生活の質の向上に向けた
ローカルSDGsを実現
する循環型の地域づくり

元長野県副知事

信州大学経法学部特任教授　　中島　恵理

中島恵理の自己紹介

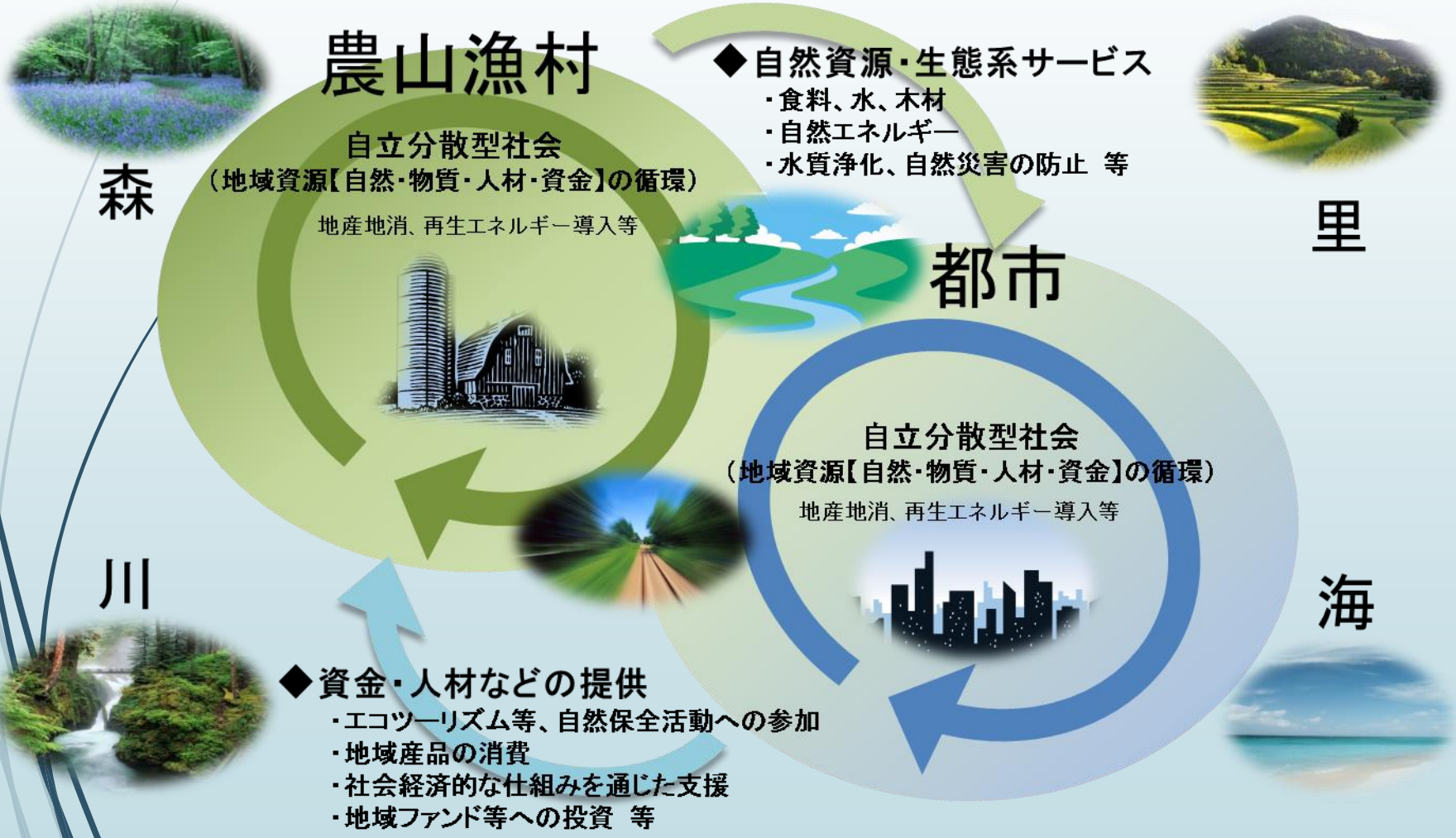
- 1995年　環境省入省（当時環境庁）
- 2002年　結婚を契機に、長野県富士見町と東京との二地域居住を始める
- 2003年　経済産業省新エネルギー対策課課長補佐
- 2011年　長野県初代温暖化対策課長
  環境エネルギー戦略策定、地球温暖化対策条例改正
- 2015年　長野県副知事
  環境、農政・林務、健康福祉、子育て・教育
  文化、国際等の業務を担当
- 2019年　環境省環境計画課計画官
- 2020年　環境省脱炭素化イノベーション研究調査室長
- 2021年　富士見町への完全移住、信州大学経法学部特任教授

