

EKISUMER[®]

生活に寄り添う駅・沿線を考える

2023 AUTUMN VOL.57

特集 健康と鉄道沿線について考える

生活の中の多様なシーンで

駅を訪れる人々。

駅消費研究センターでは、

そんな人々を“エキシューマー”と呼び、

さまざまな視点から研究しています。

【発行】

jeki

駅消費研究センター

【発行責任者】五明 泉
(株式会社ジェイアール東日本企画 取締役企画制作本部長)

【編集長】町野公彦
(株式会社ジェイアール東日本企画 駅消費研究センター長)

【編集委員】近藤英彦 村井吉昭 松本阿礼

【アドバイザー】加藤 肇 吉江 俊

【お問い合わせ】03・5447・0991

【URL】<https://www.jeki.co.jp/ekishoken/>

【制作】

編集

小林英明 佐藤勇人 橋 真美 山田 愛(株式会社レマン)

デザイン

山田紗弥香 小川恵里(株式会社レマン)

印刷

新日本印刷株式会社

小誌に掲載しているJR東日本社外からの寄稿文や、対談・インタビューなどでの発言の内容は、必ずしもJR東日本の見解を反映しているものではありません。なお、小誌に掲載の情報は2023年9月現在のものです。

Copyright (C) jeki All Rights Reserved.



そばにいる

高齢化や少子化という現実を考えた場合、私たちは「健康」というものが何にもまして重要になりうる時代に生きている。高齢化あるいは少子化に関連した健康は、医療や介護といったヘルスケア産業だけにとどまらず、食品産業、情報産業、さらに鉄道及びその関連産業等にとっても極めて影響が大きいテーマである。

また、米国のある経済学者によると、さまざまな国でのリサーチ結果を総合すると、幸福度を決める重要な要素は、「健康」、「人間関係の質」、「有意義な仕事」の3つであったという。沿線という視点で捉えても、沿線居住者の健康は、その幸福度にも関係してくると容易に推察できる。

先日、「セル看護提供方式」と呼ばれる看護のやり方を採用している病院の事例を初めて知った。この方式は、看護のクオリティ向上を図るとともに、看護師の業務効率化にも寄与するといわれている。具体的に言えば、従来なら看護師はスタッフステーションにいて、ナースコールがあれば、その都度、入院患者のもとに（何度も）駆け付けるといったのが常であった。しかしながら、この病院では、看護師はスタッフステーションではなく、病室（4人部屋単位）の患者のベッドサイドにおり、ここで患者のケアだけでなく、PCなどでの事務的作業も行う。こうして看護師が近くにいることから、患者は安心感を持つとともに、看護師側も無駄な動きから解放され、結果的に離職率低下にもつながったという。

このように「そばにいる」ことで、サービスの受け手側の心理的価値を高めるとともに、送り手側の合理性・効率性にも寄与するケースがある。本特集でも、何らかの形で受け手の「そばにいる」ことを実践していると解釈できる健康関連サービスを展開する組織や企業の方々に取材を試みた。いずれも沿線生活者が抱えるペイン（悩みや問題）やゲイン（あったらいいこと）を検討する場合、何らかのヒントになる事例ばかりである。

具体的には、子どもが病気でも自宅に訪問してくれる病児保育、会社という所属集団の肩書からいったん離れ、自然のそばにすることで、人が自然の一部であることを再認識させてくれるリトリート、あるいは、多様な人々との交流を通じて、孤立を回避し、他者がそばにいるという喜びを享受できるサービス等について貴重なお話を伺った。

沿線の「沿」という字には、離れないようにつく、という意味もあるらしい。まさに、「そばにいる」ということである。

『EKISUMER』編集長 町野 公彦

FEATURE

健康と鉄道沿線について考える

[INTERVIEW] 健康に寄与するまちづくりと人の動きを中心に见せる景観づくり
早稲田大学理工学術院 創造理工学部教授兼同大副総長
後藤春彦さん 03

[REPORT] 健康的な暮らしと向き合う多様な取り組み
日常から解き放たれて、自然の一部としてのヒトに戻る
亀山温泉リトリート 07

病児保育で、子育てと仕事を両立できる社会を目指す
フローレンス 09
多様な世代や人を巻き込み、「ごちゃまぜ」の力で孤立のない地域をつくる
えんがお 11

[THINKING] 沿線住民に寄り添う生活価値を。いま鉄道会社が健康を考える理由 13

SERIES

[REPORT] STOREWATCH
SALAD STAND 17
AIを活用したダイナミックプライシング機能を搭載
高品質のサラダで仕掛ける「人流を生む」自動販売機の可能性

[RESEARCH] REAL EKISUMER FILE #13 Z世代篇 18
効率を愛し、一筆書きルートで移動するローカル推し男子

健康と鉄道沿線について考える

「人生100年時代」といわれる現代、人々が元気に活躍し続けられる社会づくりを目指す中で、「健康」に注目が集まっています。沿線活性化を進める鉄道会社は、生活者の健康にどう向き合っていけばよいのでしょうか。巻頭では、都市計画や景観設計などを専門とし、「医学を基礎とするまちづくり」に取り組む早稲田大学理工学術院の後藤春彦教授に、健康と都市・まちづくりのあり方についてお話を伺いました。

健康に寄与するまちづくりと人の動きを中心に见せる景観づくり

早稲田大学理工学術院 創造理工学部 教授兼同大副総長 後藤春彦さん

未病を治す環境を備え、医療費も抑制するまちづくり

—「医学を基礎とするまちづくり (Medicine-Based Town 以下MBT)」研究の概要について教えてください。

後藤：奈良県立医科大学の細井裕司教授(現理事長兼学長)が提唱した「住環境によって病気を予防し、健康を維持する」という「住居医学」の概念を都市へと発展させ、2012年から奈良県立医科大学と早稲田大学が共同で研究を開始しました。両大学が協定を結び、双方に「MBT研究所」という同じ名前の研究所を設立しています。人間の健康と都市の持続性を追求していくことをテーマとして、「ひとと元気に、まちも元気に」をスローガンに掲げています。

—早稲田大学のMBT研究所では、どのようなことを目指して研究に取り組んでいるのでしょうか。

後藤：医療費の削減を念頭に置き、多世代を対象とする研究に重点を置いています。少子高齢化が進む日本にとって、健康の維持は経済に直結する問題です。令和

ごとう・はるひこ

1957年富山県生まれ。早稲田大学理工学術院創造理工学部教授、同大副総長。早稲田大学総合研究機構「医学を基礎とするまちづくり研究所」所長。工学博士。日本建築学会賞論文賞(2005)、日本都市計画学会賞計画設計賞(2011)、グッドデザイン賞(2010)ほか受賞。著書に「無形学へ、かたちになる前の思考」(水曜社)、共著に「医学を基礎とするまちづくり Medicine-Based Town」(細井裕司、後藤春彦(水曜社)など。



元年度の国民医療費は約44.4兆円。これは国民所得の1割強に相当する規模であり、医療費が日本経済を大きく圧迫していることが分かります。では、どうしたらそれを抑えられるのか。最も医療費が高額なのは60~70代ですから、そこが下がれば全体の医療費も下がります。しかし、既に医療が必要な世代に働きかけるのでは、遅い。40~50代の未病や生活習慣病を改善していくことで、10年後、20年後の医療費を下げるができるのではないかと、我々の研究の発想の原点です。そこに対し、都市計画やまちづくりでは、何ができるかを考えています。健康をテーマに都市環境を整えていくことは、未病の

方々の生活習慣に対する働きかけだとお考えいただいでいいでしょう。

医療費の削減は、高額な高度医療で難しい病気を治す医者の仕事ではないと思います。未病を治す環境を備えたまちをつくることによって健康寿命が延び、高度医療に依存することがなくなり、医療費が抑制されるのです。医療費が下がれば、経済全体にゆとりが生まれます。

