

町村週報

(町村の購読料は会費
の中に含まれております)

2396号

毎週月曜日発行

発行所 **全国町村会** 〒100-0014 東京都千代田区永田町1丁目11番35号：電話03-3581-0486 FAX03-3580-5955

発行人 谷合靖夫：定価1部40円・年間1,500円(税、送料含む) 振替口座00110-8-47697

<http://www.zck.or.jp>

閑話休題

コスト削減を求めて製造業が中国などにシフトしている。今、わが国の都市経済の再生はそう簡単ではない。このよ
うな時こそ、今まで単調に流れてきた農山村の土地・空間の新しい使い方を内発的につくり出し、少数の人口であっても、生産活動が着実に持続するしくみを育てることに大きな価値がある。新しいしくみを育てるにはそれだけの力、すなわち人材が必要であるが、地域にそれだけの力があるとは限らない。しかしなければ借りればよい。他人の力を借りて、それについて行って力をつければよいのである。

岩手県の葛巻町という山村で、比較的なだらかな山々を一一〇〇ヘクタールの大牧草地に変える国と県の



春 満開

力ある他人の活用を

したのである。

当初は夏期預託放牧と乾草生産販売の二事業からスタートしたが、その後は一年一商品の開発を合言葉に、「初妊牛の宅配便」、酪農の後継者のための研修事業、「葛巻高原牛肉」の販売、女子大生の牧場体験事業、本格的なレストランと宿泊施設

の建設、乳製品の開発販売など、民間企業顔負けの発展を実現してきた。

外部からの専務理事は二代十一年にわたったが、この間その片腕となつて働いた役場職員が大きく成長し、ますますその成長を支えた。何もなかった山の中に、一〇億円の売

上げを誇る七〇人の持続的な職場が生まれたことは、これが過去にはなかった新しい空間の使い方であるだけに、大変な価値がある。この、後を受け継いで一〇年間専務理事として事業を発展させた職員こそ、現町長の中村哲雄氏である。昨夏お邪魔して八年ぶりに再会を果たしたが、その意気ますます軒

昂で、筆者もこの上なく嬉しかった。(早稲田大学教授 宮口伺勉)

- | | | |
|-----|-------------------------|----------------------------|
| 政 策 | ITが拓く地域社会の発展可能性＝内閣府調査 |(2) |
| 政 策 | 公共施設の耐震化に関する報告書まとまる＝総務省 |(5) |
| 情 報 | カプセルNOW&NEW |(7) |
| 随 想 | 名水と海洋深層水のまち |富山県入善町長 米澤政明.....(10) |
| 情 報 | 政策レーダー |(11) |

ITが拓く 地域社会の発展可能性

内閣府調査

ITが社会インフラの一つとなりつつあるなか、地域の生活や経済におけるITの役割は今後ますます大きくなっていくと考えられる。ITの活用により、過疎化や高齢化などの課題を抱える地域にどのような可能性が開かれるのか、内閣府はこのほど生活者・市民の観点からITが拓く地域社会の発展可能性を探った調査・検討の報告書をとまとめ、公表した。

報告書によると、ITは地域の活性化に役立つと期待されているが、ITの導入のみで課題が解決するわけではなく、全国画一的な手法によって実現するものでもないとしており、必要なことはITを活用し、地域社会と生活者を起点にした自立と連携を図ることであると強調。このためには地域づくりにかかわるNPOや市民起業家が活躍するための「地域コミュニティ」の活性化、地域の政策形成過程への幅広い住民参加が可能な「地域自治」の活性化、地域の自立的な経済基盤の確立と生活者の就労環境の整備のための「地域経済の活性化」にITを効果的に活用することが重要であるとしている。

本誌では、「ITが拓く地域社会の発展可能性に関する調査」地域社会の自立と社会参加を促進するIT」の中から「第二章地域社会におけるITの活用方策提言」を中心に掲載する。

地域社会におけるIT活用方策提言

本調査研究では、研究委員会での討議 および、事例調査などを通じて、地域社会の活性化のためのIT活用方策を検討してきたが、その成果として、以下のような、地域社会活性化のためのIT活用方策の基本的な考え方とその具体的な取り組み方策を提言する。

一、地域社会活性化のためのIT活用の基本的な考え方

ITは、地域社会の抱える様々な課題に対応し、地域生活者が生活の質を向上させるために役立つことが期待される。また、地域社会における

自立と連携をベースにした新たなコミュニティづくりや地域自治を実現するツールのひとつとしても期待される。しかし、ITネットワークを導入すれば、それだけで課題が解決するわけではない。望ましい地域社会の活性化のためにITを活用するには、以下のような基本的な考え方に留意して推進することが求められる。

(1) 地域における生活者の視点に立った取り組みの必要

地域社会の主人公は地域の生活者である。地域の活性化を図るにあたって、その主人公である地域生

活者を起点にした取り組みなしには地に足のついたものにはならない。行政、経済、生活すべての領域でのITの活用において、地域生活者の視点に立ったサービス・アプリケーションの開発と情報環境の整備を進める必要がある。

(2) 地域ニーズの内容に応じた効果的なIT化の推進

ITを活用するといっても、ITシステムの導入を自己目的化するのではない。ニーズの内容を検討し、IT以外のメディアを含めてどのような選択と組み合わせが有効か、IT以外の制度的・社会システムのな問題はないか、ITを有効に活用するためにはどのような社会的な仕組みが必要かを明らかにして、ITの活用に取り組むことが求められる。

(3) 地域社会へ主体的に参加する意識の尊重

これからのコミュニティ形成にあたっては、生活者が主体的に社会へ参加し、自分が社会にかけがいのない一員であることを自覚できることが求められる。そこでは、生活者が必要な情報を地域で共有でき、自ら社会へ情報を発信し、多様な人々と交流できることが必要である。そのためには、公共的な情報へのアクセスシビリティが確保でき、地域の情報が共有でき、双方向のコミュニケーションが可能な情報環境をつくる必要がある。

(4) 地域コミュニティの重視と新しいコミュニティへの対応

ITはグローバル化の象徴でもあ

政 策

るが、地域コミュニティの活性化には、地理的な領域としての地域の重要性が指摘される。地理的な領域としては、一方で顔の見える範囲の地域の重要性があり、他方で、交通網・情報網の発達にともなう行政区域にとどまらない広域生活行動圏の重要性がある。地域におけるインターネットワークの活用は、グローバル化への対応だけではなくこうした「顔の見える範囲の地域」と「広域生活行動圏」という二つの地理的範囲におけるコミュニティへの対応が求められる。

