

“経済成長”依存社会の治し方

# 田んぼから始まる 新しい社会

高坂 勝

2016.9.3



お米を育てるのって  
難しい！？

|

+

|

=



简单

感嘆

かんたん

かん田んぼ

## 「結婚したい」20代 激減

二十代の独身男女のうち、結婚したい人の割合が三年前と比べて男性で約28ポイント、女性で約23ポイントと大幅に減少したことが、二十一日までに明治安田生活福祉研究所の調査で分かった。男性が独身でいる理由は「収入が少ない」が最多。所得が理由で結婚に消極的になっている現状が浮かび上がった。

男性「収入少ない」最多

調査は今年三月、恋愛と結婚をテーマに全国の二十〜四十代の男女を対象にインターネットで実施。約三千六百人が答えた。

「いずれ結婚したい」との回答が、男性で82・2％から59・0％に落ち込んだ。女性では男性が40・3％に落ち込んだ。女性で30代以上減った。女性では収入がない理由が、男性で45・7％で、女性では30代以上減った。

草食男子と言われる

悔しい！

田んぼを

やるう！

男

田んぼをやると  
女も男もLGBTも  
モテます！

# MASARU 高坂 勝 KOHSAKA

2000 30歳で脱サラ 経済成長目指すっておかしくない？

2003 イラク戦争を機に社会活動始める

2004 Organic Bar 開業

成長しない店 儲かったら売上下げる努力

2009 お米と大豆を自給

ますます稼がなくてよい

2010 「減速して自由に生きる ダウンシフターズ」

2011 NPO SOSA PROJECT 自給自立がテーマ

2012 緑の党 Greens Japan 発足 共同代表

2014 脱成長ミーティング 発足 発起人

今や 週休3日



私の  
人生のテーマは

# 成長神話

を越えてゆく

卒・成長神話

私の  
今への道のりの  
動機

経済成長至上主義

右肩上がり／巨大企業への

疑問・恨みつらみ

戦争は絶対に嫌だ

私の  
ミッションは

企業に翻弄される人を

脱サラに

(企業から優秀な人を削ぐ)

ナリワイや半農へと

背中を押すこと

それが

全てのいのちが謳歌し

誰もが

自分らしくあれる

平和な未来へ

持続可能な社会

て  
ち

雇用も給料も減っているのに

買え！

買え！

買え！

需要は飽和しているのに

売れ！

売れ！

売れ！

いくらお金があっても

投資にも

消費にも

使わない時代

需要がないのに

無理にでも売ろうとする

悪いこととしてでも売ろうとする

でも 売れるわけない！

あくせく働いて  
たくさん稼げますか？

1980



2010



大量収奪

大量生産

大量消費

大量廃棄

資源管理

適量生產

適量消費

全量循環

あくせく働いて  
稼げる時代じゃない！

だから

田んぼで  
お米も大豆も自給して

小さなナリワイで  
愉快に生き延びよう

(^^)

私は

---

お米と大豆を自給する

半農半“呑み屋”



# お米の自給

---

- ・ 超 楽しい
- ・ 3 畝で150 kg（大きくしない／家族が食べる量だけ）
- ・ 田んぼでの作業日数は、年間で 15 ~ 20 日 程度
- ・ 畔に大豆も ⇒ 味噌や醤油に
- ・ 野草取り放題 ： 明日葉 三つ葉 ウド …
- ・ 自給 自立 自信 自由 安心 健康 美味しい

かん田んぼ

→ → が ミ ソ

一年で食べる分だけの  
米作り

=

小さい広さ／欲をかかない

だから  
カンタン  
楽しい

---

お米の自給をキツカケにして  
いろいろなことが  
できるようになる！

# 自然の摂理を知る

薬草採り → 自然療法 → 医者 薬 いらず → 健康

山菜採り

里山作業

土木作業

DIY

・ ・ ・ ・ ・ etc

# 病気や怪我は自分で治す



お金を使わなくても  
たいていいのものが  
手に入り  
満足感のある暮らし

自給を経験すると

誰もが

「なんとかなる」

というようになる！

「なんとかなる」

こそ

強いものはない！

老後だって大丈夫！

ナリワイも自給も

定年がない

低収入でも  
安心して暮らせる

# 昔の職人は自給していた

---

- ・ 家族を食いつ逸れにはさせない自信
- ・ 安請け合いせずにはすむ（痩せ我慢の美德）
- ・ 安請け合いで 腕を落とさないですむ
- ・ 安請け合いで 評判を落とさないですむ
- ・ 不当な価格競争（ダンピング）に左右されない
- ・ 後世に残る仕事／持続可能な生業になる