歴史的な町並みの中に医療や健康の拠点を埋め込む

—MBTの具体的な研究事例を教えてください。

後藤：奈良県橿原市今井町で進めている、「今井町アネックス」プロジェクトというものがあります。今井町は奈良県立医科大学の目と鼻の先に位置しており、中世の自治都市だった場所です。重要伝統的建造物群保存地区に選定されているエリアには、東西約600m、南北約310mの地区内におよそ500棟の伝統的な建造物が残っています。これだけの歴史的町並みが残っている所はなかなかないのですが、高齢化や人口減少が進み空き家が増えつつあります。そこで、空き家を活用して今井町に医療や健康の拠点を埋め込み、地域の健康づくりと町並みの整備を同時に実現させようというのが、このプロジェクトです。

まず行ったのが、早稲田大学MBT研究所の今井町分室の開設です。空き家だった長屋を改修した分室に学生が常駐し、健康測定やワークショップを行うなど、3年ほど市民に開放していました。また、別の空き家は奈良県立医科大学の外国人研究者のゲストハウスに改修され、そこに集う先生方が今井町の人々の健康相談に応じたりしています。他にも、放課後児童クラブ、女性専用のシェアハウスなどを、空き家を活用する形でつくり、子どもや新しい住民を町に呼び込んでいます。中世の町ですから道が狭く、車は入りにくい。歩行を前提につくられているので、とても歩き

やすいです。病院の廊下で歩行訓練をしてリハビリするよりも、このような町の中でトレーニングをした方が、はるかに人間的ではないかという提案もしています。

—取り組みを始めてから、町は変化しましたか。

後藤：プロジェクトを開始してから、新規の移住者や町並みを生かした店舗が増えており、空き家はそれほど増えていません。新たに入ってくる住民に対しては、「まちなじみガイドブック」というものを作って配布しています。これは、移住者へのヒアリング調査をもとに、人間関係など困ったことをどのように解決したかをまとめた事例集です。古い町ですから閉鎖的な部分もあります。このようなツールを用意するなど、スムーズに町になじんでもらえるような取り組みも行っています。

—他にも事例があれば、教えてください。

後藤：漢方薬のメッカである奈良県で、農業の6次産業化を目指す研究プロジェクトを行っています。6次産業化は、1次産業、2次産業、3次産業の連携で行うもので、通常は農・工・商連携による6次産業化ですが、生薬を生産し漢方薬を製造

して漢方医療を行うという、農・工・医の連携もあるのではないかと考えました。そこで、我々は漢方医療を軸とした農村健康観光を提案しています。

例えば、やまととうきという薬草を摘む農作業からスタートし、ガイドの案内による集落の散策や、薬草のワークショップなどに参加して、ランチを食べるといったツアーです。参加者の医学的効果を測定したところ、農作業や散策の後などで精神的疲労度が下がっていることが確認できました。恐らく、まちのエキスパートに地域情報などを語ってもらい、頭を回転させながら散策すると、精神的疲労の回復に効果があるのではないかと考えています。ただこれは、あくまで3回の実証実験の結果であり、ルートの違いによる結果の差異や効果の持続性、頻度と飽きの問題など、今後さらに調査をしていく必要があります。

まちへの関心を高めることが主観的健康感の上昇につながる

—MBTは人の健康と都市の持続性をテーマにしているということでしたが、都市環境は健康とどんな関係がありますか。

後藤：まずは健康とは何かについて話し



今井町の町並み。地域包括ケアの拠点や、ICT(情報通信技術)を活用した健康を見守る実験用の住宅などもある



早稲田大学MBT研究所の今井町分室。奈良県立医科大学の学生がアロマテラピーや漢方医学についてのワークショップなども行っていた

たいと思います。健康は、「ひとり(個人)の健康」と「みんな(社会集団)の健康」に分けられ、それぞれに客観的ないしは主観的な見方があります。客観的健康は、医者領域です。一方で、朝起きたときに体が軽いとか重いなど感じるのは、個人の主観的健康感です。そういう主観的健康感がたくさん集まっていくと、コミュニティ全体の健康感が生まれるのではないかと思います。これを、私は「お互い様の健康感(間主観的健康感)」と呼んでいます。MBTでは、この間主観的健康感を研究したいと考えています。

主観的健康感が高い人は、病気や手術の後の生命予後が長いことが明らかになっています。けれど一般的な病院では、主観的健康感を上げる取り組みは行いません。だからこそ、都市の側から主観的健康感を上げることを目指したいわけです。

その手がかりを探るため、全くプロフィールの違う奈良県内の7つのまちで調査を行いました。住民の認知環境、物理的環境、性別、年代と主観的健康感の関係を調べたのです。すると、どれだけ自分の暮らすまちを知っているかという認知環境だけが、主観的健康感と相関を持つことがわかりました。三段論法になりますが、自分の暮らしているまちの環境に興味を持ち、それを認知している人は主観的健康感が高くなり、生命予後が長くなると予想されるのです。

一まちの環境を認知するよう工夫を凝らすと、主観的健康感を高められる可能性があるのですね。

後藤：3つくらいの段階があると思っています。第1段階は、そのまちの地形や歴史、風土に根差したルートや、ガイドの説明を聞くなど頭を回転させながら散歩すること。これは、主観的健康感にいいことが分かります。そして、そのルートを日常の風景として共有していくことが第2段階です。さらに第3段階として、バーチャル空間を認知環境の大きな手がかりにすることができれば、高齢で外出が不自由な人でも主観的健康感を高めていけるかもしれません。これは、まだ妄想の域ですが。

自分が暮らすまちに 景観の良さを求める人々

一人が居住地を選択する際、どんなニーズがあるとお考えですか。

後藤：コロナ禍により、テレワークが広がりました。テレワークによる居住ニーズの変化について独自に調査を行ったところ、以前は常に上位にあった「交通利便性」の順位が下がり、「景観・まちなみの良さ」の順位が上がりました。テレワークによって

自宅周辺で過ごす時間が長くなり、コロナ禍で散歩する機会が増えたことで、身の回りの景観やまちなみに対しての関心が高まった結果でしょう。また、防災性に対するニーズも上がっていて、景観やまちなみも含め、自分が暮らす周辺の地域環境に対するニーズが上昇していると言えます。

一「景観・まちなみの良さ」へのニーズが高まっているということですが、景観づくりについてのお考えもお聞かせください。

後藤：最近、人々こそが新しい景観要素ではないかと考えています。人々の振る舞いもデザインの重要な対象であり、人間の動きをいかに見せるかということも景観デザインの領域です。

例えば、渋谷のスクランブル交差点は、今や東京の代表的な景色となっています。外国人観光客が東京のどこで写真を撮っているかを調べると、渋谷のスクランブル交差点が圧倒的に多い。新宿や池袋などであまり撮られていないのは、スクランブル交差点のように人々の振る舞いを俯瞰的に眺められる視点場がないからだと思います。渋谷は地形的に谷底だということもあり、そのような場所がいくつもある。それが、渋谷という街の魅力になっているの



原広司設計の京都駅構内は、ガラス張りのコンコースと171段の大階段が特徴。大階段上部や反対側の烏丸小路広場からは駅構内が一望できる(写真提供:京都駅ビル開発株式会社)

ではないでしょうか。人の流れを上手に見せることが、これからの景観づくりの大切なポイントになると思います。

一人の振る舞いも景観デザインである、というのは非常に面白いですね。

後藤：人間が発信している情報は、実はものすごい量なんです。例えば、原宿・竹下通りを歩く人々の写真と、巣鴨地蔵通りの人々の写真を切り抜いて、背景を交換してみる。すると、竹下通りの若者が地蔵通りを歩いているような写真になるのですが、それだけで地蔵通りが急にファッションな街に見えるのです。逆に、竹下通りにおじいちゃんやおばあちゃんが入ってくると、やはり印象が一変します。人間が発信するそのような情報を、うまくデザインできないかということを考えています。

