

スローライフとは何か —島根県I・Uターン者の事例を通して—

アンディ・メイリカ・ラフミ・ムティア・ララサティ*

What is “Slow Life” : A Case Study of “I & U Turn” in Shimane Prefecture

Andi Meiliiqa Rachmi Mutia Larasati

要 旨 本研究は、20代から50代の島根県のI・Uターン者に対して行ったインタビュー調査を基に、スローライフの定義を考察する。これまでスローライフは、地方人口減少の政策に関連されて、「自給自足・農業」のイメージができてしまった。しかし実践者たちは、必ずしもそれらを求めてライフスタイルに対する意識が変化し、移住したわけでもない。本研究は、政府から見るスローライフと実践者から見るスローライフに乖離があるか確かめ、また実践者なりのスローライフの特徴を見出す。実践者によるスローライフは資本主義社会から脱出する方法として、「自分で選択している心地よさ」を重視しているライフスタイルである。その特徴は、スローライフの原点であるスローフード運動と同様の意識を持つこと、古来の日本文化に似ていることを理由にして実践していることである。他にも地域コミュニティの価値観を持つこと、また現代社会に疲れを感じ、今までと異なる場所から日本社会を相対的に見つめなおし、みずからのライフスタイルに対する意識に変化が起きたことである。しかしかれらは、自分なりのスローライフ、いわゆる「心地よさにこだわって自分で選択している」のようなライフスタイルを実践していても、資本主義から完全に脱出することは不可能だと理解している。スローライフと現代社会の在り方、これらの矛盾に耐えながら実践している。つまり、場所や方法を一定の形に定めるのではなく、自分のライフステージや資本主義社会との距離を自分なりの心地よさを重視しながらで選択し、実践することがスローライフだと明らかにする。

キーワード：スローライフ、I・Uターン

1 はじめに

今日、日本では地方の人口減少がますます深刻になっている。国土交通省（2013）に

よると、若者の数は、1970年に約3,600万人、2010年に約3,200万人だったものが、2060年にはその半分以下の約1,500万人になると推計されている。他にも総務省(2019)

* 島根大学人文社会科学研究所修士課程

によると、15 から 64 歳人口の割合は前年に比べ、東京都のみ上昇、愛知県が同率、そして残りの 45 道府県で低下している。また、総務省の 2000 年～2016 年の三大都市圏及び地方圏の転出入超過数の累計（2017 年）から、三大都市圏（埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、岐阜県、愛知県、三重県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県）では年々増加している一方、その他の県は年々減少していることがわかる。著しい若年層の人口減少は、地域社会の衰退を招き、そこに暮らす人びとの日常生活を成り立たなくする。そこで日本の政府は地方に対して様々な人口政策を行っている。とりわけ、これからの地域の担い手となる若者を定着させることに力が入れている。たとえば、UIJ ターンの促進、子育てや就労支援、また各自治体の市町村の空き家情報が掲載されているウェブサイトなどである。しかし、人口減少を食い止めるに最も重要なのは、地方に残って住みたい、または地方に移住したいという住民の意思である。ただ、総務省（2017）の「地方自治体が考える人口流出の要因」で明らかになったように、いくつかの要因から最も多いのは「地方では良質な雇用機会の不足」、いわゆる仕事に限られていることが事実である。また、交通等の利便性も悪いため、地方に住みたいという意思が生まれにくい。

若者が地方に住みたいという意思をもつようになるためには、どうすればよいか。この点で、平成 20 年 7 月に閣議決定された国土形成計画はヒントを与えてくれる。同計画によれば、「ゆとりや安らぎ、更には心の豊かさに関する国民意識の高まりの中、美しい景観や文化芸術等に対する欲求がこれまで以上に強まっている」ことが挙げられている。そして、「価値観の多様化、生涯可処分時間の

増加等に伴い多様なライフスタイルの選択が可能となってきた。これにより、「テレワークなどの働き方の多様化」と述べられている（国土交通省，2008）。これまでは、都心や都市圏で生活をし、オフィスに通うのが当たり前だったなかで、テレワークが導入され始めたことによって、都会に限らず地方も含め、様々な場所で働けるようになった。このように、多様な働き方、住まい方が受け入れられる社会になっていくことにより、都会に限らず地方で地域活性化に繋がる地方移住に期待を寄せられている。

