

# 運輸振興

発行所  
 財団法人運輸振興協会  
 〒102-8483 千代田区稲町1-5  
 TEL 03-3221-8131  
 FAX 03-3221-8133  
 ホームページ  
<https://www.transport-for.jp>  
 Eメールアドレス  
 transport@chihone.jp  
 〒102-8483 千代田区稲町1-5  
 電話 03-3221-8131  
 郵便番号 102-8483  
 代表者 東京 124344

## 令和5年版国土交通白書の概要

### 国土交通省総合政策局政策課

本年6月30日に令和5年版国土交通白書が公表された。本白書は、例年と同様に第1部と第2部の2部構成であり、第1部は特定のテーマについて調査分析、記述を行い、第2部は令和4年度の国土交通行政の各分野の動向、政策課題を報告している。

第1部のテーマは「デジタル化で変わる暮らしと社会」とした。近年、デジタル化は急速に進展しており、国際社会や企業活動、そして一人ひとりのライフスタイルに至るまで、ありようを変化させている。また、人口減少による地域の足元の衰退や担い手不足、気候変動に伴う災害の激甚化・頻発化、脱炭素化等が大きな課題となっている。技術の進歩は、これまでも私たちの生活や経済社会を大きく変革してきたが、デジタル化の特性を踏まえて効果的に取り込むことにより、直面する課題を解決し、豊かな暮らしと社会を実現することが重要である。

このような中、デジタル化は、持続可能な生活の発足(2021年9月)、デジタル社会の実現に向けた重点計画の策定(2022年6月)、デジタル田園都市国家構想総合戦略の策定(同年12月)等、政府はデジタル化の取組を進めている。

こうした背景を踏まえ、令和5年版国土交通白書のとりわけ、国民の生命・財産を守る防災、日々の生活に密着した交通、まちづくり分野、物流分野に焦点をあてて説明する。なお、国土交通白書は国土交通省ホームページにおいて公開しているため、是非ご覧いただきたい。

(参考) 令和5年版国土交通白書トップページ  
<https://www.mlit.go.jp/statistics/te000004.html>

## 第1章 国土交通分野のデジタル化

### 第1節 直面する課題とデジタル化の役割

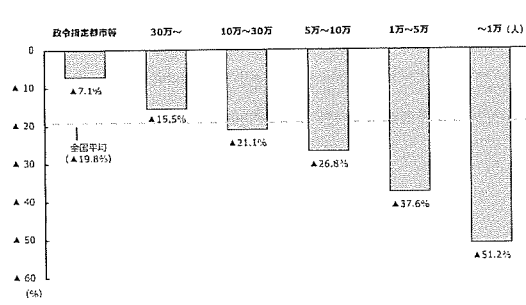
ここでは、直面する社会経済の課題について国土交通分野を中心に整理するとともに、デジタル化の役割について整理する。

1. 暮らしを支える生活サービス提供機能の維持・向上  
 暮らしを支える生活サービス提供機能の維持・向上は、高齢化が進行しており、今後、地方都市の人口減少の加速化が見られる。2050年時点における市区町村の人口減少率の推計によれば、人口規模が小さい町村の人口減少率が懸念される。

2. 地域の足の衰退と買物弱者の懸念  
 暮らしを支える生活サービス提供機能の低下・喪失を懸念される。

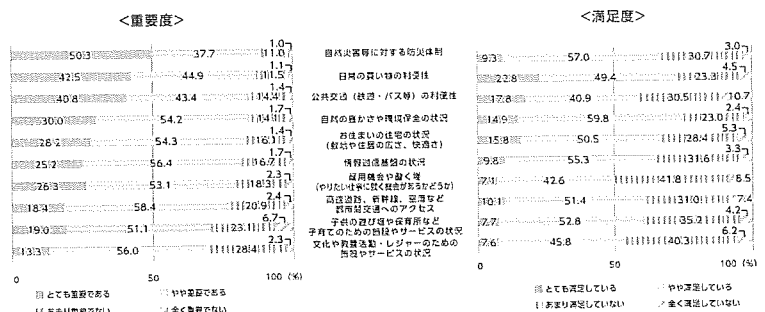
#### ①人口減少の加速化と生活

図表1 2050年時点における市区町村の人口規模別人口減少率の推計



(注) 数値 (%) は2015年時点の人口との比較  
 資料) 国土交通省「メッシュ別将来人口推計(2018年推計)」

図表2 暮らしや生活環境の重要度・満足度



資料) 国土交通省「国民意識調査」

#### (1) デジタル化の役割

暮らしを支える生活サービスが多岐にわたる中、国土交通省では国民の意識に関する調査(以下、国土交通省「国民意識調査」)を実施し、居住する地域での暮らしや生活環境に関する項目について重要度をたずねたところ、重要度をたずねた項目のうち「自然災害等に対する防災体制」に最も高い割合で「重要」と回答した人が約1割を超えており、他の項目より高かった。(図表2)

一方で、近年、地域公共交通の維持が特に地方圏において困難化している。地域公共交通のうち、乗合バスについては、国土交通省「国民意識調査」では、2000年度と比較して、三大都市圏では2009年度まで増減があり、2000年度はコロナ禍の影響により約3割弱減少した。地方圏における人口減少等に伴い、三大都市圏以外については2000年度以降、輸送人員の減少傾向が続き、2019年度には3割弱、2020年度には約5割弱の影響もあってコロナ禍の影響もあって約1割弱減少した。図表4(次頁)

地域の足を支える乗合バスについては、今後人口減少が進む中、その維持がさらに困難となるのが想定される。このままの状態が続けば、暮らしを支える生活サービス提供機能の低下・喪失のおそれがあり、買物弱者の増加などが懸念される中、地域の足の確保が課題である。

#### (2) デジタル化の役割

デジタル化により、需要が供給に合わせ、乗客がバス停でバスを待つ必要がなくなる(車両が乗客の望む時間・場所に迎えに行く)ことが可能となる。例えば、AIオプティマライズド交通については、需要に応じた効率的な配車により、従来の公共交通の路線網以外の出発地・目的地間の乗客輸送を含めた柔軟な移動が可能となり、利便性向上による利用者の増加や効率的な公共交通網の維持などが期待される。

人口減少に伴い、地域公共交通の衰退が懸念される(次頁へつづく)

## 遊歩道

関東大震災が起きて、この9月、日本で100年を迎えた。地震がみどり、火事、親父といわれ、日本では怖いものの筆頭に挙げられてきたが、怖いことは今も変わらない。

地震による地震変動で温泉が湧き、そこに人が集まり、都市化の基になった。先進国の都市は大方このような経緯のようだった。例えば、イタリアのナポリやロンドンのフタバベスト。

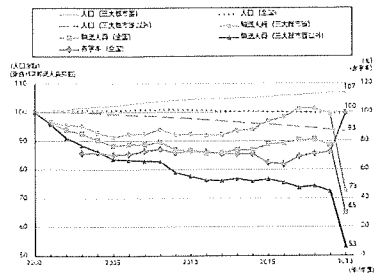
私たちは地震の怖さを忘れてはいけない。地震がもたらした観光地の恵みを中心に留めておくべきだろう。

防災対策では、日本は地震のおおかげで、先進国の中で最も進んでいるといわれている。例えば、子どもの頭を守る防災頭巾があり、戦時中は防空頭巾と呼ばれていた。綿入れの布を縫った頭巾で肩まで被ることができることを思い出す。しかし、ヘルメットの普及により使われなくなってきた。

避難訓練については、9月1日の大震災発生の日、毎年国を挙げて訓練を実施していることは、日本が決して自負してよいことだと思ふ。

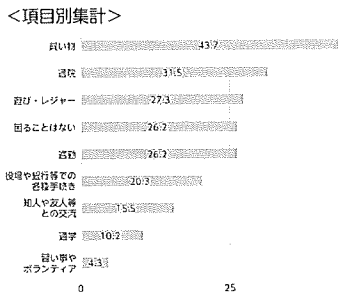


図表4 乗合バスの輸送人員の推移及び事業者の収支状況



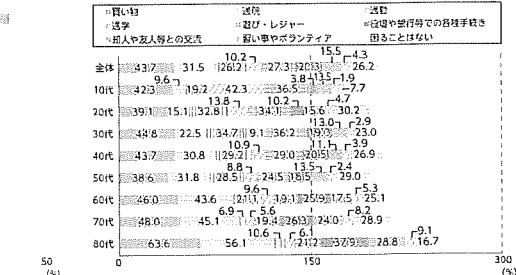
(注1) ここで「三大都市圏」とは、埼玉、千葉、東京、神奈川、愛知、京都、大阪、兵庫の集計値である。  
 (注2) 輸送人員の数は2000年度を、人口の数は2000年をそれぞれ100とした場合の指数である。  
 (注3) ここで「赤字率」とは、乗合バスの調査対象事業者(保有車両数30両以上の233事業者)のうち、当該年度を赤字と答えた割合である。  
 (注4) 人口については年集計、その他の輸送人員と赤字率については年度集計したものである。  
 資料) 総務省「人口推計」、国土交通省「自動車輸送統計年報」より国土交通省作成

図表3 公共交通の減便・廃線等により移動手段が減少して困ること

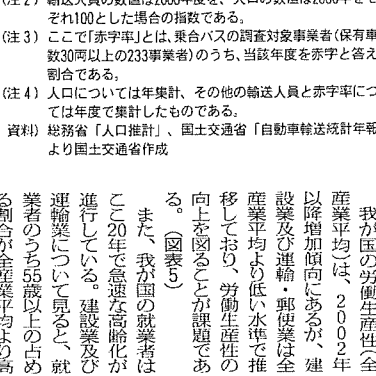


(注) n=3,000人の複数回答  
 資料) 国土交通省「国民意識調査」

図表5 我が国の労働生産性の推移



図表6 産業別就業者の年齢構成の推移



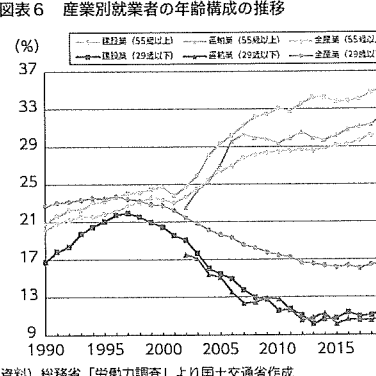
資料) 総務省「労働力調査」より国土交通省作成

中、地域公共交通のあり方を検討し取組みを強化するとともに、デジタル化を通じて新たな手段での解決を図り、利便性・持続可能性、生産性の高い地域公共交通ネットワークへの「リ・デザイン」(再構築)を推進していくことが重要である。