企業がまちづくりの担い手となり まちの経営に責任を持つ時代

一駅や鉄道会社は、まちづくりでどのような役割を担うことができるでしょうか。

後藤：人の流れの見せ方ということを考えるときに、駅はとても重要です。ちょっとした段差や圧倒的な気積(空間の大きさ)

などによって、俯瞰的に人々の振る舞いを見せる造りにすることができます。京都駅は大きな気積が確保されていて、俯瞰的に人々の動きを見せる工夫がされていますね。フランスのTGV(高速鉄道)シャルルドゴール空港駅には、上からホームの全容が見渡せる視点場があります。また、南仏マルセイユのオールドポートでは、古い港の前の広場の上に鏡の屋根が付けられています。おかげで、広場を俯瞰的に見下ろしているような景色が、頭に見えるわけです。人々はそこに集まり、広場にたたずむ自分の姿を鏡の中から眺めて時間を過ごしています。そのように、視点場をいくつもついたり、壁をガラスにするなど透明にして死角をなくしたり、天井を鏡にして人の動きを見せたりなどして、動く人々を景観の中心に据えていくことができます。

また、駅前広場について言うと、これからバスやタクシーの自動運転化が進むと広場の在り方も変わっていくのではないかと思います。モビリティの変化に合わせて、可変的で柔軟な見直しを進め、単なるロータリーではなく、より人間に開放できるような場にしていきたいことが望まれるのではないかと思います。

一地域の健康づくりという点においては、いかがでしょうか。

後藤：ウォーカビリティは、健康的なまちづくりに欠かせない要素です。まちの散歩が主観的健康感を高めるといった話もしましたが、歩きの質も求められていて、どんなルートを歩くかということが重要になってきます。バイパスのような大きな道路沿いを歩くだけでは、精神的な疲労回復効果はおそらく期待できません。鉄道沿線は駅ごとにプロフィールが違いますから、主観的健康感を高める散歩ができる駅や駅勢圏[※]のようなものが見えてくると面白いと思います。

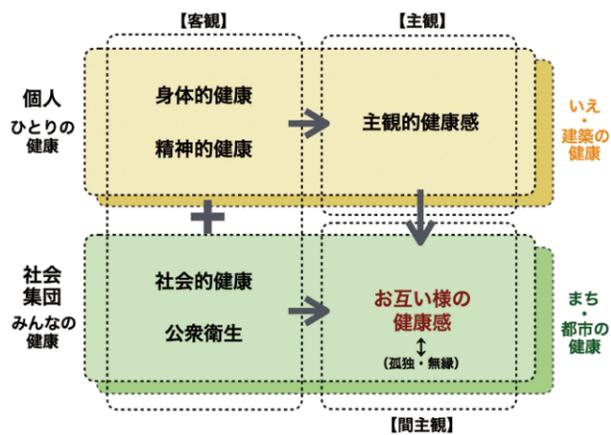
一まちづくりの担い手として、行政ではなく企業に期待することはあるでしょうか。

後藤：人口減少時代において税収の大幅増は期待できない中、民間の力は重要です。今後は、企業がまちづくりの担い手として活躍していくことになるでしょう。そして、街が持続性を保つためには、街のBCP(Business Continuity Plan 事業継続計画)の策定が必要であり、そこには企業のマインドが生かされるべきです。

そういう意味でも、企業の参画は進んでいくはずですが、一方で、新自由主義がもたらすさまざまな課題もあります。刹那的なまちづくりではなく、それぞれのまちの経営に対して、企業が責任を持つ時代になっていくのではないかと思います。



農村健康観光のモニターツアー。古くから漢方薬で知られる奈良で栽培される大和当帰の葉草摘み体験では、葉に含まれる油分で手がすべすべになるとい



後藤氏の考える「いくつもの健康(感)」。左の縦軸が医療の範囲である客観的健康、右の縦軸が主観的健康感を示す。主観的健康感を高めうるファクターとして、個人の場合はいえ・建築、社会集団の場合にはまち・都市が考えられるという(後藤春彦氏作成)

健康的な暮らしと向き合う多様な取り組み

心身の健康は、どの世代にとっても、日々の暮らしにおける重要なテーマです。

近年、健康意識の高まりから、暮らしの中で健康と向き合う多彩なサービスが生まれ、関心を集めています。

駅消費研究センターでは、多様な世代に向け、独自の方法で健康的な暮らしをサポートする取り組みに注目しました。

世代や個人によって異なる環境を見据え、それぞれの健康に寄り添う3つの事例をご紹介します。

日常から解き放たれて、自然の一部としてのヒトに戻る

亀山温泉リトリート <https://www.kameyamaonsen.jp/retreats/>

有限会社亀山温泉ホテル 経営企画 豊島大輝さん

リゾートとは全く違う 転地療法を提供する試み

千葉県君津市、房総半島中央の奥房総と言われる丘陵地帯に位置する亀山湖周辺は、都心から車で1時間半程の場所でありながら、自然に囲まれたエリアです。四季折々の景観を楽しむことができ、夜には満天の星が広がります。そんな亀山湖のほとりに立つ「亀山温泉ホテル」が、周辺の自然環境を生かして2021年12月にスタートさせたのは「亀山温泉リトリート」。リトリートとは本来、隠れ家や避難所を意味する英語です。しかし近年は、住み慣れた土地や日常生活から離れ、自然の中で心身ともにリセットする体験や過ごし方を

指すものとして注目されています。亀山温泉リトリートが提供しているのは、湖畔でのたき火やヨガ、星空観察などを通して自然とのつながりを感じ、ゆったりと心を癒やす過ごし方。コンセプトとして掲げるのは、「人が「ヒト」に戻る場所」です。

亀山温泉リトリートの仕掛け人であり、ネイチャーセラピストとしてリトリートのガイドも務める亀山温泉ホテル経営企画の豊島大輝さんは、リトリートはリゾートでの保養とは全く別物だと言います。「リゾートはまちでのステータスをそのまま自然の中に持ち込みます。社長であれば、社長という肩書のまま旅をする。一方のリトリートは転地療法とも言い、自然の中に帰帰することでステータスや人間関係から解き

放たれて、単に癒やされるだけでなくありのままの自分と出会うというものです。つまり、社会的な立場を持つ『人』から、自然の一部としての『ヒト』に戻るのです」

自然体験を楽しんでいると いつの間にか世界観が変わる

亀山温泉リトリートには、いくつかのプランが用意されています。湖畔でのネイチャーガイドとヨガがセットになった「レイクリトリート」は、湖畔の散策に加え、蛍鑑賞やカブトムシ探索といった季節の自然体験を40分程と、自然との一体感を味わうヨガを20分程行います。参加者の希望次第で、ネイチャーガイドだけ、ヨガだけにする

など、フレキシブルな対応も可能です。「たき火リトリート」は、湖畔の風を感じながらたき火を見つめ、静かな時間を過ごすプラン。マシュマロを焼いて楽しんだり、まき割りを体験したりするオプションも用意されています。降り注ぐような星空を眺めて星座を楽しむ「星空リトリート」では、星座が紡ぐ神話の世界や地球の存在を感じながら、遠い宇宙に思いをはせるそうです。