また同時に、コミュニティ意識の変化により、バーチャル・コミュニティなど、その地域や地域の人々に縁や関心を持つ地域外の人々を含む新しいコミュニティの役割も高まっており、こうした新しいコミュニティも有効に生かされるべきである。

(5) 生活者の多様な生活スタイルへの対応

生活者の価値観の多様化にともない、物の豊かさだけではなく、それぞれの価値観に合わせた多様な生活スタイルが求められている。ＩＴの活用は、こうした生活者がそれぞれの生活スタイルに合わせて、地域の社会活動へ自立的な参加を可能にするためのツールとして役立てられる必要がある。

(6) 産官学民のパートナーシップの推進

ＩＴを活用した地域活性化事業の推進にあたっては、企業（市場）や行政の役割も欠かせないが、それだけでは効果的に進められない領域も

広がっている。そうした領域でのNPOや市民起業家の役割が期待される。もちろん、NPOがすべてをカバーできるわけではないが、生活者起点のＩＴ活用方策を考えるとき、今後、ますますNPOの役割は重要性を増してくるであろう。その意味では、NPOや市民起業家を育成しつつ、産官学民それぞれのセクターの得意な分野を生かしたパートナーシップづくりが求められる。

(7) 人材の育成

地域の活性化と、そのためのＩＴの有効な活性にあたっては、システムの導入だけではなく、人材の育成も欠かせない。ひとつは、地域活性化の世話役やリーダーともいえる人材である。地域の情報コミュニティにおいて、場のとりまとめやコーディネート・シヨンを行なう人材、地域ニーズを実際の事業の形で実践する市民起業家およびNPOなどがそれにあたる。もうひとつはＩＴ人材である。地域の情報コミュニティが安心してインターネットワークを利用できるよう技術的なサポートを行なうＩＴ技術者、利用者のＩＴ活用支援を行なう専門事業者やNPOおよび情報ボランティアなどがそれにあたる。

(8) だれでもが情報アクセシビリティを高められる環境の確保

ＩＴ化の進行にともなうデジタル・デバイドが発生しないよう配慮することともに、ＩＴを情報バリアフリー実現のために活用し、だれでもが情報アクセシビリティを高められる地域の情報環境を確保することが

求められる。また、市民の、公的情報に対する知る権利、社会的な言論の場の確保、個人情報をも自分で制御する権利、情報リテラシーの涵養などについても積極的に取り組む必要がある。

二、地域社会をエンパワーメントするための四つの取り組み

以上八つの基本的な考え方に基つき、地域の活性化には、地域に暮らす生活者個人、生活者の日常的な社会領域としてのコミュニティ、地域経営単位としての地域自治、これらの生活を支える地域経済、それぞれにおいてエンパワーメントが求められると考えられる。その四つのフェーズにおいて、以下のようなＩＴ活用の取り組みが有効となる。

(1) 地域生活者のエンパワーメントのために

地域生活者のエンパワーメントのためには、個人の生活の質を向上させ、快適な地域の暮らしを実現することが求められる。その実現のために、以下のような分野でのＩＴ活用の取り組み方策が有効と考えられる。

① 生活者自らの日常的な健康管理や健康増進への関心を高めるために、地域に密着した健康医療情報の提供やテレビ電話などを使った遠隔健康管理システムを構築する。

② 地域医療の質向上やインフォームドコンセントを進めるために医療データベースの構築や医療情報の標準化を進め、EBM（注）の推進を図る。

③ 地域に根ざした良質な学習デジタルコンテンツの集積を図るために、地域ぐるみでのコンテンツ制作の仕組みづくり、それをネットワークを通じて共有・活用できるようにするデジタルコンテンツセンターを構築する。

（注）EBM：Evidence Based Medicine（科学的証拠に基づく医療）

(2) 地域コミュニティのエンパワーメントのために

地域コミュニティのエンパワーメントのためには、問題意識を持った幅広い地域市民が自発的に課題にアプローチできる「情報コミュニティ」と地域づくりにかわるNPOや市民起業家の役割が求められる。そのために、以下のような分野でのＩＴ活用の取り組み方策が有効と考えられる。

① 多様な地域市民が集まり問題解決のための情報交流の場となる「情報コミュニティ」の機能を持った市民電子会議室を構築・運用する。

② 市民が地域の問題解決にあたって、専門家の知恵やアドバイスを受けながら協働して取り組めるような、情報コミュニティと専門家ネットワークとの情報交換の場を設ける。

③ 「情報コミュニティ」で重要な役割を果たす「とりまとめ役」の負担を軽減するため、「ＩＴ版シナリオワークショップ」など支援システムの開発に取り組む。

④ 地域ニーズに基づき実践活動に取り組むNPOや市民起業家を支

政 策

援するために、課題に取り組む熱意を持った多様な人々の出合いの場と事業運営と起業のノウハウを学習できるe-Learning（遠隔学習）の仕組みを提供する。

(3) 地域自治のエンパワーメントのために

地域自治のエンパワーメントのためには、地域の政策形成過程への幅広い住民参加が求められている。その実現のために、以下のような分野でのIT活用の取り組み方が有効と考えられる。

- ① 住民ニーズを地域経営に反映させるために、住民の声をデータベースに集積し、行政や地域の誰でも閲覧できるシステムを構築する。
- ② 住民が主体となって地域活動に

参加するために、地域の様々な情報について、誰でもが登録・入手でき、地域で情報を共有し、双方向でコミュニケーションができるシステムを構築する。

③ 議会やNPOとしての住民参加を機能強化するために、地域の人材や地域サービスと住民ニーズをマッチメイクするシステムを構築する。

(4) 地域経済のエンパワーメントのために

地域経済のエンパワーメントのためには、地域の自立的な経済基盤の確立と生活者の就労環境の質の向上が求められる。その実現のためには、以下のような分野でのIT活用の取り組み方が有効と考えられる。