1. AIオンデマンド交通とは、AIを用いた効率的な配車により、利用者の予約し、リアルタイムに最適配車をを行うシステムである。

2. 担い手不足の解消に必要な労働力を削減し、労働生産性の向上を図ることが必要である。例えば、物流倉庫内の作業のうち、現状多くの人手を要するピッキング(出荷するための商品を倉庫の棚から取り出す作業)やパレット(箱や袋等に梱包された高物をパレットに積み付ける作業)といった作業の機械化、自動化等を行うことが考えられる。

図表7 ピッキング用ロボットの例

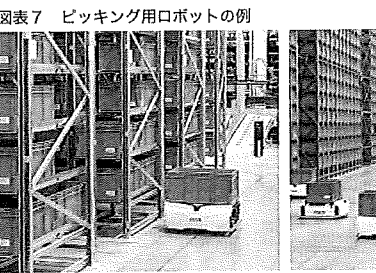


資料) 朝日新聞

1. デジタル田園都市国家構想と国土交通分野における取組み

2. デジタル化の役割

図表8 ドローンと配達ロボットが連携した配達実証実験



資料) 日本郵便

1. デジタル田園都市国家構想と国土交通分野における取組み

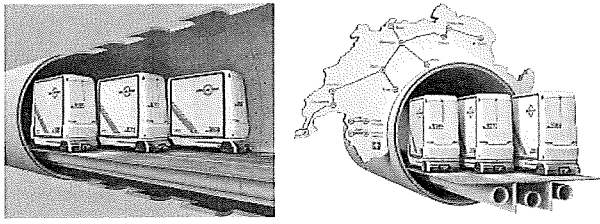
2. デジタル化の役割

図表9 自動運転のレベル



資料) 国土交通省

図表10 貨物専用地下輸送システム「Cargo Sous Terrain (CST)」プロジェクト



※ Cargo Sous Terrain (CST)

表10 冷蔵品等の輸送を可能としている。(図表10)

2. 今後のデジタル化による社会課題の解決への期待

デジタル化による社会課題の解決に対する人々の期待と満足度を表した図表

デジタル化による社会課題の解決に対する人々の期待と満足度を表した図表

デジタル化による社会課題の解決に対する人々の期待と満足度を表した図表

デジタル化による社会課題の解決に対する人々の期待と満足度を表した図表

デジタル化による社会課題の解決に対する人々の期待と満足度を表した図表

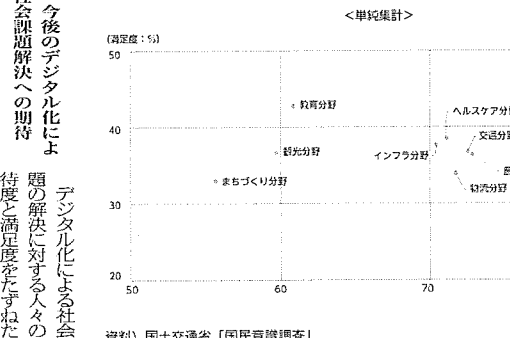
デジタル化による社会課題の解決に対する人々の期待と満足度を表した図表

デジタル化による社会課題の解決に対する人々の期待と満足度を表した図表

(前頁からのつづき) 野では、山間部や離島等の生活物資等の災害時を含めた新たな配送手段としての活用が期待されており、ロボットとドローンを連携して活用することで、それぞれの利点を活かした取組みを進める動きもみられる。(図表8・前頁)

保、ドライバー不足といった課題の解決に貢献することが期待されている。AI、IoT、ロボット、センサなどを総合的に活用した自動運転技術は、乗り物や移動体の操縦を人の手によらず、機械が自律的に行うシステムのことであり、技術段階に応じてレベル分けされている。大きくは、システムが人間の運転を補助するもの(レベル1)と、システムが運転操作するもの(レベル3)に分けられる。(図表9・前頁)

図表11 デジタル化による社会課題の解決に対する期待度・満足度



資料) 国土交通省「国民意識調査」

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

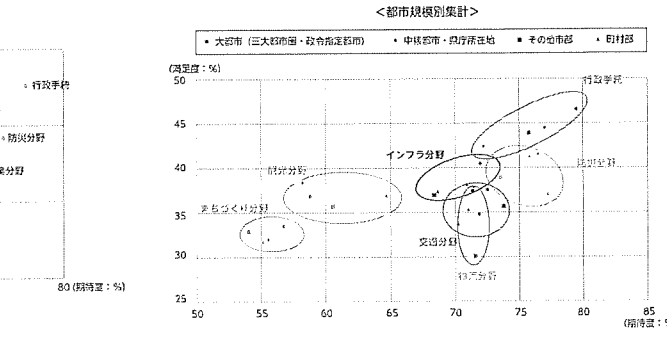
「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

図表12 お住まいの地域の路線別の方向性



資料) 国土交通省「国民意識調査」

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

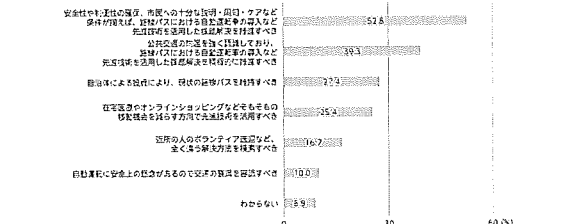
「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

図表13 商店街を走行する自動運転バス



資料) 茨城県現町

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

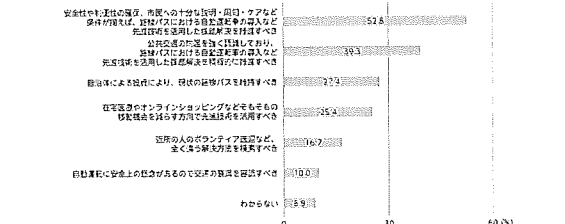
「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

図表14 「物流DX」の推進にあたり優先して解決すべき課題



(注) n=3,000人の複数回答 資料) 国土交通省「国民意識調査」

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

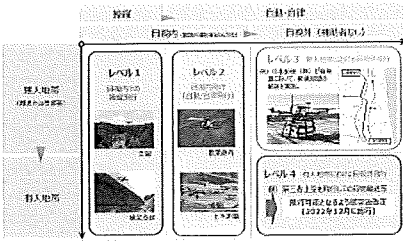
「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

## 第2章 豊かな暮らしと 社会の実現に向けて

「新たなモビリティや交通システム、MaaS等による交通分野のDX」...

図表15 ドローンにおける飛行レベル



資料) 内閣官庁

「項目や接続方法が異なるため、これらに個々に対応する必要がある」と述べている。

① 現状と今後の方向性  
物流分野の課題解決に向けて、2021年6月に閣議決定された「総合物流施策大綱(2021年度～2025年度)」では、今後の物流が目指すべき方向性の一つとして、「物流の自動化・省力化の推進による労働力不足や配送手段などに関する具体的な課題を整理した「ドローン」を活用した高荷物配送に関するガイドライン Ver. 4.0」を公表している(図表15)。

今後、徐々に人口密度の高い地域に拡大し、さまざまな機種の同時飛行が可能となることから、持続可能な事業形態としてのドローン物流の社会実装を推進していく。

また、機械化・デジタル化により物流のこれまでのあり方を要する「物流D」(物流ドローン)による民間事業者間や事業者グループ内での電子化は進んでいるものの、港湾物流に関するいすれの業種においても、約5割の業種が依然として紙、電話、メール等で行われているのが現状である。結果として、情報や電化するための再入力作業、情報や手続状況の電話での問い合わせなど、非効率な作業が発生している。

また、同様の手続であったり、民間事業者毎に書類様式

(前頁からのつづき)  
鉄道運送には、運送免許を持つ運輸上の業務が原則であるが、人口減少や高齢化の進行等に伴って減少に対応し、運輸業務の効率化・省力化が課題である。これらの課題を解決すべく、国土交通省は、列車の運転台に搭載したカメラによる列車前方の支障物を自動検知するシステムの開発や、運転手が列車運転中に行っている車内監視、列車制御、前照灯操作等の業務の自動化を検討している。

(船舶の自動運転)  
国土交通省では、2025年までの自動運航船の実用化を目指し、2018年度から自動運航技術の実証事業を実施してきた。2022年2月には自動運航船の設計、システム搭載、運航の各段階における安全確保に関する留意事項を取り

また、機械化・デジタル化により物流のこれまでのあり方を要する「物流D」(物流ドローン)による民間事業者間や事業者グループ内での電子化は進んでいるものの、港湾物流に関するいすれの業種においても、約5割の業種が依然として紙、電話、メール等で行われているのが現状である。結果として、情報や電化するための再入力作業、情報や手続状況の電話での問い合わせなど、非効率な作業が発生している。

また、同様の手続であったり、民間事業者毎に書類様式

また、項目や接続方法が異なるため、これらに個々に対応する必要がある」と述べている。

② 今後の施策展開  
① ドローン物流による輸送の効率化に向けた取り組み  
2023年3月には、これまでのレベル3飛行に加えてレベル4飛行も対象に、ドローン物流サテライトの導入方法や配送手段などに関する具体的な課題を整理した「ドローン」を活用した高荷物配送に関するガイドライン Ver. 4.0」を公表している(図表15)。

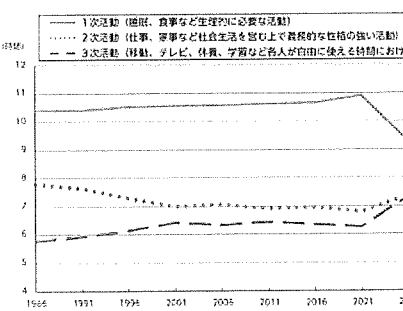
今後、徐々に人口密度の高い地域に拡大し、さまざまな機種の同時飛行が可能となることから、持続可能な事業形態としてのドローン物流の社会実装を推進していく。

また、機械化・デジタル化により物流のこれまでのあり方を要する「物流D」(物流ドローン)による民間事業者間や事業者グループ内での電子化は進んでいるものの、港湾物流に関するいすれの業種においても、約5割の業種が依然として紙、電話、メール等で行われているのが現状である。結果として、情報や電化するための再入力作業、情報や手続状況の電話での問い合わせなど、非効率な作業が発生している。