# 田んぼ自給からの派生效果

## グローバル編

- ・ 海外の農地／水／労働／暮らしを奪わない
- ・ フードマイレージを下げる（輸送の石油負担減）
- ・ 食の安全性を高めるベクトルへ
- ・ 自給率向上でこの国の安全保障を高める
- ・ 都会一極集中を緩和
- ・ 地方への分散

# 田んぼ自給からの派生效果

---

## 国内編

- ・ 遊休農地／休耕田の復活
- ・ 多くの生き物たちの復活と共存（生物多様性）
- ・ 在来種・固定種をつなぐ
- ・ 遺伝子組み換えに支配されない
- ・ 里山里海の維持
- ・ 田んぼのダム機能

# 田んぼ自給からの派生效果

---

## 人間編

- ・ The 消費者 からの脱出
- ・ 雇用や給料への依存度を下げる（人間性回復）
- ・ 尊厳の回復
- ・ 分かち合い    おおらか    長生き    健康
- ・ ナリワイ多発
- ・ 地域循環経済の主役に 起点に

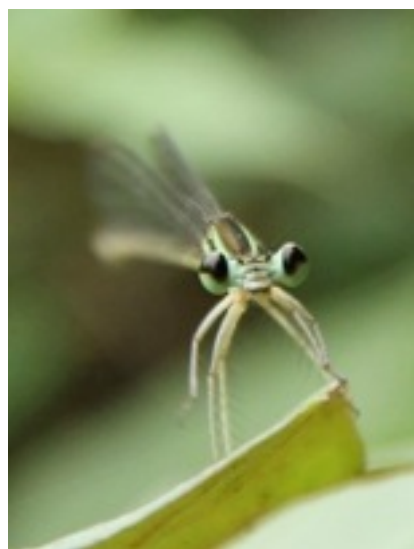
# 【 千葉県匝瑳（そうさ）市 】

## SOSA Project



NPO SOSA PROJECT

# My田んぼ 2016 募集 限定30組



お米を作ってみたい方へ  
大豆を育て  
枝豆 納豆 豆腐 味噌 醤油も!?

50㎡の田んぼでお米を、小さな畑で大豆を、自給してみませんか！ お米と大豆を作れば、生きること  
に自信をもち、自立でき、自由になれます。何より、森と空と水と大地と数多の生きものたちに囲まれて、  
風と太陽に恵みを感じ、循環への感謝が湧き出て来る過程は、なにものにも換えがたい営みです。そして  
小さな収入の小さな生業に踏み出せる可能が広がります。さあ、半農半Xへ、Lets Go Down (^^)!

日時：4月 ～ 年内 10~15回の作業

場所：千葉県匝瑳市大寺 アルカディアの里

料金：35000円

申込：NPO SOSA PROJECT のHP「My田んぼ」へ

質問：090-9322-8722 高坂まで



過去5年間で  
150組全員が  
米も大豆も作れた

もしアナタが  
作れないなら  
150分の1  
0.7%の確率

(第3種郵便物認可)

# 数字で見る2年間の くらしの変化

※明確に改善したものは○、明確に悪化したものは×、  
評価が分かれるものは△とし、本紙が判定した

政権交代前

(2012年12月26日以前)

現状

評価

格  
差

年収200万円以下の  
人の数

1090万人  
(全体の23.9%)  
<12年分>

1119万人  
(全体の24.1%)  
<13年分>

×

年収1000万円超の  
人の数

172万人  
(全体の3.7%)  
<12年分>

185万人  
(全体の3.9%)  
<13年分>

○

預貯金、株式など金融資産を  
持たない世帯の割合

26.0%  
<12年>

31.0%  
<13年>

×

生活保護受給者数

214万7335人  
<12年11月>

216万3152人  
<14年8月>

△

1000万円を稼ぐ

国民は3.9%

米作れない人0.7%

1000万円を稼ぐより  
お米作りを失敗する方が  
難しい！

1000万円を稼ぐより  
お米作りは  
カンタンなのだ！

(第3種郵便物認可)

# 数字で見る2年間の くらしの変化

※明確に改善したものは○、明確に悪化したものは×、  
評価が分かれるものは△とし、本紙が判定した

政権交代前

(2012年12月26日以前)

