

## IV-100 集客都市のエアロビクスインフラ：その2

大成建設 正会員 藤田 俊英  
プラハ言語学院 清水 泰生

## 1. はじめに

標題中のキーワードである「集客都市(=ビジターシティ)」と「エアロビクス(=有酸素運動)インフラ」に関して、この一年間の代表的な国内トレンドを紹介する。

先進国では、今までの定住人口の増加を競う都市政策は破綻し、「集客都市」を目指した都市づくりを競い出した。大阪市が2008年五輪の国内候補地に決定した勝因と、大阪で開く意義について磯村大阪市長は、「大阪は経済地盤の沈下に対応、脱工業化を標榜し集客都市づくりを推進してきた。第3次産業を伸ばし、人に楽しんでもらえる街づくりを目指している。国際花と緑の博覧会の開催、海遊館の建設などはその一環だ。人工島もスポーツパラダイス構想もこの路線の延長線上にある。こうした都市計画の進み具合から見ても、2008年には五輪を招致できると判断。五輪はあくまでも街づくりの延長線上にある」と語っている。

国際競技も開催でき、普段は一般市民に開放して肉体と精神の健康づくりに役立つ「エアロビクスインフラ」の事例は、整備中の大井川河口左岸の幅7m、延長役21Kmのマラソンコースである。昨年5月31日、着手一周年記念大会が開催されて、アトランタの女子マラソン銅メダリスト有森さんも駆けつけた。

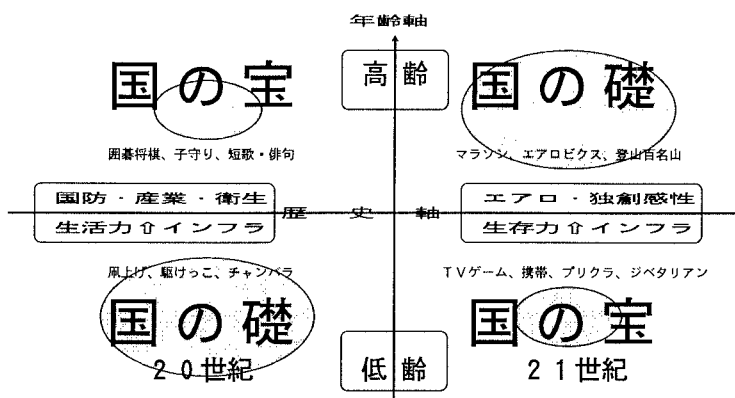
また、5月10日には第1回東京・荒川市民マラソンが開催される予定である。この大会は東京で初の本格的市民フルマラソンとして話題を集めている。主催者側に河川管理者である建設省荒川下流工事事務所が参画していて、コースも主に河川敷を利用する関係から、21世紀の建設技術の視点である「つくる側の技術からつかう側の技術」へと認識を転換したテストケース的な「つかう側の公共事業」とも考えられる。

## 2. 高齢少子社会に求められる社会資本

今年2月に発表された平均寿命は、男76.7歳、女83.2歳であった。また、3月に発表された総額12兆円以上の「総合経済対策基本方針」では、「内需の拡大を図るため、21世紀に向けて真に必要なとされる社会資本を緊急に整備する・・・」とし、「環境・新エネルギー、教育、少子・高齢化対応等福祉、緊急防災対策に重点的な投資を行い、安全で豊かな国民生活の基盤となる社会資本の緊急整備を行う」と掲げている。

半世紀で、男女とも20歳も長寿になった高齢者の大半は健康で豊かに暮らしているが、低齢者に体力低下や糖尿病が蔓延し始めている。少ない高齢者が国の宝と呼ばれた時代の社会資本整備は、国民の生活力の向上を目指し、低齢者は国の礎であった。少ない低齢者が国の宝で、多数の高齢者が国の礎になる時代の幕が開け、国民の生存力を高める社会資本が望まれ出した。

図-1 人口構成と必要インフラ関連図



キーワード 集客都市、つかう側の技術、エアロビクスインフラ、生活力、生存力

〒163-0606 新宿区西新宿1-25-1 新宿センタービル TEL 03-5381-5119 FAX 03-3348-8471

〒641-0032 和歌山市東子二里4の11

TEL 0734-44-3441

## 3. 高度情報化社会に望まれるエアロビクスインフラ

エアロビクスは人の生存力を高める手軽なエクササイズである。現に、高齢者の間では、代表的エアロビクスのウォーキング、ランニングやバイクが大流行の兆しを見せている。高齢少子と合わせて今後の社会を特徴づけるキーワードである高度情報化が進展中である。マルチメディア、サイバーネットやバーチャル云々とオフィスのOA化が重装備となるにつれオフィスワーカーには独創的アイデアが求められている。そのためには理性と感性のバランスが必要で、次の4項目を実践が良いとされている。①大自然にふれる。②嫌なことはしない。楽しいことをする。③素朴な興味や好奇心を持ち続ける。④静かに自分を見つめる時間を一日一回とって、自分をその空間に置く。

