

また、生まれた世代の社会環境が異なると、年代・世代間の生活習慣や意見・考え方の対立が深刻化し、多様化の時代或いは無縁自立社会と言われるように人々の繋がりが欠如して新たな分断社会問題が発生する危険性もある。

このためには、本課題の少子化・人口減の深刻さを国民的な課題として意識共有して、全国民で一致協力して取り組むことが求められる。

## 2. 若者・特に女性の最重視

人口減少の主因は、過去の高度経済成長後のバブル崩壊に伴う低成長期の経済停滞、いわゆる「失われた30年」と言われる就職氷河期における若者・女性の非正規雇用、コストカット、低賃金政策に起因していることは明白である。また、人口減を引き起こす最大の原因は出産年齢にある女性人口に大きく左右され、この層の減少に歯止めがかからない限り、地域の人口減少も止まらな

いことが指摘されている。

過去の調査データによると、この課題に対する若者・女性の問題意識や提言として、下記のような項目が列挙されている。

- ・正社員とパートの賃金格差解消こそ最重要課題
- ・非婚就業を予想する未婚女性の増加
- ・若い女性たちが語るリスク
- ・日本の女性だけ賃金が低いまま
- ・正規と非正規の格差解消が改革の一丁目一番地
- ・出産後の支援を手厚く
- ・不妊治療の成功率をアップ

少子化の流れを変えるためには、若者世代、特に育児負担が集中する女性が未来に希望が持てるようになることが重要である。

結婚や子どもを持つことは、あくまでも個人の選択であり、その自由な意思は尊重されるべきであり、若者世代の意識と実態を踏まえ、その希望を実現できるよう社会環境づくりを積極的に進めていく必要がある。

一方、結婚したくても結婚できる環境にないという男女も多いのも事実である。この理由は、若者世代における「格差の拡大」という「経済的要因」に関わり結婚したくても結婚できる環境にない、所謂、非正規雇用やフリーランスなど不安定な就労形態にいる若者に多い。

そのような厳しい雇用環境にある若い男性の結婚割合は低いのが実態で、女性についても非正規雇用や高卒者などの場合は、正規雇用や大卒者に比べて「子どもを持ちたい」という意欲は低く、出産の低下傾向が続いている。

近年、若者世代が結婚や子どもを持つことへの意欲が急速に低下している傾向がみられる。最近の未婚女性は自らのライフコースとして「子どもも家庭も持たない」、「非婚就業コース」を志向している人が多く、特に20代では、「子育ては大変だ」というネガティブな見方が多くなっており、また「離婚リスク」を感じている人も多く見られると聞く。

このように、多くの若者世代が子どもを持つ事をリスクや負担と捉えている背景には、今や共働き世帯が全体の7割を超えていることも大きな要因の一つであり、出産に伴い退職せざる得なくなったり、短時間勤務への切り替えによる収入が大幅に減少することにも抵抗感を感じているようである。要するに、仕事と育児の両立が難しいとのことで、子育て世代が二人目の子供を持つことを躊躇する理由にもなっている。

このような状況は、所謂“昭和のライフスタイル”を前提とした制度や社会規範が今日まで維持されてきてことに起因することであり、それらの見直しのためには、特に女性の意識や実態を重視し、出産後の女性の復職・キャリア形成支援などの政策議論にも反映させることが不可欠である。



### 3. 世代間の継承・連携と「共同養育社会づくり」

人口減少は世代を超えて進行するといわれている。つまり、現世代の取り組みが効果を上げるのは数十年先であり、その恩恵を受けるのは将来世代である。

将来世代に受け継ぐためには、現世代の人々の責任が大きく影響することはこれまでの社会通念の上でも自明である。例えば、現在高齢期の人々の年金や医療・介護保険の制度の給付やサービスは、現役の若者世代、更には将来世代からの資金拠出や支援によって支えられている。

このような社会全体、そして世代を超えた連携を維持するためにも、子育て支援は高齢者を含めた全ての人々によって支えていくことが重要となる。

世代間の継承・連携という視点から見ても、女性(母親)一人が子育てを担うのではなく、男性(父親)はもちろん、家族・親族や地域が共同で共同養育することが重要となり、地域全体で子育てに参加する意識が求められている。