このように、今国民の中で「ゆとりや安らぎ」への関心が高まっていることをふまえ、政府は、それが、若者に地方定住を促すチャンスになると考えている。そして、そこで重要な概念として「スローライフ」に注目している。「平成 26 年度国土交通白書」の中では、田園回帰やスローライフの実現のため地方都市への移住を求めている者の方が多い傾向にあることを述べる。また、総務省の「これからの移住・交流施策の在り方に関する検討会報告書」（2018）は、『『田園回帰』に関する調査研究会』が実施した調査結果から、都市住民が農山漁村地域に移住を希望する理由として「環境にやさしい暮らし（ロハス）やゆっくりとした暮らし（スローライフ）」が多く挙げられていることを述べている。そのうえで、これからの地域の持続性を確保するため、地域づくりの担い手の多様性を認識すべきだと述べる。スローライフが若者の間に流行していることは、スローライフを魅力的なものとしてあげる『Ku:nel（クウネル）』や『天然生活』といった雑誌が登場していることからわかる。

このように、スローライフという新しいライフスタイルの実現のために地方への移住が

進むことが期待されている。では、どうすれば多くの若者がスローライフに魅力を感じるようになるのか。それを論ずるためには、スローライフを志向する若者にとってスローライフとは何かを問う必要がある。そこで、本研究では、スローライフを実現するために島根県にI・Uターンした若者たちを対象にインタビューを行い、彼らのライフヒストリー、そして実際のスローライフ経験を聞いてみたいと考えた。地方移住者のスローライフ経験を聞いていくことを通して、現在の若者の中に理想的の生活、いわゆる「自分なりのスローライフ」はどのようなものなのか、何が若者の地方定住のポイントなのかについて明らかにしたい。

2 先行研究

近年の、都市から地方への移住者の動機にしては多くの研究がある。その中には、スローライフに注目するものもある。例えば、近藤(2017)は、地方を「ロハスやスローライフのできる場」として、暮らしや自己実現の観点から肯定的にとらえる機運が生まれており、田園回帰志向が高まっていると述べた。他にも多方(2005)は、農山漁村地域ではスローライフやスローフードをグリーン・ツーリズムに絡めた動きが活発化しつつあると指摘する。農山漁村を訪れるツーリズムをグリーン・ツーリズムとはあえて呼ばないで、スローライフ、スローフードそのものに色付けして、それが新しいツーリズムの一つとして提案、提供されるようになっていくのである。

ただし、スローライフ自体に関するより詳しい研究の数は少ない。艾(2021)によると、スローライフは人生をゆったりと楽しもうと

いう考え方であるとする基本的立場をとる文献が多いが、これは人々の表面的な行動からとらえた理解に過ぎないという。人の生き方の幅(人の置かれた環境の前提:ケイパビリティ)が人生を豊かにするための前提であると考え、スローライフを推進する過程で実践者たちは自己決定を尊重し、彼らのケイパビリティを拡大していく可能性があるというのである。

スローライフの起源と考えられるのが、イタリアのカルロ・ペトリーニが1986年に提唱した、ファストフードチェーン店が開店するのに反対する、スローフード社会運動である(菊池、2011)。ファストライフ、ファストフードの普及により郷土に根付いた農産物や文化を失うことを危惧することから始まり、美味しく健康的で(Good)、環境に負荷を与えず(Clean)、生産者が正当に評価される(Fair)食文化を目指す、というものである。やがてスローフード運動は進化し続け、「食」を地球、人々、文化、政治といったすべての要素が織りなすものと捉え、フードシステムズに対してより総合的なアプローチをもった社会運動となったのだ。

日本も2004年に「スローフードジャパン」という協会が立ち上がり、この運動に参加する動きがあった。この団体は2016年に組織体制変更のため「日本スローフード協会」となり、今日、日本国内における代表的なスローフード運営組織として活動を継続している。その活動の中で「スローライフ」という言葉・概念が派生し、NPO「スローライフ・ジャパン」という名前で新たにNPO法人が設立され、自治体と協力して街づくりに活躍している。

ただし、スローライフとスローフードではそもそも言葉が違うように、スローライフと

は日本における独自のスローフードの受容であり、イタリアのそれそのものとは言えないと考える。日本の「スローライフ」は「スローフード」の「スロー」という考えを受け入れただけだというべきだろう。スローという語を利用することで、日本の「スローフード」的運動、すなわちスローライフが目指したのは、日本の社会問題、すなわち地方人口問題の解決である。田舎暮らしのイメージである「スロー」なライフスタイルの良さを強調し、地方へ移住しようと国民に呼びかけた。

では、「スローフード」と「スローライフ」はどう違うのだろうか。

「スローフード」と「スローライフ」の共通点を簡単に言えば「食」とのかかわりである。「スローライフ」が目標とする、町おこし、地域活性化では、現地の食材や伝統的な料理を楽しむことを重視することがその共通点だといえる。一方、「スローフード」は主に「食」に関わる社会問題から始まり、南北問題や環境問題といった政治的な側面にかかわる様々な問題に焦点を拡大しつつあるが、「スロー」なライフスタイルにはそれほど密接に触れていない。つまり、「スローフード」は「食文化」から始まり、あらゆる社会問題に重心を拡大してきたが、その一方で日本の「スローライフ」は特に「食」を中心としておらず、地方の人口減少の政策を目指す「田舎暮らし」のほうメインとなっているのである。

