

2014年11月15日



雨に思う

GNH研究所 代表幹事 平山修一

最近、日本の雨の降り方が大きく変わったと実感する人が増えています。「夕立だからすぐ止むよ」、「雨くらい傘を差せば歩けるよ」といった会話は近年聞かれなくなりました。実際一部の雨の降り方は東南アジアの国を想起させることもあります。

気象庁の観測によると、国内51か所の基準値は1981～2010年の30年平均降水量と比べると2010年～2012年は平均より1.9倍の降水量があったそうです。しかし2013年はあまり平均とは変わらなく、一概に降水量自体が増えているとは限りません。

では台風はどうでしょう。国立情報学研究所によれば「昭和の三大台風」に匹敵するほど強大な台風は、1961年の第二室戸台風を最後に40年以上の間、沖縄などの離島を除けば日本列島には接近していないそうです。ちなみに先日の台風19号はスーパー台風とされましたが、日本に接近した時にはスーパー台風ではなくなっていたそうです。

では雨の振り方はどうなのでしょう。こちらは全般的な傾向として雨が降らないときはより降らなくなり、降るときはまとまって短時間に集中的に降る雨が多くなっているという感覚は多くの人にあるでしょう。これが多くの問題を引き起こしている原因だと推測できます。

日本は近年、雨や台風などの自然災害に強くなったと言われてきましたが、今年の被災状況を見ると明らかにそうとは言い切れなんでしょう。それは様々な雨に対する備えや考え方が従来の常識を超えたものが局地的に発生しているからと私は推測しています。

しかしこれらに対応すべく設計されている土木設備や建築物は【従来（ここ100年程度の）の常識や経験】に基づいて設計施工されています。つまり設計する技術者の【想定外】には対応できないのです。

私たちはもっと地名や旧跡に残された先人の知恵や経験を技術者や政策を決める人たちの【想定】に加えて検討すべきではないでしょうか。技術に文化や経験などの先人の智慧をフィードバックするシステムが何故できないのでしょうか。

また従来雨水を溜めてきた自然のダムである日本の森林の保水力は年々落ちてきていると言います。その原因は【手入れ不足】にあります。間伐、下草狩りなどの手入れは利益を産まないと言われる山林には【無駄なコスト】として投資されなくなっています。こうした災害を引き起こす二次的な要因に対する対応も考え直す必要があるでしょう。

五月雨、村雨、霧雨、氷雨、神立、銀竹、狐の嫁入り、桜ちらしなど古来日本には多くの雨を表現する言葉があります。雨を敬い、雨を恐れ、雨とうまく付き合ってきた日本人の感性と叡智がこれらの言葉にあります。

私たちは本来雨とうまく付きあえる能力を持っています。自然の変化に耳を傾け、先人の知恵に学び、それと上手に付き合っ自身生活をどう再設計するか。これが私たちの考え方や行動様式、ひいては地域を守る地方自治体に求められているように思います。

「転職のススメ」

斉藤光弘

多くの人は好む・好まざるに関わらず、「働く」ということと切っても切り離せない暮らしをしていると思います。生活の糧を得るため、やりがい求めて等々、それぞれ働く理由があるかと思いますが、本コラムでは「転職」について考えてみたいと思います。

私事ですが、2014年10月末をもって7年半勤めた会社を退職し、転職することにしました。前職は非常にやりがいがある仕事ではありましたが、自分が情熱を傾けて取り組みたいことが変わってきたため、転職することを選択したわけですが、実際に自分が転職活動を経験してみて、「職を変えるという一連のプロセス」自体がとても重要だと感じました。

私は転職のメリットを下記のように考えています。

① 自分の価値観の棚卸しの機会

転職に際し、自分は次にどんな仕事につきたいのか？どんな働き方をしたいのか？日々の暮らしの中で優先順位をつけるとしたら、自分は何を大切にしたいのか？それはどの様な価値観によるものなのか？について考えるプロセスは、より「自分らしい生き方＝日々の暮らしから幸福感を感じやすい生き方」について考えるよい機会になったと思います。

② 自分の転職市場での評価の確認

転職活動をする中で、いろいろな会社さんのお話を聞きながら、自分のスキルで評価される点やおおよその給与水準を把握することができました。一度そういう基準を得たことで、今後の働き方の柔軟性が広がった気がします。

