

# NUPRI NEWS

Nagano Urban Policy Research Institute

長野都市経営研究所

## Vol.3

### 1999.APR

長野都市経営研究所

発行 / 長野都市経営研究所 〒380-0936 長野市岡田町178 長野バスターミナル会館3F TEL026-223-7900 FAX026-223-6166 http://www.nupri.or.jp

発行日 / 1999年4月14日( 年4回 )

## 地域振興券は人類始まって以来の政策。史上最強の商店街活性化策です。

講演会 演題 日本の景気・地域の元気  
講師 地域振興券推進室副室長  
自治大臣官房企画室企画官

古川 康 氏



私は今、自治省で地域振興券の仕事をしています。そこで今日は、日本の景気はどうなるか、というテーマでお話ししたいと思います。

地域振興券については、なんとなくこうをやるのか、とお思いの方が多いことでしょう。賛否両論ある中で、券を配ることについて考え出すときりがあります。通貨は国でしか発行できないものですから、地方公共団体が発行することがまず問題になります。ヨーロッパでは、国を越えてユーロという通貨にしようという動きがあるときに、地域振興券を発行するのは、摩訶不思議な話ではありません。この規模で商品券が配られるのは、人類始まって以来のことだと思えます。

私は、この仕事を始める前は大臣の秘書官をしていました。シンカポールで地域振興券の話をして聞きました。「祝ふるさとクーポン振興室副室長決定」というFAXを受け取って、それと同時に企画官になった訳です。

当初、地域振興券に関する世論調査をすると90%が反対でした。かつて、PKO法成立によって日本からカンボジアへ人材を派遣するときも、消費税を3%から5%にする

ときも、大反対がありました。当時、身を守るために重点警備をされて、毎日同じ道を帰ることができず、いちいち車の検査をしたり、住所や電話番号を名簿から抹消されるなど、非常に不規則な生活をしたものです。

地域振興券については、内容が全く決まらないうちに反対されていたのです。そこで、要望に沿った内容にする

ことを話し合うことにしました。そして、通常は自治省が決めたことを伝えるだけなのですが、地域振興券については全国3300市町村に直接FAXを送って、直接要望を聞くことにしました。市町村の9割9分の方が、地域振興券はもらえるもの、と思っています。そして、もらいたくてもらうのではない、と言いました。しかし、私たちは決められたことをやるしかないので、ご理解いただきたいと思います。

よく、地域振興券は子どもがもらつもの、と勘違いしている方が多いのですが、本当は世帯主がもらつもの。ですから、3世代同居している場合は、おじいさんがもらつることになります。ですから、親子の仲が悪い場合は、息子はもらえないというケースもあるのです。また、外国人の場合はもっと複雑です。実際には半分も配られないでしょう。住民税や在留期間で区切る訳にもいかず、いろいろ検討した結果、日本に永住することを条件にしました。

次に、地域振興券をどこで使えるか、が問題になりました。これについては、市町村が決めることを、自治省からお伝えしなかつたことがいけなかつたのです。町村によっては、お店がほとんどないところもあります。使用地域を広げすぎてしまうと都市に集まってしまうと、周辺の町村から反発されるでしょう。東京では唯一、保谷市と田無市が共通券になり、長野県では坂北村周辺で7つの市町村が共通になりました。

税金を使ってやるからには、効果のある事業にしなければおかしな訳です。横浜元町では、振興券をもってこなくとも1割引にしよつとか、くじ引きで当たつたら...、というこもやっています。千葉県野田市では、大型店50%・地元商店50%で使用されていますから成功です。ほかの市では、大型店65%・地元商店35%くらいです。30万円が当たる福引をやっている商店街もあります。地域振興券は、商店街の活性化策としては史上最強かもしれせん。6カ月間に限り、そこだけ使えない券ですから。

おつりの問題では、おつりを出さなくてもいい、と勘違いされたようですが、おつりを出してはいけないのです。それは、地域振興券が換金されるまでに1カ月ほどかかるので、その間おつりを出すと、商店の経営がうまくいかなくなるからです。どうせやるなら、協力をせられたのではなく、自ら進んでやってほしいのです。

