

H^{OSTELLING} Magazine



COVER INTERVIEW
野口聡一
「宇宙」の視点を持てば、
解決策が見えるはず



この冊子は、宝くじの社会貢献広報事業として助成を受け作成されたものです。





ランチパック



ランチパック 情報をチェック!

ランチパック 検索



「100年も先のことは、わからない」
なんて言うのはやめよう。
そう決めました。



サントリー
天然水の森
PROJECT.

サントリーの天然水は、森に降った雨が、
およそ20年かけて
森の大地でゆっくり濾過され、
ミネラル分を授かって
おいしくなった地下水。
健やかな森の力を借りて生まれます。
天然水を未来につなぐために、
森を元気にする。
それが私たちの大事な仕事になりました。
これからも、ずっとずっと
水と生きていけますように。



サントリー「天然水の森」は
15都府県21カ所、総面積約12,000ha。
これは、国内工場で汲み上げる地下水量の
2倍以上の水を蓄む広さです。
(2019年8月現在)

水と生きる **SUNTORY**

天然水の森

検索

日本ユースホステル協会は日本国内にユースホステルを設置・運営すると共に、国際ユースホステル連盟 (Hostelling International) や各国のユースホステル協会と協調し、知見を広める「旅」を促進する活動を行っています。

こどもはおとなに。
おとなはこどもに、
なれる場所。



02	Cover Interview 野口聡一 「宇宙」の視点を持たれば、解決策が見えるはず
08	Youth Hostel Pick up 美山ハイマートユースホステル 山々に抱かれたかやぶき家屋で ほっと安らぐみんなの「ふるさと」
12	Hostelling Magazine × 地球の歩き方 巨匠オスカー・ニーマイヤーの建築物を巡る ブラジル
16	PLAtZ
17	おしえて! 旅GIRL
18	松島むうの晴れときどき旅びより
20	YH-GUIDE ユースホステルガイド 東海/近畿地方

※本誌の情報は2023年12月20日現在のものです。変更になる場合がありますので、お出かけの前に現地にお確かめください。

発行所 一般財団法人日本ユースホステル協会 編集・発行人 寺島 真

TEL (03)5738-0546 〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1 国立オリンピック記念青少年総合センター内

※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。

「宇宙」の視点

を持てば、
解決策が見えるはず



PROFILE

宇宙飛行士
野口聡一 (のぐちそういち)

1996年宇宙飛行士に選抜され26年間NASA勤務。3回の宇宙飛行を経験し船外活動4回、世界初3種類の宇宙帰還を達成(ギネス世界記録2部門)。「宇宙でのショパン生演奏」動画でYouTubeクリエイターアワード、「宇宙体験の当事者研究」で日本質的心理学会論文賞など受賞。著書は「どう生きるか つかったときの話をしよう」(アスコム)など多数。趣味は料理、キャンプ、作詞、飛行機操縦。合同会社未来圏(info@miraispace.net)代表、東京大学特任教授、国際社会経済研究所理事、国連WFP協会顧問

Hostelling Magazine Cover Interview

Noguchi Soichi

中学生2人の九州一周電車旅 初日の宿はまさかの…

「野口さんは学生時代にユースホステルをたくさん利用していた」と伺ったので、今日は野口さんが中学生だった当時のハンドブックを日本ユースホステル協会から持ってきました！

(ハンドブックをめくりながら) いやー、懐かしいですね！当時はインターネットがなかったので、このハンドブックを手に入れて、ひたすらページをめくって行き先を決めていたんですよ。とはいっても情報はたった一枚の白黒の外観写真と手書きの地図と紹介文だけで、それらがはがき半分くらいのスペースにつめ込まれる。今みたいに「価格や設備で比較する」なんてなくてね。改めて手に取ると「見知らぬところに行くのに、よくこの限られた情報で行ったな！」と思いますよね(笑)。今だったらインターネットで経路を確認しちゃうよなあ。