長野県富士見町での田園サスティナブルライフ

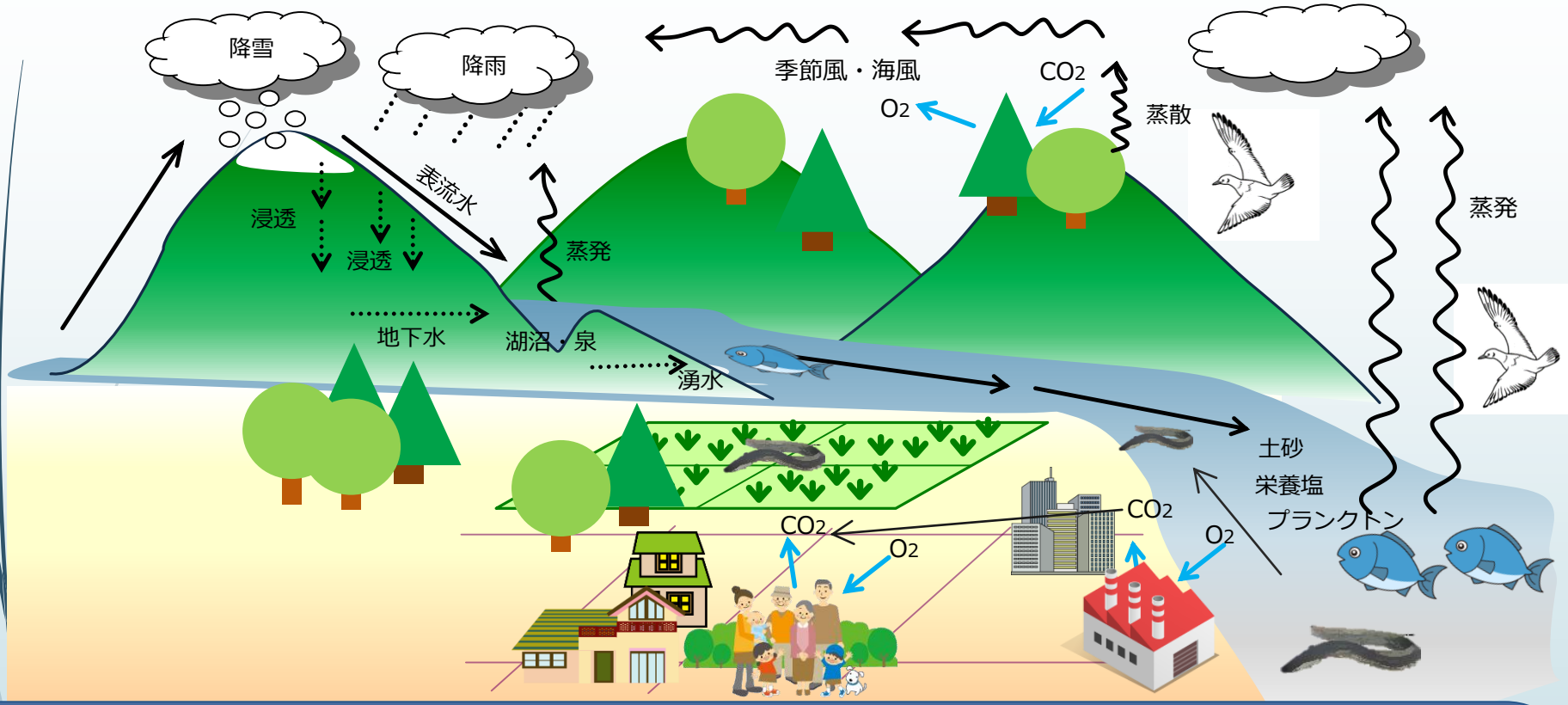
食の自給から、住まい・エネルギーの自給へ
心身豊かなライフスタイル+コストのかからない生活+地域の環境保全

