

COOL CHOICE A to Z

発行日 2021年1月

著者 (株)エフエムあやべ

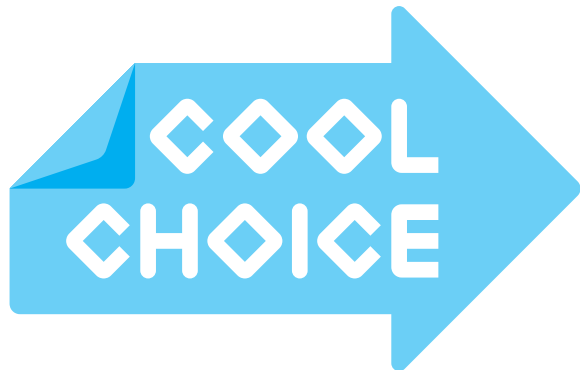
協力 福知山公立大学 塩見直紀准教授
福知山公立大学 成瀬花音、三宅祐花、深川春輝
京都工芸繊維大学 丸山琴音、大西勇氣、
山本佳依、吉田将人、中筋沙恵

発行 (株)エフエムあやべ
住所 京都府綾部市西町1丁目65番地
Tel 0773-42-9988

76.3FM
Fmいかる

インターネットサイマル放送はこちらから





未来のために、いま選ぼう。

MESSAGE

環境啓発番組「COOL CHOICE A to Z」では半農半 X を提唱し環境問題に取り組む福知山公立大学特任准教授 塩見直紀氏をスーパーアドバイザーに迎え、福知山公立大学 成瀬花音さんと三宅祐花さん、深川春樹さんの 3 人と、京都工芸繊維大学 丸山琴音さん、大西勇氣さん、山本佳依さん、吉田将人さん、中筋沙恵さんの 5 人の大学生が地域の脱炭素社会や身近な地球温暖化防止に取り組みイキイキと暮らす中丹地域のみなさんを、A から Z まで 26 のキーワードで紹介しました。COOL CHOICE は、環境省がクールビズやウォームビズなど身近なことから私たちが地球温暖化対策に取り組むことで、賢い選択「COOL CHOICE」をして日常生活を育んでいこうというものです。また 2020 年 10 月、日本は 2050 年までに温室効果ガスの排出をゼロにする脱炭素社会の実現を目指すことを宣言しました。

A あやバス	N 残さず食べる
B Bycicle	O 温故知新
C 由良川クリーン作戦	P プラスチック減
D Date (デート)	Q キルト
E Embrace (抱擁)	R 3R
F 福知山城	S 節電
G ゴミ分別	T 地産地消
H 販売	U うちで踊ろう
I Industrial Park	V ベジタブル
J 自家発電	W ウォーキング
K 金継ぎ	X 半農半X
L レザー	Y 寄せ鍋
M 緑のカーテン	Z 自分を見つめ直す



あやバス



Bycicle



由良川クリーン作戦

平成 17 年に綾部市で運行が始まったあやバスは 9 路線 131 便が運行しています。(令和 2 年 10 月末現在) 通勤・通学をはじめ、買い物や通院など市民の貴重な交通手段として定着しています。綾部市は『乗って育てる』がんばれあやバスをキャッチフレーズに、より便利な公共交通を目指されています。

インタビュアー 京都工芸繊維大学 大西勇気さん
インタビュー 綾部市役所 市民協働課 立藤聡課長

福知山公立大学 自転車サークル轍の会長を務める福原元太さんは、中学時代、自転車で旅したことがきっかけで、ロードバイクを乗り始め、現在 8 人のメンバーで活動をしています。ロードバイクの魅力は、自然と調和でき走行時の静かさと爽快感などところだそうです。

インタビュアー 福知山公立大学 成瀬花音さん 三宅祐花さん
インタビュー 福知山公立大学 自転車サークル轍 会長 福原元太さん

綾部高校分析化学部は、由良川の水質や生物を定期的に調査し由良川の環境保全活動を実施。また、由良川レンジャーとして、由良川クリーン作戦や小・中学校などでの啓発活動にも取り組んでいます。第 37 回京都府高等学校総合文化祭自然科学部門で優秀賞を受賞。来年度の全国総合文化祭出場が決定！

インタビュアー 京都工芸繊維大学 吉田将人さん
インタビュー 綾部高校分析科学部のみなさん

ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから





Date (デート)