一当時のハンドブックにはユースホステルの住所や利用料金と並んでペアレント(現:マネージャー)の趣味や特技も紹介されていました。

そう、あった！ユースホステルをあまり知らない人に向けて説明すると、当時は“ペアレントさん”という、親代わりになってくれる管理人さんがユースホステルごとにいて、ペアレントさんがユースホステルの特色であり、アトラクションだったんです。一緒にスキーをすとか、野山を案内してくれるとか、趣味のレコードが何百枚もあって聞かせてくれる、とかね。

私、中学3年生のときに従兄弟と2人でユースホステルを使いながら九州を一周する電車旅をしたんです。神奈川からこのハンドブックを持って(笑)。計画を立てているときに阿蘇ユースホステル(※2016年閉館)の当時のペアレントさんが「昔、山人で多くの山を登った経験から山の話が得意で、今は神話などを研究している」と紹介されているのを見て興味を持って、山道を登って行きましたよ！

一「ペアレント」という呼称は「マネージャー」に変わりましたが、今でも個性が光るユースホステルはたくさんありますよ！しかし、中学3年生で九州一周の鉄道旅行は大冒険ですね！

大冒険でしたねえ。「朝、東京を出発して鈍行列車に1日乗るとどこまで行けるか」を時刻表を片手にシミュレーションしたら、どうやら博多までは行けそうだと分かったので、初日の夜は博多のユースホステルを予約していたんです。でも当日、電車の乗り継ぎがうまくいかなくて小倉駅までしかたどり着けず、始発列車が来るまで駅の構内で過ごすことになってしまっ…。まあ、そこら辺で寝ていてもたいした問題にならない時代だったので不安ではありませんでしたけど、お巡りさんに職務質問されてしまっ…(笑)。でも、次の日からは野宿ではなく、ちゃんとユースホステルに泊まりながら九州を旅しました！

一当時でも中学生だけでユースホステルに泊まるのは珍しかったんじゃないですか？

ユースホステルを泊まり歩くのが当時の学生のトレンドだったと思うんですけど、その時は大学生や社会人の旅慣れている感じのお兄

さん・お姉さんが多かったですね。バイクで四国に向かう人や、自転車で行く人もいて、中学生の私たちにはちょっと上の世代の“ダイナミックな旅”が刺激的に見えました。九州の鉄道旅以降も中学～高校時代は全国のユースホステルに泊まって、各地のお兄さん・お姉さんにかわいがってもらいましたよ(笑)。

ユースホステルの魅力は「価格」だけではない

大学に進学してからは海外に行くことが多くなりました。大学生時代は一時期オランダに留学してましたが、週末になるとユースホステルがある場所を選んで旅してました。当時はユースホステルとそれ以外の宿で値段の差がすごくあって、ユースホステルがある場所というのは旅の起点に魅力的だったんです。目的地を決めずにユースホステルまで行って、そこで知り合った人と次の行き先を決めて一緒に旅をしたりして、楽しかったですよ！

そうそう、実は留学していたときにパリのユースホステルで知り合った日本人とつい先日、30年ぶりに再会したんです。私が宇宙飛行士になったときに「あっ！オランダに留学してた彼だ！」と私のことを思い出してくれたみたいで、こういう出会いがあるのもユースホステルの魅力ですね。

一旅先での出会いって、思いがけず何十年も続くお付き合いになりますよね！「ユースホステルで情報を交換しているうちに仲良くなっていった」というのは“ユースホステルあるある”です(笑)。

そうですね！日本を旅するときも、旅人同士の情報交換ってすごく大事なんです。北海道を旅しているときは「あそこのユースホステルは夕食がおいしかったよ！」とか「あそこに行く朝キタキツネに会えるよ！」といった情報を交換して、ユースホステルからまた次のユースホステルに行ったりもしていました。