斉藤 光弘（さいとう みつひろ）

GNH研究所 研究員／東京事務局

平成17年度 JICAインターン ブータン駐在員事務所配属。早稲田大学大学院修了。経営コンサルタントを経て、対話を通じた課題解決に取り組む(株)エンパブリック勤務。



③ 仕事を頭の片隅から排除できる解放感

実施に転職が決まり、有給の消化期間に入ったときの初日の解放感は忘れられません。何をしてもいい・しなくてもいい。働いている時の休日とは全く違った感覚がありました。精神的にゆとりを持つという意味でとても大切だと感じました。

④ 家族とゆったり過ごす時間の確保

退職をして家族と旅行に行ったり、子供の保育園のお迎えに前より多く行ったり、家族と過ごす時間が増えています。過ごす中での時間の密度・濃さももちろんあると思いますが、一緒の時間を過ごすことで、関係性がどんどん良くなる面はあると思います。

本コラムでは「転職のススメ」ということで、転職の一連のプロセスでの自分自身の気づきや経験をご紹介させていただきました。現在の仕事を愛している方、なかなか簡単には転職できない環境の方もいるかと思いますが、転職をしなくても最低限自分がどんな働き方・暮らし方をしたいのかについての棚卸は、定期的にするのがより幸福感を感じて生きるためのポイントなのかなと思いました。

※画像はフリー素材

<http://model.foto.ne.jp/free/product_dl.php/cPath/24_251_246/products_id/300337>

会員コラム

「最も幸福になれる社会を考える」

山下修平

皆さんは、次のことを自分がするのは、嬉しかったり、楽しかったり、やりたいと思ったりしますか？

- ・安くて、良いものを手に入れる。
- ・電車で、体の不自由な方に席を譲る。
- ・子に財産を残す。
- ・憧れの芸能人のイベントに多く行って、仲良くなる。

あてはまるものが、いくつかあるのではないのでしょうか。

もう一つだけ、質問ですが、あなたが選んだもののどれか一つを、毎日、ずっとやるとしたら、どうでしょうか？

これらの四つのことは、いつのため（今、未来）、誰のため（自分、他人）の二つの軸で、図1のように大まかに、分類できます。社会に関する様々な例も、分類しています。

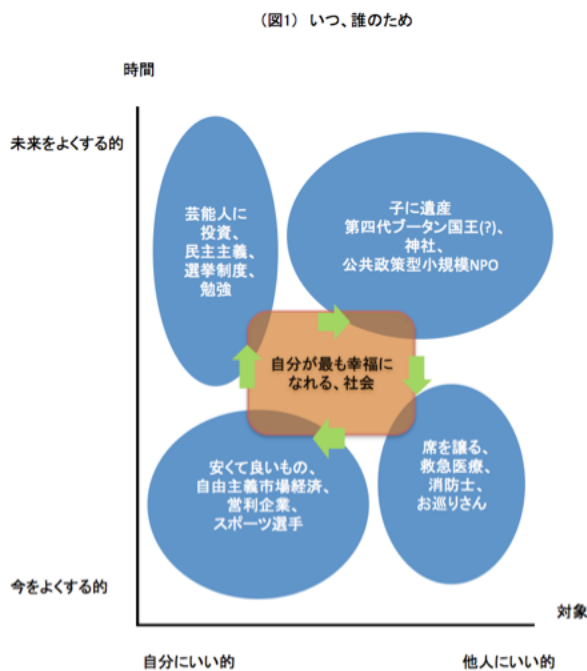


図1の左下は、今の自分にいいこと。安くて良いものを買うことが当てはまります。他に、営利企業は、一般的に、半期や一年ごとに利益を計上することが求められます（もちろん、それだけではありませんが）。図の右下は、今、他の人のためによくすること。席を譲ることが当てはまります。救急医療や、消防士さんの役割も、このグループになります。

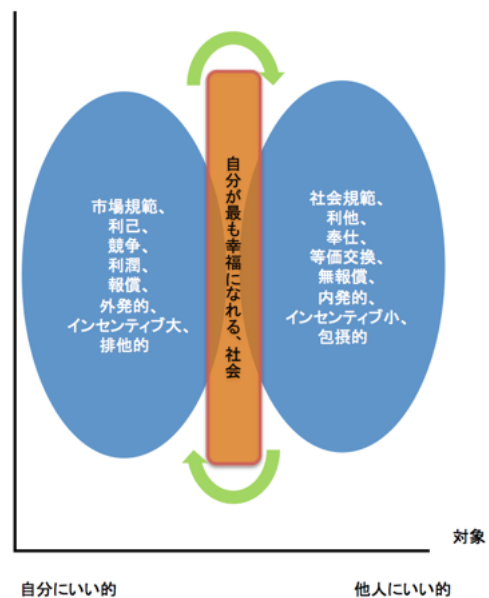
右上は、他人の未来をよくすること。子に財産を残すことや、第四代ブータン国王も(?), この辺りでしよ