Embrace (抱擁)



福知山城



ゴミ分別



販売



Industrial Park

屋外に 1 人である時と 2 人以上である時の体感温度の違いを、京都工芸繊維大学大学院生中筋沙恵さんが調査。結果は時間帯に関係なく、1 人でいた人は、実際の温度より平均して、約 2 度低いという結果が出ました。

インタビュアー 京都工芸繊維大学 大学院 中筋沙恵さん
京都工芸繊維大学 学生

ぬいぐるみを抱擁する前後で、体感温度に差が出るかを京都工芸繊維大学内で検証。抱擁後に「体感温度が上がった。」と答える学生が多く、「ほっとする。」「落ち着く。」といった感想なども…。

インタビュアー 京都工芸繊維大学 大学院 中筋沙恵さん
京都工芸繊維大学 学生

2020 年 10 月から福知山城で使う電気は、太陽光発電などの再生可能エネルギー由来のものに切り替えられました。ライトアップを含め、常時 100%再生可能エネルギーを使用している天守閣のあるお城は福知山城が全国初です。

インタビュアー 京都工芸繊維大学 吉田将人さん
福知山市役所 産業観光課 佐藤正規主任

2020 年 8 月綾部市リサイクルセンターが稼働。センターに集められた再生可能な資源は、さらに時間をかけて区分されリサイクルをすることが環境保全推進につながり、とても大切だと感じます。

インタビュアー 京都工芸繊維大学 吉田将人さん
綾部市役所 環境保全課 白波瀬巧主幹

JR 山陰本線山家駅下車すぐにある山家ふれあいの駅。新鮮野菜や地元で採れた食材を生かした加工品などが販売されています。「今後は、カヌーやキャンプなどが楽しめるスポーツレイルの場としても親しんでもらいたい。」と、活動の抱負を伺いました。

インタビュアー 福知山公立大学 成瀬花音さん、三宅祐花さん、深川春輝さん
インタビュイー やまが元気づけプロジェクト委員会 代表 谷口和紀さん

緑化用植物を販売するグンゼグリーン(株)は、グンゼグループが掲げている共存・共栄の精神をもとに、「子どもたちを含めた次の世代の人々が安心して暮らせるよう美しい街並みや景観作りに緑の力で貢献していきたい。」と語っておられました。

インタビュアー 京都工芸繊維大学 山本佳依さん
グンゼグリーン(株) 関西営業所 池田智範所長

ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから





自家発電



金継ぎ



レザー



緑のカーテン



残さず食べる



温故知新

平成 25 年 3 月に設立されたサンライト株式会社は、綾部市物部町界隈の遊休地に再生可能エネルギーである太陽光を利用した発電事業を開始。綾部市のように遊休地が多い場所の地域活性化につながる事業として、遊休地所有者に発電事業の提案を行い社会的貢献も果たされています。

インタビュアー
京都工芸繊維大学
サンライト(株) 山下信幸社長
吉田将人さん

欠けたり割れたりした器を漆を使って修復する伝統的な技法 金継ぎ。秋田アイさんは、「器の修繕に時間はかかるが、再生したら割れたことも思い出にできる。すぐに捨ててしまわず修繕して、大切に使うしてほしい。」と話されました。

インタビュアー
京都工芸繊維大学
金継ぎ師 秋田アイさん
丸山琴音さん

大島町にある革製品加工会社 sac de ecrus。レザー素材は、種類によって手触りも違い丈夫なことが特徴。皮製品は長く使うと風合いが増し、愛着が湧いてきます。自分で加工して、世界でひとつだけの商品を作るのも良いですね。

インタビュアー 京都工芸繊維大学
丸山琴音さん
インタビュイー sac de ecrus (サックドエクリュ) 新庄裕美さん

2008 年から、グリーンカーテン作りを始められた田中克典さん。最初は大きな窓 4 枚から始め、今では高さ 2,70 センチ、幅 5 メートルの緑のカーテンを毎年手掛けておられます。栽培の苦労は毎日ですが、暑いときには日影の効果で室内が涼しく、収穫も楽しめるので一石二鳥の取り組みですね。

インタビュアー
京都工芸繊維大学
山本佳依さん
インタビュイー 田中克典さん

綾部市立物部小学校では、健康給食委員会が全校への声掛けや食べ残しを数字化したグラフを作成し、残食ゼロを目指されています。「いつもおいしい給食を作ってくれてありがとう。」と感謝の気持ちが伝えられました。