「児童福祉問題」について 厚生労働省

期間 平成十四年五月五日（日）

十一日（土）

標語 「心で聴こう 子どもの言葉

心で観よう 子どもの姿」

竹下 朱美さん（愛知県の作品）

次代を担う子どもが健やかに生まれ育つことは国民すべての願いであり、またそのような環境をつくることは国民の使命でもあります。

しかし、近年の児童を取り巻く環境は、少子化の進行や児童虐待の増加など大きく変化しており、家庭や地域における子育て機能が低下する中で、夢や希望を持ちながら子育て

のできる環境を整備することは、社会全体として取り組まなければならない課題となっています。

このような観点から、五月五日の「こどもの日」を中心とした児童福祉週間は、行政、家庭、学校、福祉関係機関、児童福祉施設、企業など社会全体が一体となり、各種啓発事業を展開して児童福祉の理念の一層の周知と児童を取り巻く諸問題に関する社会的関心の喚起を図ることとされています。

厚生労働省では、今年も関係機関・団体と連携して、児童福祉の向上をめざした取り組みを展開しま

- ① 地域経済の自立に寄与する産業技術集積を創りだし、その活動を活性化させるために、地域内外とオープンに結び、交流を支援するコミュニケーション機能と、協働を支援するコーディネート機能を備えたネットワークを構築する。
- ② 生活者の価値観や生活スタイルの多様化に合わせた就労形態の選択肢を多様化を図るために、ネットワークを活用した職住接近型の就労形態である「SOHO」や「遠隔勤務」を選択できるような情報通信および社会制度的な環境を整備する。

三、IT活用のための課題への対策

ITの活用は地域の活性化に大い

す。また期間中には各地で児童福祉週間にちなんだ様々な催し等が開催される予定です。

― 児童福祉週間 運動項目 ―

- ① 児童福祉の理念の普及
- ② 家庭における親子のふれあい促進
- ③ 地域における健全育成活動の促進
- ④ 児童虐待や少年非行等への適切な対応
- ⑤ 母と子の健康づくりの推進
- ⑥ 多様化する保育需要への対応
- ⑦ 障害のある児童に対する理解の促進
- ⑧ 児童の権利に関する条約の普及啓発

（厚生労働省雇用均等・児童家庭局育成環境課）

に役立つ可能性をもっている。しかしITの活用が有効であればあるほど、ITを利用できる人や地域と、利用できない人や地域との間に新たな格差が生じるデジタル・デバイドの発生も懸念される。ITの活用にあたっては、それぞれのIT活用の目的、地域のニーズや現状に合わせて、適切なデジタル・デバイス対策の選択が求められる。

- ① IT機器やネットワークの利用環境を持たない人の利用支援のために公共型端末を設置する。
- ② 高齢者や障害者を含めて誰にでも使いやすいわかり易いユニバーサル・デザイン普及への取り組みを進める。
- ③ 意欲を持つ市民が情報リテラシーを高めるための学習支援や活用支援を継続的に行なえるよう地域的な仕組みをつくる。

④ ITはあくまで地域活性化のツールである。ITを使うこと自体を目的にせず、必要に応じて適切で効果的な代替手段を用意する。

⑤ 地域情報ネットワークインフラの整備は民間主導が原則だが、市場条件が整わない地域では、可能な限り市場メリットを生かすことに配慮しつつ、公的部門が市民のアクセスインフラ整備にも一定の役割を担うことを検討する。

⑥ ITがライフラインとしての役割を担うようになった場合は、健康で文化的な最低限の生活を保障するために、各種の扶助制度と同様な補助支援を検討する。

政 策

公共施設の

耐震化に関する報告書まとまる

総務省

防災拠点となる公共施設等の耐震化推進検討報告書

一九九五年の阪神・淡路大震災を契機に、防災拠点となる公共施設の耐震化を推進するため、総務省消防庁は、平成十三年六月に「防災拠点となる公共施設等の耐震化推進検討委員会」（委員長・久保哲夫名古屋工業大教授）を設置し、このほど検討報告書をまとめた。本誌では、報告書のなかから市町村に関連する内容について紹介することとする。

一、検討の目的等

一九九五年の阪神・淡路大震災では、全半壊した建物が約二五万棟にもおよび、中でも一九八一年以前の旧耐震基準によって建てられた建物の被害が甚大であった。

また、死者の約八割以上が建物の倒壊等による庄死者であったことから、建築物の耐震化の必要性が強く認識された。

さらに、防災拠点となる庁舎や消防署等の施設、避難所となる学校等の施設も被害を受け、災害応急対策の実施に多大な影響が生じた。

こうしたことから、地方公共団体の防災拠点となる公共施設等について、その耐震性能や災害時の役割等に応じた耐震改修整備を計画的かつ効果的に推進するため、これら公共

施設等の耐震改修計画の策定指針を示すことを目的としている。

二、地方公共団体における公共施設等の耐震改修等の現状

市町村が保有している公共施設等は約三三万五、〇〇〇棟となっており、これを施設別に見ると、①校舎や体育館などの文教施設が、ほぼ四〇％を占め、次いで②公営住宅等の約三二％、③公民館、④社会福祉施設がそれぞれ約七％（以下省略）等となっている。

これら公共施設等における耐震改修状況については、全体約三三万五、〇〇〇棟のうち、①平成十三年度末では、全体の約四七％に該当する約一五万八、八〇〇棟について耐震性能が確保されていると考えられ、②十七年度末までに耐震改修整

備を予定しているものを含めると約四九％の耐震率となる見込みである。

三、防災拠点となる公共施設等の耐震改修整備計画策定の指針

震災発生時に災害応急対策実施の拠点となる校舎、体育館や公民館などの防災拠点となる公共施設等のうち現行耐震規定基準以前（一九八一年以前）の規定によって建設された建築物については、その約三分の一（三〇・三％）について耐震診断が実施されている。その結果、診断した建物の約五四％が耐震性能を有しているものの、一九八一年以前の既存建築物の約七〇％は耐震診断が実施されておらず、まだ多くの建物が耐震性に問題があり、十分な耐震改修整備がなされていない。

この耐震改修には、多額の経費と長期間を要するため、計画の策定とともに、防災関係部局を中心とした推進会議の設置が大切である。

防災拠点となる公共施設等の耐震改修整備計画は、対象施設が保有する耐震性能と、対象施設の用途及び

その施設の所在する地域の想定震度に応じて保有する耐震性能とを比較・評価することにより、耐震改修等の優先順位や時期を設定するなど、対象施設の耐震改修等の具体的な整備計画を決定するものである。（次頁フロッピー図参照）