健康運動指導士でもある豊島さんが作ったこれらのプランのベースには、アクティブレストという考え方があります。

「積極的休養とも言い、横たわって体を休めているよりは、散歩やまき割りをするなど適度に体を動かした方が、血流も良くなって疲れが取れると科学的にも証明されています」

そして、どのプランにおいても、リトリートの要は自然とのつながりを体感すること。湖畔を散歩しながら、互いに助け合って生きている花とミツバチの関係に気付いたり、山の倒木を拾い集めてたき火をすることで、自分自身と自然とのつながりを感じたりしてもらいます。

「自然物は必ず何かと共存し合って生きています。人間もそういう自然の循環の中にいるということに気付くと、物の見方や考え方が広がります。それを難しく語るのではなく、たき火や星空観察のような自然体験を通して楽しく知ってもらうことが大切です。たき火なんて、子どもたちはキャッキ言いながらやっていますし、大人はまき割りでストレス発散をしています。亀山温泉が提供しているのは、そういう自然体験型リトリートなのです」

一方で、ネイチャーガイドをするときには、



4

「サイレントタイム」を設けています。湖畔を散歩する途中で足を止め、何もせず目を閉じて自然の音に耳を澄ませます。外にばかり向けていた意識を内に向け、自分の中から湧いてくるさまざまな思いに耳を傾けて、自身と対話する時間を持つためだそうです。

「リトリートに欠かせないエッセンスのひとつで瞑想に近いですが、決してスピリチュアルな方向には持っていきません。リトリートを一部の人のものにしたくありませんから。例えば、ただ風が心地いいなあということだっていいんです。それも、自分の中から生まれた思いです。心地いいと感じたなら、これからは時々そんな時間を持つと思えばいい。そんな風に、明るい気持ちになってもらうことを心がけています」

リトリートを普及させ 未来につないでいく

リトリートは、自然から遠ざかりがちな現代の暮らしの中で、定期的に自然と日常を行き来することによってバランスを取り戻し、より良い状態を保つものです。できればシーズンごとに自然豊かな場所に転地して行くことが望ましいのですが、それができない場合でも、まちの中の公園や河川敷など身近にある自然に触れ、つながりを感じることでリトリートは可能だと言います。

「自分が生活する中でどのように自然とつながるかを考えれば、特別な自然がなくとも地域ごとのリトリートを実現することができます」

リトリートで一人一人のコンディションを整えることによって、社会全体のコンディションも整えることができるのではないかと考える豊島さんは、亀山温泉ホテルから全国各地にリトリートを普及させることを目指しています。

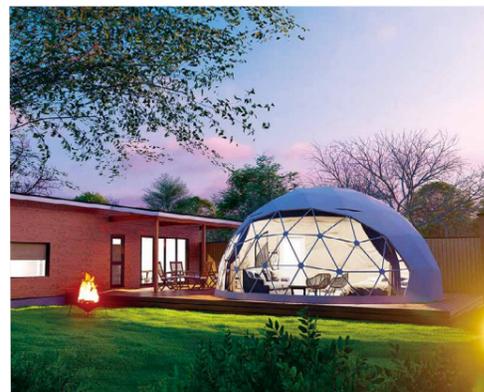
「人がヒトに戻る装置としてリトリートの仕組みづくりをし、運営は各地域に任せるような形で全国に普及させたい。そうしてリトリートが浸透・定着して、将来的にもずっと続いていくことが私の理想です。人が自然を取り戻せる場所をしっかりとって、社会全体に広げていくことで、よりよい未来につなげたいと思っています」



1



2



3

フローレンス <https://byojihoiku.florence.or.jp/>

特定非営利活動法人（認定 NPO 法人）フローレンス 病児保育事業部マネージャー 三枝美穂さん

10万件超の利用実績を持つ 訪問型病児保育のパイオニア

子どもが突然体調を崩してしまったら、どう対処するか。37.5度以上の熱を出すと、保育園で預かってもらうことはできません。仕事は急に休めない、けれどすぐに子どもを預かってもらえる人もいない。働きながら子育てをする人々にとって、切実な問題です。そんなとき、自宅に駆けつけ病気の子どもをケアしてくれるのが、認定NPO法人フローレンスが提供している訪問型病児保育です。

フローレンスは、子育てを巡るさまざまな社会課題に取り組む認定NPO法人。設立した2004年当時は、子育てに対する社会制度がまだまだ少なく、今以上に仕事との両立が難しかった時代。子どもの病気で休みが重なり会社を辞めざるを得ないなどの現実、病児保育の必要性を感じたことが設立のきっかけでした。翌年には訪問型のサービスを開始。利用会員40人程からのスタートでしたが、ニーズは非常に高く、2022年度には病児保育件数が累計で10万件を超えるまでになりました。

「訪問型病児保育というジャンルは、フローレンスが切り拓いてきたと言えます」そう話すのは、フローレンスの病児保育事業部マネージャーである三枝美穂さん。設立した当時、施設型の病児保育はあったものの、なかなか社会に広まっていない状況でした。そんな中、固定費のかかる専用の施設を持たない訪問型という方法で、病児保育を浸透させてきたのです。

今では訪問型の事業者も増えましたが、その多くは利用者と保育者を仲介するマッチング型です。それに対して、フローレンスは会社として採用・育成し、病児保育を知り尽くした保育スタッフを利用者の自宅に派遣。事務局にも経験豊かなスタッフが常駐し、いざという時に備える万全の体制です。

「お子さんの命を預かる事業ですので、会社としてきちんと責任を持つという方針です。ですから、病児保育のプロとして対応できるかどうかを見極めて雇用し、しっかり研修を行った上で、フローレンスが考える基準をクリアしたスタッフのみを派遣します」

しかも、当日の朝8時までに派遣を依頼

すれば、ほぼ100%*応えるといいます。利用者にとって、これほど心強いことはありません。

「10万件以上の実績がありますので、どんな病気がはやったときに、どれくらい利用されたかなど、過去のデータが蓄積されています。そのデータに基づいてスタッフの人数を予測し、確保しているのです。コロナ禍においても、一度もサービスを止めませんでした」

利用回数と子どもの年齢に応じ 会費が変動する会員制

フローレンスの病児保育は会員制です。子育てと仕事の両立のため会員同士が支え合うという考え方にに基づき、主に月々の会費によって運営されています。会費の額は、自動車保険のように利用回数と子どもの年齢に応じて変動。利用回数が多いほど会費は上がります。利用の有無に関わらず月会費の支払いは必要ですが、会費にはその月の1回分の利用料が上限を9時間として含まれており、2回目以降の利用に対して別途料金が発生する仕組みです。

会員は個人以外にも、福利厚生として取り入れている企業のケースもあるといいます。企業が会費を負担し、社員が利用するという形です。子育てしながら働く社員が、休まずに仕事を続けられることは企業にとってもメリットであり、求人条件面でのアピールにもなります。今後、そのような企業が増えていけば、より子育てしやすい社会が実現していくに違いありません。

一方で、経済的に厳しい環境にある家庭にも病児保育を利用してもらうため、ハードルを下げる工夫もしています。

「病児保育を誰よりも必要としているのは、ひとり親世帯です。しかし、そこになかなかサービスが届きませんでした。そこで、2008年から通常よりもかなり低価格で利用できる『ひとり親支援プラン』をスタートさせました。運営にかかる費用との差額は、活動に賛同いただいた企業や個人の方からの寄付によって賄われます。これは、NPOだからこそできることだと思っています」

フローレンスは訪問型病児保育をメインとしていますが、より安価に利用できる施設型の病児保育も2016年から始めています。自治体から受託する形で病院やクリニックと連携し、病児保育室の運営を行っているもので、1人の保育スタッフが2～3人の子どもをケアできるため、訪問型に比べると利用料が抑えられるのです。病児保育室では、他の子どもたちと一緒に遊びながら過ごします。ですから、急性期を過ぎ回復の兆しが見えた頃に利用するなど、子どもの病状によって訪問型と施設型を使い分ける利用者もいるそうです。