また、同様の手続であったり、民間事業者毎に書類様式

図表16 理想的な時間の使い方

<時間の使い方の推移(15歳以上、週全体)と今後の時間の使い方に対する意向>



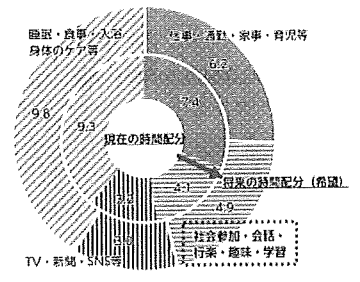
(注1) 左図: 1986年より2021年までは社会生活基本調査に基づくもの。2023年及び2050年は国土交通省「国民意識調査」に基づく集計結果(社会生活基本調査の集計区分に合わせて計上)。

右図: 国土交通省「国民意識調査」に基づく集計結果。

(注2) 国土交通省「国民意識調査」では、「平日と休日の1日の時間の使い方について、現状の時間の使い方はどのような割合ですか。今後、デジタル化による効率化により時間の使い方の選択が変化した場合、理想的な時間の使い方はどのような割合ですか。」と問われている。

資料) 国土交通省「国民意識調査」、総務省「社会生活基本調査」に基づき国土交通省推計

<現在の1日の時間の使い方と今後の意向>



このほか、2024年度からのトラックドライバーの時間外労働の上限規制等により、労働力不足の問題が顕在化する中、情報通信技術を用いた内航・エリ・RORO船ターミナルの荷役効率化等を図る次世代高規格ユニットロードターミナルの形成に向けた取り組みを推進している。

図表17 ソニー・ホンダモビリティの電気自動車「AFEELA(アフィーラ)」



体験を主役にした、無駄のない車内空間  
資料) ソニー・ホンダモビリティ(株)

「新しいライフスタイル(働き方)」  
AI・IoTやロボットなどの活用により、仕事や家事の効率化が進み、長時間労働などが抑制され、負担が軽減されている。また、遠隔化・自動化により働く時間や場所の自由度が高まることで、一人ひとりが自分のライフスタイルに合わせて生き生きと働けるようになっていく。

(2) インフラメンテナンス物流の新たな姿  
(進化する物流のあり方)  
AI・IoT、ドローンやロボット等の活用により、インフラやモノの効率的な維持・管理が可能となり、配送計画や物流業務などの自動化等により、サプライチェーン全体が最適化され競争力が高まっている。

① デジタル化による空間的制約からの解放を見据えたリアル空間の質的向上  
② デジタル化による暮らしと社会の姿  
③ デジタル化による暮らしと社会の姿  
④ デジタル化による暮らしと社会の姿

「新しいライフスタイル(働き方)」  
AI・IoTやロボットなどの活用により、仕事や家事の効率化が進み、長時間労働などが抑制され、負担が軽減されている。また、遠隔化・自動化により働く時間や場所の自由度が高まることで、一人ひとりが自分のライフスタイルに合わせて生き生きと働けるようになっていく。

(2) インフラメンテナンス物流の新たな姿  
(進化する物流のあり方)  
AI・IoT、ドローンやロボット等の活用により、インフラやモノの効率的な維持・管理が可能となり、配送計画や物流業務などの自動化等により、サプライチェーン全体が最適化され競争力が高まっている。

「新しい暮らしと社会の姿」  
① 時間的・空間的制約からの解放を見据えたリアル空間の質的向上  
② デジタル化による暮らしと社会の姿  
③ デジタル化による暮らしと社会の姿  
④ デジタル化による暮らしと社会の姿

「新しい暮らしと社会の姿」  
① 時間的・空間的制約からの解放を見据えたリアル空間の質的向上  
② デジタル化による暮らしと社会の姿  
③ デジタル化による暮らしと社会の姿  
④ デジタル化による暮らしと社会の姿

人事異動

国土交通省

7月31日付
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職

8月1日付
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職

8月16日付
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職

8月30日付
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職

8月1日付
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職

8月1日付
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職
大臣官房付・即日辞職

「海事レポート2023」を公表

7月28日、国土交通省
海事局は、「海事レポート
2023」を公表しまし
た。昨今の海事分野を取り
つ、わかりやすく紹介
されています。

写真やコラムなどを織り交
ぜつつ、わかりやすく紹介
されています。
本年の海事レポートでは
巻頭特集において、知床遊
覧船事故を受けて取りまと
められた「旅客船の総合的
な安全・安心対策」に基づ
く取組状況について紹介さ
れています。また、昨今の
国際情勢の緊迫化を契機と
して、経済安全保障の重要
性が広く認識されていると
ころ、安定的な国際海上輸

送の確保や船用機器のサブ
ライチェーンの強靱化に関
する取組について、記載が
盛り込まれています。
そのほか、海事行政の幅
広い分野について各種テ
ーマと現状分析を踏まえ、
直面する政策課題への対応
がまとめられています。
なお、「海事レポート2
023」の内容(詳細)に
ついては、国土交通省水
路局のホームページより
ご覧いただけます。

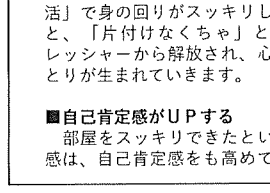
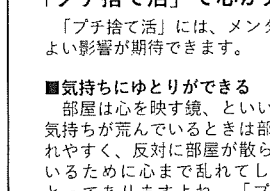
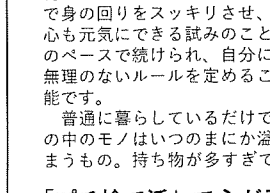
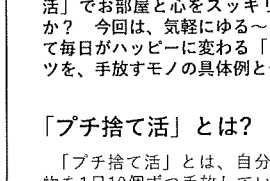
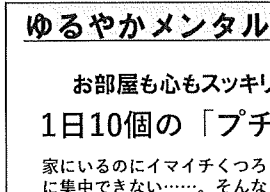
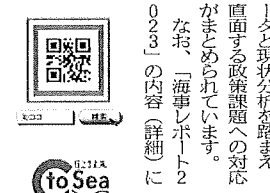
https://www.mlit.go.jp/
marine/marine\_fr\_00
003.html

送の確保や船用機器のサブ
ライチェーンの強靱化に関
する取組について、記載が
盛り込まれています。

送の確保や船用機器のサブ
ライチェーンの強靱化に関
する取組について、記載が
盛り込まれています。



送の確保や船用機器のサブ
ライチェーンの強靱化に関
する取組について、記載が
盛り込まれています。



観光庁

8月1日付
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職

8月1日付
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職

8月1日付
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職

8月1日付
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職

8月1日付
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職
観光庁長官・即日辞職

運輸安全委員会

8月1日付
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職

8月1日付
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職

8月1日付
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職

8月1日付
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職

8月1日付
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職
運輸安全委員会委員長・即日辞職

海上保安庁

8月1日付
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職

8月1日付
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職

8月1日付
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職

8月1日付
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職

8月1日付
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職
海上保安庁長官・即日辞職

ゆるやかメンタルヘルス術

お部屋も心もスッキリ心地よく変わる♪

1日10個の「プチ捨て活」を始めよう

家にいるのにイマイチくつろげず、仕事や勉強
に集中できない……。そんなときは「プチ捨て
活」でお部屋と心をスッキリさせてみませんか
か？ 今回は、気軽にゆる〜くチャレンジでき
て毎日がハッピーに変わる「プチ捨て活」のコ
ツを、手放すモノの具体例と一緒に解説します。



「プチ捨て活」とは？

「プチ捨て活」とは、自分の持ち
物を1日10個ずつ手放していくこと
で身の回りをスッキリさせ、同時に
心も元気になる試みのこと。自分
のペースで続けられ、自分に合った
無理のないルールを定めることが可
能です。
普通に暮らしているだけでも、家
の中のモノはいつのまにか溢れてし
まうもの。持ち物が多すぎて「なん

「プチ捨て活」で心が元気になる理由

「プチ捨て活」には、メンタルへの
よい影響が期待できます。

- 気持ちにゆとりができる
部屋は心を映す鏡、といえます。
気持ちが荒んでいるときは部屋も荒
れやすく、反対に部屋が散らかっ
ているために心まで乱れてしまふこ
とってありますよね。「プチ捨て
活」で身の回りがスッキリしてくる
と、「片付けなくちゃ」というプレ
ッシャーから解放され、心にもゆ
とりが生まれていきます。
■自己肯定感がUPする
部屋をスッキリできたという達成
感、自己肯定感をも高めてくれま

迷ったらコレ！すぐ手放せるモノの例

1日10個ずつモノを捨てていく
「プチ捨て活」。まずは明らかに使
わないものや使えないものから捨て
始め、慣れてきたら「使いづらいモ
ノ」や「気に入っていないモノ」も

- 不要なレシートやクーポン
□ポイントカード
□古い化粧品
□試供品・サンプル
□期限切れの飲食物
□インクが出ないペン
□醤油やカラシの小袋
□使い古した衣類・タオル
□すでに無い家電の取扱説明書
□割り箸・使い捨てスプーン など

※再発行できない書類や二度と入手できないモノについては、慎重に検討しましょう。

「プチ捨て活」のやり方・3つのSTEP

- (1)計画を立てる
まずは「プチ捨て活」を進める場
所について、ざっくりと計画を立て
ていきましょう。家の中でもエリア
を区切って順番にモノを処分してい
くことで、「スッキリした」という
達成感を得やすくなります。コツは
「引き出しの1段目」など、エリア
を小さく区切ること。1つのエリア
がスッキリしてきたら、次のエリア
に移りましょう。
(2)捨てるためのルールを決める
ストレスなくスムーズに「プチ捨
て活」を続けるために、手放すモノ
の基準をあらかじめ決めておきま

「プチ捨て活」のポイントと注意点

「プチ捨て活」のよいところは、
ゲーム感覚で気軽にできて挫折し
にくいところ。もしもチャレンジし
てみて「1日10個は大変かも」と感じ
たら、自分にとって無理のない回数
(5個や3個など)に変更してもOK
です。

出典元：明治安田生命「マンスリーヘルスレポート」より一部抜粋





# 2023年9月20日で日本のバスは120年

### 「バスの日」ポスターを全国の乗合バス車内へ掲示

日本バス協会では、安心安全なバス、人にやさしいバス、便利で快適なバスを利用いただくために、様々なPRを行っております。毎年「バスの日」の前後一か月間には、日本中の乗合バス車内にて下記ポスターを掲示いたします。