対象となる施設の範囲は、①災害対策基本法第五〇条に定める災害応急対策の拠点となり地方公共団体が所有又は管理する施設で、かつ、②建築基準法第二条第一号に定める建築物のうち、一九八一年五月三十一以前に建築されたもので一定の構造や面積等を有するものとなっている。

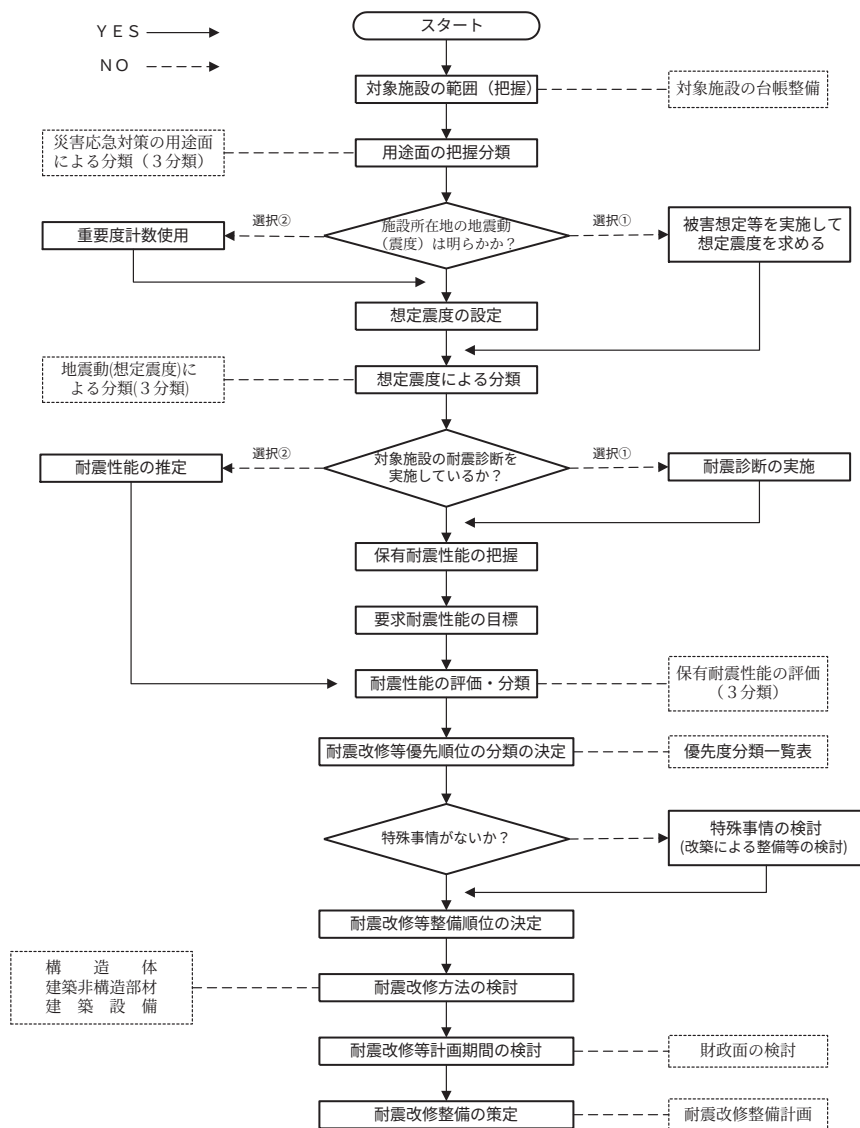
対象施設の例としては、①災害対策本部等が置かれる庁舎や消防本部、②住民の避難場所等に使用される学校校舎や体育館、公民館、③救急医療等を行う医療機関、④要援護者を保護、収容するための社会福祉施設、などがあげられる。

想定震度の設定については、被害が想定される地震の断層モデルの設定や地質・地盤の調査等に基づき、①震度六強以上、②震度六弱、③震度五強以下の三段階に分類した。

そして、対象施設の耐震改修等の優先順位を決定するため、想定震度に応じて、対象施設の「構造体が保有すべき耐震性能（要求耐震性能）」と「耐震診断により構造体が保有している耐震性能（保有耐震性能）」とを比較、当該施設の耐震性能を評価し、要求性能に対する耐震性能を、①著しく低い、②低い、③上

政 策

◎防災拠点となる公共施設等（対象施設）の耐震改修計画策定の流れ



回っている、という三段階に評価・分類する。

耐震性能の評価結果等の検討後耐震改修が必要と判断された場合、構造体（木造や鉄筋コンクリート造等の別）や対象とする施設等に応じて選択し、耐震改修を実施する。

耐震改修方法の選択にあたっては、対象施設の機能性（執務環境や導線計画等）、施工性（執務等を継続しながらの改修の可能性、仮庁舎の

確保等）、経済性（改築又は改修の場合の供用年数・経費の比較等）、法規性（消防法、建築基準法等の遵守）等を検討するほか、外観の変更を伴う場合には、周辺の景観等にも配慮する必要がある。

耐震改修整備計画の期間は概ね一五～二〇箇年以内とするが、建築物の経過年数が耐用年数の四分の三を超える前に耐震改修を促進するため、緊急に改修を要するものについて

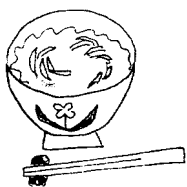
では、五～一〇箇年、早急に実施する必要があるものにあつてはその後概ね一〇箇年に耐震改修等を実施することを別途としている。

今回の耐震改修計画により、新たに緊急に耐震改修等を実施する必要があると判断された対象施設にあつては、地震防災緊急基盤整備事業等の活用により、積極的に耐震改修等を推進する必要がある。