寝たきりのお年寄りを面倒見ている息子さんの場合は、すでに控除を受けているので地域振興券の対象にはなりません。65歳以上の場合、所得制限があるので難しい問題がたたくさん出てきます。また、子どもが乳児院・教護院・寮生活をしていて、住民票をそこに移している場合は、子ども本人が世帯主です。あまり知られていませんが、消費税が5%にアップして特別減税措置がとられたとき、税制で優遇されない子供たちには臨時福祉事業として現金を配りました。今回もそういう形で配ろうという考え方が最初にあったのです。では、なぜ15歳で年齢を区切つたかという、控除額が違うからです。

もう一つ、地域振興券が偽造されるのではないかと心配がありました。これまでに定額の金券が偽造されたのは、ピル券だけです。夜、タクシー料金として利用される場合、偽造権を見分けにくいので要注意です。透かしの入れ方は法律で決まっています、紙幣に使用されている物は使えません。このような制限があるなかで、各市町村が特徴あるデザインで地域振興券を発行したところ、その絵柄に思わぬ反響が出て話題が広がったことは素晴らしいと思います。また、人口1万2000人の町では、6カ月間で7200万円の地域振興券が配られることになり、商工会の会議が盛り上がったそうです。

今までのところ、実際に経済的な効果が出るかどうかは分かりません。しかし、当初反対意見ばかりだったマスコミもニュートラルな目で見てくれるようになり、たくさんいい記事を書いてくれています。やるやらないについてはいろいろなご意見があると思いますが、今までのような大型の公共事業ではできなかった政策ではなく、地域振興券が毛細血管のすみずみにまで配ることで、全体を少しずつ暖めていこうと思つています。あとは、もつた人につまく使つてほしい、と願っています。

これからも、ご支援をよろしく願っています。



NUPRI 全体懇談会を開催(平成11年3月17日)

# セントラル・スクウェアに関する意識調査

セントラル・スクウェア特別委員会 委員長 藤澤 博

## 調査の特徴

- 1 実施時期 98年12月  
オリンピックへの関心1周年行事、IOC問題発生以前)が比較的平穏な時期
- 2 旅行者300名に対する聞き取り調査  
セントラル・スクウェアの情報発信効果を探る

## セントラル・スクウェア(以下C・S)への関心・理解

長野市民の殆ど(96.4%)がC・Sを知っている(問2)。しかし現在の使われ方(問3)、更に運営の仕方(問4)についてみると、知っている人は64.4%、24.6%と減っている。

オリンピック表彰式会場としての印象は極めて強いが、現状認識は徐々に薄れるという当然の結果が出た。

又、旅行者への知名度は、エムエーブ等公設の五輪施設に伍して7施設中4番目にランクされ41.7%の人が知っている(問5)と回答している(旅行者聞き取り・問7)。

そこで今回の市民向け調査では、問4の後にC・Sの現状についての説明(注1)を入れて問5以下の回答を求めた。

(注1)「セントラル・スクウェア」は長野五輪開催中、表彰式やイベントの会場として使用され、現在は地元企業2社の所有している土地と、地元有志が設立した株式会社で購入した土地で、市民の広場として提供されています。現在は広場を土曜・日曜・祭日は催し物に貸し出し、平日は有料駐車場としています。この会社の経営は借入金、長野市内金融機関の協調融資に依存しており、本格的な活用策が課題になっております。

## C・Sの活用状況

(1) 現在の使われ方(問5)

休日のイベントの広場・週日の駐車場の形には38.4%の人がもの足りない(問6)と回答した。特に長野市旧市部のほぼ半数(49.8%)はもの足りないとしており、現状を肯定する人は15.9%に過ぎない。身近に接する人々ほど現状には批判的である。

(2) C・Sの利用目的について(問7)

3項目選択回答の結果、コンサート・演劇或いは伝統の祭り・行事などイベント志向が83.1%以上とトップ、地場産品の紹介、販売やフリーマーケットなどマーケット派が73.2%と大別された商店街の延長では11.2%に過ぎず、又特にないと無関心回答は3%と極めて小さい。新しい利用方法、有効的活用についての希求が強いと考えられる。

(3) 具体的な活用方法あるべき姿について(問8) これも3項目選択回答としたが、五輪記念公園のべ55.1%で最多回答数となった。

休憩所・ベンチ・緑木・芝生・池・水の流れなどが上位に並び、野外の憩いの場としての利用は135.4%となり、仮に3選択数値を修正すると51.8%の人が公園緑地を求めていると推計される。一方商業ビル、娯楽ビル等の建築については10.9%(修正4.2%)と極めて低い回答であった。