ここまで述べてきたことから、日本の「スローライフ」は元の「スローフード」の問題意識を十分に受け継いでないようにみえるかもしれない。「スローライフ」らしい地方のイメージを利用し、地方の人口減少の解決策に合わせて作り上げられたと言ってもよいだろう。日本は「スロー」という概念を独自の解釈で作直したのではないかと考えられ

る。

そうしたスローライフが政策的に展開するなか、地方移住さはスローライフに何をみだし、何を追求しようと地方へやってきたのか。地方への関心を高めると期待されるスローライフが、若者にもっと支持されるためには、まずはスローライフの耐えに地方に移住した若者が何を求めているか知るべきであろう。そこで本研究は、「スローライフ」を求めて地方移住した人々に、インタビュー調査を通して、当事者のリアルな「スローライフ」を浮き彫りにする。

3 調査の概要

地方のIUターンを通じて、新しい自分のライフスタイルを実現しようとした人たちについての情報を収集するため、島根県にI・Uターンで移住した方々にインタビューをした。インタビューは2020年12月から2021年2月にかけて、島根県松江市内で行われた。対象は地方にIUターンし、スローライフに関連する活動をしている人々を中心にした。本業の他にスローライフに関連するボランティア活動や様々なイベントに積極的に参加している。

インタビューは、自分のライフヒストリーを語ってもらい、その中で自分が認識しているライフスタイルにおける変化について自由に語ってもらうという形で開始した。インタビューは、約1時間から2時間行われた。インタビュー後、録音された音声データを聞きながら文字化し、そのデータより、対象者のライフヒストリーの流れやそのライフイベントごとでの彼らの意識を理解するため、マインドマップの形式⁽¹⁾で分析した。彼らのライフヒストリー、ライフスタイルについて

表1 インタビュー対象者のプロフィール

名前	性別	年齢 (インタビュー当時)	出身地	I・U ターンの別	職業
Aさん	女	43	千葉県	I ターン	自営業 (飲食、食料品・日用品店)
Bさん	男	37	島根県	U ターン	自営業 (飲食店、ゲストハウス)
Cさん	男	34	島根県	U ターン	自営業 (飲食店)
Dさん	女	39	熊本県	I ターン	自営業 (飲食、雑貨屋)
Eさん	男	27	千葉県	I ターン	アルバイト
Fさん	男	54	島根県	U ターン	自営業 (本、雑貨屋)
Gさん	男	21	東京都	I ターン	大学生
Hさん	女	33	島根県	U ターン	自営業 (洋菓子店)

の意識の変化のきっかけ、成長ポイント、ライフスタイルに対する意識変化と実践前後の比較、彼らによるスローライフに焦点を当てて分析を行う。

4 考 察

4-1 「スロー」の解釈

インタビュー対象者達はほとんどお互いのことを知らないものの、インタビュー調査で共通のキーワードとしてよく発言した。その言葉は「心地よい」だった。

彼らが、どんな場所でも、どんなペースでも、どんな方法でも、様々な側面からであっても、無理なく、心地よいと感じられることが「スロー」なのだという共通の解釈を持っていると考えられる。彼らは別に、古い日本文化を良かれとするものではない。素朴な田舎暮らしや自給自足などを完璧主義的に目指すことを良かれとしたわけでも決してない。

Specialty Coffee という現地それぞれのコーヒー質や生産者から直接購入することにこだわる、いわゆる「フェアトレード」を意識しながらコーヒー屋を運営しているCさんは、自分の「スロー」は何かを自分で決めることが重要だと述べた。都会で無添加商品や環境に優しい商品を積極的に選び、日常に利用することも、現代的なITを取り組みながら山奥に住んで実践することも、本人が心地

よいと感じることが重要となる。つまり、「スロー」という概念では、自分が「心地よい」という気持ちが持てるかどうかを最も大切な要素となると考えられる。

4-2 資本主義的なものからの

自由を求めるスローライフ

調査対象者の語りからは、さらに、彼らにとってのスローライフが、資本主義的なものからの解放をめざすイタリアのスローフード運動と同様の意志をもつライフスタイルであることが示唆された。本と雑貨屋を運営しているFさんは、「ちょうどスローライフ的なジャンルにあたる衣食住だったんですよ。じゃあそれをテーマに本を集めて、先勝して、僕らで。それとリンクするような商品。雑貨ですよ。だから今、香りのものだったり、生活の中であったらいいじゃないですか。あとは、タオルとか靴下とか。あとは、あまり松江では見かけない食料品とか、チョコだったり、ジャムだったり。そういったものを少しずつ。それも大量生産のものではなくて。すごく丁寧に作られているもの。例えば、うちみたいね、ご夫婦で作り出すものもあるし。でもちょっと手間がかかってきて金額は高いけれども、本当にいいものだったり」と、自分の店に無添加やオーガニックの商品を販売するこだわりを持っていることを語った。