現状

評価

指標

格  
差

年収200万円以下の  
人の数

1090万人  
(全体の23.9%)  
<12年分>

1119万人  
(全体の24.1%)  
<13年分>

×

年収1000万円超の  
人の数

172万人  
(全体の3.7%)  
<12年分>

185万人  
(全体の3.9%)  
<13年分>

○

預貯金、株式など金融資産を  
持たない世帯の割合

26.0%  
<12年>

31.0%  
<13年>

×

生活保護受給者数

214万7335人  
<12年11月>

216万3152人  
<14年8月>

△

1119万人が  
200万円以下

2300万人が自給できる  
遊休農地がある！

日本人は自らが  
前の戦争を乗り越え

## 軍事入門

早川敏弘 著

平和は何もしなくても手に入るものではない。ありませぬ。一人ひとりが  
関心を持ち続けるだけで、世界は少しずつ変わります。  
子どもたちのために、どのような未来をつくるのか考えるための一冊。

ISBN978-4-7807-  
46判 並製 176頁 ●定

本の泉社

〒113-0033 東京都文京区  
TEL 03(5800)8404 FAX

豊田市の里山プロジェクトに注目！

1400円＋税

# 農的な生活が おもしろい

牧野篤

東京大学大学院教授  
プロジェクト・コーディネーター

◆年収2000万円で豊かに暮らす！

都会で仕事や人間関係で生きづらくなっていた若者たちが実現した農的な生活。  
会社やお力ネに縛られない、生きなおし方がある！

## ●専門医が驚きの新事実を発表！

医学博士

さくら舎

〒0071 東京都千代田区富士見1-2-11  
TEL 03-5211-6481  
03-5331-5533 FAX 03-5211-6481  
saha.com 03-9625-へ

- 食べ物

自分でできること  
増やす

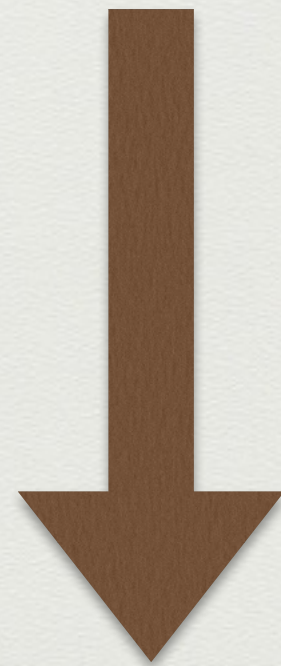
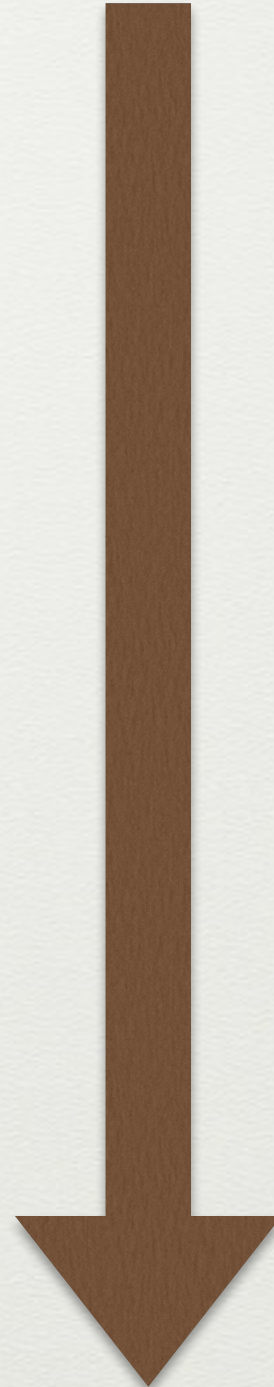
- 家

- 仕事

- 電気

- 福祉

社会も  
変えてゆける



田舎で家賃0.5～3万円

田んぼや出来ることが増えると

一人なら月10万

夫婦なら月15万

子どもいて月20万

週休2日で月に21～22日 働くとして

**一日に**

**50000円（一人）～**

**100000円（子どもいて）**

**のしごとで大丈夫！**

アルバイト・パートでも  
何とかなるかも！

ナリワイ

できるかも！

経済成長に

大企業に

依存しない

手作り増やして  
仕事を減らす

自分の  
ナリワイが小さければ  
人にナリワイを  
届けられる

総自営業の未来へ



総自給の未来へ

# 脱消費・田園回帰 の時代へ

# ひとりひとりの相対的価値

---

- ・ 人口が減れば減るほど
- ・ 田舎に行けば行くほど
- ・ ひとりひとりの相対的価値が高まる
- ・ 「やり甲斐」「生き甲斐」が高まる

- ・ 都会でその他大勢？ 田舎で主役に？

日本人は自らが  
前の戦争を乗り越え

# 軍事入門

早川敏弘 著

平和は何もしなくても手に入るものではない。ありませぬ。一人ひとりが  
関心を持ち続けるだけで、世界は少しずつ変わります。  
子どもたちのために、どのような未来をつくるのか考えるための一冊。