こういう旅って、今考えると“特別なオプションがない上に制約が多すぎる旅”かもしれませんが、だからといって「旅の満足度が低かったか？」という全然そんなことはなかったんですよ。今は情報があふれていて、たくさんの選択肢で満ちている一方で、いくら選択肢を増やしても、幸せにはなれないというジレンマがあると思うんです。たとえば「どこかへ旅行に行きたい！」と思ったとき、インターネットで行き先を検索すると、選択肢が山のように出てくるじゃないですか。そうすると、どうしても条件競争になってしまうんですよ。「星が3つ以上」とか「できれば8,000円以下で」とか「駅から何分以内」とか。でも、すべての条件をクリアしたものが本当に自分に合っているのかどうかは分からないですよ。事前情報、他者のレビュー、比較サイトの評価が無くても、まず飛び込んでその体験を楽しむってことも、時には大事だと思います。

ちょっと視点が違うかもしれませんが、私はキャンプも好きなんです。キャンプ生活って、夜暗くなる前に明かりを確保しなければいけないし、朝起きて顔を洗おうと思ったら前の晩に水を汲んでおかないと、温かいごはんを食べたいなら薪を集めて火を点けるところから始めないといけない。ユースホステルはキャンプに比べると快適ですが、それでも二段ベッドや共用シャワーや消灯時間など、制限のある生活をするにはなるわけです。ただ、キャンプもユースホステルも利便性が失われる代わりに得られるものが



あって。絶景が望めるとか、大自然の中で泊まれるとか、ちょっと上の世代の人たちとの交流から学ぶことがあるとかね。それにユースホステルの旅は「たどり着いた」ということ自体に喜びがあるんです。だんだん暗くなってきて道すら分からなくなりそうなときに、阿蘇ユースホステルの看板が遠くに見えたときの喜びは、今でもすごく覚えています。「駅近の便利なホテルに行く」とはまったく違う体験ですよ。

宇宙飛行士を志すきっかけは、浪人生活と一冊の本

一これまでのインタビューなどを拝見すると、大学受験の失敗が宇宙飛行士への道へ進むターニングポイントになったそうですね。

ええ、私は大学受験で一度失敗して1年間浪人生活を経験しているんです。ただ、現役生のときは宇宙に興味はあったものの、宇宙工学がない大学を受けていたんです。もしもあの時、その大学に受かっていたら、きっと今は宇宙とは直接関係ない職業に進んでいたでしょうね。一浪して自分の進路を見直す中で、本当にやりたいことができる航空宇宙工学のある大学を受験して、合格することができた。そこから宇宙を目指すことになったんです。

読者の学生の方の中には「浪人=失敗」だと感じている人がいるかもしれませんが、私は大きな失敗を早いうちしておくのも悪いことではないと思っています。遅かれ早かれ、みんな生きていたら何かしらの失敗をします。大切なのは「失敗したときにどう立て直すか」です。勉強に限らず、挫折の理由はそれぞれにあると思いますが、夢を実現する上でこの考え方はとても大事だと思いますよ！

一もうひとつ、宇宙飛行士を志すきっかけとして、立花隆さんの著

書『宇宙からの帰還』(中公文庫)を挙げられています。どんな内容の本なのでしょう？

立花隆さんは「知の巨人」と呼ばれた有名な評論家、ノンフィクション作家でしたが、もともと宇宙の専門家ではありません。“宇宙に行くという経験が、人間の内面世界にどんな影響を与えるのか”をアポロ世代の宇宙飛行士たちへのインタビューを通して明らかにしていく、そんな内容の本です。「体験によってどんな変化が生まれるか」という点は、ユースホステルのコンセプトに近いですよ。どこかのユースホステルの本棚にありそう(笑)。

この本に書かれていることは、必ずしもポジティブな話ばかりではない、というか全然ポジティブではなくて、帰還した宇宙飛行士が燃え尽き症候群のような状態に陥る体験談が生々しい言葉で綴られています。アポロ時代の宇宙飛行士って「偉人」のようなイメージがありますが、30代前半からせいぜい40代に届くかどうかという世代で、実はみんな若いんですよ。そんな若いときに宇宙や月に行くという経験をしてしまうと、その後はきつと大変だっただろうな…。宇宙飛行士を経験した今はよく分かります。