地域循環共生圏＝ローカルSDGｓ

■　新型コロナウイルスの感染拡大から見えてきたこと
→いきすぎたグローバリゼーションのリスク、都市集中型の都市構造の課題
　＝地域における自立分散型の社会づくりの重要
■　脱炭素・循環共生型で自立分散型の社会づくり＝「地域循環共生圏」の創造。



森里川海のつながりが生み出す恵み



森・里・川・海の水・物質循環が生み出す生態系サービス

安全・安心・清く豊かな水、　清浄な空気・土壌の保全
安全で美味しい食糧、　バイオマス、　地域特産品
地域の自然に根ざした文化、　災害防止、　レクリエーション

持続可能な開目標：SDGｓ

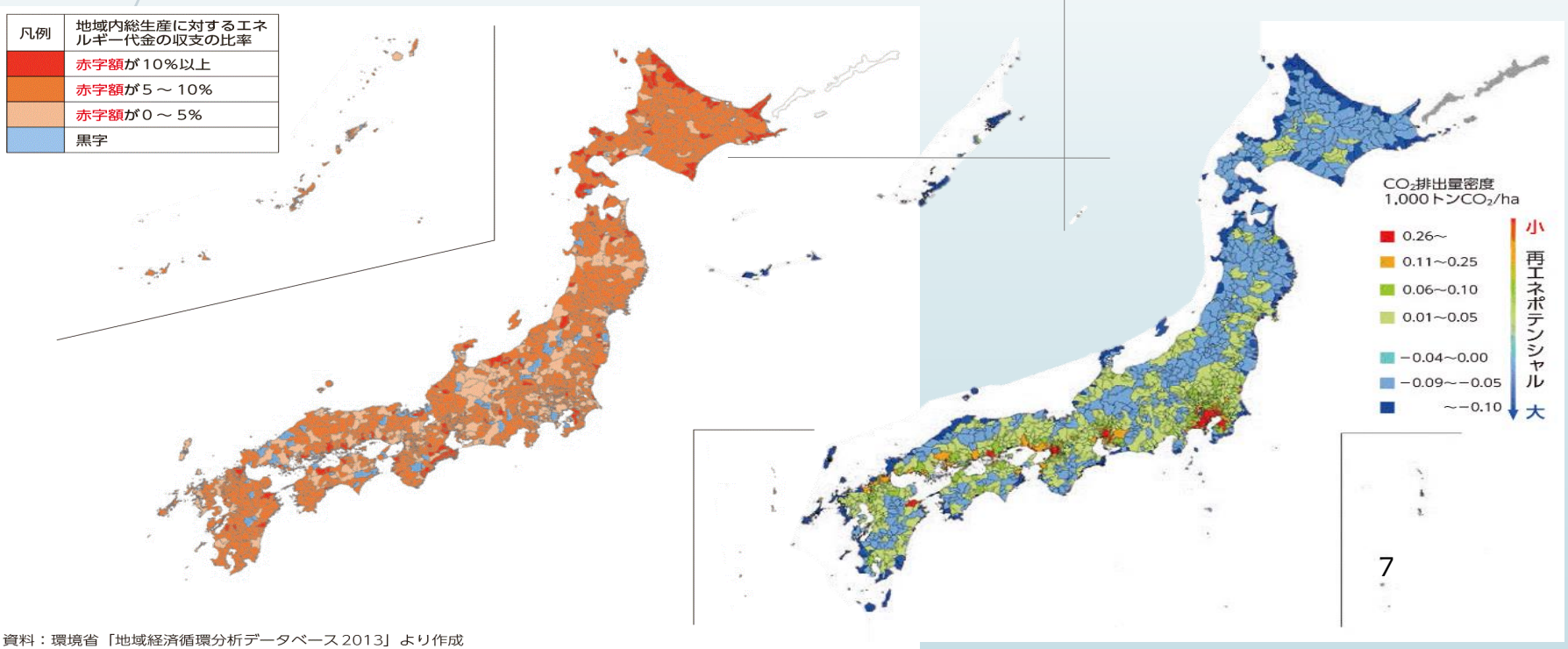
SDGｓ実施指針（平成２８年策定）のビジョン
「持続可能で強靭、そして誰一人取り残さない、経済、社会、環境の統合的向上が実現された未来への先駆者を目指す」