うか。最後に左上は、未来の自分によいこと。憧れの芸能人のイベントに多く行って、仲良くなるのが、このグループです。他には、選挙で投票することや、勉強することなど。

これら以外にも、例えば貯金、年金、趣味、プレゼントなど、皆さんも思いつくやりたいことや世の中のことを、ぜひ図のどこかに当てはめてみて下さい。

次の図2では、横軸（誰のため）について、対照的な性質を大まかに表しました。

(図2) 自分と他人への利益の対照性



私たちは、一人ひとり、自由に、自分の意思で、やりたいこと、幸福を追求すればいいし、それができる社会であること自体が、とても幸福なことです。そして、私たち一人ひとりが、最も幸福になれる方法は、最終的に、図のいずれかのエリアに偏るのではなく、複合的で、循環することにあるかもしれない、と考えています。

山下 修平 (やました しゅうへい)

GNH研究所 会員

海外向け開発援助機関に勤務。大学院でブータンGNH政策のメカニズムを研究。

東京定例会合報告 2014年10月11日開催

文責・平山雄大（GNH研究所 東京事務局）／図・藤原整（同左）

●概要

- ・日時：2014年10月11日（土）10:00～12:00
- ・場所：早稲田大学 16号館606教室

●内容報告

今回の東京定例会合はGNH研究所の会員からの問題提起・発信という新たなスタイルを試み、会合前半部分において、高島淳氏より「月を眺める幸せ、月に行く幸せ。」というタイトルでご発表いただきました。

ご発表では、近年注目を集めている「コンサマトリー化」、「ダウンシフト」といった用語に焦点が当てられ、関連する参考図書（高坂勝

（2014）『減速して自由に生きるーダウンシフターズー』ちくま文庫、Erich Scheurmann

（2009）『パパラギーはじめて文明を見た南海の酋長ツイアビの演説集ー』ソフトバンク文庫、古市憲寿（2011）『絶望の国の幸福な若者たち』講談社、同（2014）『だから日本はズレている』新潮新書）から得た気づきをもとにしたご自身の考察についてお話いただきました。「コンサマトリー化」は「自己充足的」という訳語があてられ、目標に向かって努力するよりも今を楽しく過ごすことを重視する傾向を指す言葉であり、「ダウンシフト」は、過度な出世競争や長時間労働、欲望に満たされた日常生活から脱してゆとりある生活

へと「減速」する生き方を意味していますが、「限界値を下げているだけではないのか?」、「逃げの言い訳ではないのか?」といった批判的検討も入れつつ、そこに存在する既存の価値観（「幸せのモノサシ」）との葛藤についてご指摘いただき、それを受けて会合後半部分のワークを実施しました。

個人的に印象的だったのは、平穏な心の安定を求める幸せ（「月を眺める〜」）と、欲求・欲望(知的好奇心・開拓)を満たす幸せ「月に行く〜」はどちらも否定することができないというご指摘です。言われてみれば確かにその通りで、二項対立の図式で無理矢理自分の立ち位置を決め、どちらかを鼓舞する／どちらかを否定する必要はなく、個人個人それぞれの両立の仕方があり、またその両立の仕方を探るヒントを提供することがGNH研究所の存在意義のひとつでもあるのかなと感じました。

発表終了後には、「「コンサマトリー化」と「足るを知る」という用語のニュアンスの違いはあるのか?」、「一昔前と今では個人の欲求／社会の欲求の出発点が違うので、モデルを一般化することは難しいのでは?」といった質問・意見が参加者から投げかけられました。

（次頁へ続く）



会合の様子



後半のワークでは、参加者各自の価値観をもとに「幸せを感じること（とき）」を思いつく限り挙げ、それらを共通項で括ることを通して、「幸せのモノサシ」が作れるかどうかを試みました。KJ法という手法を用いて、それぞれの「幸せを感じること（とき）」について、「なぜそれが大切なのか」を説明しながら、感覚的に近いものを模造紙に貼りあわせていき、導き出された共通項にタイトルを付けていきました。作業結果は、下図のようにまとまりました。