一誰もが成し遂げられないことを実現するというのは、必ずしも体験した人にとっていい影響ばかりではないのですね…。

私は今、大学の当事者研究で燃え尽き症候群について研究しているんですが、宇宙飛行士に限らず、何か目標を達成した後には、その人の内面で感情のアップダウンが起こります。例えば、プロアスリートって小学生のときから周りの子よりもそのスポーツが圧倒的に上手で、次は市民大会、県民大会、全国制覇、実業団、うまくいけばオリンピック…みたいに、常にニンジンが大きくな変えながら走っているんですよ。なので、オリンピックでメダルを取っても「明日か

らもうエンジンがない」と言われたときの行き場のなさというのはとてつもない。「エンジンを追いかけてきた人生に意味がなかった」とか「エンジンを追いかけない自分にはもう価値がない」と当然思うてしまうわけです。そういった落差って宇宙飛行士に限らず、誰にでもあるんですけど、立花さんはそれを宇宙という題材で最初に切り取った方なんです。さすが「知の巨人」といわれた立花先生です！ちなみに立花先生は東京大学先端科学技術センターで教鞭を取られましたが、私も同じところで特任教授を拝命してるのでその意味でも縁を感じますね。

死でいっぱい宇宙に浮かぶ 生命の星、地球

一野口さんはこれまで3回の宇宙飛行、4回の船外活動をされています。実際に「宇宙に行く」ってどんな体験ですか？



意外な言い方も知れませんが、私にとって宇宙とは「引き算の世界」なんです。なぜかというと、日常生活で慣れ親しんでいる「便利なモノ」が少しずつ失われていくからです。地上にいる状態からロケットに乗り込んで、ロケットに火が点いて「3、2、1」で打ち上がって、宇宙に行ったら次は重力に乗って宇宙ステーションへ…というのが一連の宇宙体験ですけど、ロケットが打ち上がった直後からは、何らかのものがどんどん失われていきます。まず最初に発射台に行く前にケータイは預けていくし(笑)そうするとLINEは使えないし、どんどん文明生活から離されていく。それから空気が失われていき、光が失われていき、地球に帰還するまでは水も食べ物も限られる。引き算の世界というのは、究極的には「生の世界から死の世界に近づいていく」ということなんです。

宇宙服を着て船外活動をするときは、より明確に死と隣り合っている感覚です。宇宙ステーションもいろいろと不便だけど、空気もあって温度も快適で、窓越しには美しい地球や月、星、天の川が見られる。ただの金属の箱ですけど「守られている」という感覚があるんです。それが船外活動になると、宇宙服の中だけが自分の生きていられる環境になってくる。ヘルメットのガラスの反対側はもう空気もない世界で「死がいっぱい」という感覚になるんです。

一「なんだか息苦しくなってきました…。そんな死がたっぷりの宇宙から見た地球はどう見えるんですか？

これがね、「地球が生きている」というのを実感できるんですよ！死がたっぷりの宇宙の中で、唯一生命が感じられる場所が地球です。地球は水の惑星で、水と太陽があるおかげでそこに「動き」があるでしょう？水が水蒸気になり、雲になり、水の流れが作り出した川や山の植生といった自然の風景がある。そういう動いているものに生命を感じるんです。逆に、月にはそれがありません。宇宙には大気がないので月はとてもきれいに見えるし、満ち欠けがあって見え方が変化しますが、まったくそこに命を感じないんです。

一「地球が生きている」…地球を一つの生命として捉えたら、なんだか世界の見え方が変わってきそうです！

普段、皆さんが生活するときに「地球の上にいる」という感覚はないですよね。「どこに住んでいるの？」と尋ねられたら、自分の住所を答えると思います。でも、究極的には我々は地球にしかいません。宇宙飛行士としてたまたま外から地球を見た私も、いずれ地上で死ぬし、すべての生命は地球で生まれて、やがて地球で死ぬ。私たちがいる場所は「地球」に他ならないんです。