■地域エネルギーによる地域経済循環

- 2030年温室効果ガス26%削減に必要な再エネ・省エネ投資による**全国の経済効果は約3.4兆円**　（環境省試算）。
- 地域エネルギーの活用により、エネルギー代金の　支払先を**海外から国内、都市から地方**へシフト。

全国の9割を越える自治体において
エネルギー収支が赤字

地方部ほど再エネ
ポテンシャルが豊富



資料：環境省「地域経済循環分析データベース2013」より作成

長野県ゼロカーボン戦略のポイント

基本目標

社会変革、**経済発展**とともに
実現する**持続可能な脱炭素社会**づくり

数値目標

二酸化炭素を含む**温室効果ガス正味排出量**を
2030年度 **6割減** 2050年度 **ゼロ** を目指す

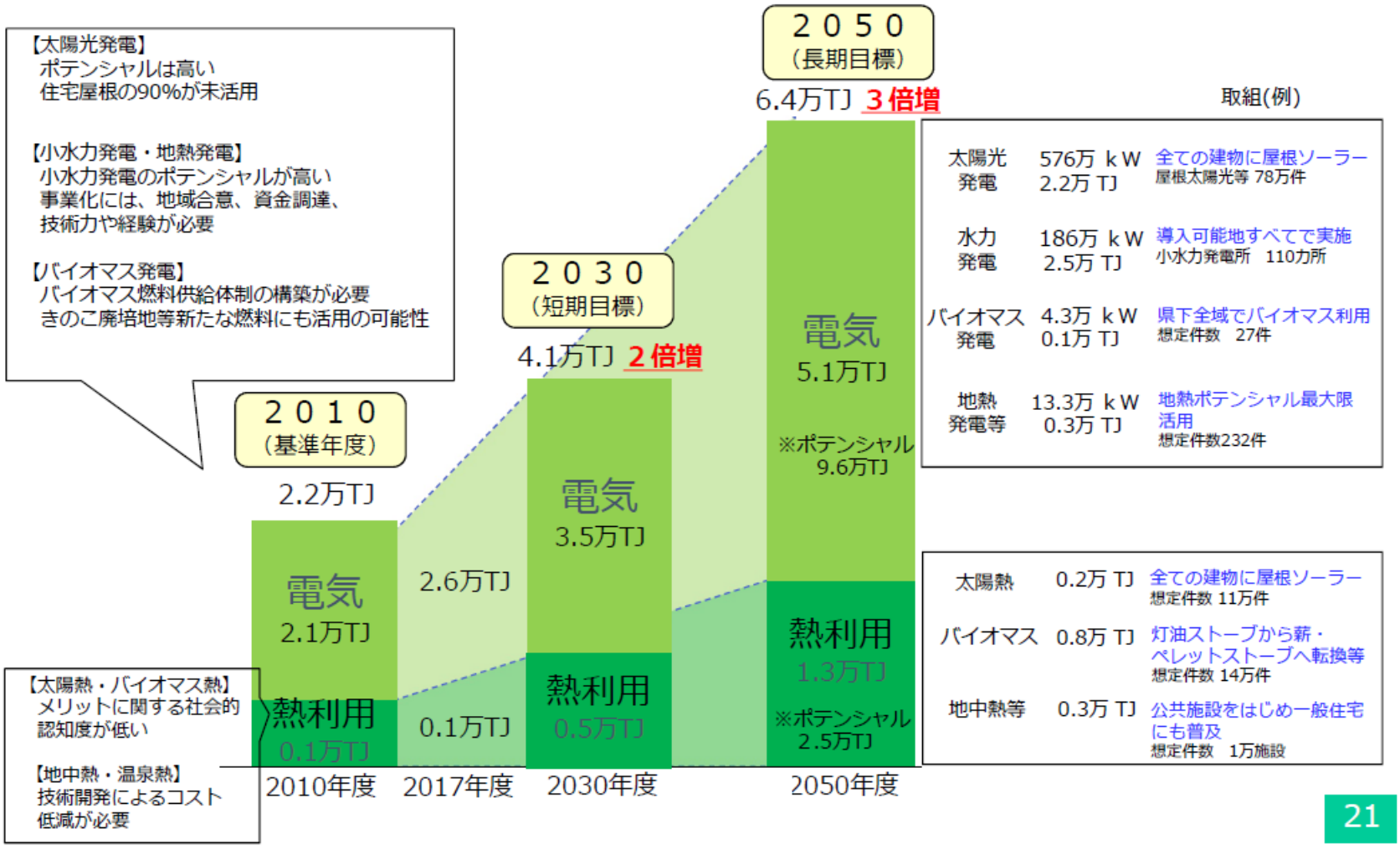
- **再生可能エネルギー生産量**
  2030年度までに**2倍増**、2050年度までに**3倍増**
- **最終エネルギー消費量**
  2030年度までに**4割減**、2050年度までに**7割減**