同様の価値観は、Hさんにも見られた。H

さんは、自分の子供がアトピー性皮膚炎を持つことを分かったことがきっかけで、食品に関心をもつようになり、特にその土地で作られた食品がその土地に住んでいる人に最適だという「マクロビ」食材にこだわりを持ちながら、現在は自ら作った無添加の洋菓子やグラノーラを月一回のペースで販売している。そして、「やっば体って、食べたものでできていくので。(略)さらには、便利だけど、便利な反面、弊害もあるなっていうところにも気づいて。一番シンプルなところに戻ってきちゃったというか。味噌とか梅干しも自分で作ってみて。塩と梅だけで梅干しできるじゃん、でもスーパーの梅干し見たら、いろんな着色料が入ってたり、化学調味料で余計な味が付けてたりとかしてて。(略)私はシンプルに暮らしたいなっていうところか、本当に素材そのものを大切にしようという食生活を心がけるようになりました」と述べている。彼らが持つこだわりは「美味しく健康的で(Good)」というスローフードの一つ目のスローガンに該当するといえるだろう。

二つ目のスローガン、「環境に負荷を与えず(Clean)」は、島根県飯南町の山奥に在住し、自給自足のライフスタイルを送っているEさんが実践している。彼は光熱水を自然に頼って賄っている。食材もほとんど自ら生産し、自分で作れないパンやお肉は近所の人から物々交換でもらっている。

さらに、地元の農産物を使用して作ったおかずと無添加の日用品を販売するAさん、多国籍料理屋とゲストハウスを運営しているBさん、そして自作の焼き菓子やグラノーラ雑貨も販売しているDさんは、インタビューから三つ目のスローガン「生産者が正当に評価される(Fair)」を常に意識していることも分かった。彼らは自分のお店の仕入れ先の

場所まで足を運び、生産者と直接的なつながりを大事にするこだわりを持っている。店だけではなく、自らの生活の中にも実際に取り組んでいるこうしたこだわり、それがスローライフとスローフードの共通の価値観となる。

また、彼らのスローライフは、親世代のライフスタイルをモデルにしていたり、西洋化によって忘れられている「和」を志向したりするなど、近代化する以前の(資本主義が発展する以前の)日本を意識していることもうかがえた。Fさんは、スローライフを選択した一つの理由が、親が実践していた伝統的な日本のライフスタイルと似ており、懐かしさを感じたと語った。「やっぱり昔の日本ってスローライフそのものじゃないですか。自給自足に近い。昔の日本、うちの両親とかも、(略)やっぱりそういう風な時代の人って、家は今のスローライフ的な暮らしを地でやっている。(略)そんなすごく、自給自足のようない極端な感じではないですけども、やっぱり物は大事にするし、食べ物もそういった人たちから購入したり、着るものも、直しながら。そういったことですね。だから、興味があるっていうか、それは自分が暮らしてたスタイルに近いから自然にそっちに目が行く」と、Fさんは自らのスローライフのイメージを表現した。

Hさんも同様に、お店で販売している食品に「和」の意識を導入し、その良さを活かすことにこだわりを持っている。「昔の日本とかそうじゃないですか。着物と米を替えるとか。うちでは能力交換で、(略)自分のできることを得意なこととか誰かに還元してあげるとか。お金じゃないものの交換というか。スローライフって究極そういうこと。全部自給自足じゃなくて、お金使わなくても生

きていけるじゃないですか。私は食べ物を自分で作るし、着るものとか作れたり、それこそ物々交換で、近所の人と交換すればいいと、かってすごいなと思う」。自然のモノに感謝して大切にし、無駄なく活かしきることは日本の文化である。Hさんは、この概念とスローライフは重なっていると述べた。

このように、彼らは、資本主義社会的なものからの脱却をめざそうとする「スローライフ」を実践しているといえる。

彼らは、今まで見慣れた場所から一旦距離を取りたいとする。都会の満員電車や競争社会、いわゆる現代日本社会の在り方である、資本主義社会に疲れを感じたという。「満員電車がとてもいやで。それで、まあ、うちの家から東京に通うことになったら毎日、もう、ものすごい満員電車に乗らないといけない、そんなかんじで。なんか、それがまずいだったのと。やっぱり、なんていうかな、自然が豊かで、のびのびと暮らしたいと、沖縄でさんざんのびのびしたので。しかも、まあ、あと自分が良くよく、その結婚したり子供を持ったりしてたときに、どうかなと考えたら、これからの時代ね、なんか、アクセス、まあ便利ではあるけども、都市ではアクセス、いやなこと我慢して、楽しんで暮らすよりは、もうちょっとゆったりと、のびのびといたいという気持ちがあつて」と、Aさんは移住前の時の悩みを語った。それゆえ、他国や他県に行き、今までと異なる場所から日本社会を相対的に見つめ直した。Eさんの場合は、ワーキングホリデーでオーストラリアに渡った経験が、これまでの生活を見直す機会となったのであった。「そういうのでも、結構考えさせられたり、日本の働き方と、向こうの働き方。向こうは緩いのに給料はめっちゃめっちゃ。日本はずっと働いてもギリギリ生活できるぐらい