(参考)最近の他のアンケート調査結果

98年8月 長野青年会議所  
C・Sの利用方法  
遊びに行けるスペース35% オリンピック記念公園30% 駐車場20%  
98年8月 長野市「まちづくりアンケート」  
長野市中心市街地に必要なもの(3選択)  
緑地を含む公園・広場60.3% 駐車場58.8%  
安全な歩行者道路44.3%

更に問9のC・Sの利用者としては、家族連れを含む幅広い市民の利用を望んでおり、中心市街地に市民憩いの場を求める意識は、かなり強いものと考えられる。

## C・Sの運営について

C・Sは民間株式会社が他の地権者の協力を得て独立採算事業として運営しているが、事業採算性の見直しは厳しい状態にある。今後の運営について行政との関わり合いを含め問いかけてみた。

(1) 運営母体について(問10)

行政の支援について(問6)は、50.5%以上が支援が必要としているのに対し、運営母体を行政(例えば長野市)とする回答は31.0%と第3位の回答数となっている。

第3セクターのべ44.8%、市民参加型の団体のべ32.5%の回答数を見ると、市民自らの意思でC・Sの運営に関りたいとする希求が見えてくる。

(2) 自らC・Sの運営に参加するか

市民自らが出資しても運営に参加するか、と尋ねてみた(問11)ところ13.3%の人が出資する意思があるとの回答を得た。更に問6で行政がより支援すべきだと回答した人の18.2%は、自ら参画したいとの回答がある。文字通り解釈すれば50.5%の人が行政がより支援すべきだと考え、そのうち18.2%の人は自らも参加するとの回答である。行政と市民が一体となってC・Sを活用したいとする思いが強い。

## 長野市の未来像と中心市街地活性化

C・Sの調査に併せて、長野市の中心市街地に擬せられる中央通りと長野市の未来像への問いかけ(問12・13・14)を行なった。

(1) 中央通りのもの足りないもの(問12)としては、商店に魅力がない、駐車場の不足、歩く楽しみが少ないが「フーレスト」に並んだ。

中心市街地としての空洞化現象が如実に映し出されている。しばしば話題となる「夜の街並みの暗さ」改善については、のべ21.8%の人の指摘に止まり、中央通りに物理的な明るさだけを求めているのではないとも推量される。C・Sの利用目的(問7)でも夜型イベントを望む声はのべ17.0%と低位にあり、長野市民は昼間の中央通りに活性化を望んでいるのだろうか。

(2) 中央通りに望む施設など(問13)は、商店街の活性化・緑地公園・イベント広場が上位を占めた。C・Sのあるべき姿(問8)と併せてみると、中心市街地活性化のためC・Sは公園又はイベント広場としての役割に期待されているように思われる。

(3) 長野市の未来像について(問14)

住民にとって快適な都市であるべき、とする回答が上位に集中しているが、観光都市としての期待が男女共31%を超えたのに対し、コンベンション都市としての期待は男17.2%、女10.8%と比較的低位であった。

又、旅行者の半数以上が観光目的で来訪していること(旅行者聞き取り・問1)長野市中心街で希望する催事(旅行者聞き取り・問9)では、内外の大会

と答えた人が300名中3名であったことと併せてみると、長野市の現状と将来に対する何等かの示唆を受け止めたい。



## 委員会の審議経過

今回の意識調査をもとに委員会で検討を続けているが、結論を出すには到っていない。現在の経過(方向性)は以下の通りである。

(1) C・Sは、長野市の活性化に極めて重要な土地であることの認識を強めた。  
観光都市長野とすれば、最高の観光スポット善光寺(年間700万人参詣)と玄関口長野駅(年間950万人乗車人員)を結び、中央通りの中間地点に位置する。

(2) 活用策について  
中心市街地活性化の主要施策である、商業振興と都市整備について有効活用の可能性が極めて高い。長野市民は五輪記念公園等、憩いの場としての活用、或いは催し物等多角的広場としてのニーズが強い。反面商業ビル建設等への期待は薄い。都市の安全性確保のためにも、市街地に広場が必要ではないか。