いずれも2010年比

（出典）長野県資料

「2050ゼロカーボン」へのシナリオ

② 再生可能エネルギーを３倍以上に拡大



（出典）長野県資料

ゼロカーボンの実現のために期待されている地方で何が起きているか。

ゼロカーボンを目指すべき地方で今起こっていること

地域外の会社

売電収益

森林伐採型メガソーラー

・豊かな自然環境の破壊
・土砂災害の恐れ
・湧水への影響

地代・固定資産税

お金が地域外へ流出

政策の何が問題か？

- 国の固定価格買取制度

⇒地域の再生可能エネルギー開発がもたらす地域への影響を十分に考慮しない認定制度

⇒国の制度を補完する地方の条例が制定されたが、後追い。

- 地域の事業者が育つ前に、都会の大企業や外国資本が地域の土地を買い占め（賃貸）

現場と国とのギャップ

- 地球温暖化対策推進法の改正
  - 再エネ促進地域の設定
  - 災害の危険性がある箇所を除外

富士見町の太陽光条例　⇒全地域を抑制区域にする方針

中山間地域の里山の現状

- 農村の少子高齢化
- 農林業の後継者がいない

- 里山、農地が地域にとっても厄介ものに

⇒

- 地域の貴重な里山、湧水の水源地、農地などが太陽光発電等再生可能エネルギーによる開発へ

- 里山の管理が行き届かないことによる土砂災害の懸念
- 気候変動により暴風雨の強大化⇒倒木により停電へ

- 都会の市町村保有の保養施設や保有林⇒売却の動きへ

アトリエ DEF

里山資源の有効活用
厄介者を「宝に！」

整備した竹で、竹炭づくり

開発と活用方法の模索

竹炭入せっけん

竹炭の活用

竹炭

粉砕

竹炭パウダー

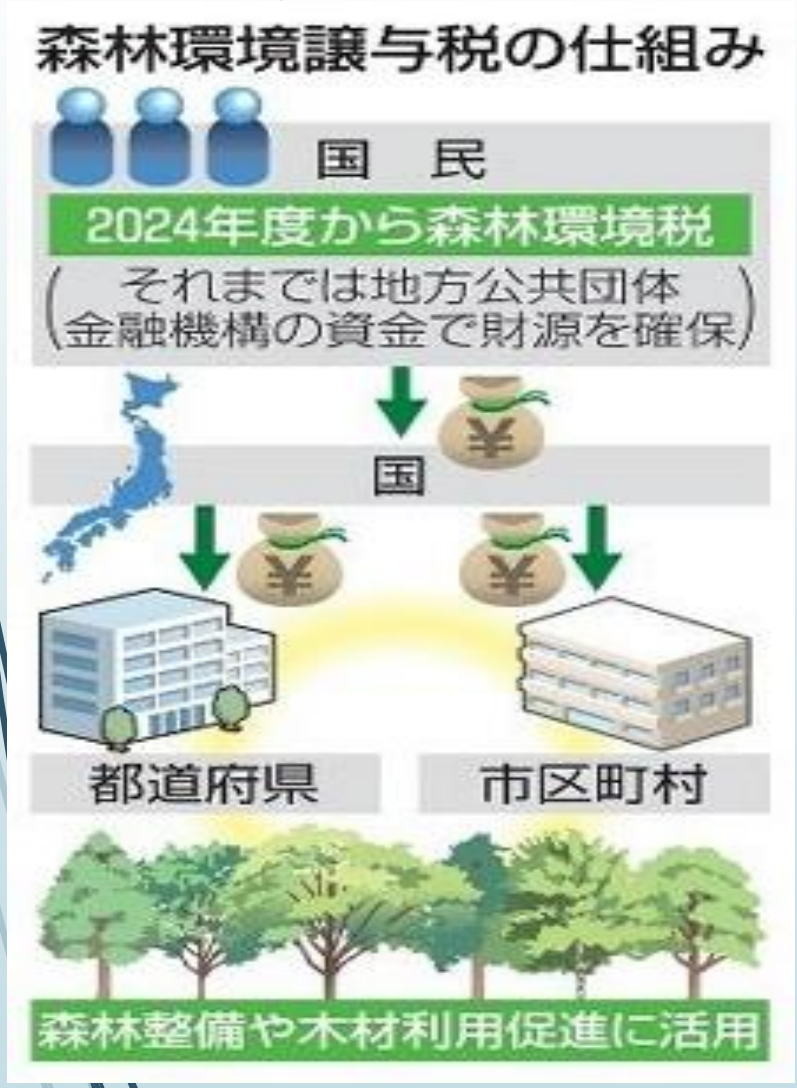
竹炭入お菓子

竹林整備・活用を担う Bambooマイスターの養成へ

～机ラボ＆アトリエデフ～

里山を宝に
薬草をヘルシーライフに生かす