いろいろな場面で「地球をきれいに！」と叫ばれていますよね。それはもちろん、本当に大事なことで「アフリカの人たちが干ばつで苦しんでいるから、彼らのために温暖化を止めましょう」とか「北極でシロクマさんが小さな氷に乗って流されているのがかわいそうだから助けましょう」という感覚も大事だと思います。でも「地球をきれいに！」では問題を身近に感じにくいんじゃないかな？と思うんです。「自分の部屋を汚してはいけない」という視点で地球のことを考えてみると、どうでしょうか。仮に皆さんが四畳一間に住んでいるとして、部屋中にゴミを撒き散らすなんてことはしないですよね？自分の環境や健康を守るためにも、当然部屋をきれいにしたいと思います。この考え方が一段階大きくなると「自分の住んでいるアパートの前の玄関をきれいにしようかな」とか「大雪が降ったからみんなで雪かきを

しよう」とか、自分たちの住んでいる場所をきれいにする。そうやって広がっていった先にあるのが「地球」だと私は思うんです。地球を汚すことは自分の家を汚すことなんです。

一確かに、日本で暮らしていると環境問題を身近に感じることで少なかったかもしれないです。「どこかで困っている人がいるみたいだから、やったほうがいい」ぐらいの感覚で環境問題を捉えていたかもしれない。

日本人はゴミの分別もしっかりするし、街中でタバコを吸う人も少なくなりましたよね。私は日本人の環境問題への意識が低いとは思ってはいないんです。でも地球規模の環境問題を身近に感じるかどうかはギャップがあるんですよ。「新型コロナ」「放射能」「地球温暖化」といった人類に共通する問題にしても、日本では「新型コロナ」が最も大きな問題で、その次は東日本大震災の影響もあっておそらく「放射能」だと思うんです。それがヨーロッパの場合は圧倒的に「地球温暖化」です。このままのペースで平均気温が上昇すると標高が低い国は水没するし、農作物、水産資源にも壊滅的な影響が出てしまう。異常気象、大規模自然災害は日本でも深刻ですよ。国連のグテレス事務総長は「いまや地球温暖化ではなくて“地球沸騰化”だ」なんて言ってます。世界各国でそれぞれの事情があるから急に変えられないこともあると思うんですけど、ヨーロッパの人たちの危機感も分かってあげないと。日本のように石炭や石油を燃やし続けると電力を確保できないのはいかなるものか、とも思うんです。

見えてきた宇宙旅行時代 いつか家族と一緒に…

一野口さんはさまざまな場面で「心の中に宇宙という視点を持つ」と発信されていますよね。「宇宙という視点」とはどういうことなのでしょうか？

皆さんが何か問題に直面して、その問題を解決したいと思ったときに「真っ直ぐ進んで壁にぶつかったとき、押してダメだったら引く」というのは一次元的な視点での話です。「壁があつたら横の道を回って行けばいいんじゃない？」というのが二次元的な視点。三次元的な視点は「壁があつたら乗り越えればいい」となります。次元が高くなるほど、問題の解決方法が増えるというわけです。「宇宙」という視点を持つというのは、今、地球上で見ている三次元に「宇宙」という新しい次元を加えることで、今まで不可能だと思っていたことの解決方法が見つかるかもしれない、という考え方です。もちろん、宇宙にいくだけで全ての問題が解決するわけではないのですが、違う視点から見たときに思わぬ発見・気づきが生まれて新しい突破口が開いた、という経験をされた方は多いのではないのでしょうか。