いざというときの安心感が 利用者の心のケアにもつながる

常に、利用者の立場に立った手厚い病児



4

保育を展開するフローレンス。利用者からは、数多くの感謝の声が寄せられています。子どもが病気のとき、スタッフが来てくれて助かったという声はもちろん、「子どもが熱を出したらどうしようという心理的負担が激減した」「メンタルが安定した」という声も。また、ひとり親支援プランの利用者からは「私が利用していいんだと知ってうれしかった」といった、サービスに出合えたことへの喜びの声もあります。子どもが病気のときに助かるというだけでなく、いざというときにサポートがある安心感は、利用者の心のケアにもなっているのかもしれない。

だからこそ、必要なときは頼っていいんだという意識をもっと浸透させたいと三枝さんは言います。子どもが病気のときに他人を頼ることに抵抗を感じるという人も多く、それが利用をためらう理由になっている場合もあります。しかし、病児保育は親が助かるばかりではなく、実は子どもにとっても喜びがあるのだそうです。

「病気のケアの範囲ではありませんが、薬を飲んだり昼寝をしたりしつつ、いろんな遊びをして1日を過ごします。やりたいことに付き合ってくれる大人を1日中独占できることは、子どもにとって大きな喜び。それを、お子さんはとても楽しんでます。ですから、安心して頼ってほしいと思います」

最後に、病児保育を広めていく上で、駅に期待することについて伺いました。

「病児保育に携わる立場からすると、お薬を駅で受け取る選択肢が増えるといいですね。親御さんに代わって病気のお子さんを小児科へ連れて行く受診代行サービスというものがあるのですが、病院から駅の薬局に処方箋を送っておき、仕事帰りに親御さんが受け取れると便利だと思います」

また、三枝さん自身も子育てをしてきた母親であり、病児保育でも多くの子どもを見てきた経験から、子どもにとって駅はとても魅力的だと言います。

「子どもって電車が大好きなんです。電車が見える病児保育施設や小児科が駅にあったら、子どもはすごく喜ぶと思います」

常に人が行き交い、多くの人々の目に触れる駅が病児保育との接点になれば、もっと誰もが利用しやすい当たり前のサービスになっていくのかもしれない。

1. 自宅での病児保育は、子どもにとっても安心だという。訪問型サービスの対象エリアは、東京都、千葉県、神奈川県、埼玉県各指定地域
2. フローレンスグループが運営する複合型保育施設「おやこ基地シブヤ」。健常児、障害児を預かる保育園に、小児科併設の病児保育室も
3. 病児保育スタッフ向けの研修会の様子。有資格者や子育て経験のある人材を対象に採用を行っている
4. どの職員でも一定の水準を満たしたサービスを提供できるようにしているため、指名制ではない



1



2



3

多様な世代や人を巻き込み、「ごちゃまぜ」の力で孤立のない地域をつくる

えんがお <https://www.engawa-smile.org/>

一般社団法人えんがお 代表理事 濱野将行さん

徒歩2分で行き来できる 7つの空き家がつなぐコミュニティ

おばあちゃんがこやかに運んでくれたのは、懐かしくてやさしい味のサバの味噌煮定食。テーブル席やカウンター席では、さまざまな世代の来店者が楽しげにおしゃべりしながら食事をし、カウンターの向こうの調理場では別のおばあちゃんと若者が忙しそうに働いています。ここは、栃木県大田原市で活動する一般社団法人えんがおが運営する地域食堂。営業は週に1回ほどで、この日は地域の高齢者らと一食700円でランチの提供を行う「おばあちゃんの手づくり食堂」の日でした。

活動開始から7年目を迎えるえんがおは、高齢者の生活の手助けなどを中心とした孤立支援、子ども・若者支援、障がい者支援、地域づくりなど、さまざまな社会課題に取り組む一般社団法人。代表理事の濱野将行さんは、「高齢者にも地域のプレイヤーになってもらうことが大切」と言います。高齢者や子ども、若者、子育て世代、障がい者など、多様な人々が「ごちゃまぜ」で関わり合い、それぞれがプレ

イヤーとして支え合うことで、誰も孤立しない地域コミュニティを目指す。冒頭の地域食堂も、そんな取り組みの一つです。他に、地域サロンや活動に参加する若者のためのシェアハウス、障がい者向けグループホーム、学童保育、遠方からの活動参加者のための無料宿泊所を、徒歩2分圏内にある7つの空き家を活用して展開。それぞれの施設を徒歩圏内に集約することで、気軽に行き来して交流できるようにし、相乗効果を生み出しています。

世代を超えた交流が あらゆる人の孤立をなくす

えんがおの出発点は、高齢者の自宅を訪問し困りごとに応える生活支援事業です。「近くに家族がいない、いても関係性が良くないなど、孤立する高齢者は生活で困っても頼る相手がいまません。例えば、電球交換ができないので暗いまま生活をしている方や、テレビのリモコンの電池を換えられないためずっと同じチャンネルしか見られない方。エアコンはあるけれど、冷房と暖房の切り替え方が分からないせいで、

冬になっても暖房が使えないという方もいらっしゃいました」と、濱野さん。そんな高齢者を有償で支援することにしたのは、無料だと気軽に頼めないという利用者の声があったからだと言います。

支援には若者を連れていくそうです。重要なことは、孤立する高齢者との会話。若者と何気ない会話を交わすことで、表情の乏しかった方にも笑顔が生まれ、実際に顔を合わせるため、安心感にもつながります。徐々に地域の人々との信頼関係ができ、生活で困ったらりあえずえんがおに、という「かかりつけ医」のような存在になってきたと言います。

そして、生活支援を続ける中で見えてきたのが、家族と同居していても日中は1人で過ごす人たちの存在でした。そこで、日中の居場所、近隣の高齢者のお茶飲み場として、空き店舗を使った地域サロン「コミュニティハウス みんなの家」を開設しました。ここは、若者や子どもたちの居場所としての機能も兼ねており、1階の奥にはフリースクール、2階には学生向けの勉強スペースを併設しています。勉強に来た学生やフリースクールの子もたちは自然な

形で高齢者と交流し、日常的に世代間交流が生まれる仕組みです。

「以前は家で毎日パジャマのまま過ごしていたおばあちゃんが、地域サロンに通うようになって表情も明るくなりましたし、お化粧もしてとてもおしゃれになりました。今は、地域サロンの店番をやってくれていて、学生たちとも仲良しです」

変化は若者や子どもにも表れます。不登校の子どもも、ここで話を聞くだけで感謝されたり、名前を覚えてもらうなどして喜びを見いだします。「元引きこもりです」と明るく自己紹介する15歳の少年は、見学者を相手にえんがおの施設案内をこなすなど、運営を手伝うまでになりました。えんがおを通して「自分に自信がついたこと」が、大きな変化だと話してくれました。

「ここには、高齢者や若者の他に、私たちが運営する障がい者向けグループホームの利用者の方もお茶を飲みに来てくれます。自分に自信のない若者と高齢者や障がいのある人たちは、とても相性がいい。若者は自分を受け止めてもらえたり、感謝されたりすることで、自己肯定感を持てるからです。高齢者を中心に、いろんな世代や立場の人を巻き込むことで、孤立を防ぎ、解消していくと考えています」

活動を波及させる 運営スタッフの楽しむ姿

えんがおの常勤スタッフは5人ですが、活動に参加したいという学生が全国から集まってきます。「えんがおサポーター」として登録し運営に深く携わる人のほか、時間が空いたときだけ参加する人や単発で参加する人など、その数は年間で延べ千人にも上ります。なぜ、それほど多くの学生が集まるのでしょうか。