森林環境譲与税　54%未使用
都市部使途なく



里山の多面性

・食料・資源生産　　→販売用、自家用・自給用　　（経済）

・生物多様性、水源涵養　→環境
・循環機能　→有機物を分解し、肥料から農作物へ　（環境）

・地域独自の知恵や技術を作り出す働き　　（社会）
・癒し、安らぎをもたらす機能

・豊かな土地空間づくり
美しい里山・田園風景、洪水防止、防災・避難空間　　（社会）

中山間地域と都会の課題の同時解決へ

森林の意義

- 生物多様性
- 水源涵養機能
- 土砂災害防止
- 二酸化炭素の吸収
- 森林資源の提供

森林浴・森林セラピー

森林が持つリラックス効果（フィトンチッド）

- ストレス状態の改善
- 血圧、脈拍数低下
- タンパク質増加
- 免疫力向上
- 活気、活力などの意欲の向上

「憩うまちこうみ」事業発足の背景

平成28年度 **町民が中心となり「憩うまちこうみ」事業が発足**

関係人口 創出のためのターゲット

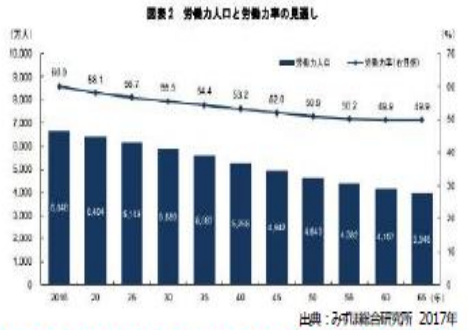
都市部企業 に設定

B to Bのビジネスモデル

都市部企業の利用ニーズを満たす
プログラムの開発がスタート

着眼点 都市部企業の課題である **働き方改革と健康経営**

少子高齢化に伴う、生産年齢人口の減少



【課題】労働力の減少(=働き手不足) と 生産力の低下

そこで…

- 労働人口を増加させる
- 長時間労働・雇用形態の格差など労働環境の改善
- 労働生産性を向上させる

ポイントとなるのが… **従業員(働くひと)の心とからだの健康**

社員の健康状態は、生産性の向上を目指す中で大前提の条件

都市部では「**働くひとの心とからだの健康の維持・増進**」が課題となっている。
豊かな自然 や **健康な食、観光地** がある小海町にお手伝いができないだろうか？