この4実践項目と6種目のエアロビクスの相性を体験的に整理したのが表-1である。ウォーキング、ランニングとロードバイク（＝サイクリング）がオフィスワーカーの生存力と独創的アイデアを高める適切なエクササイズと考えられる。

表-1 独創的アイデア強化策とエアロビクス種目相性表

| AEROBICS<br>実践項目 | ①歩く<br>WALKING      | ②走る<br>RUNNING      | ③泳ぐ<br>SWIMMING  | ④屋外踏む<br>ROADBIKE | ⑤営業踏む<br>AEROBIKE | ⑥音曲踏む<br>AERO-DANCE |
|------------------|---------------------|---------------------|------------------|-------------------|-------------------|---------------------|
| 大自然に触れる          | 春夏秋冬の四季を感じ<br>♡♡♡   | 春夏秋冬の四季を感じ<br>♡♡♡   | 冷たい屋外冬は泳がず<br>♡♡ | 春夏秋冬の四季を感じ<br>♡♡♡ | 空調完備で四季を不感<br>♡   | 空調完備で四季を不感<br>♡     |
| 楽しい事をやる          | 中間と一緒にワクワク<br>♡♡    | 中間と一緒にランラン<br>♡♡    | 中間と一緒にウキウキ<br>♡♡ | 中間と一緒にリンリン<br>♡♡  | 中間と一緒にクルクル<br>♡♡  | 中間と一緒にハイハイ<br>♡♡    |
| 興味と好奇心           | 全天候屋外興味ネタ多<br>♡♡♡   | 全天候屋外興味ネタ多<br>♡♡    | TPO選ぶ興味ネタ少<br>♡  | TPO選ぶ興味一瞬<br>♡♡   | TPO選ぶ興味ネタ少<br>♡   | TPO選ぶ好奇心旺盛<br>♡♡♡   |
| 静かな孤独時間          | 雑踏を離脱<br>静音孤独<br>♡♡ | 雑踏を離脱<br>静音孤独<br>♡♡ | 水に入ると静寂孤独<br>♡♡♡ | 田舎道では静音孤独<br>♡♡   | 人気薄ジム静寂孤独<br>♡♡   | 旋律・律動喧騒孤独<br>♡      |
| 総合相性             | ♡が10<br>優縁          | ♡が9<br>優縁           | ♡が8<br>良縁        | ♡が9<br>優縁         | ♡が9<br>可縁         | ♡が7<br>良縁           |
| 空間将来展望           | 歩道拡充                | 専用駆道                | 泳場競合             | 専用輪道              | 家庭踏機              | 公園踊場                |

## 4. 集客都市・東京のモデルコースは皇居周回コース

現在の日本一の集客都市は東京である。昨年発表したビジネスランナー向けモデルコースの選定基準に、新たに外国人ランナー向けの3基準を導入して、人気ある皇居周回5kmコースを採点した結果を示す。

- ①ビジネス街からアクセスが容易で、娯楽飲食街へのアクセスも容易である⇒まず、行きやすい。◎  
 ②更衣室、ロッカールーム、シャワールーム等が完備した施設・設備がある⇒着替えが簡単です。○  
 ③宿泊、飲食、通信手段・パソコン・コピー等が完備した施設・設備がある⇒ビジネスも出来る。○  
 ④走っている仲間が多い、自転車や車両の進入なく、野犬や不審者がいない⇒安全第一に走れる。◎  
 ⑤明るい照明、正確な距離表示、景観が楽しめる、時計台と水飲み場がある⇒ニコニコ、楽しい。◎  
 ⑥凹凸や亀裂のない舗装、楽に擦れ違える幅員、芝生や土の感触も楽しめる⇒膝や踵にも優しい。△  
 ⑦400mのトラックコースがあり、有名な実業団や学生選手が走っている⇒上級練習も楽しい。×
- (1)外国語のコース案内がある。 } 外国人ランナー向け ◎  
 (2)周辺に名所スポットがある。 } ◎  
 (3)警察に近い。空港に近い。 } ◎



「宿の先」の「ニューオータニ」から来ましたが、仕事の関係で年に一度は来日し、必ず皇居を走っています。桜の季節が一番好きだな」

## 5. まとめ

「高齢少子社会、高齢者が数少ない若者に医療や介護等で過度な負担をかけないよう、働き盛りのうちから精神と肉体を気軽に楽しくフレッシュアップできるインフラ」の整備を、使う側の技術の視点から進めることが集客都市を標榜する都市政策に必須となる。

本報文は、ランニング学会で発表し続けている成果を基に土木学会向けに統合、加筆した。つくば大学名誉教授の金原勇氏と東京学芸大学健康・スポーツ科学学科の渡辺助教授から多くの有益な示唆を頂いた。