の給料しかもらえない、一年目2年目。それで家賃払ったり、光熱費を払ったりという生活は、俺はそういう、そっちじゃないかな、とだんだん気づき始めた、その海外と日本の旅を通じて。けどそれじゃないとしたら、どういう暮らし方ができるんだろうと思ってた時に、こういう自給的な、自分で最小限の、小さく生きる、コンパクトに。必要な生きてくための、本当最小限で生きて生きるなっていうのが、だんだん。そういう生き方が、俺は楽しいなと思って」。東京で生まれ育ったGさんも「たぶん東京の企業で就職したら、会社の歯車の一部で終わっちゃうんですよ。その、この仕事をやって、ただタスクをやって、で終わって、飲みに行くぐらいな生活だと思えますけど。逆に島根で企業、自分が選んで企業とか、自分が興味ある社長さんのところは、全部一人がモーターになってる、一人一人が。歯車じゃなくて、部品じゃなくて、動力になってるっていうのが。東京の方が部品になってる。逆に島根だとエンジンになるのかな、一人の存在が。だってその人が動かないとその会社の利益がすぐに出てこないわけであつて。中小企業ってすぐに一人の存在で利益が左右されるので」と、都会と地方の一人の存在価値の違いに気づいた。これらの経験によって、彼らは自らのライフスタイルに対する意識が変わったと考えられる。彼らは日本の資本主義社会に限界を感じ、脱出したいという意志で、現在の「スローライフ」に至ったのである。

4-3 地域コミュニティの価値

以上のように、調査対象者のスローライフは社会運動としてのスローフードと、共通価値観を持っていることが明らかになった。ただし、彼らが「地域コミュニティ」に価値を

見いだし、これも彼らのスローライフの特徴だということがうかがえた。調査対象者は、資本主義に伴う競争に巻き込まれる社会に、限界を感じ、地方へのI・Uターンを選択した。そして、新たな地域コミュニティの中に入り、そこで交流する中で、仲間を見つけていった。Dさんは、島根県宍道町に結婚で初めて引越したとき、知り合いがいない場所でカルチャーショックも受けたことで、不安を抱え、挫折した時期もあった。しかしある日、宍道公民館の支援センターで「地域を盛り上げたい」という同じ価値観を持つママ友のコミュニティに出会い、その「ご縁」で立ち直ることができたという。今は、この地域コミュニティで地域活性化につながるイベントを定期的に開催している。「地域の力を借りて成り立っているから、この店で町がたのしくなるならいい」と、彼女は地域コミュニティに価値を見いだしていることを語った。他に、高校の際初めて出身地の東京から「島根留学」で島根県川本町にやってきたGさんも、インタビュー中に「ご縁」という言葉も用いて、共通の価値観を持っている人と出会えた地域コミュニティに魅力を感じたことを述べた。また、Fさんは「自分も同じように、すごいお世話になった人たちがいっぱいいたから、恩返しという言葉があれかもしれないですけど、自分でなんか返したらなって思っ」と語った。Fさんは高校卒業後、島根大学に進学してからも地域活性化にかかわる活動に積極的に参加し、卒業後も「恩返し」の意味で、島根県内の企業で務めることを決めたのだった。

同じ価値観を持つことを確認しあうことで一体感が生まれ、地域在住者同士の強い繋がりも自然にできる。確かにこのことは、移住者がそれぞれの仕事やボランティア活動と

いった自分自身の活動より、他の地域住民と自分たちが暮らす地域の魅力も発見し、そして発信していくことも期待できそうである。ただしやはり、彼らは政府が思い描いたように、地域活性化への参加を求めて移住したわけではないことを、改めて確認しておく必要があるだろう。彼らはそれぞれの理由で自らのライフスタイルに対する意識が変化し、新たなライフスタイルのスタートを求めて自分自身の意志で移住したのである。そして、移住先で出会った地域コミュニティの人々と価値や考えが共通する点を見いだし、受け入れられたという感覚を持つことができた。そのことが、地域コミュニティへのために他の住民と一緒に何かしたいという思いにつながったと考えられる。