（資料）小海町

社員が憩い、町民が元気になるまちづくり

長期的な連携を見据え、ターゲットを企業に設定しています。

健康経営を推進する**企業のニーズ**に対応

経済効果をもたらし**町に活気**を生む

「攻め」の福利厚生

社員同士の絆を深め、家族と一緒に行う自然体験など攻めの福利厚生を実現できます。

社員の意識・技能向上

セラピープログラムを通じてコミュニケーション能力や環境意識が身につきます。

「気づき」による健康管理

セラピープログラムを通じてストレスとの向き合い方を学ぶことができます。

企業の社会貢献・SDGｓ

企業としてまちづくりに携わり社会貢献に取り組めます。

Re-Design Therapy

憩うまちこうみ

企業のメリット

町のメリット

関係人口増による活性化

定期的に訪問いただき町民と交流していただくことで町が活気付きます。

地域経済の活性化

セラピープログラムや施設、特産品の販売促進によって地域経済の活性化に繋がります。

特産品の利用促進

社員食堂での食材使用などつながりを通じ、特産品の利用促進につながります。

都市部ネットワークの獲得

都市部のアイディアの獲得やネットワーク形成に繋がります。

（資料）小海町

本当の自分を取り戻す Re･Designセラピー

自分自身の「気づき」に
アプローチする独自のプログラム

リラックス

セラピーウォーク

五感を働かせ感受性を高める

メディテーション

セラピーヨガ

自律神経を整え内面を見つめる

コミュニケーション

焚き火（アートセラピー）

仲間との距離感、思いやり

デトックス

地産地消のセラピー食

食を味わい、食生活を見直す

（資料）小海町

小海町への滞在が心と身体にもたらす効果

転地効果

距離：日常の生活圏から100キロ以上離れると良いと言われる

環境：日常生活している環境とは異なる自然環境に身を置く

小海町の環境	松原湖周辺は標高 1,100m、国定公園のため豊かな植生が保護されている
立地的な効果	標高の高い地域 … 呼吸→深くなる　身体の代謝→上がる
気候療法	気候の変化に反応して、身体機能のバランスを整える働き

→滞在自体が旅行としてのみでなく、保養としての側面をもつ

森林浴

森の中で過ごす体験が自律神経を整え、リラックスする効果

森の中は、清々しい空気や風でゆらぐ木々の音、鳥の声、木洩れ日やキラキラと光る湖の湖面など、五感に働きかける刺激に満ちている。

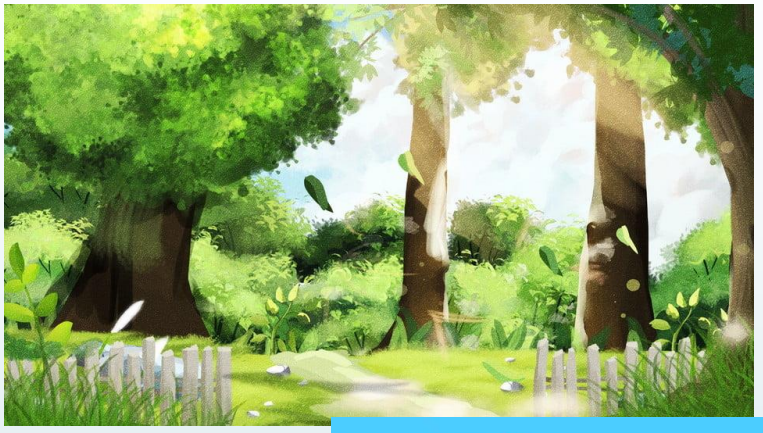
※ 科学的に実証されている森林浴の効果の例

フィトンチッド	1/f のゆらぎ	ストレス抑制	免疫力向上	生産性向上
植物が放出する香りが人に対し効果的に作用	自然界に存在する心地よく感じるリズム	ストレスホルモンが減少してリラックス	NK細胞が活発化 抗がんタンパク質増加	活力感・回復感が増し作業効率が向上する

（資料）小海町

ゼロカーボン・SDGSの実現に向けて
中山間地域と都会の課題をつなぎで解決

中山間地域の里山、農地を“宝”に変えること



都会の人々の免疫力を高め、みんなが健康に、元気になること

企業の生産性向上・モチベーション向上

都会への豊かな水、空気の提供

ゼロカーボン・SDGSの実現に向けて
中山間地域と都会の課題をつなぎで解決

・個人レベルでの里山保全活動への参加
・子供たちの環境教育

・企業の社員研修、ワーケーション等での
森林セラピー、体験

・市町村レベルでの〇〇市の森づくり

（開発から守るトラストの森）

・里山製品（木材、竹、薬草）の開発・利用

・都市・農村交流・連携による森林環境税の活用