(3) C・Sの運営について  
前項を前提とすれば、民間企業としては事業採算性が厳しい。公的機関との連携を強めていきたい。調査の結果、市民の関心も高く参画意識も強い。諸団体からの提言もあり今後話し合いを進めていきたい。

# 長野五輪から1年 住民意識調査結果

## 地元住民へのアンケート(長野県世論調査協会) (標本数1,000個、有効回答730名)

問1 長野オリンピックが開かれてから間もなく1年になります。あなたは今、長野市で冬季五輪が開催された名残をどんなことに感じますか。

	全体	男性	女性
街の中にある競技施設	82.5	82.2	82.7
五輪グッズ、ピンバッジ・コーナー	31.1	26.4	35.7
五輪記念の催し物	29.2	30.8	27.6
外国語入りの交通標識や案内板	17.4	16.1	18.6
商店街の対応や雰囲気	6.2	6.1	6.2
街角や商店のポスター類	5.5	5.6	5.4
その他	5.2	6.4	4.1
特に感じない	3.6	3.3	3.8

問2 「セントラル・スクウェア」をご存じですか

知っている	93.3	知らない	6.7
-------	------	------	-----

問3 現在はどのような形で使われているかご存じですか

知っている	57.4	知らない	42.6
-------	------	------	------

問4 どのような形で運営されているかご存じですか

知っている	20.8	知らない	79.2
-------	------	------	------

問5 あなたは、現在のそうした後利用の仕方について、どう思いますか。

	全体	男性	女性
良い	27.5	26.4	28.6
もの足りない	38.4	43.1	33.8
どちらとも言えない	34.1	30.6	37.6

問6 「セントラル・スクウェア」の運営では、長野市がステージを無料で週末のイベントなどに貸し出すことにより、広場の活用を支援しています。あなたはこうした行政側の支援の仕方についてどう考えますか。

	全体	男性	女性
より支援すべきだ	50.5	48.1	53.0
今の支援程度でよい	27.3	30.3	24.3
支援する必要はない	5.9	7.5	4.3
分らない	16.2	13.9	18.4
不明	0.1	0.3	—

問7 あなたは「セントラル・スクウェア」が、どんな目的に使われればよいと思いますか。次の中から3つ以内に絞ってお答えください。

	全体	男性	女性
コンサート・演劇	46.4	44.2	48.6
地場産品の紹介・販売	39.9	40.6	39.2
伝統の祭り・行事	36.7	35.6	37.8
フリーマーケット	33.3	32.8	33.8
五輪記念行事	31.4	31.4	31.4
国際交流	28.8	27.8	29.7
夜型イベント	17.0	18.3	15.7
商店街の延長で	11.2	13.6	8.9
スポーツ	11.8	12.2	11.4
その他	3.4	3.9	3.0
特にない	3.0	3.3	2.7
分からない	5.3	5.6	5.1

問8 あなたは「セントラル・スクウェア」がどんな施設や姿であればよいと思いますか。次の中から3つ以内に絞ってお答えください。

	全体	男性	女性
五輪記念公園	55.1	56.4	53.8
野外展示のできる広場	38.9	40.6	37.3
休憩所・ベンチ	33.2	32.5	33.8
今のままの広場(駐車場)とステージ	26.0	24.4	27.6
緑木	24.5	21.9	27.0
文化的ホール	21.0	19.4	22.4
芝生	11.9	13.6	10.3
池・水の流れ	10.7	11.7	9.7
ミニ・スポーツコート	10.1	9.4	10.8
娯楽的ビル	6.8	8.6	5.1
売店	5.1	5.6	4.6
遊具	4.7	3.1	6.2
商業的ビル	4.1	6.1	2.2
その他	1.2	1.7	0.8
特にない	2.7	2.8	2.7
分からない	5.3	5.6	5.1

問9 あなたは「セントラル・スクウェア」の利用者として、主にどんな人たちを対象にしたら良いと思いますか。次の中から3つ以内に絞ってお答えください。

	全体	男性	女性
家族連れ	58.2	58.6	57.8
観光客	42.6	45.0	40.3
限定せずに幅広く	23.3	19.4	27.0
高齢者	12.3	11.7	13.0
外国人	11.9	13.3	10.5
子ども	9.9	10.6	9.2
若者	9.7	12.2	7.3
女性中心	2.1	2.2	1.9
ハイティーン	0.3	0.3	0.3
男性中心	0.1	0.3	—
その他	0.1	—	0.3
特にない	1.6	2.2	1.1
分からない	4.5	5.0	4.1

