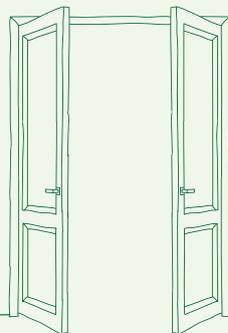
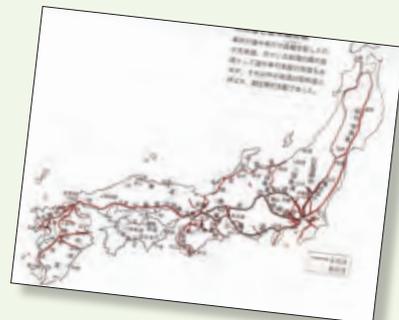


# 私のネクストステージ

## —退職者への質問状— Vol.43



### 単身赴任を契機に 始めた百街道歩き から広がった世界



元総務省職員 **長澤 純一さん (73歳) 2017年退職**

【ながさわ・じゅんいち】街道歩きを趣味とし、江戸文化歴史検定1級、京都・観光文化検定1級、神社検定1級等の資格を持つ。趣味がきっかけとなり全国街道交流会議理事やこだいら観光まちづくり協会ボランティアガイドも務める。これまでに訪れた街道と祭りを記したホームページ「百街道一步の道中記・祭探訪」(<http://hyakkaido.travel.cococan.jp/>)は「地元の人すらこれほど丹念に調べて歩くことはない。忘れられた碑とか一つ一つ丹念に実地に調べ歩いて」とブログで評価されるほど、詳細にまとめられている。

「街道歩きが一番頼りにしているのは、各都道府県の教育委員会が文化庁の補助を得て作成している『歴史の道調査報告書』の地図です。もちろん市販の地図入りの参考図書も利用します。歩いた街道を赤鉛筆で塗り込んで、悦に入っています」

— 定年退職後のことについて、長澤さんは何歳の時から考えられていたのですか。

55歳の頃、職場で「退職後の過ごし方」というセミナーを受講した時、いつまでも元の仕事の地位などにこだわっている人は、第二の人生、特に「地域デビュー」がうまくいかないと思われ、なるほどと思いました。そこで、今までの自分とは全く違う世界、違う顔を持つことにしました。ヒントになったのは、江戸時代の幕府の御家人大田直次郎です。幕府の昇任試験で首席になった能吏でありながら、江戸を代表する文人「蜀山人」としても知られています。

私の場合、別の顔とは、その時既に始めていた街道歩きでした。そこでホームページを作り、「百街道一步」というペンネームで名刺も自作し、初対面の人には「一步さんと呼んでほしい」と言って、仕事や経歴の話は、一切しないことにしました。

— もともと街道歩きを始められたきっかけは、何だったのですか。

単身赴任です。単身赴任は寿命を縮めるなどデメリットが多いと言われますが、私はこれをメリットに変えようと、一人暮らしの気楽さを生かし、積極的に外に飛び出しました。福岡県に単身赴任した時、新聞で「唐津街道を歩く」という催しを知り、参加したのがきっかけで、街道歩きの魅力にすっかりはまってしまいました。ペンネームを「百街道一步」としましたが、百は

あくまでも目標で、「百名山」のように定まったものではありませんし、最初から百街道踏破を目指していたわけでもありません。一つの街道を踏破すると、また次の街道を歩きたくなることの繰り返しです。

— 街道歩きの際のこだわりは何ですか。

「好奇心を持って何でも見てやろう。そしてわからないことは徹底的に調べる」ということです。1日20km程度の街道を歩きますが、せつかく歩くのであれば街道から1km〜2km圏内なら寄り道をして、名所旧跡は必ず見るようにしています。ですから歩行距離は街道距離の倍くらい、歩数にして1日に5万歩を超えることもあります。

歩く時は五感をフルに使い、路傍の小さな石仏も見落とさないようにします。その時代を生きた民衆の思いや願いが託されているからです。地域によって特色があるのも、歩いているとよくわかります。車で通るだけでは、見逃します。歩かないと絶対に見られないものなのです。