4-4 彼らのスローライフの実態

先述のように、調査対象者たちは、現代日本社会の資本主義社会から限界を感じたことで、自らのライフスタイルに対する意識に変化が生まれ、地方へのI・Uターンを通じて「スローライフ」を選んだ。しかし、実際にはこれらの「スローライフ」の実践者たちの多くは、資本主義社会からの脱出は不可能であるということ認識していた。

持続可能な開発目標（SDGs：Sustainable Development Goals）⁽²⁾という言葉も耳にする機会が最近多くなってきた。これは、スローライフと共通する価値観を持ち、人間と環境に優しい社会を作り上げることを志向している。ただし、問題は、現在の日本の資本主義社会において、SDGsもスローライフも、これらをどの程度まで実現できるのかということである。この理想的な価値観を完全に生活に導入すると、経済的にかかなり大きな負担がかかるであろう。ここから、「自分な

り」のスローライフという概念が生まれる。Hさんは、自分なりのスローライフを次のように表現した。「取り入れてるところやっぱり、奥さんが作る食事なんかも、やっぱりそういった部分が生産者の顔が見えるだったり。添加物の問題だったり、意識したものを、全部100%じゃないですけど、意識して購入はされてるし。例えば、着るものにしても、もちろんファストファッションみたいな、ユニクロみたいなものを着たりはしますけど、けどやっぱりちゃんと作り屋さんが見える洋服の方が好きですし。(略)だから、あまり極端にスローライフ、すごくするとは真逆な生活の生活ではなくて、自分たちが無理なく暮らしをするスタイル、心地よく暮らせる加減みたいなのを、探しながら取り入れてるのかなとは思いますが。どれぐらい取り入れてるかとか困っちゃうんですけど。自給自足、それは自分はやりたいし。それをやることで自分の心が満たされるだと思っただけですよ。ただ、僕らはそこになっちゃうと完全に無理にしちゃってるところになるので。暮らしはやっぱり、毎日続くものじゃないですか。続けられる形みたいなのは、本当にそれこそ、人それぞれの形でやって。好奇心もそうだし、そういう意味でもそういう風な暮らしに取り入れる人も多いたと思うんですけども」。

Bさんも、完全な自給自足生活を実践することには無理があると述べた。「今の資本主義の中でそういうスローライフは多分できないから、属しちゃうとね。それを無視して、自分らのコミュニティでは成り立つけど、それが理解できる人はすごい少数派で。その少数派のなかで話が分かるような、この場で考え方が正しいよねって思っても、僕は面白くないと思って。どう巻き込んで、そっちに持っていかともったときに、山に入っちゃうと

か、こもっちゃうとか。そこに切っちゃうと、その考え方で濃くするのもいいけど、僕はその仲介で濃い人と普通に生活してる人に混じるというか、そこの変化が面白い」。つまり、この意識を日常生活に完璧に実現することは、持続不可能だと考えられている。結局、最終的には資本主義社会にまた頼ることになってしまうのである。ここで自分の「心地よさ」で調整することが大事な要素となる。また、「スローライフ」は「田舎暮らし」や「農業で自給自足」と関連づけられがちであるが、それにも矛盾がある。彼らは、都会暮らしはしたくないが、だからと言っても必ずしも「田舎暮らし」や「農業で自給自足」を志向するわけでもなかった。「スローライフ」を求めている人たちの中でも、そのような暮らしは「心地よくない」と思う人の数は少なくないのである。調査対象者の何人かは、政府は地方移住を促すためスローライフを商品化してしまったと意見を語ってくれた。その一人のFさんは、スローライフという言葉自体が「安っぽい」という風感じられると述べた。

では、彼らが強調した「心地よさ」ということは一体何か。それは、資本主義社会の息苦しさからできるだけ離れ、自分が無理のない範囲で、社会でよいとされる置き方と違って、自分が最適だと感じる暮らしを選択すること。彼らはこうして自分なりのスローライフを作り上げる。この選択プロセスは、自分のライフステージ、居住環境、また経済状況と共に変化していくと、Bさんは述べた。地方であれ、都会であれ、場所と方法は一定の形にはまる必要はないと、Aさんも主張した。これが今日の日本社会における、I・Uターンのスローライフだと考えられる。

5 まとめ

本研究の結果をまとめると、以下の図1と図2のようになる。まず、図1に示すようにスローフードは資本主義社会への対抗として生まれた社会運動である。日本では同様に、資本主義社会から逃げ出す方法として誕生し、スローフードのスロー意識を受容したが、地方の人口減少問題と関連付けることで、スローライフという日本独自の定義が生まれ

た。

しかし、図2に見るように、実際に地方に移住した者たちは「Good」「Fair」「Clean」というスロー運動と共通の価値観を持っていることが明らかになった。スローライフも伝統的な日本のライフスタイルのイメージに似ているところも、特徴的な価値観だと考えられる。それに加えて、「地域コミュニティの価値を重視すること」と「資本主義社会から距離を取りたいとすること」を特徴に持つ傾