少子化の加速に伴う地方自治体消滅の危機に対しては、育児を親のみの責任とはせず、改めて全ての子供の出産や育児を国や地域社会で子育て支援する「共同養育社会づくり」が不可欠ではないだろうか？

このような新たな考え方に基づく国民の共通認識ビジョンとして、それに相応しい社会経済システム(所謂、人づくり・地域づくり)を構築することが望まれる。今後、人手不足対策のために日本に定住する外国人が増えるにしても、その増加分で人口減少を補填することは難しく、現状では減少スピードを緩やかにする程度しか期待されない。

数十年先の安定社会に向け、人口問題は超党派で取り組むべきである。

## 金利のある世界になって思う事

AYSA 西部部会会員 宮崎 修五

日銀はこの1月24日に開催した政策委員会及び金融政策決定会合(Monetary Policy Meeting)にて「無担保のコールレートを0.5%程度で推移するように促す」ことを決定した。既に昨年の3月にマイナス金利の解除、7月に金利0.25%へと金利のある世界に突入しているが、今日の経済情勢を鑑みもう一段の引き上をしたのである。

説明の概要として「我が国の経済は、一部に弱めの動きもみられるが、穏やかに回復してきている。賃金上昇も続き、基調的な物価上昇率は、2%の物価安定目標に向けて徐々に高まってきている。こうした状況を踏まえ、金融緩和の度合いを調整することが適切であると判断した。政策金利変更後も、実質金利は大幅なマイナスが続き、緩和的な金融環境は維持されているため、引き続き経済活動をしっかりとサポートする。今後については、実質金利が極めて低い水準にあることを踏まえると、今回の展望レポートの見通しが実現していくとすれば、それに応じて、引き続き政策金利の引き上げ、金融緩和の度合いを調整していくことになると考えている」としている。(日銀 HP「金融市場調節方針の変更について」から引用)

私はこの公表された内容と現在の経済情勢からするともう一段の政策金利引き上げを予想する。今回の0.5%の水準は17年振り、更に0.75%となると実に33年振りになる。私達は随分と長い間金利のない世界を経験していたことになる。このことは日本の経済活動にどのような影響を与えてきたのか考えてみたい。

そこでまず、33年前と17年前の往時の日本経済と私の存在を振り返ってみた。まず、33年前を振り返ろう。私は46歳となり大手の金融機関から証券子会社に籍を置いていた。まさに日本の金融市場の急激な信用収縮でバブル崩壊による「失われた30年」が始まろうとしていた。(その当時は誰もそこまで続くとは思っていなかった?)金融機関の膨大な不良資産の償却は総額で400兆円を上ったと言われている。順次、公的資金の導入と併せて外資も含め金融機関同士の吸収合併が相次いだ。「ハゲタカファンド」が生まれたのもこの時期と重なる。この十数年の企業経営の経験は日本企業トップ経営陣の「トラウマ」となっていたといっても過言ではないだろう。

金利水準が大幅に下げられたにもかかわらず、企業の投資行動は抑えられてきた。もちろん私が所属していた証券市場(債券市場・株式市場)も低迷し、その上、各企業の賃金カットや人員削減によるリストラも実施され、日本経済が素漠とした気分が彷徨っていた。これがいわ

ゆる「デフレの状態」だったのだろう。

数年かけて不良資産の償却や公的資金の返済などが進み、日本経済は少しずつ回復の兆しが見られたが、それに水を差したのが 17 年前のリーマンショックである。その時期、私は 62 歳となり宇部に U ターンして商工会議所のあるプロジェクト(中小企業支援)に参画していた。このショックは当初日本の金融機関は純資産を積み上げ体力もついてきており、それほど大きな影響はないだろうと思われていたが、やはりアメリカや欧州の金融市場が大パニックになったことのしわ寄せは小さくなかった。

更に、それに追い打ちをかけたのは外国為替の急激な円高シフトで日本の輸出産業は大きなダメージを受けたのである。もちろん日本の製造業の基盤である中堅・中小企業も大きな影響を受けていた。このころから製造業は安価な労働市場を求めて海外進出を加速させていた。また、この時期には「非正規社員の派遣切り」「年越し派遣村」等のことばが使われ始め、マスコミや世間を騒わがさせていた。このような世情に政治の不安定さを醸成し、政権交代を誘引した。しかし、この政権交代による「バラ色」に見える政権の政策は正しい方向だとしても運営面で経験がない彼らの日本の諸課題対応は、未熟で国民に一層不満を残す事態となっていた。東日本大震災の政治的対応手法も影響は大きかったのだろう。