インタビュアー
福知山公立大学
三宅祐花さん
物部小学校 食育担当 健康給食委員会担当
櫻井佳央理先生と物部小学校児童

綾部市清山荘を利用されている泉正男さんは、今から 60 数年前の生活を振り返り「家に帰れば、牛を散歩させることが日課だった。牛は耕運機やトラクターの原動力で、農業は家族総出で行うものだった。」と当時の様子を懐かしそうに語ってくださいました。

インタビュアー
京都工芸繊維大学
山本佳依さん
インタビュイー 清山荘 内藤義明センター長、泉正男さん

ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから





プラスチック減



キルト



3 R



節電



地産地消



うちで踊ろう

グンゼ(株)は資源効率化への挑戦として、地域から回収した廃プラの再利用、太陽光発電や地下水など再生可能エネルギーの活用、屋上壁面緑化、エネルギーの使用状況管理、ZEBオフィスの実現など工場から一切の廃プラを排出しないゼロ・エミッションに取り組む、CO2の削減に貢献されています。

インタビュー
インタビュアー

福知山公立大学 成瀬花音さん、三宅祐花さん、深川春輝さん
グンゼ(株) コーポレートコミュニケーション部
広報IR室 野中伸二さん

稲垣真智子さんは、「昔の生地のデザインは素敵で、そのような生地にもう一度命を吹き込んであげたい。パッチワークでは弱く持たない生地も、細く切って織物として、生まれ変わらせることができる。私の手で再生出来るのが喜び」と、イキイキと話されていました。

インタビュー
インタビュイー
京都工芸繊維大学 アトリエ・ギンガム 稲垣真智子さん

綾部市環境市民会議は2000年4月に設立、2020年4月で20周年を迎えられました。市制施行70周年市民実行委員会の一員として、「10年間で家庭系可燃ごみの年間収集量を50%削減する」という環境保全事業に会員一同、総力を挙げて取り組まれています。

インタビュー
インタビュイー
福知山公立大学 深川春輝さん
綾部市環境市民会議 福井圭介会長

福井圭介会長は教員時代から環境問題に取り組み、小学校でのグリーンカーテンやエコ朝礼などを実践されてきました。また、幼少時代の節電を例に挙げ、「我慢して昔の生活に戻るのではなく、行動を変えること。それがクールチョイス！」と啓発活動をされています。

インタビュー
インタビュイー
福知山公立大学 深川春輝さん
綾部市環境市民会議 福井圭介会長

新型コロナウイルス流行の中でも、地元の飲食店や京都の酒造会社とコラボレーションし、こだわりの米を届けておられます。「自分たちが育った街をどうしていきたいのか、街作りに農業はかせない。」と熱く話されていました。

インタビュー
インタビュイー
京都工芸繊維大学 山本佳依さん
米農家 丹州河北農園 河北卓也さん

あやべ健康プラザ水夢 健康運動指導士 山口裕美子さんに家で出来るエアロビクスを教わりました。家で踊れば、体がポカポカ！身体を温めることで、エアコンやストーブを使わなくても良くなるかもしれません。みなさんも、チャレンジしてみませんか？

インタビュー
インタビュイー
福知山公立大学 成瀬花音さん、深川春輝さん
あやべ健康プラザ水夢 健康運動指導士 山口裕美子さん

ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから





ベジタブル



ウォーキング



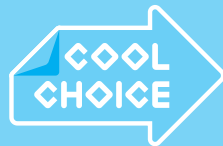
半農半X



寄せ鍋



自分を見つめ直す



「雨の日以外は畑にいます。寒い冬も体を動かしているとポカポカですよ。」と、笑顔で話す田中正子さん。堆肥作り、土作りからこだわって、無農薬、無化学肥料で作った野菜を幼稚園や地域の集いに提供されています。収穫した野菜がすべて消費された時が「野菜作りの醍醐味!」と話されていました。

インタビュー
福知山公立大学 三宅祐花さん、深川春輝さん
農家 田中正子さん

2020 年福知山市が実施したスイーツ店や市内のウォーキングコースを歩いて回り、歩数を記録するウォーキングイベント「ウォーキング大作戦」では参加者が好きなタイミングで歩けたことが好評。「新しい発見があり、気分転換につながった。」「歩く楽しみを知った。」という声が寄せられました。

