

## としまち研会報 第118号

## おいらのまち

発行 NPO都市住宅とまちづくり研究会 理事会

## コミュニティハウス（つながりの家）構想実現を！

総務省統計局の人口推計によると、2023年7月1日現在（概算値）の日本の総人口は1億2,456万人、そのうち65歳以上の人口は3,622万人（総人口の29.1%）となっています。厚生労働省の2022年国民生活基礎調査によると、2022年6月2日現在の世帯総数5,431万世帯のうち、高齢者の単独世帯は873万世帯（全世帯の約16%）とのことです（…我が家もいずれかが逝くと加算されます）。

そこで、一人暮らしになっても住む人同士で支え合い、安心して暮らせる住まいをつくり暮らすことを目的とした「コミュニティハウス（つながりの家）」構想の実現に向けて取り組みを開始します。

奈良県の生駒町にあるコミュニティハウス法隆寺の仕組みを参考にさせてもらう構想で、住む人に一定額の出資をしてもらい、その出資金で会社を設立します。法人所有の勉強会で、合同会社（LLC）が良いとのアドバイスを頂きました。LLCは主に個人起業家や小規模事業者によって活用されているとのことですが、何よりも、出資者全員が経営者ですので、コミュニティハウスをどう運営するかなども全員で会議を開き決めていくことができます。

どの地域かを検討しましたが、最近、としまち研に入会して下さった江嶋裕二さんの地元：江戸川区を第一の目標として用地探しをしようと思います。所有権でも、定期借地権でもよいかと思えます。

一人暮らしになっても健康寿命を意識して身体の運動や社会活動に頑張っておられる方もおいでですが、多くの方は「ひっそり」と暮らす傾向があるかと思えます。東京都医師会はフレイル（虚弱）予防の呼びかけをしております。つまり、加齢によって、健康 ⇒ プレフレイル ⇒ フレイル ⇒ 要介護という流れにならないよう居住者がお互いに刺激しあって、見守りや支え合いの暮らしをし、PPK（ピンピンコロリ）をめざすのが目標です。近く「コミュニティハウス（つながりの家）をつくる会（仮称）」を立ち上げますので、どなたかお力になってください。（としまち研理事長：杉山 昇）

## おいらのひとりごと

としまち研会員によるリレー形式のエッセイです。

## 「和ごころ えしま」 江嶋 裕二

40歳を過ぎ、日本の伝統を子ども達に伝えていきたいと思っていたら、和文化に触れる機会が増えました。この6月からは、短歌をはじめました。「5・7・5・7・7」の31音で自分の気持ちを表現し、詠むときは「ここで一首」と言うそうです。俳句の場合は「ここで一句」ですよね。

仕事で企業の人材育成に携わる中、どうしたら働く人に会社の理念などが浸透できるかな～と思い、「四字熟語」を使った短歌も詠んでみております。

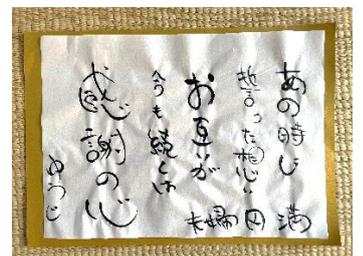
ここで一首！創業40年の清掃業を営む企業さまをイメージして詠んだ短歌です。

「創業から 続けてくれた 社員たち 凡事徹底 磨いた心」

いかがでしょうか～（笑）

更に、7月からは筆文字もはじめてみました。学校の授業で書いた以来でしたが、筆で文字を書くと無心になれて、心もスッキリ！整う感じがしました。

せっかくなので、来年、結婚20周年を迎えるので「夫婦円満」をテーマに詠んだ短歌を筆で書いてみました（笑）



\*次号の「ひとりごと」は元田 圭重さんです。お楽しみに。

## 一木会のご案内（原則、毎月第一木曜日に行う勉強会・交流会です）

### ☆第332回一木会（2023.7.6）

加納 裕 氏（絆の会 事務局）に、テーマ「たかが塩、されど塩」でお話し頂きました。塩づくりの現場にいらした過去をお持ちの氏のお話の内容は、身近な存在なのに私達の知らない情報が多く、皆目からうろこ状態でした。塩ってなに？から始まり、大切な理由・その歴史・製法・伝統の塩・塩の色々、そして最後には用意した味噌汁ににがり（ミネラル）を加えての味変化体験で閉幕。氏の“塩を知って元気になって欲しい”の愛に包まれた一時でした。懇親会もこの興奮冷めやらず状態で楽しい会話が展開されました。