この「デフレマインド」を脱却すべく「アベノミクスの3本の矢」は当初はそれなりの効果が見られたが、「物価上昇2%目標とデフレからの脱却」を旗印に執着したことで「黒田バズーカ」を連発(マイナス金利、イールドカーブコントロール、国債買取額の大幅に拡大 等々)し、超金融緩和政策を続けざるをえなかった。そのことにより日本経済は心地よい「湯舟」の中にどっぷりと填まり込んでしまったのである。この心地良い状態からの湯上りタイミングを見つけるのは難しい。長湯は弊害が多いが、その中でも近年の企業経営努力や市場改革などにより企業業績の好調さが続いてき、賃金の継続的な大幅な上昇が見込まれている。そこで、当局は「今！この時期しかない」と判断したのだろう。

この振り返りで、私達は、今回の 0.5%、及びこれから引き上げられだろう 0.75%の金利水準の「何年振り」という意味を、往時とは世界や国内の政治や経済情勢が全く違う事を認識しなければいけない。

まず、今回は安定・適正金利を目指しての金利引き上げロードの位置にあること、そして今後更なる引き上げが予測されていることである。本来金利を引き上げることは「インフレ抑制」を目的としたものである。消費者にとって特に気を付けないといけない事はこの「適正金利」と「物価上昇率」とのバランス関係にある。「日本は既にインフレの状態にある」と言っている経済学者もいる。その理由として、昨年の春闘で大幅な賃上げをしたにも関わらず依然としてそれを上回る物価高により実質賃金はマイナスが続いているのである。最近のニースにエンゲル係数が 43 年振りに高水準になったと。更には「年金暮らしの貯金激減」そして「偏る資

産で老後格差」の記事が目立つ様になってきた。

それは、日本の個人の金融資産2千兆円余りの(内現預金は1千兆円)保有層の偏りを指摘しているのだろう。例えば金利が1%になれば個人の金利収入が 10 兆円(金融課税収入が 2 兆円)になるがこの道理から言えばシニアの富裕層が潤うのは当たり前である。

一方国債の残高は 1 千4百兆円を超えたとされている。金利が1%になれば支払金利だけで単純に考えれば 14 兆円(現在は8~9兆円)を超える。近々金利の支払いだけで国家予算の1割以上となることは明白である。その意味でも財政の硬直化は避けられない。

最近の新聞紙上には、政治が少数与党になったことで、日本のポピュリズム(大衆迎合)が蔓延り日本財政の規律が守られなくなることが懸念されている。年収 103 万円の壁の引き上げ、高校教育の無償化、高額医療費引き上げ凍結、トリガー条項の解除、等々支出の拡大や税収の削減、更には様々な基金の取り崩しで財源確保等(個人の手取りを増やそうという単純な選挙目当てと言われても仕方がない)の主要政策として検討されている中で、国の財政は消費税を含め企業業績の好調と賃金上昇による税収は増加傾向にあるものの、それ以上の国債費(元利金)の増加は避けられない状況になってきているのである。

いま日本はすべての面でどのような状況にあるのだろうか？

この 3 月期の企業決算はおおむね良好と言われている。賃上げもスムーズに進むだろう。しかし今日の円安によるエネルギー価格の高騰や気候変動による農作物への影響による日々の食料品の物価高は消費者(特に年金生活者)の生活を徐々に蝕み始めている。

与野党の政治家は国の財政規律(プライマリーバランスの黒字化)を如何に守るかを真剣に考えなければならない時期に来ていると思う。きしくも自然災害やインフラ劣化災害の多発国日本、いつまでも赤字国債に頼っていく政治は将来ある若者たちから支持を得られないだろう。今後、更に続くと思われる金利水準の引き上げは、すべての政治家に難しい選択(財政規律派？財政緩和派？)を求めてきている。この国のリーダーとそれを支える政治体制、将来に禍根を残さない良識ある道を探求して頂きたいと老婆心ながら思っているこの頃である。

以 上