この「バスの日」ポスターも今年は「バス120年」をアピールした内容としております。

## 9月20日はバスの日

明治36年(1903年)9月20日に京都市にて二井商會が日本で初めてバス事業を開始しました。

当時は、写真のように幌無しの蒸気自動車の車体を改良し、6人乗りバスとして営業運行しました。

この事を受け、日本バス協会は、昭和62年11月10日に9月20日を「バスの日」と定めました。

この日本で初めてバス事業を開始した日から、今年の9月20日で、バスは120年になります。

日本のバス

# 120年



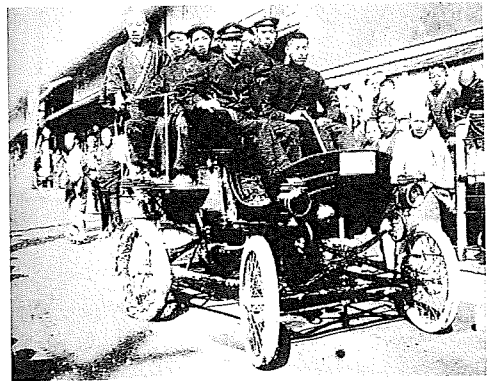
日本のバスが120年を迎えます

9月20日は、バスの日



公益社団法人 日本バス協会

(令和5年度「バスの日」ポスター)



### ～最新たび情報～

#### 箱根ホテル小涌園が開業 名称引継ぎ癒し提供



ホテル外観

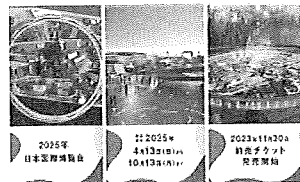
藤田観光(株)は7月12日(水)、「箱根ホテル小涌園」(神奈川県箱根町)を開業した。

2018年に閉鎖した「箱根ホテル小涌園」を建て替えた施設で、長年親しまれてきた「箱根ホテル小涌園」の名称を受け継ぎ、「箱根小涌園エネッサン」と一体的に『温泉』『自然』『食事』を体験できるホテル』をコンセプトに、癒しの時間を提供する。レストランでは、和洋中約60種類の料理をbuffet形式で提供する。メニューにはチキンカレーやラーメン、麻婆豆腐など同ホテルの名物料理をラインナップした。

宿泊料金は大人1泊2食付きで1万8,150円から。箱根エリアで高価格帯の宿が増えるなか、前身のホテルが

約60年間、ファミリー層に愛されてきたことを踏まえた価格とした。

基本入場料金は大人7,500円 11月30日から前売り券販売 2025年大阪・関西万博



入場券は電子チケットとなる

(公社)2025年日本国際博覧会協会は、2025年日本国際博覧会(大阪・関西万博)の入場券の前売り販売を開始500日前となる11月30日(木)から開始する。

同協会の公式チケットサイトや販売事業者契約を結ぶ旅行社の窓口で購入できる。

万博の開催期間は2025年4月13日(日)から10月13日(月)までの184日間。

基本入場料金は大人7,500円、中人(12～17歳)4,200円、小人(4～11歳)1,800円、3歳以下無料。

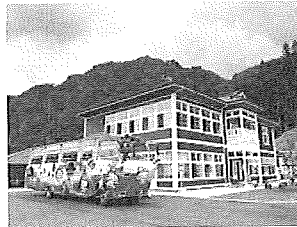
前売り販売では、会期後半の混雑を緩和するため、料金を下げた「開幕券」を設定し、来場者数の平準化をはかる。

開幕日から4月26日(土)までの期間に1回入場できる「開幕券」は、大人4,000円、中人2,200円、小人1,000円。

開幕日から7月18日(金)までの期間に1回入場できる「前期券」は、大人5,000円、中人3,000円、小人1,200円。

入場券は電子チケットとなり、購入後に協会の専用サイトから来場日時予約が必要となる。

#### ハッ場ダムで水陸両用バス再開 地元ベンチャー企業が運行



にやがてん号

群馬県・長野原町のベンチャー企業(株)Dts creation(は8月10日(木)から、ハッ場ダムで水陸両用バス「にやがてん号」の運行を始めた。水陸両用バスは、長野原町と前進行事業者との契約満了で運行を休止していたが、今回同社が運行を引き継いだ。

新しい「にやがてん号」は、1日5便運行する。時間は50分で、料金は大人(中学生以上)2,500円、小学生以下は1,250円。いずれも税込。座席を使用しない3歳未満は無料。発着地はハッ場湖の駅丸岩となる。

予約は、同社公式サイトで受け付ける。空席があれば、当日に発着地で販売する。

#### 「開運菓みつソフト」販売 はちみつを巣ごと堪能 山のはちみつ屋



開運菓みつソフト

秋田県仙北市田沢湖のはちみつ専門店「山のはちみつ屋」は、はちみつを巣ごと食べられる「開運菓みつソフト」を売り出した。

はちみつは「金運上昇」「健康・長寿」の象徴とされ、ミツバチは「子孫繁栄」「幸せを呼ぶ」、ハチの巣は「厄除け」「家庭円満」など、古来より縁起の良いものとされているという。同商品はこれら開運アイテムをトッピングした新商品となっている。価格は800円(税込)で、店頭限定の販売。

人気ソフト「はちみつソフト」は年間4万個以上販売されており、価格は400円(税込)。

山のはちみつ屋は、地元で採蜜した国産のはちみつをはじめ、店主が厳選した世界のはちみつ、プロボリス・ローヤルゼリーなどの健康食品、はちみつを使用した加工食品など幅広く取りそろえている。









# ほのぼの一筆

-352- あかほし



お申し込みは、(一財)運輸振興協会へ  
☎03(3221)84332

## 令和5年版は12月発行

### 運輸関係 団体名簿

A4判 定価1,900円  
(本体価格1,727円+税)  
(送料別)(令和4年版価格)

### 出版物のご案内

### 敬告

このたび、毎年度発行してきました「国土交通省職員録」につきましては、諸般の事情により令和5年度以降発行を行わないことになりましたので、お知らせいたします。

### 国土交通省職員録のお知らせ

第368号お知らせし、逝去の通知がありました。①支部名の氏名年齢②逝③気象の新旧高職90④令和5年4月2日④新田裕子様

- ### 第368号以降の新入会員
- 敬称略 (カッコ内は所属支部)
- 【退職賛助員】 伊藤 達也 (本会) 堀内 丈太郎 (本会)
  - 加藤 雅啓 (本会) 山田 輝希 (本会)
  - 坂 克人 (本会) 太田 敬之 (中国運局)
  - 長瀬 友則 (本会) 田中 中庸 (中国運局)
  - 成澤 浩一 (本会)

### 詰り将棋の解答

【詰り将棋の解答】

- ▲2五金△1三玉▲3五
- 角△2四桂▲同角△同歩▲
- 1四金△同玉▲1二龍△1
- 三合駒▲2六桂まで十一手詰り。

【田道行面じ】

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

1二三四五六七

### 【解説】初手▲2五金から

五手目▲2四同角が一連の好手順で、七手目▲1四金が決め手です。なお、四手目△2四桂を他の合駒で、▲2四同角以下、早詰みとなります。

【詰り将棋の解答】

黒先白死。黒1が急所。白2に黒3で連結して白死す。

【解説】初手▲2五金から五手目▲2四同角が一連の好手順で、七手目▲1四金が決め手です。なお、四手目△2四桂を他の合駒で、▲2四同角以下、早詰みとなります。

- ①近運局の野村廣司殿98③
- 令和5年8月6日④非公表
- ①本省の与田俊和殿68③令
- 和5年9月11日④与田美佳子様

△今年のは、線状降水帯の発生による豪雨災害や次々と日本に接近・上陸した台風により各地で甚大な被害が生じました。一方で北海道も含めて各地で猛暑が続き、コメとてこの新穀では南海トラフ地震、70%程度と予測されている首都直下地震等に加え、日頃からの防災意識の向上と防災対策が重要です。

▽9月1日防災の日、関東大震災から100年の節目を迎えました。この間、阪神・淡路大震災や東日本大震災等、度重なる災害により多くの被害が生じました。今後30年以内の発生確率が70~80%と予測されている南海トラフ地震、70%程度と予測されている首都直下地震等に加え、日頃からの防災意識の向上と防災対策が重要です。

▽今年のは、線状降水帯の発生による豪雨災害や次々と日本に接近・上陸した台風により各地で甚大な被害が生じました。一方で北海道も含めて各地で猛暑が続き、コメとてこの新穀では南海トラフ地震、70%程度と予測されている首都直下地震等に加え、日頃からの防災意識の向上と防災対策が重要です。

▽今年のは、線状降水帯の発生による豪雨災害や次々と日本に接近・上陸した台風により各地で甚大な被害が生じました。一方で北海道も含めて各地で猛暑が続き、コメとてこの新穀では南海トラフ地震、70%程度と予測されている首都直下地震等に加え、日頃からの防災意識の向上と防災対策が重要です。

### 主なマーケット指標 「フコク経済情報」より

	2023年9月末 (前年同月)	2022年12月末 (前年同月)	2023年6月末 (前月)	2023年7月末 (直前月)
長期				
日本10年国債 (%)	0.320	0.410	0.395	0.595
米国10年国債 (%)	3.47	3.87	3.84	3.96
ドイツ10年国債 (%)	2.29	2.57	2.39	2.49
金利				
密州10年国債 (%)	3.30	4.05	4.02	4.06
為替				
ドル/円 (円)	133.13	132.14	144.85	142.18
ユーロ/円 (円)	144.93	140.76	157.25	156.68
ポンド/円 (円)	88.77	89.37	96.15	95.41
株価				
日経平均株価 (円)	28,041.48	26,094.50	33,189.04	33,172.22
NYダウ平均株価 (ドル)	33,274.15	33,147.25	34,407.60	35,559.53

(資料) Bloomberg

▽今年のは、線状降水帯の発生による豪雨災害や次々と日本に接近・上陸した台風により各地で甚大な被害が生じました。一方で北海道も含めて各地で猛暑が続き、コメとてこの新穀では南海トラフ地震、70%程度と予測されている首都直下地震等に加え、日頃からの防災意識の向上と防災対策が重要です。

## 国土交通省職員・退職者の皆様へ

### 国土交通省団体保険制度 募集開始します

国土交通省の職員・退職者の皆様向けの団体保険募集が開始いたします。年に一度のご案内となります。ぜひこの機会にご加入をおすすめいたします！

◆スケールメリットをいかした大変お得な保険料です

40.15%割引の保険料でご加入いただけます。  
(自転車保険・団体疾病保険・親介護保険\*は各33.5%割引、長期給与補償保険は30%割引の適用。 ※親介護保険の傷害死亡・後遺障害保険料には割引40.15%が適用されます。)

◆お支払いは口座振替で簡単です

保険料は、お支払いが楽な口座振替で年2回払です。(長期給与補償保険は年1回払となります。)

### 突然のケガや病気、日常のトラブルへの備えは十分ですか？

(注) この広告は団体傷害保険の概要を説明したものです。詳しくはパンフレット・普通保険約款・特約等をご覧ください。また、この不明な点については取扱代理店または幹事保険会社までお問い合わせください。