問10 あなたは「セントラル・スクウェア」はどんな運営母体が望ましいとお考えですか。次の2つ以内に絞ってお答えください。

	全体	男性	女性
民間と行政出資の第3セクター	44.8	48.9	40.8
市民参加型の団体	32.5	33.9	31.1
行政(たとえば長野市など)	31.0	30.3	31.6
商工会議所・商店街などの民間団体	30.7	33.9	27.6
民間会社	11.5	11.4	11.6
その他	0.3	0.3	0.3
分からない	15.3	11.7	18.9

問11 「セントラル・スクウェア」の運営について「一人でも多くの市民が出資し(たとえば「一坪運動」など)広場として残すべきだ」との提案もありますが、あなたは参加・出資されるお気持ちがありますか。

	全体	男性	女性
ある	13.3	14.4	12.2
ない	38.1	40.0	36.2
どちらとも言えない	48.6	45.6	51.6

問12 あなたが現在の中央通りにも足りなさを感じるとすれば、主にどんなことですか。次の中から3つ以内に絞ってお答えください。

	全体	男性	女性
商店に魅力を感じられない	49.7	49.2	50.3
駐車場が少ない	47.1	49.7	44.6
歩く楽しみや遊び感覚に欠ける	43.7	41.1	46.2
中核になる店舗が見あたらない	26.3	28.1	24.6
人通りが少なく活気がない	24.9	25.3	24.6
道路が狭く交通が激しい	24.0	23.1	24.9
夜の街並みが暗く華やかさが足りない	21.8	21.9	21.6
街並みが雑然としてきれいでない	15.5	16.7	14.3
案内板、標識が足りない	4.5	3.9	5.1
その他	2.3	3.3	1.4
もの足りなさを感じない	4.7	3.1	6.2
不明	2.2	1.9	2.4

問13 あなたは中央通りに公費を投入するならどんな施設を新設したり改善したらよいと思いますか。次の中から3つ以内に絞ってお答えください。

	全体	男性	女性
商店街の活性化	42.1	42.8	41.4
緑地公園	35.6	37.2	34.1
イベント広場	28.2	27.8	28.6
今ある交通機関の改善	19.0	19.4	18.6
国際交流の場	16.6	16.9	16.2
コンサートホール	15.6	11.4	19.7
飲食街	15.5	18.1	13.0
回遊型ミニバス	14.8	16.9	12.7
街路灯の充実	9.5	7.8	11.1
路面電車	9.0	10.0	8.1
都市型モノレール	8.6	7.8	9.5
スポーツ広場	8.4	8.9	7.8
ギャラリー	7.5	6.4	8.6
その他	2.2	3.1	1.4
特にない	3.4	3.1	3.8
分からない	8.9	8.1	9.7
不明	0.1	0.3	—

問14 あなたは長野市にどんな都市の未来像を思い描きますか。次の中から3つ以内に絞ってお答えください。

	全体	男性	女性
景観に優れ自然に親しめる都市	46.7	41.9	51.4
高齢者・障害者と共生する都市	31.8	28.9	34.6
歴史と伝統の観光都市	31.6	31.1	32.2
安全と便利さが整った都市	28.9	27.2	30.5
芸術・文化を大事にする都市	22.1	18.1	25.9
商・工・農のバランスのとれた産業都市	16.4	18.6	14.3
スポーツ交流と健康増進の都市	14.8	16.1	13.5
国際交流を推進する都市	14.8	16.1	13.5
国内外の催し・会議が盛んな都市	14.0	17.2	10.8
住民の自主的活動が活発な都市	13.0	12.8	13.2
教育・研究環境の充実した都市	10.3	11.4	9.2
高度情報網を備えた都市	9.6	13.1	6.2
ファッション性のある都会的な都市	9.3	9.4	9.2
その他	0.5	0.6	0.5
特にない	1.8	1.7	1.9
分からない	4.4	4.4	4.3