新緑には玉子丼

【味覚歳時記】

プラタナス夜もみどりなる夏は来ぬ（中村草田男） 街路灯に映えるプラタナスの新緑がひととき見事。そこを吹き抜ける風は生臭いまでに薫る。食欲を満たすというとき、ただ食べればよい、というのではつまらないのが私たち人間。状況によってメニューが特定される。さて、この状況下では、（玉子丼）。なぜって、確たる理由はない。プラタナスの新緑を吹き抜ける夜風の生臭さに、卵とじの生臭さの記憶が共振したのかもしれない。数ある丼もののなかでも、（玉子丼）はその原型ともいえるほどにシンプル。そして、さらにシンプルに、卵と玉葱だけのものがいい。質のいい「めんつゆ」が出回っているのを、これを活用すれば簡単。浅い小鍋に「めんつゆ」を好みの味に薄めて、玉葱のスライスを入れ、火が通ったら、すかさず溶き卵をかけ、蓋をして約一五秒。これを丼飯にそっとのせるだけ。玉葱も卵も、煮え過ぎると五月らしさが損なわれる。



情 報

カプセル Now & New

風景を守り育てる
条例を制定北海道
東川町

大雪山国立公園など豊かな自然に恵まれた町は、森林の大規模伐採等に伴う雨天時の土砂流入などが問題になっていることから、景観や環境の保護を図るため「美しい東川の風景を守り育てる条例」を制定。開発事業での命令違反に三〇万円以下の罰金を科すことを明記した。

町政サポーター
制度を実施栃木県
上河内町

町は、町政に対する意見や希望などを述べてもらう「町政サポーター制度」を実施している。公募や推薦で選ばれた町民二人をサポーターとして委嘱。町長がファックスや電子メールなどで諮問事項を連絡し、同様の方法で町長に対して回答してもらう。

ふれあい動物村を
再スタート神奈川県
神奈川町

町は、地域振興を目的に開設した町内の動物施設「ふれあい動物村」を直営方式に切り替え再スタートを図った。大型動物に代えて小動物主体の動物と触れ合える施設にリニューアルするとともに、入場料も値下げし家族連れの来園を促進している。

同一物件二回入札
同時開封制度を導入山梨県
小淵沢町

町は、公共事業の入札で同一物件二回入札同時開封制度を導入した。公共事業の入札後、別の日に違う業者を集めて同じ事業の入札を行い、両日の入札書を同時に開封する方式で、先の入札者は後に入札する業者を知らないことから談合が起りにくくなると期待されている。

山中塗を施した
ホールを建設石川県
山中町

町は、温泉街の中心に、特産の山中塗を壁面や柱に施したホール「山中座」を建設している。町の文化的魅力を発信する場とするとともに、観光情報センターの役割も持たせ、温泉街の店や名所の情報を提供して散策できるまちづくりを進めていく。今年十一月にオープンする予定。

ハウス設置に
助っ人作業班が活躍長野県
上山田町

町は、特産の花き栽培農家の高齢化が進み、農業用ビニールハウスの設置が難しくなっていることから、現役のハウス栽培農家一六人で作業班をつくり、ハウス設置の助っ人として派遣する事業を行っている。資材は依頼する農家が用意し、時給は千五百円で依頼できる。

フィッシングアカデミー
の開設を検討岐阜県
馬瀬村

村は、地域活性化の一環として、釣りを楽しみながら川や環境問題の知識を深めてもらう「馬瀬村フィッシングアカデミー」(仮称)の開設に向け、検討を進めている。釣りやアウトドア専門家、県職員など約三〇人の検討委員会で協議しており、

早期の設立を目指している。

郵便局と通報協力に
関する覚書を締結静岡県
天城湯ヶ島町

町は、三年前に湯ヶ島郵便局と締結した災害対策支援協力と道路情報提供に関する覚書を発展的に廃止し、地域の安全と環境保全を図ることを目的とした「通報協力に関する覚書」を結んだ。これにより独居高齢者の異変や廃棄物不法投棄なども町にファックスしてもらう。

生ごみのたい肥を
町民に無料配布兵庫県
猪名川町

環境にやさしいまちづくりの一環として町は、町内の飲食店など事業所から出る生ごみ(一日平均三五〇kg回収)をたい肥にして、町民に無料配布している。ごみを処理しているクリーンセンターで毎週火曜日、先着順で一回バケツ三杯(約二五kg)が受け取れる。

特産品直売所と
レストランを開設奈良県
月ヶ瀬村

村は、村内の高山ダム湖畔に地元特産品の直売所とレストランを備えた「湖畔の里つきがせ」を開設、新たな観光拠点として多くの行楽客で賑わいをみせている。施設は木造平屋建てで、特産品の梅や茶、野菜などを販売。レストランでは梅などを使った郷土料理が楽しめる。

三島間を結ぶ
航路を充実へ島根県
西ノ島町

隠岐・島前地域の西ノ島町、海士町、知夫村は、三つの島で構成され、現在二航路で結ばれ

ているが、同地域を結ぶ内航船とフェリーを新造し、航路と便数を増やして一日で三つの島を回るようにする。地域間交流の活発化と観光振興がねらいで、二〇〇三年四月に就航の予定。

高級マスカットワイン
の本格発売へ岡山県
船穂町

町内産マスカットを原料とした高級マスカットワインを試験醸造した町は、二〇〇二年度中に第三セクター「ふなおワイナリー」を設立し、本格的に売り出していく計画を進めている。町特産のマスカット栽培の振興を図っていくのがねらい。

農業生産法人を設立

熊本県
久木野村

村は、農地保全や農業関連施設の管理運営などを行う農業生産法人・有限会社「くぎのむら」を設立した。村内に一一ある営農組合を束ねる形で、耕作機械などの投資効率化を図るほか、遊休農地を借り受け営農組合などに農作業を委託し、新作物の試験栽培などにも取り組む。

「十島のうた」
のCDを制作鹿児島県
十島村

村教育委員会は、一九六〇年に平島と悪石島の分校が本校になったのをきっかけに作られ、両校の校歌代わりに歌い続けられてきた「十島のうた」を、村民に長く歌い親しまれるよう音楽用CDとして制作し、村制五〇周年式典でお披露目した。

カプセル Now & New

情 報

スポーツ医学が教える
肉体改造と健康への道

平石貴久(平石クリニック院長)

☆牛乳一本飲む習慣

最近 一般的になった「運動療法」は人間の自然治癒力増強のひとつとして注目されています。「どうしたら肩こりが取れますか」「どんな運動をしたなら、体にいいでしょう」と患者さんの質問も熱心です。