契約者 一般財団法人 運輸振興協会  
取扱代理店 株式会社 運輸福泉会  
〒102-0083 東京都千代田区麹町4丁目5 海事センタービル7F  
TEL: 03-3221-8434 平日: 10:00~17:00 (土日祝休)

幹事保険会社 三井住友海上火災保険株式会社 公務第一 営業第二課  
TEL: 03-3259-6681 平日: 9:00~17:00 (土日祝休)

◎保険期間◎ 2023年12月1日午後4時から  
2024年12月1日午後4時まで

### 国土交通省団体保険制度 ご加入のご案内

03-3221-8434

- 団体傷害保険
- 自転車保険
- ゴルフ保険
- 団体疾病保険
- 親介護保険
- 長期給与補償保険

その他各種オプションをご用意しています。各職場・郵送にてご案内している左記のパンフレットをご覧ください！

お申し込みはお早めに！  
10月20日(金)まで！！

運輸福泉会スマートフォンホームページができました！  
団体扱自動車保険のお見積り、海外旅行保険や1DAY保険のお申込みができます！  
さらに、団体保険の加入申込書の請求もホームページから可能です！

こちらのQRコードからアクセスいただけます！







### 国土交通大臣

## 斉藤鉄夫大臣が再任

### 国土交通大臣

斉藤 鉄夫

さいとう てつお  
(衆・広島3区)

第2次岸田第2次改造内閣が9月13日に発足し、国土交通大臣には斉藤鉄夫大臣が再任されました。また、副大臣、大臣政務官は9月15日に任命されました。各招請は次のとおりです。

### 国土交通副大臣

國場 幸之助

くまの こうのすけ  
(衆・比例九州)

安全・危機管理及び海上保安関係施策並びに国土政策、鉄道、自動車、海事、北海道開発、国際及び気象関係施策の総括

堂故 茂

どうご しげる  
(参・富山)

兼内閣府副大臣  
兼復興副大臣  
災害対策関係施策並びに不動産・建設経済、都市、水管理・国土保全、道路住宅、港湾、航空及び観光関係施策の総括

### 国土交通大臣政務官

こやり 隆史

こやり たかし  
(参・滋賀)

災害対策関係施策並びに国土政策、水管理・国土保全、鉄道、自動車及び気象関係施策

石橋 林太郎

いしばし りんたろう  
(衆・比例中国)

安全・危機管理及び海上保安関係施策並びに不動産・建設経済、都市、住宅、海事及び国際関係施策

加藤 竜祥

かとう りゅうしょう  
(衆・長崎2区)

兼内閣府大臣政務官  
兼復興大臣政務官  
道路、港湾、航空、北海道開発及び観光関係施策

## 文部科学大臣に盛山正仁氏が就任

第2次岸田第2次改造内閣で盛山正仁氏(当協会会長)が文部科学大臣に就任されました。



盛山 正仁  
(公明)

### 人事異動

#### 国土交通省

(9月13日付)  
鉄道局幹線鉄道課長・北村朝一(大臣官房付)(命)  
国土交通大臣秘書官事務取扱・小林基樹(鉄道局幹線鉄道課長)

(9月15日付)  
総合政策局モビリティサービス推進課長・土田安道(鉄道局総務課企画室長)  
(9月16日付)  
大臣官房付・佐々木正士(道路局長)

(9月20日付)  
大臣官房付・佐々木正士(道路局長)  
大臣官房付・佐々木正士(道路局長)

(9月22日付)  
大臣官房付・佐々木正士(道路局長)  
大臣官房付・佐々木正士(道路局長)

(9月24日付)  
大臣官房付・佐々木正士(道路局長)  
大臣官房付・佐々木正士(道路局長)

建設・運輸施設整備支援機構理事・三宅正寿(国際統括付)国際交通特別交渉官・高橋徹(航空局航空ネゴトワーカー)国際航空課長

大臣官房付・即日辞職・柏木隆久(運輸安全委員会事務局長)  
大臣官房付・即日辞職・磯野正泰(独立行政法人鉄道建設・運輸施設整備支援機構理事)  
大臣官房付・即日辞職・石原大(大臣官房公共交通政策審議官)

大臣官房付・即日辞職・天野雄介(大臣官房海外プロジェクト審議官)  
大臣官房付・即日辞職・小野寺誠一(独立行政法人国際協力機構理事)  
大臣官房付・即日辞職・岸野隆(大臣官房総務課企画室長)

大臣官房付・即日辞職・近藤正典(大臣官房総務課企画室長)  
大臣官房付・即日辞職・黒川剛二(一般財団法人日本道路協会理事)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)  
大臣官房付・即日辞職・日笠彰三(近畿運輸局長)

### 観光

(10月1日付)  
参事官(産業競争力強化担当)・木村龍平(大臣官房総務課企画室)

### 運輸安全委員会

(10月1日付)  
事務局長・高橋泰史

### 海上保安庁

(10月1日付)  
部長・木室真行(松山海上保安部部長)

副部長・坂中裕司(鹿児島海上保安部部長)

総務部長・坂中裕司(鹿児島海上保安部部長)

総務部長・坂中裕司(鹿児島海上保安部部長)





（前頁からのつづき）  
ご利用いただけるサービス  
であり、みどりの窓口での  
きっぷご購入時のお支払い  
にはご利用いただけません  
としております。ご承  
知のほどお願いいたします。

なお、I-COCAをご利用  
いただける駅の拡大につ  
きましては、お客様への利  
便向上などの効果、シス  
テムの改修にかかるコスト  
を考慮しながら検討して  
おります。

福知山駅において、みど  
りの券売機がご利用できな  
かったことについてご不便  
をおかけいたしました。お  
詫言いたします。券売機の  
釣り銭補充などのメンテナ  
ンス作業を行うため、券売  
機をご利用いただけない時  
間が一时的に発生する場合  
がございますが、頂いたご  
指摘を踏まえて、お客様が  
ご利用いただきやすい販売  
体制を取れるよう努めて参  
ります。

（西日本旅客鉄道（株）  
車内アナウンス等情報案内  
及びホームと車両の段差解  
消について）

（提言）コロナ禍が続いま  
すと予測を許さない状況  
下のため、公共交通機関  
として各運輸事業者の皆様  
には、社員の足を支えるエ  
ッセンシャルサービスとし  
て様々な感染防止策を講じ  
ながら、安全な輸送サプ  
スの提供をいただき感謝申  
し上げます。

さて、東北高速鉄道と天  
阪市高速電軌道（大阪メ  
トロ）を毎日の通勤に利用  
していただきます。

していただきます。両線の最  
近感が増したことを述べた  
と思います。

東北高速鉄道では、今春  
から各駅をイメージしたオ  
リンピックカラー（発車メロ  
ディ）として採用され、  
車時機がわかりやすくな  
り、また、爽やかな気持ち  
で乗車できること嬉しく思  
っております。

その他、改札には大型  
の「情報案内ディスプレイ」  
が設置され、運行情報  
のほかサービス情報、マ  
ナー啓発、さらには異常時  
の遅延情報等様々な情報が  
速やかに、見やすく提供さ  
れております。各駅の美化等  
についても、スマートな駅  
務室へのリニューアルや駅  
トイレの改修等随方向上に  
努められております。

一点になることを申し  
ますが、車内アナウンスに  
関して、コロナ禍で車内換  
気のため窓が少し空いてい  
ることもあると思いたす  
が、ホリユームが低いの  
か、マイク・スピーカが  
悪いのか、時々聞きづらい  
時があります。

設備の点検や少し大きめ  
の音で案内いただけると幸  
いでます。

併せて、車両との段差解  
消、隙間対策事も同時に  
実施され、車いすの方にも  
好評ですが、古い車両等では  
床面が高く、段差が少し残  
る場合があります。

御堂筋線では新旧また他  
社線との相互乗り入れて、  
様々な車両が混在していま  
すが、少しでも段差が解消  
し車いすの利用者がお一  
人でも乗降出来るよう研究  
検討をお願いしたいと思  
います。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

## 車両との段差解消対策工事の実施 古い車両等では少し段差が残るので

併せて、車両との段差解  
消、隙間対策事も同時に  
実施され、車いすの方にも  
好評ですが、古い車両等では  
床面が高く、段差が少し残  
る場合があります。

御堂筋線では新旧また他  
社線との相互乗り入れて、  
様々な車両が混在していま  
すが、少しでも段差が解消  
し車いすの利用者がお一  
人でも乗降出来るよう研究  
検討をお願いしたいと思  
います。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

今後とも皆さまに快適に  
ご利用いただけるよう、努  
めてまいります。

また、車内アナウンスで  
ご不便な思いをお掛けしま  
したことについて、お詫言  
申し上げます。

車内アナウンスにつきま  
しては、停車中や走行中、  
車内の混雑等を勘案し、適  
切な音量調整を努めており  
ますが、依然として「音量  
が大きいか」や「小さくて聞  
き取りにくい」等相反する  
ご意見を頂いているのが事  
実でございます。

今後、最適な音量での  
放送について鋭意取り組  
み、おさまる快調にご利  
用いただけるよう努めてま  
いりますので、何卒、ご理  
解を賜りまようお願ひ申  
し上げます。

（東北高速鉄道（株）  
現在 Oskikamer  
で取組んでいる、ホーム  
上り下り及び型ゴム設置  
などではないが、各社別資料  
を多めに当初の期間設定は  
あるものの、以後も継続定  
定となること、ほぼ恒久的  
に在する設備においては、ご  
指摘の通りその床面高さの  
違いによる段差が課題とし  
て残っております。

（提言）2021年12月28  
日に改正された鉄道事業法  
施行規則及び軌道法施行規  
則に基づいて新たに創設さ  
れた「鉄道駅バリアフリー  
料金制度」により、関西圏  
においても、JR西日本、  
阪急、阪神、京阪、大阪メ  
トロが同制度に基づき国土  
交通省（近畿運輸局）に届  
出を行った（いずれも20  
23年4月1日実施予定）。

本制度の趣旨を理解でき  
るが、しかしながら、本制  
度は利用者にとっては分か  
りにくいものになっている  
のではないかと、理由は以  
下のとおり。

・本制度はバリアフリーの  
整備に使用を限定して、運  
賃に上乗せされた料金（イ  
ンフラ）に上乗せされている  
が、利用側から見て実  
質的に運賃の値上げである  
こと。