## 旅行者へのアンケート(長野県世論調査協会) (旅行者300名聞き取り調査)

問1 あなたは今回、長野市へどんなご用でいらっしゃいましたか。主な用件を2つ以内に絞ってお答えください。

	全体	男性	女性
観光	56.3	57.3	55.2
親類・知人との交流	16.0	13.4	18.9
買い物	15.7	11.5	20.3
仕事・研修	9.0	12.7	4.9
宿泊	6.7	7.0	6.3
冠婚葬祭	6.0	6.4	5.6
飲食	2.3	2.5	2.1
その他	7.7	7.0	8.4

問2 あなたが長野市を訪れるのは、今回で何回目ですか。

	全体	男性	女性
初めて	13.0	10.2	16.1
2~3回	24.7	21.0	28.7
4回以上	62.3	68.8	55.2

問3 あなたは今回、長野市へは団体旅行としておいでになったのですか、個人的においでになったのですか。

	全体	男性	女性
一人で	20.7	25.5	15.4
家族や友人など少人数で	74.3	66.2	83.2
団体で	5.0	8.3	1.4

問4 あなたは今回、長野市周辺を訪れたり、これから訪れようと思っている所は、どんな所ですか。いくつでもお答えください。

	全体	全体	
善光寺	70.0	権堂アーケード街	8.3
美術館・博物館	35.0	五輪表彰式会場	7.3
飯綱・戸隠	20.7	長野銀座商店街	4.7
長野駅前商店街	14.7	その他	2.3
五輪競技施設	13.7	特にない	11.3
デパート	13.0		

問5 あなたは今回、長野市を訪れて五輪都市らしさを感じましたか。

	全体
感じた	40.7
感じない	27.3
なんとも言えない	32.0

問6 あなたは長野市で冬季五輪が開催された名残を感じるとすれば、どんなところですか。

	全体
競技施設	35.7
五輪グッズ、ピンバッジ・コーナー	28.0
外国語入りの交通標識や案内板	21.0
街角や商店のポスター類	7.7
五輪記念の催し物	4.0
商店街の対応や雰囲気	3.7
その他	4.0
特に感じない	18.7
分からない	12.0

問7 あなたは、次に挙げる長野市内のオリンピック関係施設の中で、名前を聞いたことがある施設をいくつでもお答えください。

	全体	男性	女性
エムウェーブ	81.7	82.8	80.4
ビッグハット	65.3	69.4	60.8
ホワイトリング	54.3	48.4	60.8
セントラル・スクウェア	41.7	42.0	41.3
スパイラル	24.7	27.4	21.7
アクアウイング	15.3	18.5	11.9
フルネットセンター	4.3	6.4	2.1
1つもない	10.0	11.5	8.4

問8 あなたは今回、長野市内のオリンピック関係施設に立ち寄ってみたいとお思いですか。

	全体
訪れたい	54.7
訪れる気はない	22.3
なんとも言えない	23.0

問9 あなたは長野市の中心街では、どんな分野の催しやイベントが開かれればよいと思いますか。次の中から3つ以内に絞ってお答えください。

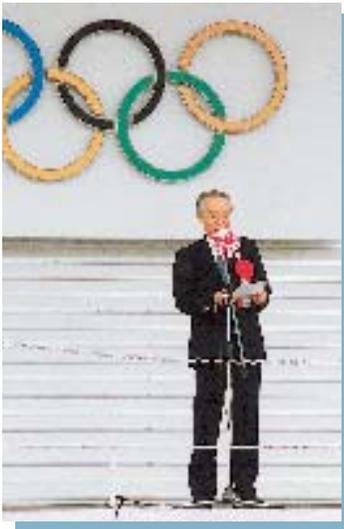
	全体	男性	女性
コンサート・演劇	39.3	40.1	38.5
スポーツ行事	25.3	30.6	19.6
伝統の祭り・行事	22.3	22.3	22.4
国際交流	20.7	20.4	21.0
地場産品の紹介・販売	20.3	16.6	24.5
自動車ショー	10.3	14.6	5.6
夜型イベント	9.7	10.2	9.1
ファッションショー	8.3	5.7	11.2
商業まつり	7.7	4.5	11.2
内外の大会議	1.0	1.3	0.7
特にない	15.7	15.9	15.4

問10 あなたは長野市にどんな施設があったら良いと思いますか。次の中から3つ以内に絞ってお答えください。

	全体	全体	
国際交流の場	22.3	ギャラリー	8.0
スポーツ施設	20.3	商店街の活性化	7.7
緑地公園	19.3	飲食街	6.0
コンサートホール	19.0	街路灯の充実	6.0
イベント広場	12.7	都市型モノレール	4.3
回遊型ミニバス	12.0	その他	0.7
路面電車	11.7	特にない	20.0
今ある交通機関の改善	10.3		