プロスポーツ選手のような肉体と身体能力は「よし俺だっ」と良い見本になっています。私はたくさん選手の体作りに携わって久しいのですが、今年は柏レイソルや慶応大学ラグビー部、帝京大学陸上部、巨人軍清原和博、入来裕作君や西武松坂大輔、松井稼頭央君など一〇〇チームを担当させてもらい、選手の体作りに奔走しています。

体作りの一番の基本は、練習や試合が終わってすぐにタンパク質(プロテイン)を摂取することです。

筋肉は野球ボールを力一杯一球投げると筋繊維が五本切れ、二時間後に強度な二〇%アップの筋繊維が再びつながりま(筋肉の再生工場の役割)。筋繊維はこうして切ってはつなぎ、切ってはつなぎを繰り返して、少しずつ太く強くなっていきます。筋トレも一度にたくさん負荷をかけるのではなく、毎日三〇分ほど繰り返すのがコツです。

以前は運動後一時間以内にタンパク質を摂るようにいわれましたが、五年前NFLから練習後のタンパク質摂取は少しでも早い方が効果が大きいと発表され、柏レイソルでは試合直後に選手は二〇gのタンパク質を牛乳三〇〇ccに溶かし、また疲労回復にハチ蜜入りフレッツシジュースを飲ませています。

牛乳は一日約一リットル、牛乳の嫌いな人はヨーグルトやチーズ、大豆食品など高タンパク食を積極的に摂ります。もし、運動後にタンパク質を摂らないと、筋肉は再生工場が動く直前まで「タンパク質はまだかまだか」と待っています。絶対必要なタンパク質を食べないと、ついに待ちきれず目の前の赤血球を筋肉自身が利用、せっかく増やした赤血球を食べてしまい(血液タンパクの異化作用、あつという間に貧血になってしまいます。これは貧血だけでなくブレーの集中力やパフォーマンスやスタミナの低下、ケガにつながります。

牛乳は低脂肪牛乳の方が、高タンパク・鉄やカルシウムを多く含み、低脂肪で普段のアルコール摂取や外食が多いビジネスマンには適しています。最近のOLは低脂血症の方が多くスタミナ不足のため高脂肪牛乳

でもOKです。通勤や営業で、また仕事が終わって運動した時など体を動かしたらすぐ牛乳一本飲むことを習慣づけてください。牛乳一本飲むタイミングでびっくりするほど良質の筋肉が作られます。これが肉体改造第一歩でもあります。

☆エネルギー補給は重要

「食」は「人に良い」と書きます。私たちにとって大切な栄養素はたくさんありますが、とくに毎日必ず摂取しなければならぬ三大栄養素をはじめビタミンやミネラル、食物繊維があります。

◆糖質……筋肉や肝臓に蓄えられて、カラダを動かすガソリン役(エネルギー)源。脳を動かせる唯一の栄養素。毎日摂取エネルギーの約六〇%を糖質で摂る必要があります。その時いつしよにビタミンB1を摂ると吸収が早く効果倍増です。

◆脂質……ゆっくり運動のエネルギー源がへ脂肪酸です。少ない量で倍の効果を生みます。しかしアルコールなどと同様取り過ぎると皮下脂肪につき高脂血症や肥満の原因になります。少ないと風邪やケガをしやすくなります。脂肪といっしょにナイアシン(ビタミンB群)を摂れば、肥る前にエネルギーとして使われやすくなります。総エネルギーの約二〇〜二五%で十分でしょう。

◆タンパク質……筋肉や血液の材料。髪の毛、爪、皮膚、ホルモンを作る大切な栄養素。不足すると筋力アップはもろろん駄目、貧血になり

ます。運動直後と就寝前が摂取タイミングに最適。一日二〜二・五g/体重(1kg当り)が目標です。

ところで「グリセミックス指数」をご存知ですか?大切な栄養素「糖質」が食べてどのくらいの時間で体に吸収されてエネルギーとして発揮されるかを表にしたものです。(別表)

新宿や大阪などターミナル駅で朝の出動途中ホームで牛乳をグイッと一本飲んでるビジネスマンを見ませんか?あれは、三日後のエネルギーにしかありません。しかしここでアンパンを食べておけば今日午前中の活躍はまちがいない。また、試合直前にバナナやパスタを食べるのでは遅いのです。試合四時間前の食事は、フランスパンかレーズンパンにバターとハチミツをつけて、スープリはポタージュ。温野菜はマッシュドポテトやにんじん。少しの動物性脂肪(鳥のグリルやベーコン程度でOKでしょう)。

ところでスタミナや病気にならない栄養はやはりバランスのとれた食事。各栄養素はこんな働きがあります。

◆ミネラル……とくに重要なのがカルシウム・鉄。毎日意識して摂ってほしい。カルシウムは骨や歯の材料となり、イライラを抑え筋肉の痙攣を抑える。鉄は血液、ヘモグロビンの大切な源。タンパク質といっしょにスピードブレーにはカルシウムは必須。仕事の機敏さにもカルシウムとマグネシウムの同時摂取を心がけて。

◆ビタミン……風邪の予防や疲労回

情 報

別表 グリセミック指数

グリセミック指数	穀物	乳・乳製品	芋・豆類	野菜	果物ジュース	砂糖・菓子
高 い (85以上) 食べてその日に エネルギーに。	フランスパン		マッシュドポテト	にんじん	レーズン	ブドウ糖
	食パン		ペイグドポテト	スイートコーン		麦芽糖
	コーンフレーク		ゆでじゃがいも			はちみつ
	もち					シロップ
						せんべい
中程度 (65～85) 食べて1日～2 日後にエネルギ ーに。	ごはん(精米)		フライドポテト	かぼちゃ	すいか	ジェリービーンズ
	スパゲッティ		焼きさつまいも	茹でグリーンピース	ぶどう	ドーナッツ
	全粒粉パン			ゆでとうもろこし	オレンジ	ワッフル
	ライ麦パン				オレンジジュース	コーラ
	クロワッサン				パイナップル	クッキー
	ロールパン				バナナ	ポップコーン
					パパイヤ	ポテトチップス
					メロン	アイスクリーム
					キウイ	チョコレート
					マンゴ	
低 い (65以下) 食べて3日後に エネルギーに。	ごはん(玄米)	牛乳	大部分の豆類		リンゴジュース	
	シリアル	スキムミルク	ピーナッツ		グレープジュース	
		低糖ヨーグルト			グレープフルーツ	
					あんず	
					洋なし	
					さくらんぼ	
					桃	
					プラム	