「スタッフが楽しんでやっていることが、伝わるからだと思います。たとえ誰かを幸せにできたとしても、スタッフが我慢をして



4

苦しんでいたら意味がありません。だから、自分たちが楽しめるかどうかは、徹底的に考えます」

楽しさを伝えるための発信にも、力を入れています。SNSはもちろん、PR用ツールのデザインやメッセージの内容にも気を配ります。また、スタッフが幸せであるためには、活動をビジネスとして成立させ、スタッフがきちんとした対価を得ることも大事だと言います。

「やっている人が幸せでなければ、次世代の担い手も生まれません。経営的に成り立つモデルでないと、誰もまねしてくれませんかし、波及していきませんから」

全国に活動を広げることで 社会全体を変えていきたい

発足から7年、えんがおの活動によって孤立から解放された人は着実に増え、多様な人々を巻き込んだえんがおのコミュニティも生まれてきています。しかし、地域全体で見れば、まだまだ大きな変化にはなっていないと濱野さんは言います。

「地域や人々の理解に変化が表れるには10年、20年という長い時間が必要だと思います。発酵みたいなものですね。じっくり時間をかけて、少しずつ地域を良い方向に変えていく感覚です」

地域に活動を浸透させる一方で、今後は活動を広げていくことにも注力していく

そうです。チェーン展開ではなく、同じような活動をやりたいという人々をオンライン上でつなげ、連携していくためのプラットフォームを作ったり、地域の居場所づくりに特化した創業支援プログラムなどを実施して、えんがおのような拠点を全国へ広げていきたいと言います。2023年7月、えんがおは内閣官房の孤独・孤立対策担当室が実施する「孤独・孤立対策活動基盤整備モデル調査」の取組団体に選ばれ、それらの構想が具体的に動いていくことになりました。

「私たちがどんなにがんばっても、大田原の高齢者と若者と障がい者しか幸せにはできません。別の地域で、新たにプレイヤーが1人2人と増えていき、10年後に50人増えたなら、社会は変わっていくのではないかと思います」

1. 地域食堂が行われる「SHARE PLACE てnocago」。クリスマスメニューを提供したり、「地域居酒屋」としてたこ焼きパーティーをすることも
2. 地域サロンには、近所の子どもやグループホームの利用者、高齢者や学生などが自由に入り、犬や猫もいる。麻雀や将棋など曜日別の催しやハロウィンのようなイベントも行われる
3. 学童保育を行う「えんがお児童クラブ」の入り口には足湯が設けられ、利用する生徒の他、保護者や近所の人との交流スペースにもなっている
4. 代表理事の濱野さんとご家族。「えんがお」という名前は、ひと昔前のように縁側で笑顔で集える場所という願いから付けたという



1



2



3

座談会 》

沿線住民に寄り添う生活価値を。 いま鉄道会社が健康を考える理由

ここまで、心身の健康を意識したまちづくりをはじめ、

日々の生活の中で、幅広い世代が健康に暮らすための取り組みについてお話を伺ってきました。

沿線活性化とともに、沿線におけるまちづくりを進める鉄道会社は、

これからの時代、健康というテーマとどのように向き合っていけばよいのでしょうか。

取材から得たヒントをもとに、今後の方向性について座談会を行いました。

健康的な習慣をつくる手助けを 都市が引き受けていく

町野：今回の特集では、選ばれる沿線になるために、鉄道会社は生活者の健康とどう関わっていくべきかを探るべく取材を行いました。特に印象的だったのは、早稲田大学の後藤春彦先生が指摘されていた未病への対応と主観的健康感への着目です。

検査による客観的な数値に基づき病気を診断する病院は、通常、調子が悪くなってから行く場所です。病気になる前の、沿線住民の主観的健康感に着目してみると、鉄道会社にとっても重要なポイントになると考えます。

吉江：この100年の間にたくさんの医療技術が開発され、いろいろな病気が解明されました。それ自体は素晴らしいことです。けれどもこれからの時代は医者ではなく、私たち自身が生活習慣を見直すことで健康を保つ必要があるのかもしれない。まだ健康だと思っている人たちが、将来の病気に備えてどんな生活習慣をつくっていけるのか。その手助けをする役割

を、都市が引き受けていく。医療従事者によって制度化・専門化されていったものを、まちや共助の仕組みが引き受けていく段階に来ているという気がします。

近藤：一般社団法人えんがおの、徒歩2分圏内に居場所をつくる取り組みは、生活圏を基準に考えているということですね。私が普段利用している買い物先や病院などの生活圏は、行政の区割りでは居住地域の隣の市になります。けれど、医療は行政とのつながりが強いので、かかりつけの病院で多くの行政サービスを使うことができないのです。そういう場合に、沿線という捉え方ができれば、行政ではサポートできない部分にも手が届く可能性があるのではないかと感じました。

加藤：沿線や駅などの生活環境と健康は、間接的なものも含め影響し合っていると考えられます。そういう点で、今回の特集で取り上げた事例やインタビューは非常に興味深いです。

吉江：「立場や人間関係から解放たれて“ヒト”になる」という、亀山温泉リトリートの豊島大輝さんのお話を面白いと感じました。哲学者のハンナ・アーレントは、「何」

ではなく「誰」として人間を出会わせるといことが、公共空間の役割なのではないかと言っています。もちろん、社会的な地位や属性で扱われることによって承認欲求を満たしたいという人もいます。一方で豊島さんが提供するリトリートは、一人の人間、すなわち「誰」として扱われることによって、医療ではケアできない心身の癒やしにつながるのではないかと、という考えが根本にありますよね。

かつての湯治も、温泉の効能だけではなく、滞在中に同じような境遇の湯治客同士が話すといったコミュニケーションが、健康に良い影響を与えたのかもしれない。リトリートは現代の湯治とも捉えられるのではないかと、感じました。

松本：「誰」として出会うためには、場の規模も重要だと思います。沿線の中で、人が「誰」として出会える適切な規模感で環境づくりを行う工夫が必要ですね。

楽しさを、健康づくりの モチベーションにする

松本：今回の事例では、共通するキー

ワードとして「楽しさ」が浮かんできました。亀山温泉リトリートでは、楽しい体験を通して自然とのつながりを感じてもらうことがポイントになっていました。フローレンスの三枝美穂さんも、子どもは楽しんでいるので、安心して頼ってほしいと語っていました。えんがおは参加するだけでなく、スタッフが楽しんで活動できることを大事にしていました。

以前、健康に関する施設を企画する人が、「健康のための取り組みは必要だが面倒なことなので、頭ごなしに健康になる」と言うのではなく、楽しさを入り口にする必要がある」と話すのを聞いたことがあります。沿線で健康を促進する場合にも、楽しさが大事なのではないかと思いました。

村井：楽しいことをやっていたら、自然と健康に良いことだった。あるいは、自分にとって興味のあるコンテキストの中で、さりげなく健康に関する情報に触れられる。そういう形が良いですね。健康についての情報をインターネットで一生懸命調べて、必死になって数値を上げるとか下げるといことではなく、自然な形で健康的なライフスタイルを素敵だと感じ、そちらに導かれていく。病院に行くのではなく、まちを楽しみながらウォーキングすることで健康になっていく。普段の街での暮らしの中で、気がついたら健康的なライフスタイルへとシフトしていたということが、望ましい方向ではないでしょうか。