また、木曾路なら『夜明け前』(島崎藤村)など歩いた地域に関連する本は、記憶が確かなうちに読破するようにしています。

— 事前にプランを立てられるのですか。

「Plan, Do, See」という言葉があります。が、これを私の街道歩きに当てはめれば、Planは事前の準備、Doは実際の街道歩き、Seeは復習と記録です。どれも大切ですが、事前準備をしっかりとしておくことが何より

後ろの伊能忠敬像  
にあやかって  
ハイポーズ



「仲間と歩くと、自分では気付かない発見があり、途中の会話も楽しいのですが、最大の問題は日程調整です。集合時刻や食事の場所、雨天への対応、興味の違いや体力差にも気を遣います。その点、一人で歩くのは気楽で、遠距離にある街道は一人で歩くことが多いです」



大事です。文化財や石仏・石塔を見過ごして、悔しい思いをしたことがあるからです。  
——街道歩きを始められたことで、どのような変化がありましたか。

歩くことはストレス解消になり、健康によいのは言うまでもありません。血圧や血糖値、体重や体脂肪率も下がり、おかげで私は生活習慣病に縁がありません。医学の父・古代ギリシャのヒポクラテスは、2400年も前に「歩くことに勝る良薬はなし」と言っています。有酸素運動は脳も活性化させ、認知症予防にもなります。また、歩いて見聞を広めているうちに、

「高いつもりで低いのが教養 深いつもりで浅いのが知識」を思い知らされ、勉強して難関検定にも挑戦し、江戸文化歴史検定、京都・観光文化検定、神社検定の一級三冠



「歴史ある街道を往時の道筋にできるだけ忠実に辿ることをモットーとし、東海道、中山道など江戸幕府直轄の五街道を始め江戸時代以前の街道で、比較的往時の道筋が残っているものを思いっぴままに選んで踏破しています」

王になりました。

——街道歩きの魅力は何ですか。

一つ目は、非日常的な世界を持つということ。森の中の落ち葉が敷き詰められたり、苔むした石畳があったりする道。聞こえるのは自分の足音と息遣い、小鳥のさえずり、風のそよぎだけです。静かな空間を独占できる喜びは、私にとって何物にも替え難い至福の時です。

二つ目は、歴史の追体験ができるということです。この道を西行や芭蕉が歩いたとか、吉田松陰が駆け抜けたとかいふようなことを想像しながら歩くと楽しいものです。

三つ目は、歩くたびに新たな発見や驚きがあり、知的好奇心を満たしてくれることです。歩いて得た知識が点と点、点と線につながることがあります。そんな時は無上の喜びを感じます。

四つ目は、スタンプリーのような楽しみです。私は、その日の出発地までは公共交通機関で行き、街道を歩いては、また公共交通機関で帰ることを繰り返し、結果として街道のすべての区間を自分の足で歩き通すことにしています。長い距離を、少しずつ刻んで行き、最後は街道全体を踏破するというプロセスが楽しみです。

五つ目は、人との出会いです。どの土地にも必ずいる「郷土史家」と呼ばれる人から色々教わるのが楽しみです。山道では藪の中に旧道が消えていたりして、道に迷い、

後日再挑戦することもあります。そんな時、一緒に鎌を持って藪を掻き分けて、旧道を探していただいたこともありました。

——今後やりたいことはありますか。

コロナ禍で中断していますが、当面は百街道踏破を目指したいと思います。また、居住している地元市の観光まちづくり協会のボランティアガイドと文化財保護審議会委員としての活動により、地域に貢献できればと思っています。

——最後に、30代～50代の読者に向けてメッセージをお願いします。

仕事に全力を尽くさなければならぬのはもちろんで、私も猛烈な仕事人間でしたが、人生100年時代と言われる長い一生を考えると、仕事だけでは空しいと思う時が必ず来ると思います。伊能忠敬は49歳で隠居してから天文学を学び始め、73歳で亡くなるまで、日本全国を計測して歩いて、現在にも通じるような精密な日本地図を完成させ、中年の生き方の理想とされています。なかなか真似できるものではありませんが、何でもいいですから、仕事以外に熱中できるものを持つといいと思います。

日々忙しいとは思いますが、好奇心を持つて常にアンテナを張り巡らせていれば、きっと何か見つかるはず。熱中できるものがあれば、第二の人生が楽しく、充実したものになります。

——お話をいただき、ありがとうございました。