復 コンディショニングづくりをする栄養素。糖質や脂質などエンジンを燃やすエンジンオイルの役割。Aは気管や粘膜を保護し、視力回復、癌予防。一日五〇〇〇IU(国際単位)を。B群はエネルギー補助。そして現代人に多い食欲不振、怒りっぽさ、記憶力低下、不安やイライラ、うつにも効く。Cは抗ストレス、抗酸化作用が強大。病気になる体にしてコラーゲン生成やホルモン生産、白血球免疫増強など負けない肉体改造の必須アイテム。一日二〇〇〇～三〇〇〇mgとビジネススマンは多めに。体のサビ取りビタミン。Eは若返りビタミン・血管ビタミン・心臓ビタミン・万病に効くビタミンと言われます。現代社会を生き抜く大切なビタミンでしょう。一日八〇〇IUは必要かな。

◆食物繊維……現代人にとくに不足している栄養素です。腹圧やウエストの減少、便秘解消、栄養素の吸収改善、善玉の腸内細菌増加、毒素の排泄など予防医学には必須。一日二七gを。

☆大切な食事

人間の体には基礎体力がありません。この体力は歳をとってから大きくみなさんの体力や健康に関与してきます。二〇～三〇代の食事、健康管理が大切です。この時期しっかり食べてバランス良く体力を作ることをお勧めします。そして中高年の方々、悠然とマイペースを守り、スポーツをリズムに「食」を楽しみ、志高ががんばりましょう。健康と命は尊いもの、あなた自身の人生を祝いましょう。夢をのせて……!

21 世紀の火葬炉

発明協会賞受賞

科学技術庁長官賞受賞



富士建設工業(株)

本 社 : 新 潟 市 ☎(代表) 025 (255) 4161

北海道 弟子屈町斎場

随 想

■「名水と海洋深層水のまち」
入善町富 山 県 長
入 善 町 長
米 澤 政 明

随 想

入善町は富山県の東部にあり、清流・黒部川によって形成された日本を代表する扇状地上に位置する。扇状地の壮大かつ見事な造形は、扇頂部から海岸まで一三・五km、扇の角度六〇度という日本一の規模を誇る。北は日本海に面し、南に雄大な北アルプス連峰を臨む人口約二万九千人の町である。

本町を特色づけるのは「水」である。黒部川の水は扇状地の中を伏流水として流れ、先端部で湧水となって自噴する。この水は「黒部川扇状地湧水群」として全国名水百選に選ばれ、湧水群の一つである「杉沢の沢スギ」は、国の天然記念物に指定されている。

水にひかれて、企業が進出

このような良質で豊富な水にひかれて、古くは昭和十年に東洋紡績(株)、三十九年に自動車部品製

造のアイシン新和(株)、四十七年には富山日本電気(株)などの大企業が進出した。

最近では、平成六年にアサヒビール(株)が幾多の候補地から、きれいで良質な水が豊富にあることから、本町を選び進出した。今のところ、製造しているのは缶ジュースや缶コーヒーのみだが、将来はぜひともビールの生産にも手を伸ばしてもらいたいと願っている。

入善海洋深層水で

地域の活性化を

さて近年、海洋深層水は無限の可能性を秘めた水として全国的に注目を集めているが、入善町では、昨年暮れに海洋深層水取水施設を完成させた。現在、県内外の企業や個人の人々が深層水を求めて施設を訪れ、連日賑わっている。

日本で初の深層水を利用したアワビの養殖事業など水産業の振興に利用するほか、各種食品や健康飲料水、化粧品などの商業・産業面、あるいは、農業分野や医薬、バイオなど活用範囲が広がるものと考えており、今後、地域活性化を図る新たな資源として、大きな期待を寄せているところである。

特産物もいっぱい

さて、本町を語るには、農業を抜きにしては考えられず、特に良質米コシヒカリは「つぶぞうい」という名で市場に出回り、消費者からも非常に評価が高い。昭和三十〜四十年代にかけて、いち早く圃場整備事業に着手し、優良農地化を図ったことから、水稲作においては県内一の収穫量を誇るまでに至った。

また、チューリップ球根やスイカの栽培は、入善町では伝統的な商品作物として古くから取り組まれている。中でも、明治年間から手がけている「入善ジャンボ西瓜」は、黒部川扇状地の豊富な伏流水に恵まれた入善ならではの特産物で、スイカ一個の重さが平均二〇〜二五kgと、日本一大きなスイカとして全国に知られている。

「扇状地にひと・

くらし・輝くまちに」

このように、私たちのまち入善

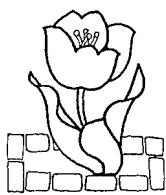
町は、日本に誇る黒部川扇状地を礎に、農工一体のまちとして発展を続けてきている。

二十一世紀を迎えた今、急速に進む少子・高齢化、地球規模での環境問題の深刻化、情報化の進展、そして、出口の見えない経済情勢、加えて、地方分権社会への対応、市町村の合併問題などさまざまな課題が山積している。

このような状況を踏まえ、町では昨年四月から「扇状地にひと・くらし・輝くまち入善」を将来像とする新しい総合計画に基づき、町政の推進にあたっている。

いずれにしても、私どもは時代の潮流を踏まえながら、明日の我が町のあり方を探り、勇気と英断をもってこれからの町づくりに取り組みなければならないものと考えている。

終わりに一言、日本全体が閉塞感に包まれているが、やはり、受け身の姿勢では活性化は望めず、地方はますます埋没化していくものと思う。常に「何かに挑戦する」という攻めの姿勢で町づくりにあたりたいということを付け加え、擲筆したい。



情 報

政策リーダー

政策リーダー

共生のまちづくり懇談会報告書

―総務省―

総務省の「共生のまちづくり懇談会」はこのほど、最終報告書を取りまとめた。

懇談会は昨年三月、人・自然・時間等との「共生」を進めるためには「住民参加」が不可欠だとする中間報告をまとめ、最終報告では実際の成功事例を研究・分析し、必要な取組みについて指摘している。