インタビュー
福知山公立大学 成瀬花音さん、深川春輝さん
福知山市役所 健康医療課 梅田由理さん

今から 25 年前、持続可能な社会にしたいという思いから始まった半農半X。農業とX(自分のミッション)の組み合わせで、新しい発想や大切なものが見えてくるかもしれません。

インタビュー
福知山公立大学 成瀬花音さん、三宅祐花さん、深川春輝さん
半農半X研究所代表 塩見直紀さん

和田知子さんの「こだわりの鍋」は、福知山の有機農家ミヤサイさんが手作りする黒大豆味噌だそうです。鍋料理の最後に、このお味噌でシメの雑炊をすると美味しさアップ! 寒い日にはお鍋で温まるのもいいですね。

インタビュー
福知山公立大学 成瀬花音さん、三宅祐花さん、深川春輝さん
中丹素敵農女会研究所 代表 和田知子さん

番組制作に携わった学生は、「クールチョイスをしようと思ってくれる人が増えていいな。私たちもクールチョイスを実践していきたい。」と振り返りました。塩見直紀さんは、「足元にある宝物に気づき、価値や発想の転換ができれば、これから楽しい未来が待っている。」と学生にエールを送りました。

身近なことから
できることから

COOL CHOICE に
取り組んでみましょう。

COOL CHOICE について
もっと知りたい方はこちら。



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから



ポッドキャストは
こちらから





深川 春輝

エコな取り組みでイメージするのは節電や節水だと思いますが、今回の取り組みで、いろいろな賢い選択があることに気付きました。また、取材を通して、中丹地域をより深く知れ、良い経験になりました。



山本 佳依

僕自身特段地球温暖化に気を使って生活しているというわけではありませんでした。しかし、この活動を通して地球温暖化防止に取り組む様々な人と関わり、自分自身出来ることを少しでも実行していこうと感じました。



三宅 祐花

「クールチョイス」と聞くと堅苦しく聞こえますが、案外、日常の中に自分たちができることがあることに気付きました。エコバッグ持参など、日々の生活の中で、少しずつ取り組んでいけたら良いなと思います。



吉田 将人

今回の活動で Cool Choice の取り組みを知り、将来にとっても大切な取り組みであり、より多くの人がやるべきであると感じました。だから、この取り組みをしている人を自分たちでインタビューできて、とても良かったです。



成瀬 花音

現地調査や取材で、企業が環境問題にどのように関わっているのかを知ることが出来ました。また、地域の人と関わることで、新たに地域の良さに気付けたことがうれしかったです。



大西 勇気

私たちが作った番組で一人でも多くの人がクールチョイスしてくれるようになればいいなと思っています。ラジオ番組を作るという貴重な経験をさせていただきありがとうございました。



丸山 琴音

CoolChoice A to Z を通して、様々な方に会い、お話を伺えました。皆さんの中丹地域にまつわる素敵なストーリーや思いに触れて、スマホで知る情報にはない、楽しさを感じました。



中筋 沙恵

この取り組みで、公共交通機関の利用や節電などライフスタイルを選択する機会が多くあることに気付きました。これからも生活の中で、クールチョイスな発見を楽しみながら過ごしたいと思います。



スーパーアドバイザー 半農半 X 研究所 代表 塩見直紀氏

今回の試みのなかで4つの組み合わせに希望を感じています。①自転車や地産地消などの普遍的なワードに地域独自のキーワード、今回だと金継ぎなどいい感じで混ざっていること。日本各地の COOL CHOICE など様々なキーワードが集まると、このムーブメントがさらにすてきなものになる予感。世界でも通じるコンテンツになるでしょう。②まちづくりにかわるなかで「先人知 × 若い感性」というシンプルな掛け算が生まれました。2つの大学の 8 名のみなさんのコラボがさらに可能性をひろげてくれました。③綾部を愛し、まちに元気を届けることをミッションとする FM いかとコミュニティラジオの潜在性にひかれる学生が会って、画期的な 26 日間ラジオが誕生。私はそれを「X Meets X」の魔法と呼んでいます。④最後はこの冊子とみなさんとの出会いから何かが生まれ、始まっていくという希望です。物語はまだまだ続いていくってすてきです。

塩見直紀（半農半 X 研究所代表、福知山公立大学特任准教授）