加藤：確かに、無意識に取り組んでしまうような、仕組みや仕掛けをつくっていく必要がありますね。医療分野でも、広告的なアプローチで人の行動を望ましい方向に

変容させる「広告医学」という考え方も生まれています。そういうやり方も含めて、健康にアプローチする工夫を考えるといいのかもしれない。

吉江：面倒くさくてやらないということに対する解決策としては、必要性を訴えるのではなくモチベーションをどうつくるかだという気がします。企業が戦略を立てるのとは違って、個人が動く理由には思った以上に合理性がありません。単純な損得では動かないと思います。ボディメイクのトレーニングなどは、憧れのモデルを目指すことがモチベーションになっていたりしますよね。また、何かのきっかけでモチベーションを上げて、日が経つにつれてどんどん下がっていくこともあります。ですから、毎日やること、週に1回やること、年間でやることをうまく組み合わせて、イベント的なものから日常的なものまで、複合的、重層的にプログラムを組んでいくと効果的かもしれません。

マクロにスコープを広げ ミクロに住民のことを考える

町野：鉄道会社も、運輸や駅での商業から沿線居住者の健康ということまで、ビジネスのスコープをもう少し広げて考えてみるのではないかと思います。当然のことながら、健康は移動や購買行動のベースです。他方、人を50代女性等の属性として考えるのではなく、健康状態を含む個別の事情をもった一人一人として捉えていくマインドセットが必要だと思います。つまり、マクロでスコープを

広げる一方、ミクロで沿線の個々人を考えるという2つの視点を持つことが大切だと思います。

近藤：沿線に住んでいる人々が健康で幸せな生活を送っていくためにはどうしたらいいかということまで、鉄道会社が広い視点で考えていくことは、今後重要になってくると思います。ただし、そこに住む人々は世代や健康状態などがそれぞれ異なりますから、個人に対してどうアプローチするかは、難しい課題です。例えば、最近はおウォーキングアプリなども数多くありますが、個々の健康状態に合わせたウォーキングを提示するところまではできていません。それぞれに対して適切な健康維持の方法を提案できるような仕掛けも、必要になってくるのではないのでしょうか。

吉江：健康法はさまざまありますが、どんな方法にしても続けなければ効果は期待できません。結局、自分が続けられる健康習慣は何かを見つけれることが、個人に即することだと思います。個人の好みと生活習慣に合っていて、なおかつ続けられる健康習慣は何か。その健康習慣を実現できる街はどこか。それらをきちんとひもづけて紹介する仕組みがあるといいのではないかと思います。

松本：えんがおの濱野将行さんも、亀山温泉リトリートの豊島さんも、自分1人だけで地域や社会を大きく変化させることは難しいと言っています。濱野さんは「じっくり時間をかけて少しずつ地域を良い方向に変えていく」のは「発酵みたいなもの」と言いますし、豊島さんもプログラムを仕組み化することで社会に広めていく必要が

あると考えていました。健康は、一朝一夕で成せるものではありません。沿線にできることは、一時的に健康になれるものを提供するのではなく、みんなの健康を咲かせるための土壌づくりのようなことではないかと思えます。

沿線でコミュニティの力を生かし それぞれの健康に働きかける

近藤：個人に対するアプローチと同時に、地域やコミュニティでの健康への取り組みも大事ですね。やはり両面からの動きが必要だと思います。

吉江：スリランカのある村では、引きこもりになってしまった人がいると、悪魔がついていると言ってシャーマンが出てくる。そして、村人たちが祭りを開いて、毎日家の前で踊ったりお酒を飲んだりする。引きこもりの人が出てくると、みんなで迎えて一緒に楽しく遊ぶんです。これは、コミュニティの力によって社会復帰させるということをやっているわけです。1対1の処方ではなく、コミュニティによる癒やしです。さらに面白いのは、原因を個人に還元しない点です。現代社会では、問題が起こると、その人が何かを怠ってきたからとか、精神が弱いからなどと、個人の責任を追究してしまいがちです。でも、スリランカの例では「悪魔のせい」ですから、その人には責任がないのです。

松本：えんがおはまさにそれをやっている好例です。自分でどうにかするのではなく、コミュニティで解決しています。フローレンスの三枝さんも、必要なときは頼って

いいという意識を浸透させたいとおっしゃっていました。ちょっと視点は変わりますが、今はさまざまな選択肢が提供される時代です。選択肢が増えすぎて、逆に選ぶことが苦しみになったり自己責任になってしまったりしているともいわれます。だからこそ、沿線でコミュニティの力を生かしていく取り組みを考える必要がありますね。

村井：今は、年齢や年代の概念が薄れている時代だと言われます。インターネットにアクセスすれば、古いものから新しいものまでコンテンツがそろっていて、年代が違って、同じコンテンツを見ていることが珍しくなくなってきています。そうすると、同じコンテンツを好んでつなげる他世代の方が、全く違うものが好きな同世代よりも分かり合える、ということが起こり得ます。沿線でも、例えば中央線が好きなシニアや若者、子どもたちがうまくつながっていけば、年代を超えてお互いの健康を促す交流ができるのではないかと思います。

松本：後藤先生が、駅周辺に景観として人の姿を眺められる場があるといい、というお話をされていました。例えば、40代の方々が高齢者を目にするなど、他者を見ることで想像力が働いて、健康への啓発につながる可能性があるのではないかと思います。人口規模の大きい鉄道沿線、都市ではコミュニティをつくりづらいため、そのような物理的工夫が効果的なのではないでしょうか。一方、小規模な場合は奈良県今井町の「まちなじみガイドブック」のようなものもいいのかもしれません。規模に合わせたさまざまな方策を用意しておくことが、必要だと思います。

吉江：後藤先生からは、積極的な環境認知が主観的健康感を高めようというお話もありました。その方法として、都市から情報や学びを得ながら歩くことが、普通のウォーキングよりも効果的な可能性があるということでした。最初は面白い発見をしながら歩いても、見慣れてきて発見がなくなってくると、街側がどんどん新しい発見を提供していかないといけなくなる。しかし、普通の街にはそこまでの体力がありませんから、発見と慣れのバランスが難しい。その解決策として考えられるのは、自分が動くことだと思います。沿線内をちょっとずつ移動しながら住むということも、提案としてあってもいいのではないのでしょうか。

鉄道会社の役割や 在り方を考えるとき

近藤：駅は、単なる交通の接点から、暮らしのプラットフォームへと変わっていきつつあります。鉄道会社としても、事業領域の見直しについて考えているところだと思います。そんな中、地域住民が幸せに暮らしていくための沿線とは何か、あるいは暮らしのプラットフォームとしての駅を考える際の、1つのキーワードが健康ではないかと思えます。

吉江：生活価値のアウトカムの1つとして、健康があります。健康は直接人の役に立つもの、直接人に降りかかってくるもので、投資価値とは対極にある。今、都心で盛んなTOD(Transit Oriented Development)^{*}は、投資価値を追求して

推進しているわけですが、沿線開発では何を目指していけばよいのでしょうか。

前号のVOL.56の特集では、生活利便や生活情緒といった生活価値の重要性に着目しました。生活価値とは、他には交換できない今この時の営みそのものの豊かさです。前号では生活価値が大事だと話しましたが、その多くが、健康に関わってくるとも言えると思います。

村井：沿線に健康な人が増えると、移動も増え、消費も増えます。健康は、鉄道会社の利益につながる切り口でもあるのではないのでしょうか。沿線やまちの活性化のためには、居住人口や関係人口を増やしたり、流出を防いだりなど、さまざまな方法があると思います。しかし、人を増やす以外に、沿線に暮らす人々の健康意識を高めることでも、まち自体が健康であり続け、鉄道会社の経営も健全になっていくと感じます。

加藤：これからの時代の鉄道会社の役割とは何かを定義し、事業領域を再検討



しなければならないタイミングだと思えます。鉄道会社が沿線住民の健康を考えることは、これからの大事なテーマになる。一見遠回りようですが、あえてそこに目を向ける。そういう大きなスタンスの変化が、これからの「選ばれる沿線」を決めていく

