京都

京都総局 〒604-8162
中京区烏丸通六角下る七観音町630
(代)075-231-1111 FAX 241-4680

宇治学研支局 〒611-0033 宇治市大久保町北ノ山24-1 ホクユービル3F
(代)0774-46-5751 FAX 46-5759

舞鶴支局 〒625-0087
舞鶴市余部下1183-5 アピスカワイ2F
0773-62-5500 FAX 64-6169

京田辺通信部 0774-65-5031
福知山通信部 0773-24-1266
宮津通信部 0772-25-1161
京丹後通信部 0772-64-2075

ホームページ
www.yomiuri.co.jp/local/kyoto/

購読・配達は 0120-4343-81
折込広告は 075-983-2132

餃子の王将
日本を美味しく

新型コロナ くらしの掲示板

■感染症電話相談窓口
▷府（24時間対応）
075・414・4726
▷京都市（24時間対応）
075・222・3421
■補助金や融資など経済支援策に関する相談・案内窓口
▷中小企業や小規模事業者ら向けの「中小企業緊急経営支援コールセンター」（土日・祝日を含む午前9時～午後5時） 0120・555・182
＊掲載情報は、その後の事情により変更される場合があります。

うちで

不便益

発想を転換 前向きに

最新のテクノロジーによって効率化や自動化という便利を追求してきた現代社会にあって、「不便だから良かった」という「不便益」の研究をしている京都大特定教授の川上浩司さん(55)。外出の自粛で自宅にこもる生活に不便さを感じている場合は、どのような心もちで過ごしたらいいのか。考え方のヒントを聞いた。

（持丸直子）

■□■

京都の碁盤の目状の町並みをいかした左折限定ツアー、通った道がどんどんかすれていくカーナビ、目盛りが素数のところにしかない素数ものさし、段差や階段を住環境に組み入れて身体能力を衰えさせない「バリアアリー」という考え方――。

不便益について語る川上さん

こうした事例を挙げて、川上さんは「不便だからこそ、手間をかけたり頭を使ったりする。そうすることで得られる益がある」と、不便益について説明する。自分が得る益とは、主体性や新たな発見、工夫、能力低下防止などで、不便を取り込む発想のモノやコトはビジネスでも注目されているという。

新型コロナウイルスの感染拡大防止のために自宅で過ごす時間が長くなっている現状に対して、「こんな時だからこそ前向きに考え、ふだんできない手間暇のかかることを探してやってみては」と提案。衣食住に改めて目を向けることも勧める。

たとえば「食」では、台所の便利さを捨てて、薪で火をおこす。「『薪はどこで買えるんだろう』とインターネットで調べるのはいいと思います」。あるいは、子どもたちに好きな食材を買ってきてもらい、自分たちで作ってもらう。「見たこともない料理になると思うけど、失敗しても子どもたちは喜ぶでしょう」

スポーツや旅行のように、「練習や準備に手間がかかるのに楽しい」「その時はつらくともプロセスにやりがいや価値を見いだせる」というものもある。今なら、最新のガイド本を片手に実際に旅行、というわけにいかないので、10年前のガイド本を家で眺めて今と微妙に情報が異なるという不便を味わうのもいい。

「やらされる不便は苦痛だけど、自分から取り組む不便って楽しい。眠っていた価値観を思い出すかもしれない。あえて不便を探してみて、自分で時間をデザインしてみてください」と話す。

（おわり）

かわかみ・ひろし 京都大大学院工学研究科修士課程修了。京都先端科学大教授も兼務する。専門はシステムデザイン。著書に「ごめんなさい、もしあなたがちょっとでも行き詰まりを感じているなら、不便をとり入れてみてはどうですか？～不便益という発想」（インプレス）など。ウェブ上に「不便益システム研究所」（http://fuben-eki.jp/）を開設している。