

## 【ライフスタイル賞】

高坂 勝さん（千葉県匝瑳市）



### 【減速して自由に生きる ダウンシフターズになる】

私は横浜に育ち、大学に通い、企業に就職し成果も順調に出して歩んでいました。その順風満帆な生活は、数年で終わり、バブル経済が弾けて市場が縮小しているのに、根拠も無く対比 110%の売上や利益目標を命令されて、達成できない日々徐々に心労がかさみ30歳で退職しました。そして、お金で消費しなければ何も得られない自分を省みて、1年の放浪後、石川県に移住し、料理、農作業などを少しずつ自分で「できる」に変え、一方で図書館に通い、行き詰まった経済・政治・社会・環境などの課題解決への道を自主的に研究しました。

### 【消費を落とせば、そんなにお金は必要でなくなる】



そして、持続可能な未来への答えを実践すべく、34歳の時に、池袋に一人で営む Organic Bar「たまには TSUKI でも眺めましょ」を開業しました。後に世間から「退職者量産バー」と呼ばれました。必要以上儲けないビジネスを確立し、売上が上がりそうになると休みや増やして必要以上儲けないようにしました。週休2日に移行した折には、お米を自給すべく千葉県匝瑳市の田んぼに通う二拠点生活に移行したのです。店のお客さんも次々と米作りに参加するようになりました。地元から要請されてNPO 法人を匝瑳市に創設し、2011年には、週休3日に移行しました。当時として

は大変珍しい取り組みであると、NHK を始めとした大手メディアに多く取り上げられました。経済成長を目指さずとも、幸せになれるライフスタイル論・ナリワイ論・経営論、自分や家族の分の自給(半農半 X)論、地方移住のススメ、次の時代の脱成長なる社会ビジョン等々の考え方を『減速して自由に生きる〜ダウンシフターズ』(幻冬舎、筑摩文庫)として記し世間に発信しました。(経済成長を追い求める企業でストレスを抱え、自分の時間も無く働く人生よりも、小さく自営し、人と交流し、やりたいことをしたい。幸せに生きる個人が増えることで、社会は変わる)

### 【ダウンシフターズの考えに共感した人が農村へ】

メディア、ブログ、SNS やお店(Organic Bar「たまには TSUKI でも眺めましょ」)を通じて、田んぼを通じて、共感した人々(数千人)が、なりわい・起業・半農半 X・就農・地方移住へと行動を起こし歩み出して行きました。



2018年には、Organic Bar を閉じ、匝瑳市に完全移住しました。

現在は、地域課題解決のための豊和村作り協議会の立ち上げに携わり、代表として、幼稚園や小学校やご年配者の課題解決(荒れた竹林の解消・買い物難民・移動難民・子ども預かりなど)に取り組んでいます。また、地域の草刈りや里山保全活動への参画、ゴミ廃棄農地解消の共同作業への参画、ソーラーシェアリング(発電と農業の融合)事業へのコミット、地域の方々の共同イベントなどにいそしみ、その信頼関係構築により、空き家の情報や提供が寄せられて、都心からの移住者受け入れにつながっています。そして、地域や地域の方のニーズと、移住者のナリワイがマッチする場合に互いをつなぎ、課題解決に結ぶ活動を展開しています。

■写真の説明 (写真上)自らのバーにてオーガニックでシンプルな調理を伝える高坂 勝さん(写真中央・左)稲刈り方法を伝授 (写真中央・右)田んぼに隣接する里山にワークショップで作り上げた 伝統製法のスモールハウスやトイレや風呂や薪棚

■連絡先 〒289-2113 千葉県匝瑳市平木8786-28  
☎ 090-9322-8722

無理をしない生き方である「ダウンシフト」は団塊ジュニア世代だけでなく、いまの20~30歳代にも深くささる生き方。自らの実践がフォロワーを増やし、結果的に移住につながっていく、まさにライフスタイルの提案として、近場のイナカ暮らしを提案し続けていることは、昨今のコロナ移住の中でさらに輝きを見せるかもしれないと高く評価されました。