・本料金の上乗せ期間信  
息ではないが、各社別資料  
を多めに当初の期間設定は  
あるものの、以後も継続定  
定となること、ほぼ恒久的  
に在する設備においては、ご  
指摘の通りその床面高さの  
違いによる段差が課題とし  
て残っております。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（提言）2021年12月28  
日に改正された鉄道事業法  
施行規則及び軌道法施行規  
則に基づいて新たに創設さ  
れた「鉄道駅バリアフリー  
料金制度」により、関西圏  
においても、JR西日本、  
阪急、阪神、京阪、大阪メ  
トロが同制度に基づき国土  
交通省（近畿運輸局）に届  
出を行った（いずれも20  
23年4月1日実施予定）。

本制度の趣旨を理解でき  
るが、しかしながら、本制  
度は利用者にとっては分か  
りにくいものになっている  
のではないかと、理由は以  
下のとおり。

・本制度はバリアフリーの  
整備に使用を限定して、運  
賃に上乗せされた料金（イ  
ンフラ）に上乗せされている  
が、利用側から見て実  
質的に運賃の値上げである  
こと。

・本料金の上乗せ期間信  
息ではないが、各社別資料  
を多めに当初の期間設定は  
あるものの、以後も継続定  
定となること、ほぼ恒久的  
に在する設備においては、ご  
指摘の通りその床面高さの  
違いによる段差が課題とし  
て残っております。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。



# 「のりもの博物館」 のりもの博物館「のりもの博物館」サイトをリニューアルしました 6施設を追加

運輸振興協会ホームページの、全国にあるのりものに関  
する博物館を一覧で紹介する「のりもの博物館」サイ  
トを、11月にリニューアルし、合計114施設となりまし  
た。今回追加したのは、次の施設です。

- ・こまつ社 (石川県小松市)
- ・トロンニューシム&パルクスの (岐阜県美濃市)
- ・静岡航空資料館 (静岡県牧之原市)
- ・福知山鉄道博物館 (京都府福知山市)
- ・シマン自動車博物館 (大阪府堺市)
- ・海上自衛隊呉資料館 2つのミュージアム (広島県呉市)

この他、世界の博物館37施設、バーチャル博物館48施設  
を紹介いたします。

今回、バーチャル博物館に、「WEB博物館ポータルミ  
ュージアム」を追加しました。

皆様是非ご訪問ください。

<https://www.transport-pl.jp/omimuseum/index.html>

また、のりもの博物館公式YouTubeチャンネルもあ  
りますので、「いいね」をお願いします。

また、優先座席が満員な  
らばどのような対応をされ  
るのでしょうか。

一つの事例は、尾崎駅か  
ら視覚障害のある方が駅員  
に連れられて毎日優先座席  
に乗り込んでいます。

ある日、乗客が多かった  
ため、乗客が多かった  
南海電鉄から視覚障害のあ  
る方が大阪メトロへの乗り  
換え時に南海電鉄の駅員が  
無精帯を使用しながら大阪  
メトロの駅員と連携を取り  
スムーズに改札口まで誘導  
していることです。当たり  
前のことですが毎回感心し  
ております。

今後ともより一層お願  
いいたします。

（近畿）  
対応）いつも東北高速鉄  
道をご利用いただきまし  
て、ありがとうございます。  
また、発車メロディお  
よび情報案内ディスプレイ  
の導入や駅務室やトイレの  
リニューアルについてお褒  
めの言葉をいただき、大変  
感謝でございます。

（次頁へつづく）





### 運輸事業者のためのメンタルヘルス

#### 無料 こころの健康自己チェック

#### 12月～スマートフォン向けにリニューアル(お知らせ)

(一財)運輸振興協会では、運輸事業者のためのメンタルヘルス「こころの健康自己チェック」サイトを無料で提供しています。運輸事業に携わる方であれば、現場部門、事務等その他の部門を問わず、利用できます。

このたびWebサイトをスマートフォン向けのデザインにリニューアルし、操作性等を大幅に改善しました。スマートフォンだけでなくパソコン画面でもテキストが読みやすく、ボタン等を大きく押しやすくしました。

サイトへのアクセス方法は、キーワード「運輸メンタル」で検索、スマートフォンからは「QRコード」で接続！

**リニューアルのお知らせ**

無料 運輸事業者のためのメンタルヘルス **こころの健康自己チェック**

利用者の意見を反映しストレスチェックサイトをスマートフォン向けにリニューアルしました。

操作性などを大幅に改善！  
早急の対応も、今すぐスマホで！  
運輸メンタル 検索

https://www.transport-pl.or.jp/mhc/qr/

次のような登録事項を対象とした簡単な質問に答えて、あなたのストレス度をチェックしましょう。

- 自宅で仕事の話や、やりかたを決めることができる
- 業務(荷ま)などに慣れない、新しい仕事を覚えることができる
- 仕事の人はたまたまは異様に話ができますか？

※登録ページには「仕事」「日常生活」「通勤通学」「通勤手段」をそれぞれ選択し、あなたの「こころ」の状態を把握することができます。

運輸事業者のためのメンタルヘルス「こころの健康自己チェック」ストレスチェックサイトをリニューアル

スマートフォン向けのデザインにリニューアルし、操作性等を大幅に改善しました。スマートフォンだけでなくパソコン画面でもテキストが読みやすく、ボタン等を大きく押しやすくしました。

提供：一般財団法人運輸振興協会

〒100-0003 東京都千代田区千代田1-1-1 運輸振興協会ビル 5階 505号室

TEL: 03-3221-8431 FAX: 03-3221-8433

## 気象庁本庁現業部門及び気象科学館の見学会報告

去る9月28日、会員を対象とする運輸行政関係見学会の第5回として、気象庁本庁現業部門及び気象科学館の見学会を実施しました。令和2年度以降の開催が中止となり、今回4年ぶりの開催となりました。

「運輸振興」紙面に参加者を募り、20名の方が参加されました。今回の見学会は、令和2年11月に千代田区大手町の旧庁舎から、港区虎ノ門の最新の耐震構造を備えた新庁舎へ移転し、1階には港区立みなと科学館、2階には気象科学館やプラネタリウムホール等が併設されています。さて、見学会ですが、2グループ10名ずつに分かれて、気象庁の広報担当者から、密着した説明を受けながらの見学となりました。第1グループは、9階にエレベーターで昇り、「気象防災オペレーティングルーム」を見学しました。職員が24時間365日体制で、全国予報の中枢として、全国の台風情報、全般気象情報を発表している他、全国の地方官署の指導や支



次に、5階にエレベーターで下り「地震火山オペレーティングルーム」を見学し、過去の教訓もあつ



次に、5階にエレベーターで下り「地震火山オペレーティングルーム」を見学し、過去の教訓もあつ

1シヨールームを見学して常にスピードアップが求められている等の説明がありました。地震・火山も24時間365日体制で、地震や火山の観測データの監視や解析を行っており、大規模災害等で機器障害が起きても対応できるように、大阪管区気象台でも同じ体制がとられているとの説明がありました。全国の地震と津波、関東甲信越、中部地方などの火山を監視し、情報を発表しているとのことでした。同ルームには地震計などの観測データが表示されるモニターが並んでいて、地震等が揺れを感じると自動的に観測し、職員が確認し震度情報を発表するとのことでした。また、津波警報は地震発生から3分以内を目標に発表することとされ、過去の教訓もあつ

### 運輸振興協会からのお知らせ

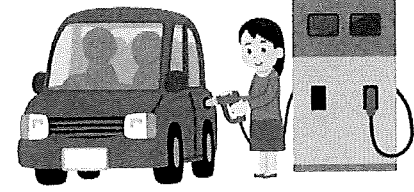
当協会では、国土交通省職員(運輸部門)及び退職者に対する福利厚生事業として、『ENEOS ASSOC (エネオス アソック)カード ガソリン会員』入会募集を行っています。

ENEOS ASSOC カードのガソリン会員になりますと、全国のENEOS サービスステーションにおいて、ガソリン(レギュラー・ハイオク)・軽油が契約価格(全国一律価格)でご購入頂けます。(令和5年11月1日現在、〈税込・10%〉レギュラー167.2円/ℓ、ハイオク182.6円/ℓ、軽油138.69円/ℓ、価格は変動いたします。)

ガソリンなどが高い地域にお住まいの方や旅行など外出した際に、全国一律価格でご購入いただけます。

詳細は、ホームページ「みんなののりもの」「賛助会員」から『ENEOS ASSOC カード ガソリン会員』をクリックして、ご利用案内をご覧ください。

入会希望者は、電話 (03-3221-8431) 又は e-mail: transport@hi-ho.ne.jp で、所属名 (OBの方は退職時)、住所、氏名、電話番号をお知らせください。協会賛助会員以外の方でも申し込みが可能です。皆様のご入会をお待ちしております。



### 棋運会例会中止のお知らせ

毎年12月に行われていた「棋運会」は、都合により中止することといたしましたのでお知らせします。

楽しみにしておられた囲碁ファンの方々にお詫び申し上げます。

### 賛助会員募集中

◆当協会は、運輸に関する広報と国土交通省出身の現職並びに退職された方々の福利増進のお手伝いをするこを目的に設立されました。

◆当協会の情報紙「運輸振興」により運輸に関する情報、会員の消息等をお届けしています。

◆「互助年金」(年共済)「各職種団体保険」を取り扱っています。

◆賛助会員には、記念品

◆退職、叙職又は古希、喜寿、米寿の贈呈、弔慰金の贈呈を行っています。

◆入会手続きは、葉書・FAX・当協会ホームページで、

①氏名(フリガナ) ②生年月日③住所・電話番号④現勤務箇所⑤OBの氏名、運輸振興協会電話

03-3221-8431 FAX 03-3221-8433

なお、これらの個人情報

報は、情報紙の送付、賛助会員名簿の作成、福利厚生に関する各種サービスの提供を目的として提供させていただきますので、何卒ご理解願います。

〒100-0003 東京都千代田区千代田4-1-5 海事センタービル 505号室 運輸振興協会

運輸振興協会の賛助会員に加入して協会の活動を応援して下さい!!