先ほど触れた環境問題についても、宇宙から地球を見ると、結局地球上で汚した空気は地上に残っていくしかありません。だとすると、今、空気を汚さないようにするにはどうするかを考えなければ、将来的にそのツケを払うのは自分たちでしかないということが分かるんじゃないかな、と。その感覚は「宇宙」という視点を持つことによって生まれるんじゃないかな、と私は思っています。いろいろな国の指導者が宇宙的な視点で物事を捉えられるようになって、自分の権利を主張し合うのではなく「一緒にやらないとね！」となってくれればいいなと思います。ただ、人類が地球を1つの個体として見るという経験は、たかだか60年ちょっと前に初めてできたことなんです。人類の長い歴史を考えれば「地球を1つの生命体として捉える」とか「宇宙の視点で物事を見る」というのは、新しい概念なんですよ。宇宙の視点で問題を解決できるようになるには、まだまだ時間が必要かもしれません。

一今後、野口さんが再び宇宙に行くという可能性はあるのでしょうか？

火星に行くミッションとなるとハードルが高いんですけど、月に行くミッションであれば1年ぐらいの訓練で行けるし、低軌道であれば数週間の訓練で十分なので「チャンスがあればまた行ってみたい」という気持ちはありますね。まだ宇宙に行ったことのない人の水先案内人として行くという場合もあると思いますし、月の反対側までぐるっと周って帰ってくるなんてことも、可能性があると思います。

一まだ気軽に行ける旅先ではありませんが、宇宙旅行が少しずつ現実的になっているようにも感じます。宇宙旅行の魅力を教えてください！

宇宙旅行、だいぶ身近になりましたよね！「宇宙に行く」という体験は、間違いなく後悔しないものになると思います。無重力で地球の周りを回ったり、生きている球体である地球を外から見ることができると感動的な体験です。天の川銀河にしても月にしても、上を見ても下を見ても一生忘れられないような景色を目の当たりにできます。

先日、アメリカ人富豪がご夫婦で宇宙に行く契約をされたというニュースがありましたが、そういうのってすごく素敵ですよね。私は宇宙飛行士として3回宇宙に行きましたが、いつも「家族を連れて行けない」という残念な気持ちがあったんです。だから「いつか家族と一緒に宇宙旅行ができるようになるといいな！」と思っています。5人乗りの自家用宇宙船で宇宙ユースホステルにバケーションに行く、そんな旅をする時代がきっと来ると思いますよ！



読者
プレゼント

直筆サイン入り書籍『宇宙飛行士 野口聡一の全仕事術』
「究極のテレワーク」と困難を突破するコミュニケーションカ。(世界文化社)名様にプレゼント!

ご応募は日本ユースホステル協会ホームページの専用お申し込みフォームから！
<http://www.jyh.or.jp/hmq> 応募〆切:2024年2月末日



※当選者にはご応募時にご登録いただいたメールアドレス宛にご連絡いたします。
©jyh.or.jpからのメールが受信できるように設定をお願いいたします。

日本ユースホステル協会は日本国内にユースホステルを設置・運営すると共に、国際ユースホステル連盟 (Hostelling International) や各国のユースホステル協会と協調し、知見を広める「旅」を促進する活動を行っています。

こどもはおとなに。
おとなはこどもに、
なれる場所。



Hostelling Magazine vol.35



Cover Interview

野口聡一

「宇宙」の視点を持たば、
解決策が見えるはず

P.02



Youth Hostel Pick up

美山ハイマート
ユースホステル

山々に抱かれたかやぶき家屋で
ほっと安らぐみんなの「ふるさと」

P.08



Hostelling Magazine

× 地球の歩き方

巨匠オスカー・ニーマイヤーの
建築物を巡る
ブラジル

P.12



PLAtZ

P.16



oshiete! 旅GIRL

P.17



松島むらの
晴れときどき旅びより

P.18



YH-GUIDE
ユースホステルガイド
東海/近畿地方

P.20



Hostelling Magazine vol.35
まとめてダウンロード

※本誌の情報は2023年12月20日現在のものです。変更になる場合がありますので、お出かけの前に現地に確かめください。

発行所 一般財団法人日本ユースホステル協会 編集・発行人 寺島 真

TEL. (03) 5738-0546 〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1国立オリンピック記念青少年総合センター内

※本誌掲載記事の無断転載を禁じます。