### ☆第333回一木会（2023.8.3）

沼野井 諭 氏（NUMANOInc.代表社員、としまち研理事）にテーマ「commonsと隣りあう暮らし」でお話し頂きました。ご自身が企画・設計監理をされたcommonsスペースを併せ持つ30戸の賃貸共同住宅は、北海道大学から近く、一人でリフレッシュや他者との交流もできる余白的な居場所に造られていて、皆さんから感動の声が上がりました。施工後も運営に携わり、「commons・コモニングの循環系を創り、文化を育てていきたい」と熱く語る氏に大きな拍手でした。懇親会も皆さん時間が経つのを忘れたようです。



今後の一木会予定（会場+オンライン）

### ☆ 2023年9月（9月14日）【第334回一木会】 9月は第2木曜です

テーマ：「uifa japon 防災冊子とは」

ゲスト：uifa japon（森田 美紀・宮本 伸子・薄井 温子・加部 千賀子）氏4名

### ☆ 2023年10月（10月5日）【第335回一木会】

テーマ：「UR都市機構のプレイスメイキングの取り組み」

ゲスト：清水 明 氏（UR都市機構東日本都市再生本部事業企画部付参事）



7月懇親会 手締めの様子



8月懇親会 乾杯の様子

## 真夏の夜の勉強会へのお誘い

マンション再生部会では、毎年恒例になりつつあるマンション再生連続勉強会を今年度も企画し、すでに2回開催しました。2023年度のメインテーマは「マンションが築50年を迎えたら…」として、第1回は大木祐悟さんが「建替えの視点からマンションの管理について考える」、第2回は成田至弘さんが「年代によるマンションの各種仕様と修繕方法」というタイトルで講演、どちらの回もとても多くの方に参加していただきました。高経年マンションの再生や修繕等に係る様々な課題について、日々模索しつつ、問題解決に取り組んでいる方がたくさんいらっしゃることをあらためて実感しました。

8月は夏休みをいただき、第3回（9月7日(木)開催予定）は、マンション再生に係るほぼすべての改修工事（耐震補強、エレベーターの増築、サッシュ更新、エントランスや共用部分の改修等）を盛り込んだ貴重な事例について、10年以上コンサルタントとしてかわり、様々な再生手法を検討・提案し、フルスペックの改修という再生案を導き出した成田至弘さんにお話しいただきます。

その後、第4回（10月12日(木)開催予定）は「(仮)建築の構造と耐震性について」(株)BERI代表の馬場さん、11月・12月は設備や機械式駐車場などの興味の尽きないテーマが続く予定です。

真夏（本当は初秋から晩秋）の夜の勉強会、ぜひご参加ください。オンラインでの参加も可能です。

（としまち研 理事・マンション再生部会長 石坂 堅志）



第2回勉強会の様子

## 「那須まちづくり広場」を視察しました！（レポート概略版）

6月4日(日)、としまち研主催で「那須まちづくり広場」視察ツアーを開催しました。今年2月の一木会で(株)VANS代表の木村よしひろ氏にお話いただいた時に、参加者より「視察に行きたい！」と多くの声があり実現しました。研究者から学生まで幅広いメンバー23名で視察がスタートしました。

「那須まちづくり広場」は廃校になった小学校と校庭を活用し、校舎1階はカフェ・マルシェ・交流ホール・福祉施設、2階は多世代賃貸住宅やゲストハウス、セーフティネット住宅など多種多様な機能をもつ施設、隣接するプールは介護の方向けサービス付き高齢者向け住宅（サ高住）にコンバージョン、校庭には自立の方向けサ高住が並び、隣接地にはナースと暮らすシェアハウス「みとりえ那須」があります。

日頃からこの広場に入出入りしている新建の新井氏の案内で、まず「みとりえ那須」に行き、座学と見学を行いました。「病気を抱えた方でも、最期のさいごまで自然体で暮らせる場所をつくりたい」という思いで施設がつくられ、終末期でも充実した毎日を楽しく過ごせるように介護士がサポートを行います。お風呂は木製で利用者の方も大変楽しみにされているようです。また、建物には東日本大震災の復興支援住宅で使用したログハウスの材料を再利用しており各所に木を現した暖かな空間になっていました。見学後、施設内の食堂でおいしいカレーを頂きました。

昼食後は校舎をコンバージョンした「文化交流館」に移動。天井が高くても壁や開口部に那須地域の気候に対応した快適な空間を確保していました。那須まちづくり(株)取締役の楠木氏より経緯や運営などのお話を伺いました。参加者からは多くの質問が出て、充実した質疑応答となりました。

まちづくり広場の視察後、近隣の「ゆいま〜る那須」に向かいました。緩やかな傾斜地で中庭を囲うように木造平屋を配置したサ高住です。入居者の主体的な活動が特徴で、中庭の手入れをしたり、自由室・音楽室を皆さんのイベントや教室に利用されています。