### ～最新たび情報～

**WEST EXPRESS 銀河**  
1～3月紀南コースで運行  
西日本旅客鉄道(株)



WEST EXPRESS 銀河

西日本旅客鉄道(株) (JR西日本)は2024年1月22日(月)～3月3日(日)、夜行特急列車「WEST EXPRESS 銀河」を、京都・大阪と和歌山南部を結ぶ「紀南コース」で運行する。期間中、月・水・金・日曜日を中心に走行する。

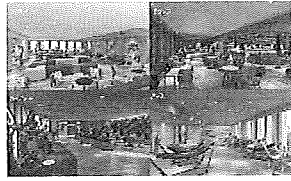
同列車は、京都駅と新宮駅を結ぶ。途中、白い砂の白良浜の最寄駅白浜駅や、勝浦温泉のある紀伊勝浦駅などに停車する。

過去2回は大阪駅に停車しなかったが、今回は、本年3月18日(土)に大阪駅地下に開業したうめきたエリアにも停車する。

新たな取り組みとして、串本駅で、大小40余りの岩柱が立つ景勝地「橋杭岩」観賞の臨時バスを運行する。

料金は京都～新宮間が8,670円から。大阪～新宮間は7,790円からとなる。

**最上階2024年3月リニューアル  
デスティネーションホテル目指す  
京王プラザホテル**



「SKY PLAZA IBASYO」完成予想図(イメージ)

京王プラザホテル(東京都新宿区)は7月から本館最上階、47階の全面改装に着手している。2024年3月中旬に宿泊者が寛げるスペースとして、「SKY PLAZA IBASYO」をオープンする予定。同ホテルは長期的な視野で改装を進め、ホテルの価値を向上させて滞在自体が旅の目的となる「デスティネーションホテル」の実現を目指す。

本館47階は地上170メートルに位置し、新宿エリアを一望できる眺望が売り。

リニューアル後の「SKY PLAZA IBASYO」のデザインコンセプトは「思い思いのスタイルで、思い思いに過ごす、あなたの居場所」。内装は寛ぎを演出するため、多くの植栽を配置して柔らかいアースカラーを使用する。空間は6つのゾーンに分け、個人でもグループでも使えるように

する。このうち、ライブラリーは1人で快適に過ごす空間としている。パークはハンモックや暖炉を配置し、アウトドアの雰囲気演出。ホールは、イベントも開催できるフリースペースとする。このほか、ラウンジとガーデン、マルチパースを設ける。

**北海道でタンチョウ観察  
ピンクに染まる川で羽織いを  
(株)ジャルパック**



アウトドアマスターガイド・安藤氏が監修

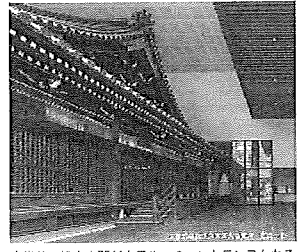
(株)ジャルパックは2024年3月3日(日)、北海道鶴居村でタンチョウを観察するアドベンチャートラベルを実施する。北海道知事認定アウトドアマスターガイド・安藤誠氏監修のツアーで、通常では行くことができないスポットへ同氏が案内する。

カメラマンでもある安藤氏が、凍てつく冬の早朝、ひとときだけピンクに染まる川で静かに羽織いなどをするタンチョウをガイドする。

宿泊は安藤氏が営むロッジ「ウィルダネスロッジ・ヒッコリーウインド」。宿は鶴居・伊藤タンチョウサンクチュアリに隣接し、悪天候でも野生のタンチョウを観察できる。

行程は3泊4日。料金はダイナミックパッケージのため変動するが、1例は1人27万円。

**大阪心齋橋「寺院一体型ホテル」  
祈りを捧げるお勤めプランなど用意  
開カンデオ・ホスピタリティ・マネジメントなど**



本堂前の境内空間がホテルへのエントランスとなる

三津寺(大阪府大阪市)と東京建物(株)、開カンデオ・ホスピタリティ・マネジメントは11月26日(日)、大阪府大阪市に「カンデオホテルズ大阪心齋橋」を開業する。

心齋橋の御堂筋沿いにあった同寺の敷地に、寺とホテル一体型の建物を新築した。1808(文化5)年に再建され、同寺本尊の十一面観世音菩薩など多くの古仏を安置する本堂を、2度にわたる曳家工事で御堂筋側に移設し、その上を跨ぐカチでホテルと商業施設が入る15階建ての建物を建てた。

寺院一体型ホテルの特性を生かし、祈りを捧げる朝のお勤めに参加できる本堂体験や絵写経体験の宿泊プランを販売する。このうち、朝のお勤めに参加できるプランの料金は2人1室で利用した場合、1人当たり1万2,500円から。

お問い合わせは旅行新聞新社 TEL 03 (3834) 2718まで

2024  
年度版

# プロが選んだ日本のホテル・旅館

プロが選んだ  
日本のホテル・旅館  
100選 & 日本の小宿

# 100選 & 日本の小宿



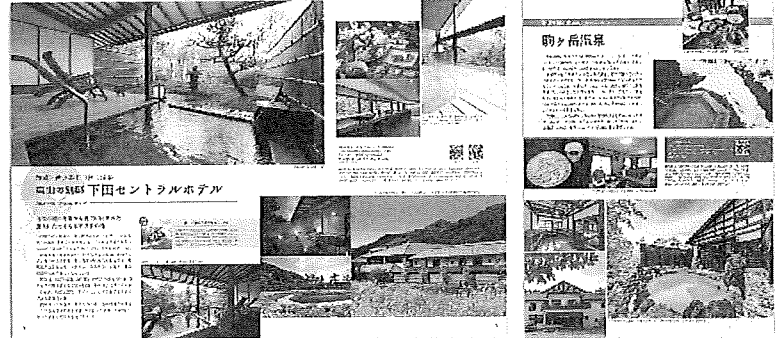
プロが選ぶ  
日本のホテル・旅館100選  
2023 発行:旅行新聞新社

各旅館・ホテルの魅力を多数の写真で紹介。  
お風呂や客室、お料理などの情報をわかりやすく掲載しています。



自由国民社

2024  
年度版



巻末に総合はもちろんでなし、料理、施設、企画100選で選ばれた施設を一挙掲載。

「おすすめポイント」や「おすすめのお土産」など、掲載施設からの選りすぐり情報も掲載。

▲選考審査委員特別賞の「日本の小宿」も掲載。

全国書店で好評発売中!

A4判変形 オールカラー 128ページ 定価2200円(税込) ISBN978-4-426-12917-0



◀こちらのQRコードから購入ページにアクセスできます

発行 旅行新聞新社  
TEL:03-3834-2718  
発売 自由国民社  
TEL:03-6233-0781

# 賛助会員に長寿記念品贈呈

## 米寿34氏、喜寿56氏、古希43氏

一般財団法人運輸振興協会は、令和5年、米寿、喜寿、古希を迎えた賛助会員に長寿を祝って記念品を贈呈しました。

本年、米寿を迎えた会員は34氏、喜寿56氏、古希43氏（叙勲記念品贈呈を除く。）で、ご芳名は次のとおりです。（敬称略）

ご長寿おめでとうございます。益々のご健康、ご活躍をお祈り申し上げます。

- 清水 達夫
- 航海訓練所関係
- 海上技術学校関係
- 甘利 敏秋
- 関東運輸局陸運関係
- 藤下 忠 和美 操
- 関東運輸局海運関係
- 田中正行
- 北陸信越運輸局陸運関係
- 北陸信越運輸局海運関係
- 北陸信越運輸局陸運関係
- 遠藤 信男
- 中部運輸局陸運関係
- 田中 功一 戸谷 俊弘
- 八木 雅明 湯川 克己
- 近畿運輸局関係
- 宮越 康夫
- 四国運輸局陸運関係
- 豊島 信雄
- 関東地方整備局関係
- 相澤 俊郎
- 北陸地方整備局関係
- 間瀬 正仁
- 中部地方整備局関係
- 石川 俊雄 下川 東吉
- 九州地方整備局関係
- 佐藤 信幸 久留良 一
- 東空航空局関係
- 河野 忠行
- 北陸信越運輸局陸運関係
- 北陸信越運輸局海運関係
- 航空大学校関係
- 北澤 誠
- 北海道運輸局陸運関係
- 板垣 康雄 岩崎 友雄
- 江里口 善和
- 大橋 幸雄
- 北海道運輸局陸運関係
- 本島関係
- 油谷 進介 石井 幸男
- 石塚 武美 荻野 嘉郎
- 金澤 寛 金丸 純一
- 田根 一美 中島 健三
- 細野 克彦 菅隆 壯介
- 福岡 健一 松井 晃
- 溝口 正仁 本巣 和秋
- 滝木 温彦
- 港湾空技術研関係
- 石原 直美
- 航空大学校関係
- 北野 繁
- 日比野 保弘
- 藤木 政右衛門
- 宮下 義次
- 中部運輸局海運関係
- 中部運輸局陸運関係
- 小林 和喜 夏目 則和
- 近畿運輸局関係
- 西村 司郎 前田 純治
- 神戸運輸監理部関係
- 市村 英次 菊池 稔
- 藤原 克彦 松浦 捨治
- 中国運輸局関係
- 伊藤 真之 笹倉 賢治
- 助光 正司 中島 英尊
- 山根 琴人
- 森 良夫
- 杉田 祐 友松 靖生
- 福山 一人
- 関東地方整備局関係
- 庄司 久男 廣田 幸久
- 石川 裕己
- 村上海空庁関係
- 海上保安庁関係
- 石川 裕己
- 村上 宏行 吉川 洋史
- 藤原 弘登 吉本 辰美
- 高岡 純一
- 北陸信越運輸局陸運関係
- 橋岡 元徳
- 中部地方整備局関係
- 伊藤 昌英 中村 豊
- 中国地方整備局関係
- 久保 吉雄
- 九洲運輸局海運関係
- 公文 一平
- 九洲運輸局海運関係
- 近畿運輸局関係
- 下畑 賢治 竹内 哲也
- 西谷 務 西本 永治
- 森田 基司 山口 幾
- 中国運輸局関係
- 岩本 和則 片桐 浩二
- 田中 晋作 新田 正美
- 藤原 弘登 吉本 辰美
- 長南 賢司
- 山長 幸彦
- 九州運輸局海運関係
- 押井 和徳 尾辻 幸造
- 土井 和久 平畑 邦孝
- 佐原 光一 溝淵 康行
- 富田 博明
- 大坂航空局関係
- 阪沢 正悦
- 海上保安庁関係
- 北村 隆志

# 第35回評議員会 第66回理事会 報告

運輸振興協会  
会長 安富 正文 氏  
副会長 春田 謙 氏  
が就任

## 第35回評議員会

一般財団法人運輸振興協会は、去る10月5日に第35回評議員会及び第66回理事会を、東京都千代田区麹町の海事センターにおいて開催し、以下の議案について議決しました。