詳しい資料はNUPRI事務局にごさいます。

# 長野オリンピックの感動をもう一度！ セントラル・スクウェアにピクチャーウォール完成



藤澤委員長



ピンバッジセット

セントラル・スクウェアにピクチャーウォールが完成し、長野オリンピックの開会式、閉会式、表彰式など、感動のシーンをいつでもご覧いただけるようになりました。

セントラル・スクウェアは、行政・市民・企業が一体となって運営している、市民参加のオリンピック施設です。このピクチャーウォールは、ピンバッジの販売収益を生かして設置しました。ピンバッジの購入一番乗りは松尾誠一さんでした。深夜0時から並んだという意気込みに力づけられ、合計1999個を完売することができました。

これから「セントラル・スクウェアに行けば、長野オリンピックの感動がよみがえる」ことを多くの皆様に知っていただき、ピクチャーウォールが未長く親しまれることを期待しています。

現在、セントラル・スクウェアは、権堂・東後町・西後町・長野銀座の各商店街の協力を得て指定駐車場になっています。



松尾誠一さん



## 健康増進 7ポイントアドバイス

### 動脈硬化を防ごう

動脈硬化で血管を詰まらせてしまつた主な原因はコレステロールです。コレステロールは脂肪の一種で、卵の黄身や牛・豚・鶏肉、エビ、カニなどに多く含まれています。体にとって大切な細胞を作る材料なのですが、とりすぎると血管壁にたまって動脈硬化を引き起こします。

したがって、動脈硬化を防ぐには、コレステロールをとりすぎず、食事全体の量も食べ過ぎないことが大切です。卵の黄身や牛・豚・鶏肉、エビ、カニなどを食べ過ぎず、代わりにタンパク質と脂肪分は魚や植物性の油でとりましょう。

1日の食事量(エネルギー量)は、次の計算で求めてください。

理想体重(身長 100)×90  
1日の適正エネルギー＝理想体重×30キロカロリー

お酒はかなりエネルギーが高いので、飲み過ぎないように注意しましょう。たばこの吸い過ぎに注意し、できれば禁煙をおすすめします。

## 覚えておきたい ごんば一言

### 中流のすすめ

敢えて天下の先たらず

不敢為天下先

『老子』は、この世で無事に生きぬくために必要な「三宝」(三つの宝)を挙げました。「一に曰く、慈。二に曰く、儉。三に曰く、敢えて天下の先たらず。」「慈」は人を慈しむこと。「儉」は物事を控えること。「敢えて天下の先たらず」は先頭に立たないことを意味します。「人を慈しむからこそ、勇気がわいてくる。物事を控えるからこそ、行き詰まらない。人の先頭に立たないからこそ、逆に指導者としてかつがれる」と教えたのです。これは、乱世の処世術であり、現代の中国人にも見られる「中流思想」の典型です。

この場合の「中流」とは、日本で言う「中流」とはかなり意味合いが違います。先頭に立つと、先頭を譲るまいと無理をしてみたい、敵からも味方からも標的にされやすい。そのため、人生という長いレースでは心身ともに疲れ切つて自滅する可能性が高い。かと言って、ピリの方についてはダメ。つまり、余裕をもって中ぐらいいに居るのが一番安定した生き方だ、という訳です。

**編集後記** オリンピック後の長野及びオリンピックゾーンを考え、新しくスタートしたNUPRIの活動に合わせ発刊したNUPRI NEWSも、早第3号となりました。年4回刊行予定ですので、まずは順調に作業が進んでいると感じています。野太い声の委員長からの号令一過、広報委員会のワイガヤ会議は、楽しく運営されています。取材を通して各委員会とも活発に活動が開始されている様子が手に取るようです。是非、会員の皆様からNUPRI NEWSに対し、取上げるべきテーマですとか、既に記事となっている物に対してご意見を頂けましたら幸いです。NUPRI同様、会員皆様の声により作られる物ですので、幅広い視点でのアドバイスを宜しくお願いいたしまして、ワイガヤ会議 編集後記に致します。(広報委員会の茶坊主委員)