コロナ禍もあり久しぶりに大人数でのバスツアーで不安もありましたが、施設の方々や参加者のみなさまのご協力もあり大変有意義な1日となりました。（としまち研総務部会・人と暮らし部会長：五十嵐 一博）

\*レポート全編はとしまち研ホームページ（以下URL）にてご覧ください。

[https://tmk-web.com/20230604\\_nasu-visit-report/](https://tmk-web.com/20230604_nasu-visit-report/)

（上記は概略版として編集しており、全編と文章の順序などが異なる部分があります。ご了承ください。）



「みとりえ那須」玄関にて集合写真



那須まちづくり広場「文化交流館」（もと小学校の校舎）屋上より



「ゆいま〜る那須」

## 「おいらのしごと」 としまち研会員がふだんどのような仕事をしているか紹介するコーナーです。

コロナ禍で神奈川県小田原市に移り住み、子育て世帯数名で「小田原のまち・人と親子をつなぐ居場所づくり（わってらか）」に取り組んでいます。



お寺、ゲストハウス、協会をお借りし、親子の自由なあそび場やワークショップ、育児・暮らしをテーマにしたカフェなどを開催。地域の多年代の方が活動に関わって下さっています。

今年度は、ハウジングアンドコミュニティ財団の住まい活動助成を受けて、常設拠点づくりに挑戦中！

暮らしの安心を育むつながりの場をつくりたいと、楽しく奔走する日々です。

（元としまち研事務局：五十嵐 敦子）



としまち研掲示板

▼ 法人所有の展開に関する勉強会 ▼

第3回（7月14日(金)開催）は奈良市にあるコーポラティブハウス「つなね」（2000年築）について、企画～建設に至る経緯や現在の様子、売却に伴う新たな入居者募集の取り組みなどを組合員の方よりお話しいただきました。

神田の会場では、企画運営・設計監理に取り組まれた(株)VANS（大阪）の伴年晶さんが登場。当時の様子を振り返りながら「つなね」への期待やこれからの住まい・まちづくりについて熱い思いを語っていただきました。



第3回会議の様子

☆次回（第4回）は9月開催で調整中です。

▼ 2023年度マンション再生連続勉強会 ▼

今年度は「マンションが築50年を迎えたら」をテーマに、会場+オンラインで開催中です。

どなたでも大歓迎です。ぜひご参加ください！  
.....

【第3回】

日時：9月7日（木）18:30～20:00

講師：成田 至弘 氏(としまち研理事)

「フルスペック大規模改修をどう進めたか？」

【第4回】

日時：10月12日（木）18:30～20:00

講師：馬場 道彦 氏((株)BERI代表)

「(仮)建築の構造と耐震性について」

【としまち研・臨時総会開催】

重要

日時：9月27日（水）18:30～19:30

会場：としまち研会議室+オンライン

議案（予定）：

- 役員改選及び新たな活動体制について

\* 9/13(水)理事会にて議案の審議を行った後に開催の案内を通知いたします。ご予約に含めておいていただきますようお願いいたします。

▼ としまち研 部会などの開催予定 ▼

コーポラティブハウス部会	8/23(水) 18:00～
マンション再生部会	8/28(月) 16:00～
人と暮らし部会	8/28(月) 18:00～
総務広報部会	
としまち研理事会	9/13(水) 18:30～

※部会やイベント等につきましては、としまち研の会員メーリングリストで配信される案内をご確認ください。

としまち研 Instagram（インスタグラム）  
フォローをお願いします！

右のQRコードを読み込んでいただくか「npo\_toshimachiken」で検索すると出てきます。

☆Facebookページもあります。

としまち研HPからアクセスできます。



NPO\_TOSHIMACHIKEN

□編集後記

今年も早「お盆」の時期、会員の皆様夏バテなどしていませんか？「お盆」とは日本独自の風習「先祖を供養する心」の文化です。「盂蘭盆会（うらぼんえ）」が省略された言葉で語源はサンスクリット語。発症は推古天皇期で江戸時代から庶民の間に定着しました。迎え火・送り火の形と共に！ 本年度4回目の無事発行に感謝致します。ご寄稿協力ありがとうございました。

\*右は北インドのチベット(ラダック)旅から持ち帰った「マニ車」。廻した数、内部経典を同数唱えたことに。3廻を貴方へ！ 諏訪



〒101-0042 東京都千代田区神田東松下町33 COMS HOUSE 2階  
TEL：03-5207-6277 FAX：03-5294-7326  
E-mail：info@tmk-web.com ホームページ https://www.tmk-web.com/  
Facebook：https://www.facebook.com/toshimachiken/  
皆さまからのご意見、ご感想をお待ちしております。

としまち研の現在の会員数  
正会員50名 賛助会員23名  
編集発行人 五十嵐 一博  
事務局担当 諏訪 恵里子