ISBN978-4-7807-  
46判 並製 176頁 ●定

本の泉社

〒113-0033 東京都文京区  
TEL 03(5800)8404 FAX

豊田市の里山プロジェクトに注目！

1400円＋税

# 農的な生活が おもしろい

牧野篤

東京大学大学院教授  
プロジェクト・コーディネーター

◆年収200万円でも豊かに暮らす！

都会で仕事や人間関係で生きづらくなっていた若者たちが実現した農的な生活。  
会社やお力ネに縛られない、生きなおし方がある！

## ●専門医が驚きの新事実を発表！

医学博士

さくら舎

〒100-0071 東京都千代田区富士見1-2-11  
TEL 03-5211-6481  
FAX 03-5211-6481  
sha.com  
03-9625-  
0071

協 文 農

# ローカルに生きる ソーシャルに働く

新しい仕事を創る若者たち 松永桂子・尾野寛明編著  
シリーズ田園回帰⑤ 田舎でなりわいを創る移住者たち。田園  
回帰と深く結びついた社会貢献・ソーシャル志向について、各々  
の生き方に焦点を当て、その価値観を探る。◎2500円＋税

協 文

# 地球のくらしの絵本

全5巻 地球・地域の自然環境の  
など自然の力を

崩壊してくる経済システムのその先の  
答えは・・・？

「半農半X」

「田んぼ」 + 「ナリワイ」

今は移行期的混乱

数十年のスパンを経ながら  
グローバル化の先のローカル化が始まっている

小さな地域での活動が  
グローバル化の負の側面を矯正して  
新しい時代を創ってゆく

一人ひとりが変革  
(半農半X)  
の先を歩き  
後ろ姿で惹き付け  
世の中を一步ずつ変えて行く

一輪一輪が花を咲かせ  
お花畑になる 変革のイメージ





## マイナーサブシステムス論

買うほうが安いのに  
お米や野菜を自分でつくることに  
意味はありますか！？

9.14（水）13:00～16:00

Organic Bar たまにはTSUKIでも眺めましょ

参加費 1000円＋＠

企画＆ファシリ：末永雅洋 ＋ 10名程度

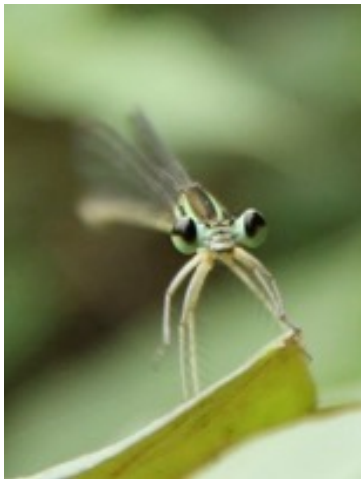
申込：[smily990604@gmail.com](mailto:smily990604@gmail.com)

月間 高坂勝 vol.11

語り合いの場です

NPO SOSA PROJECT

# My田んぼ 2017 募集 限定30組



お米を作ってみたい方へ

枝豆 納豆 豆腐 味噌 醤油の元  
大豆の育てるよ～!?

50㎡の田んぼでお米を、小さな畑で大豆を、自給してみませんか！ お米と大豆を作れば、生きること  
に自信をもち、自立でき、自由になれます。何より、森と空と水と大地と数多の生きものたちに囲まれて、  
風と太陽に恵みを感じ、循環への感謝が湧き出て来る過程は、なにものにも換えがたい営みです。そして  
小さな収入の小さな生業や地方移住へ踏み出せる可能性広がります。さあ、半農半Xへ、Lets Go Down(^.^)!

日時：4月～年内 10~15回の作業

場所：千葉県匝瑳市大寺 アルカディアの里

料金：35000円

詳細：NPO SOSA PROJECT のHP「My田んぼ」へ

申込：HPにお問い合わせ／090-9322-8722（高坂）



9.22 昼 at 新宿

自分らしく世の中に貢献して  
希望を生むためのワークショップ

10.3 夜 at 当店

移住をテーマにトーク&ライブ

# 田んぼから始まる 新しい社会

高坂 勝

2016.9.3

ありがとうございました  
いい人生を！