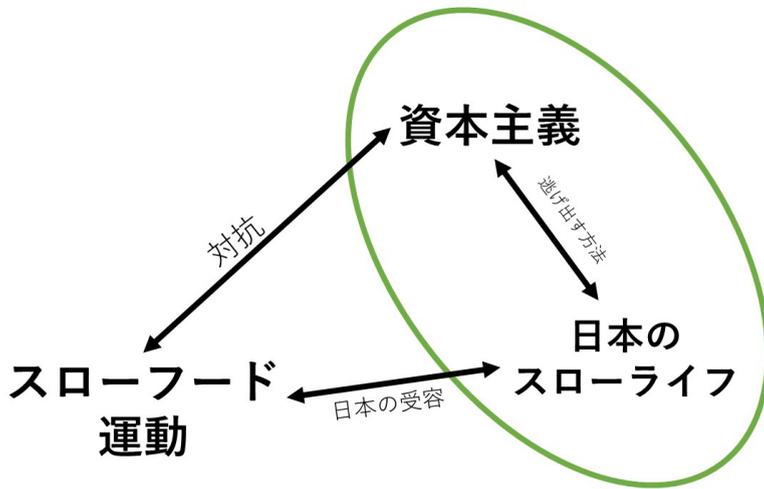


図1 資本主義に対抗するスローフード運動と日本のスローライフ

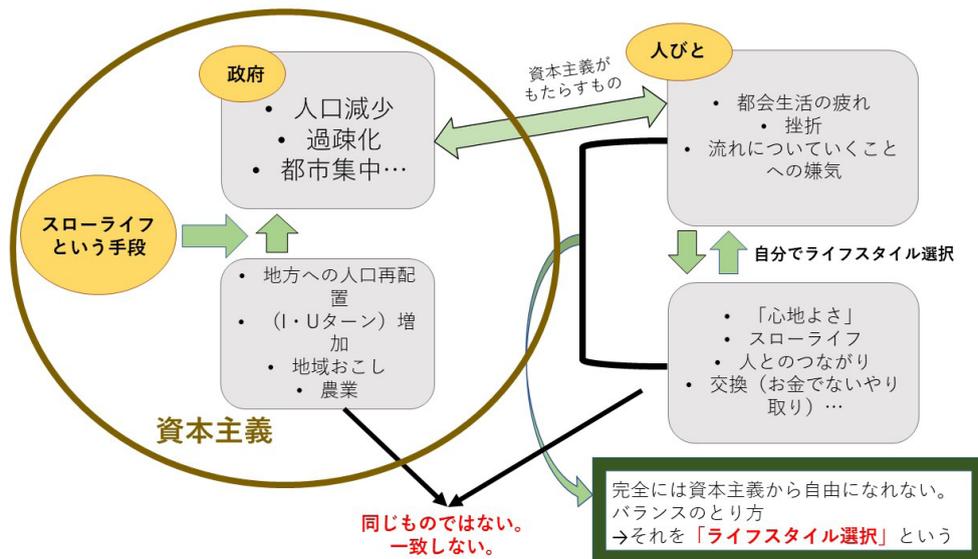


図2 本研究の結果

向もある。彼らは、これらの意志を基に、資本主義社会から脱出したいという意志で、ライフスタイルに対する意識に変化ができ、I・Uターンを通じて「スローライフ」を実践することができたと分かった。

しかし彼らは、実際は資本主義社会から完全に脱出することは不可能だと理解している。それゆえ、結果的に資本主義社会の枠の中に生活しながら、スローライフを実践するほかない。そこで彼らは、「ライフスタイルを自分で選択しているという心地よさ」によって、妥協点を探る。資本主義から脱出しようとしてもできない事実の矛盾に耐えながら彼らのスローライフを実践しているのである。

したがって、都会に対する地方、または田舎という、位置的な比較ではない。資本主義や都会的な価値、また文化から脱出することができない社会の中で、自分自身がいかに関心しながら調整し、生きやすく生きていけるのか。その挑戦が、「スローライフ」である。

註

- (1) 英国のトニー・ブザン氏が提唱する、思考の表現方法。ブザン・オーガナイゼーション・リミテッド社が商標登録している。頭の中で考えていることを脳内に近い形に描き出すことで、記憶の整理や発想をしやすくするもの。中心となるキーワードから関連する言葉やイメージを繋いでいくことで、考えをまとめたり、複雑な問題の解決策を見いだすことが容易になる。
- (2) 持続可能な開発目標 (SDGs : Sustainable Development Goals) は、2001年に再作されたミレニアム開発目標 (MDGs) の後継として、2030年ま

で持続可能でより良い世界を目指す国際目標である。https://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/oda/sdgs/about/index.html
<参照 2021-6-24 >