(以上)



自然との触れ合い

- きれいな青空を見たとき
- 月が大きく見えるとき

家族があること 居場所があること

- 両親家族との思い出
- 家族に囲まれた生活
- 子どもの成長を感じたとき
- 家族が健康で元気なこと
- 恋愛、彼氏彼女との時間

満足感・達成感

- 論文、原稿を書き終えたとき
- 集中して仕事したあと
- 新たな発見があったとき
- 仕事を終えたあとの打ち上げ
- プロジェクトを受注したとき

基礎的健康

- 健康でいること
- 頭痛がない
- 身体を動かしたあと
- 身体にいいものを食べる
- これから寝るとき
- 捨てられないものを捨てたとき
- 整理整頓がうまくいった
- そうじ、洗濯を終えた

ゆとりある暮らし

- たまには月でも眺めるとき
- 空を眺める余裕があるとき
- 田舎暮らし
- 思いがけない出会い、予想を外されたとき
- 旅先での一期一会
- 面白いネタを見つけたとき
- 旅行の計画を立てているとき

承認欲求

- 目指す仕事につけること
- 仕事で求められるとき
- 練習して臨んだライブが盛況に終わる
- 料理を食べておいしいと喜んでもらったとき
- 面白い話を聞く、面白い人に会う
- 人の真剣に取り組む姿を見たとき

食を満たす 食をきっかけに集まる場

- ビールを飲む
- 美味しいものを食べているとき
- 飲み会
- お茶とおやつと良い空間

自由

- 一人での時間
- 奴隷にならないこと

遊びと、そのためのお金・余裕

- 東京で現在の収入があること
- 本日30%OFF
- 発売日
- 漫画大人買い
- スポーツ観戦、旅行、本、音楽
- 知らない国、場所
- 植木、花などが育ったとき
- すばらしい作品と出会ったとき
- 感動するライブ、芝居を見たとき
- 機械いじり

掲示板

● 第3回ブータンシンポジウム開催

日本ブータン友好協会（会長：榎泰邦）主催のシンポジウムが、本年も、下記の通り開催を予定しておりますので、ぜひご参加下さい。

■ テーマ

「ブータンに近代化はなぜ必要か？」

■ 概要

日時：2014年11月29日（土） 13時30分～

場所：JICA研究所 国際会議場（市ヶ谷）

定員：130人（懇親会：70人）

会費：本会議 友好協会会員・学生 1,000円
一般 1,500円（当日 2,000円）

懇親会 友好協会会員・学生 4,000円
一般 5,000円（当日 5,500円）

■ 本会議登壇者（敬称略、五十音順）

上田晶子（名古屋大学 大学院国際開発研究科 准教授）

小川康（チベット医/薬剤師/早稲田大学大学院 文学研究科 修士課程）

白井一（NPO法人 国際建設機械専門家協議会）

津川智明（JICA 地方行政支援プロジェクト 専門家）

■ お申込専用サイト（こくちーズ）

<http://kokucheese.com/event/index/220939/>

■ お問い合わせ先

日本ブータン友好協会

〒112-0013 東京都文京区音羽2-11-18-402

TEL：03-3945-3396

MAIL：sympo@japan-bhutan.org

■ シンポジウム特設サイト

本会議のほか、午前中には分科会も予定しております。詳細につきましては、下記シンポジウム特設サイトをご参照ください。

<http://www.japan-bhutan.org/symposium/3rd/>

編集後記

先日、京都国立博物館へ「国宝 鳥獣戯画と高山寺」展を見に行きました。日本最古のストーリーマンガとも称され、ウサギやカエルが戯れる有様を描いた同作は、人の心を惹きつける何かがあるようで、なんと平日にも関わらず100分待ちの大盛況。自分はさておき、いったい何が魅力なのか、並んでいる人たちを問い詰めてみたい、そんな気持ちになりました。（藤原整）



GNH研究所 ニュースレター 第10号

発行元 GNH研究所（代表幹事：平山修一）

<http://www.gnh-study.com/>

発行日 2014年11月15日

編集者 高田忠典（GNH研究所 研究員）、藤原整（GNH研究所 研究員）

著者 平山修一（p.1）、齊藤光弘（p.2）、山下修平（p.3）、平山雄大（p.4,5）

写真 藤原整（p.1,6）、平山雄大（p.4,5）

※全ての著作物および写真の著作権は、上記の方々に帰属しています。