報告書では、住民参加を段階的に四つに分類した上で、共生のまちづくりを進める上での最重要キーワードとして、『地域の福祉力』を掲げ、「地域の課題を自ら発見し、地域住民相互の信頼感を基本に互いの助け合いや役割分担等により、地域自らその課題を解決していく力」と位置づけている。

また、市町村の担うべき役割として、①地域のエネルギーを住民全体の取組みへ発展させるきっかけ及び仕掛けづくりとして、アンケート調査や住民集会等を繰り返すことで、住民に潜在する危機意識を共通認識にまで高め、住民が自主的に取組む機運を醸成する、②市町村長及び職員役として、的確な問題意識と働きかけが重要であり、地域に向向き、住民の意識を肌で感じて、地域に蓄積するエネルギーにタイミング良く脚光を当て、③住民からの働きかけを見逃さず、上手く吸い上げ、住民と共に考えていく―等を挙げている。

地方税電子化推進協議会報告書 まとまる

電子自治体構想の柱となる地方税の電子申告システム導入にあたっての問題の検討を行っていた地方税電子化推進協議会(会長 金子宏 東京大学名誉教授)は、この度報告書を取りまとめた。

これは、電子申告に係る制度面・運用面の課題について、町村代表者を含めた幹事会等において基本的な考え方や優先的に申告の電子化を図る税目、認証、添付書類、申告書の到達時期、受付方法等の課題を個別に検討を行ったもの。

これによると、優先的に導入を図る税目として法人税関係、住民税関係、固定資産税等を挙げている。また、信頼性の高い認証機関や、納税者が申告書が到達したことを確認できるシステムが必要であると指摘している。

申告書等の受付方法については、地方団体が単独で行う方法と共同受付センターを設置して行う方法について、効率的なシステムが導入できるように、両方の関係について検討する必要があるとしている。

今後は、申告システムの実証実験を行うとともに、地方団体もこの報告書を参考にしつつ、電子化の対象税目の選定、既存税務システムの調査等の準備、検討を進め、平成十五年度からのシステム導入を目指すべきであるとしている。

食料安全保障マニユアル策定

―農林水産省―

農水省は、異常気象等による大不作等不測時に国民が食料不安に陥らないよう、講ずべき対策の基本的な内容や、根拠法令、実施手順などを内容とするマニユアルをまとめた。

不測時をレベル0からレベル2の三段階に設定し、それぞれのレベルに応じた食料確保対策を示した。

レベル0は、特定の品目の需給がひっ迫し、食生活に重大な影響が生じる可能性がある場合で、予防対策を中心に、①情報収集・分析・提供、②備蓄の活用、③規格外品の出荷の促進や廃棄の抑制、④価格動向の監視等を実施する。レベル1は、特定品目の供給が平時を二割以上下回る事が予測される場合で、食料の生産から流通まで国家の規制を強め、①当該品目の緊急増産、②適正な流通確保のための売渡し、輸送保管に関する指示、③標準価格の設定等の価格の規制を実施する。

レベル2は、国民が最低限度必要とする熱量(一人一日当たり二千キロカロリー)の供給が困難となる恐れのある場合で、①熱量確保を優先した生産転換、②既存農地以外の土地利用、③割当・配給及び物価統制等を実施する。

なお、このマニユアルの内容については、適宜見直し、改定を行うこととしている。

くつろぎと機能性が調和する 都心の快適空間です。

官公庁ビルの立ち並ぶ霞ヶ関のほど近く、都心にありながら、

喧騒を離れた、心落ち着ける空間として全国町村会館は

多くの皆様にご利用いただいております。

静かでゆったりとした客室に、味わい豊かなお料理。

一流ホテル(帝国ホテルグループ)との提携による

上質なサービスで皆様をお迎えいたします。

町村主催の各種行事に

自治大学校などの交友会に

職員旅行・家族旅行に

小・中学校の東京での行事参加に

やすらぎを大切にした客室

客室は、静かさと心地よさに配慮し、全室を7階以上に配置いたしました。室内インテリア全体を落ち着いた雰囲気にとめ、ゆったりとしたやすらぎのひとつをお過ごしいただけます。また、会議室やホール、レストランと和食処、ホテルショップなどの施設も充実しております。

土・日・祝日で宿泊は、
通常料金より20%割引でご利用いただけます。

※金曜のご宿泊にも、通常料金の15%OFFにてご利用いただけます。

シングル 131室 通常料金 8,500円より ツイン 18室 通常料金 16,000円より

シングル 6,800円より ツイン 12,800円より



シングル

ご予約・お問い合わせは

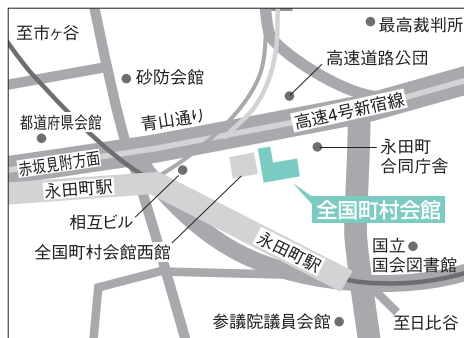


都心に近く便利なロケーション

東京での活動拠点として最適なロケーションです。会議や研修、パーティーなど用途に応じて幅広くご利用いただけます。

※宴会場ご利用のお客様の地元特産品などの持ち込みは自由です。

※ご宴会のお料理は、ご希望とご予算に応じてご用意いたします。



【交通案内】
 ■有楽町線・半蔵門線・南北線「永田町駅」3番出口徒歩1分
 ■丸の内線・銀座線「赤坂見附駅」徒歩5分
 ■タクシー 東京駅から約20分

東京観光地への アクセスガイド

- 東京ディズニーランド／地下鉄永田町駅からJR舞浜駅まで約34分
- 浅草／地下鉄赤坂見附駅から浅草駅まで約27分
- 東京タワー／地下鉄永田町駅から御成門駅まで約25分
- 東京ドーム／地下鉄永田町駅から後楽園駅まで約10分
- 東京都庁展望台／地下鉄赤坂見附駅から新宿駅まで約10分

市町村職員共済組合等の宿泊助成券がご利用いただけます。



全国町村会館 TEL:03(3581)0471 FAX:03(3581)0220

〒100-0014 東京都千代田区永田町1丁目11番35号 <http://www.zck.or.jp/kaikan/index.html>