参考文献

- 艾婷婷, 2021, 「ケイパビリティからスローライフを再定義する—雲南・麗江古城における各棧の外来経営者に着目して—」『農業経済研究報告』, 52巻, 43-43
- 外務省, (発行年不明)「SDGsとは?」『JAPAN SDGs Action Platform』(最終閲覧 2021年6月24日, https://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/oda/sdgs/about/index.html)
- ジャパン・フォー・サステイナビリティ, 2003, 『掛川市、「スローライフシティ」宣言』, (最終閲覧 2021年7月13日, https://www.japanfs.org/sp/ja/news/archives/news_id022940.html)
- 菊池実果, 2011, 「後期資本主義の衰退と先進国住民の意識の変容」(最終閲覧 2021年10月29日 https://www.obirin.ac.jp/la/ico/con-sotsuron/sotsuron2010/2010M-kikuchi.pdf)
- 国土交通省, 2008, 「国土形式計画(全国計画)(原案)(冬柴臨時議員提出資料)」(最終閲覧 2021年10月29日, https://www.mlit.go.jp/pubcom/07/pubcomt133/05.pdf)
- 国土交通省, 2013, 「人口構造の変化」(最終閲覧 2021年12月21日 https://www.mlit.go.jp/hakusyo/mlit/h24/hakusho/h25/html/n1111000.html)
- 国土交通省, 2015, 「国土交通省: 地方移住等地方へのヒト(常住人口)の流れ、平成年度国土交通省白書」(最終閲覧 2021

- 年 12 月 7 日 <https://www.mlit.go.jp/hakusyo/mlit/h26/hakusho/h27/html/n1211000.html>
- 近藤乃梨子, 2017, 「過疎地域へのヒトとお金の流れをつくるクラウドファンディング -- 向津具半島の移住者による企業を事例として --」『集団力学』, 34 巻, 321-376.
- 総務省, 2017, 「三大都市圏及び地方圏の転出入超過数の累計 (2000 年～2016 年)」(最終閲覧 2021 年 12 月 21 日 <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h29/html/nc141110.html>)
- 総務省, 2017, 「地方自治体が考える人口流出の要因」(最終閲覧 2021 年 12 月 21 日 <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h29/html/nc141110.html>)
- 総務省統計局, 2019, 「人口推計 2019 年 (令和元年) 10 月 1 日現在概要」(最終閲覧 2021 年 12 月 21 日 <https://www.stat.go.jp/data/jinsui/2019np/pdf/gaiyou.pdf>)
- Larasati, Andi Meiliiqa Rachmi Mutia, 2019, Program Pariwisata Inaka Tsurizumu (田舎ツーリズム) di Prefektur Shimane (島根県). Universitas Hasanuddin. (2019 年卒業論文)
- マクロビオティック Web, (発行年不明) 「マクロビオティックとは?」. (最終閲覧 2021 年 11 月 1 日, <https://macrobioticweb.com/about/about.shtml>)
- 日本スローフード協会, (発行年不明), 「History」, (最終閲覧 2021 年 8 月 23 日, <https://slowfood-nippon.jp/aboutus/>)
- 日経経済新聞社, 2018, 『都会の若者、4 人に 1 人地方移住に関心 国土交通白書』(最終閲覧 2020 年 6 月 28 日 <https://www.nikkei.com/article/DGXMZO32258740W8A620C1000000/>)
- 農林水産省, 2015, 「魅力ある農山漁村づくりに向けて～都市と農山漁村を人々が行き交う「田園回帰」の実現～」(最終閲覧 2020 年 7 月 15 日 https://www.maff.go.jp/j/council/seisaku/nousin/bukai/h26_4/pdf/sankou2.pdf.)
- OECD Better Life Index, (発行年不明), Japan, (最終閲覧 2021 年 10 月 29 日, <https://www.oecdbetterlifeindex.org/countries/japan/>)
- 島田いづみ, 2011, 「持続可能なブライダルサービスの提案: ロハスの観点から」, 『広島文化学園短期大学紀要』, 44 巻, 11-19.
- 総務省, 2017, 「人口減少社会の課題と将来推計」(最終閲覧 2021 年 12 月 7 日 <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h29/html/nc141110.html>)
- 多方一成, 2005, 「スローフードとグリーン・ツーリズム -- 宮崎県綾町の事例を中心として」, 『大阪成蹊大学現代経営情報学部研究紀要』, 2 (1) 巻, 89-101.
- VisitFinland.com, (発行年不明), 「スローフード フィンランド」, (最終閲覧 2021 年 10 月 29 日 <https://www.visitfinland.com/ja/kiji/slow-food-finland/>)
- Yuill, C. and Thorpe, C., 2018, *Heads Up Sociology*, (田中真知訳, 2018, 『10 代からの社会学図鑑』. メーガン・トッド監修, 三省堂.