- 2024年度日本財団 に対する助成金申請につき

助成申請額 48,330千円

〈申請の内訳〉

- ①みんなのりもの「災害時に活躍するのりもの」人Webコンテンツ制作事業 4,000千円
- ②基盤整備事業 44,330千円

助成申請にあたり、2024年度事業計画概要案及び収支予算計画概要案が説明されました。なお、審議を踏まえて、申請のタイトルを「災害のりもの」から



ら①に修正のうえ、日本財団に申請いたしました。

事業活動収入予算 137,713千円

事業活動支出予算 147,675千円

理事及び評議員の選任について、次の各氏が理事及び評議員に選任されました。

## 第66回理事会

理事（辞任に伴う後任） 甲斐義朗 春田 謙 評議員（辞任に伴う後任） 岡部直己 守屋 岳

なお、理事の村松貞章、岩村敏、評議員の尾澤克之、宮下孝治の4氏は退任されました。

代表理事・会長 安富正文

代表理事・副会長 春田 謙

3 その他、2023年度上半期職務執行状況等の報告がありました。



## 「辰年」の賛助会員の皆様へ

### 新春号へのご寄稿をお願いいたします

- 随想、和歌、俳句、詩、写真、書など何でも結構です。
  - 随想等のテーマは自由です。
  - 現役時代の思い出、退官後の人生設計、ご夫婦・ご家庭のこと、趣味の話、健康法、旅行などなど。
  - 「題名」「氏名、退職時の所属、現在の住所、電話番号」を記載願います。
  - 字数は、八百字程度をお願いいたします。
  - パソコン等で原稿作成される場合は、ファイルをメールでお送り頂きますと助かります。
  - 件名は「辰年原稿」でお願いします。
  - Email: makoto.suzuki@transport-pf.or.jp
  - 顔写真を同封して下さい。（使用後、返却いたします。）
  - メールの場合、写真データも添付頂きますようお願いいたします。
  - 皆さんの方からの寄稿をお待ちしています。
  - ご寄稿頂いた方には、粗品を送らせて頂きます。
- 「運輸振興」編集部

## 古希

- 藤原 克彦 松浦 捨治
- 中国運輸局関係
- 伊藤 真之 笹倉 賢治
- 助光 正司 中島 英尊
- 山根 琴人
- 森 良夫
- 杉田 祐 友松 靖生
- 福山 一人
- 関東地方整備局関係
- 庄司 久男 廣田 幸久
- 石川 裕己
- 村上 宏行 吉川 洋史
- 藤原 弘登 吉本 辰美
- 高岡 純一
- 北陸信越運輸局陸運関係
- 橋岡 元徳
- 中部地方整備局関係
- 伊藤 昌英 中村 豊
- 中国地方整備局関係
- 久保 吉雄
- 九洲運輸局海運関係
- 公文 一平
- 九洲運輸局海運関係
- 近畿運輸局関係
- 下畑 賢治 竹内 哲也
- 西谷 務 西本 永治
- 森田 基司 山口 幾
- 中国運輸局関係
- 岩本 和則 片桐 浩二
- 田中 晋作 新田 正美
- 藤原 弘登 吉本 辰美
- 長南 賢司
- 山長 幸彦
- 九州運輸局海運関係
- 押井 和徳 尾辻 幸造
- 土井 和久 平畑 邦孝
- 佐原 光一 溝淵 康行
- 富田 博明
- 大坂航空局関係
- 阪沢 正悦
- 海上保安庁関係
- 北村 隆志

第369号以降の新入会員

【退職賛助会員】
(現職賛助会員から移行した方を含む)

- 奥田 薫 (本省)
斧田 孝夫 (本省)
佐野 透 (本省)
西本 俊幸 (本省)

敬称
(カッコ内は所属支部)

敬吊

第369号でお知らせした後、逝去の通知がありました。会員の方は次のとおりです。謹んで弔意を表します。尚ほ、弔慰により弔慰金をご霊前に捧げました。

- ①支部名②氏名③年齢④逝去の日⑤遺族氏名
①近通局の桂津殿80令
和5年4月22日②桂明宏様
③令和5年9月7日④岩崎悦子様
⑤北信運局海運の楢田豊殿
①中国運局の丸山和也殿76
②令和5年9月29日③非公
表
①本省の向山秀昭殿83令
和5年10月16日④向山澄子様
①中国運局の影山和殿82
②令和5年9月15日③影山舒子様
①本省の中村哲殿88令
和5年9月18日④下崎道子様
①中部運局陸運の新良力殿
97令和5年9月19日④新良千代様
①中国運局の丸山和也殿76
②令和5年9月29日③非公
表

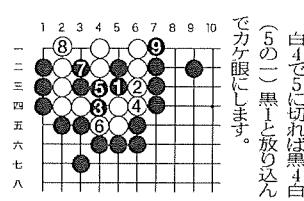
はのぼの一筆

- 353 - あかほし



【詰め碁の解答】
①三馬同桂②四桂
③二玉④二桂成⑤同玉
⑥三飛成⑦同銀⑧二金
まで九手詰め。
【解説】三馬が、
(出題は7面)

【詰め碁の解答】
黒先白死、黒1と動いてから黒3と割り込むのが良手。白4には黒も愚7を打ってから黒9とアテレ



【詰め碁の解答】
三手目②四桂を作る好手で、五手目②一桂成としてから七手目③一飛成がトドメの一着です。なお、五手目をいきなり③一飛成は、①③一同銀、以下、詰みません。

主なマーケット指標

【フコク経済情報】より

Table with 4 columns: Index Name, 2023年3月末 (前年度末), 2022年12月末 (前年度末), 2023年9月末 (前月末), 2023年10月末 (前月末). Rows include Japan 10-year bond yield, US 10-year bond yield, Dow Jones 10-year bond yield, Nikkei 10-year bond yield, Dollar/JPY, Euro/JPY, Yen/USD, Nikkei Average, and Nikkei Average (Dollar).



編集室
「から」
この度、スマートフォン対応し気軽にチェックを受けられるようリニューアルいたしました(12月運用開始)ので、現業部門の従業員の健康管理の一助として、ぜひご活用願います。

健康白チェック(ストレ)
メンタルヘルス(ストレス)
健康白チェック(ストレ)
メンタルヘルス(ストレス)
健康白チェック(ストレ)
メンタルヘルス(ストレス)

ゆるやかメンタルヘルス術

こまめなリフレッシュで“冬季うつ”を予防

ランチタイムにできる気分転換術・10選

寒いだけでなく日照時間も短い冬は、冬季うつ(季節性情動障害)に悩む人が多くなります。冬季うつの症状を予防・改善するために、こまめなストレス発散を意識してみませんか?仕事の合間やランチ休憩中に実践できる、手軽な「気分転換術」を10通りご紹介します。



“冬季うつ”撃退のカギは、こまめな気分転換

冬季うつ(季節性情動障害)とは、日照時間が短くなる秋～冬にかけて憂うつ感が続く状態のことです。ウィンターブルーと呼ばれることもあり、春や夏には症状が出にくい特徴があります。冬季うつの原因となるのは、主にセロトニン不足。安心感や集中力の源となる脳内物質セロトニンは、太陽の光を浴びることで分泌が活性化されます。太陽が空にのぼる時間が短くなる冬場は自然とセロトニンが不足しやすく、倦怠感や不安感、イライラ、集中力の欠如といった症状が現れやすいのです。

ライラ、集中力の欠如といった症状が現れやすいのです。
加えて、冬の寒さも自律神経に負担をかけます。体温維持と精神安定の両方をコントロールしている自律神経は、激しい気温差によってバランスを崩しやすいため、結果的に心身も調子やすくなりやすいです。
冬季うつの予防・改善には、十分な睡眠と食事、日光浴、リズム運動などが効果的。同時に、ストレスを溜め込みすぎないようにこまめな気分転換をすることも、とても大切です。

効果的な気分転換のポイント・2つ

(1)脳のオン・オフを切り替える
効果的な気分転換のコツは、脳のオン・オフをしっかり切り替えること。長時間同じ作業を続けていると、脳は疲労して働きが鈍ってしまいます。蓄積された疲労やストレスを一気に取り除くことは難しいので、脳はこまめに休ませてあげましょう。休憩中は仕事のことをいったん忘れて、頭の中を空っぽにしたり、別の作業をしたりするのがオススメです。

(2)五感や身体に刺激を与える
もう一つ意識したいポイントは、身体や五感に刺激を与えてあげること。とくにデスクワーカーなど、じっとしたまま頭を使う作業が中心の仕事をしている人は、身体を軽く動かしたり、五感(視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚)を使って脳を刺激することで気分をリフレッシュできます。

冬のこんな症状は、“冬季うつ”の兆しかも

- なんとなく気分が落ち込む
□集中力が途切れやすい
□仕事がかたどらない、億劫だ
□寝ても疲れがとれない
□過眠気味、または不眠気味
□過食気味、または食欲不振

秋～冬にかけてとくにこのような状態になるなら、冬季うつの可能性が考えられます。上手な気分転換で、疲労やストレスを発散しましょう。

「脳のオン・オフを切り替える」気分転換術・5選

- 仮眠をとる
NASAの研究によれば、15～30分ほどの短い仮眠は脳のリフレッシュに効果的。ランチタイムの仮眠で頭をスッキリさせましょう。
●本を読む
気分転換にぴったりの読書。小説でも漫画でも、ビジネス書でもOKです。仕事から離れて「本の世界」に浸ってみましょう。
●趣味に興じる
クロスワード、パズルゲーム、編み物など。休憩中にちょこっと好き

なことをするのも、ストレス発散に役立ちます。
●深呼吸する
(他の人に迷惑がかけられないよう気をつけつつ)換気がてら窓を開けて、思いきり深呼吸してみましょう。脳に酸素が行き渡れば、気持ちも安定してきます。
●誰かと会話する
黙々と作業する仕事では、話さないこと自体が大きなストレスに……。人と軽く雑談するだけで気分が落ち着くこともあります。

「五感や身体を刺激する」気分転換術・5選

- 昼食はデスク以外で食べる
目に入る景色が変わると気分も大きく変わります。デスクでお昼ごはんを食べる人は食事の場所を変えてみましょう。
●飲み物を香りで選んでみる
コーヒーやハーブティーなど、食後の飲み物に「香りが好きなもの」を選び、嗅覚に心地よい刺激を与えましょう。
●好きな音楽を聞く
好きな音楽を聞くと脳は心地よさを感じます。イヤホンや装着して目を閉じ、好きな音楽の世界に没入し

てみましょう。
●ストレッチする
全身の血行を促進すれば、脳にも栄養が運ばれます。食後は激しい運動よりも軽めのストレッチがオススメです。
●散歩する
五感と身体を刺激するのに最適なのが、散歩です。「オフィスの外にある自販機まで」でもOK。外に出て歩くこと驚くほど気持ちがスッキリしますので、ぜひ試してみてくださいね。