ように思います。「沿線と健康」のようなテーマは、これまでならば考えなかったでしょう。しかし、今はそれが必要になってきた。大きなパラダイムシフトが起こっていると言えるのではないのでしょうか。

MEMBERS

駅消費研究センター研究員



町野 公彦

センター長。長年、マーケティング、プランニングに携わり、さまざまなクライアントにおける本質的な問題を顧客視点で提示している。



村井 吉昭

商業施設をクライアントに、ブランド戦略立案、顧客データ分析、新規開業・リニューアル戦略立案など、様々な業務に取り組んでいる。商業施設の未来像の研究も行う。



近藤 英彦

駅商業のマーケティング、販促企画に携わったのち、jekiiにおけるデジタルマーケティング分野を牽引。駅消費研究センター立ち上げメンバー。



松本 阿礼

駅の商業開発調査、駅商業の販促企画に携わったのち、2012年より研究活動を推進。一級建築士。博士(工学)。お茶の水女子大学・非常勤講師。

アドバイザー



加藤 肇

産業能率大学 経営学部 教授
駅消費研究センターを立ち上げ、センター長を10年歴任。現在は、産業能率大学にて広告、マーケティング、消費者分析を教える。



吉江 俊

早稲田大学 創造理工学部建築学科 講師、博士(工学)
都市論・都市計画論を専門とする。「欲望の地理学」「迂回する経済」といった独自概念を提唱する。

SALAD STAND

AIを活用したダイナミックプライシング機能を搭載
高品質のサラダで仕掛ける「人流を生む」自動販売機の可能性



多くの人が行き交う渋谷駅。京王井の頭線中央口改札外のコンコースに置かれた自動販売機に並ぶのは、彩り豊かなサラダやコールドプレスジュースです。サラダ専門店のような高品質の商品が手軽に買えると評判の「SALAD STAND (サラダスタンド)」。実は最先端の技術が搭載された次世代型の自販機なのです。

最大の特徴は、AIによって販売価格を変動させる、現在もモデル構築中の「ダイナミックプライシング機能」。カメラを通して解析した通行量や通行者の年代、性別などのデータに、天候や時間帯、消費期限などの情報を加えて、その時の最適価格を導き出します。SALAD STANDの事業責任者を務める、株式会社KOMPEITOの新井伸朗さんは「消費期限の短いサラダを売り切るため、値引きを機械化できないかと開発しました。購入者は適正価格で買うことができ、フードロスも減らせます」と説明します。

SALAD STANDは、オフィスに健康的で手頃な食事を届けるKOMPEITOの置き型健康社食®サービス「OFFICE DE

YASAI(オフィスで野菜)」の事業を進展させたものだとか。サラダの製造ノウハウや商品の配送網を生かしつつ、オフィス以外にも販路を広げるには、自販機が合っていたといいます。

今年1月に、流行の発信地である渋谷駅にSALAD STANDを置き、翌月にはファミリー層の多い京王線仙川駅の1番線ホーム上にも設置しました。両駅の利用者層は異なりますが、購買層はどちらもほとんど女性。サラダの購入は20代と50代が突出しています。時間帯別に見ると、朝は朝食代わりとしてコールドプレスジュースが売れ、昼はサラダもジュースも販売が伸び、夕方から終電までは軽い夕食にとサラダを買う人が目立ちます。「サラダはジャースタイルの容器に変更してから売れ行きが伸びました。液漏れの心配がなく、バッグに入れて家や会社に持ち帰れます」と新井さん。また「美肌になりたい方へ」と冠した商品は、よく売れるそうです。サラダもジュースも千円前後と高単価ですが、販売は好調。健康や美容に投資する意識や、コンビニとは

一線を画した付加価値を求める隠れたニーズがあることが分かりました。

商品を購入するためだけに駅に立ち寄る人もいて、将来的には自販機が人流を生み出す装置にもなれば、と新井さん。最終目標は、AIで得た情報を応用したデータビジネスを行うこと。アプリを使って、自販機だけでなく同じ駅のテナントを回遊して買い物をする、ポイントがもらえるような仕掛けをつくりたいと、新井さんは笑顔を見せます。「置いて待つよりも、置いて攻める自販機」の、次なる展開に注目です。

1. 4、5種のサラダと8種のコールドプレスジュースが並ぶ自販機は、国外から取り寄せて自社で改造。遠隔で販売停止等の操作もできる
2. 一番人気のアンチョビドレッシングの「スモークサーモンとチーズの贅沢サラダ」。新鮮なまま、千葉県工場から直送される
3. コールドプレスジュースの売れ筋商品は、小松菜、ケール、チンゲン菜が主原料の「ダークグリーン」

DATA
東京都渋谷区道玄坂1-12-1 渋谷マークシティ 2F
京王井の頭線渋谷駅(中央口改札外)
<https://salad-stand.com/>

REAL EKISUMER FILE

FILE #13. 効率を愛し、一筆書きルートで移動するローカル推し男子

「その土地の料理や地酒を味わうのが楽しい」と話す、旅好きのMさん。大学入学後の東北旅行で、食べ物や話し言葉の違いが面白いと感じたことをきっかけに、すでに47都道府県に足を運びました。最近では、訪れた土地をオンライン上の地図にマーカーできるサービスを利用し、ゲーム感覚で全国に約1700ある市町村の制覇を目指しています。

旅の計画は、ネットで地図を眺めながら、気になるスポットを見つけ登録しておき、後から行程を考えることが多いといいます。例えば、「日本へそ公園」という名前に魅かれたり、ちょっと変わったダムを見つけたりすると、旅の候補地にしています。メジャーな観光地へは友人を誘うこともありますが、半分は一人旅です。関西へ帰省する新幹線を途中下車して、観光をすることもそうです。

Mさんは、旅先でも日常でも「単純に往復するだけの移動がすごく苦手」と感じています。そこで、いつでも「一筆書きで移動すること」を大事にしています。旅の時だけでなく、近所で買い物する時も、各店の開店時間や同じ階段の上り下りがないことなどを考慮した一筆書きルートで出かけます。

そんな自分を「なんでも効率化したがる性格」と自覚していて、お金も効率よく使おうと、家計簿をつけています。月に1度の旅費3万円程度と、週に1度の外食費を捻出するため、自炊メニューも工夫しているそうです。冷凍野菜やチーズなどを業務用スーパーで買い、栄養は摂りつつも極力簡素にしています。また、毎日食べるヨーグルト代を

浮かせようと、自分で作るようになりました。他にも、普段から改札を出ずに利用できる駅ナカの店舗をなるべく利用し、交通費を抑えています。

本当はもっと旅行したいMさんですが、時間とお金が足りません。その代わりとして、大学院に進学してから地酒の飲める居酒屋めぐりを始めました。大学院の最寄りの国立駅や、友人が多い吉祥寺駅の周辺をターゲットに、個人経営の店を開拓しています。友人おすすめの店を訪ねるほか、通りすがりの店を選んで時々ハズレしてしまうこともあるのだとか。でも「話のネタになればOK」と、クセのある面白い店との出会いを期待しています。

基本的に個人経営の店舗が好きで、エリア限定で展開しているチェーン店には、旅先などでも好んで入るそうです。また、地方都市の駅ビルにある日本酒がワンコインで飲み比べできる店がお気に入り、日常生活圏内の駅ビルに「ワイン版が欲しい」と考えています。「中央線は山梨や長野などワインの産地へつながっているので、そのワインを、いろいろ少量ずつ飲めるとうれしい」と言います。

物産展を駅構内などで見かけると、必ず立ち寄りというMさん。日常で利用する駅が、線路の先にある日本各地の美味しいものに思いをはせる場所になっているようです。

Profile
23歳男性 大学院生 未婚(一人暮らし)
自宅最寄り:豊田駅 通学先:国立駅

