夜明け前散歩



中野 泰志

夜明け前散歩

A walk before dawn

中野 泰志
Yasushi Nakano

©中野 泰志

この本は、新型コロナウイルス感染症による非常事態宣言が発出された際に始めた夜明け前散歩をまとめた記録です。UD ブラウザの機能を説明するためのサンプルなので、内容はありません。

中野 泰志
〒223-8521
神奈川県横浜市港北区日吉 4-1-1
慶應義塾大学　日吉心理学教室
https://web.econ.keio.ac.jp/staff/nakanoy/

夜明け前の散歩を通して横浜の魅力を再発見



目次

プロローグ　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　6

1．横浜市中央卸売市場本場　・・・・・・・・・・・・・・・　7

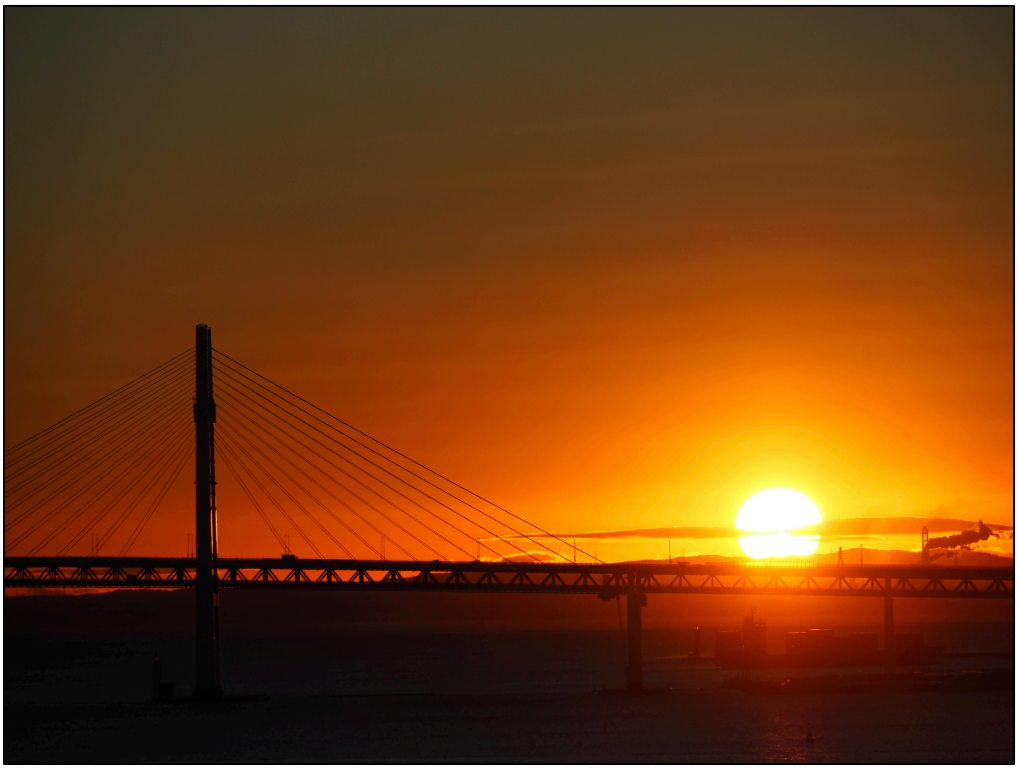
2．横浜ハンマーヘッド　・・・・・・・・・・・・・・・・・　8

3．赤煉瓦倉庫　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　9

4．よこはまコスモワールド　・・・・・・・・・・・・・・・　10

5．大桟橋　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　11

作者について　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　12



プロローグ

2019 年 12 月に中国・武漢(ぶかん)市で報告された原因不明の肺炎新型コロナウイルス感染症（後に COVID-19 と命名）が世界中に拡散しました。

2020 年 1 月 15 日、日本で初めての新型コロナウィルスの感染者が報告されました。同年 1 月 30 日 、厚生労働省が人から人へ感染することを発表し、2 月 5 日には、政府によるダイヤモンド・プリンセス号の検疫が洋上で開始されました。

国内で感染者が次々に報告される中、2 月 21 日には、東京都が大規模で飲食を伴う屋内イベントを三週間、原則中止・延期を発表。2 月 27 日には、政府が全国のすべての小中高校の臨時休校を要請。大学等の入学式や卒業式の延期・中止が報道され、世の中に衝撃が走りました。4 月 7 日、新型インフルエンザ等対策特別措置法（特措(とくそ)法）に基づいて緊急事態宣言が 7 都府県に対して発令され、4 月 16 日には全国へと広がり、私達の生活は一変しました。

緊急事態宣言で外出が制限されることになった翌日の 4 月 8 日、私は夜明け前朝散歩を始めることにしました。目的は、外出が制限されても、平常心を保つためです。自分に課したルールは、人に出会うことのない夜明け前に、散歩を終了させることでした。また、決して、仕事のことを考えず、身近な自然や街を見つめ直す機会とすることです。

散歩と言っても、ずっと歩くわけではありません。その日の気分で行きたい場所を決め、目的地までは走ります。目的地に到着したら、じっくり自然や街を観察し、スマホで写真を撮りつつ、散策をするという一風変わったスタイルの散歩です。目的地は一箇所の場合もあれば、数箇所の場合もあります。それ

は、気分次第。遠出をすることもあれば、近場を巡ることもあります。

　注意しなければならないのは、毎日、散歩を続けることが目的になったり、ダイエットすることが目的になったりしないようにすること。そのため、記録をつけたり、体重や血圧を測ったりしないようにしました。あくまで平常心を保つことが目的なのですから。キーワードは「ぼちぼち」。しかし、結果として、ほぼ毎日、散歩は続いています。なぜなら、毎日の生活では、ストレスが溜まり、平常心が保てなくなりがちだからです。

　この小冊子には、朝散歩で撮影した写真をまとめましたが、記録することやまとめることが目的ではありません。教科書・教材閲覧アプリ「UD ブラウザ」のサンプルとするために、自分が執筆し、自由に使える著作物が必要だったからです。したがって、内容はありませんので、あしからず。

１．横浜市中央卸売市場本場

横浜の食文化の一丁目一番地と言われているのが、横浜市中央卸売市場本場・水産物部（Yokohama Market）です。

青果・水産物・鳥卵（ちょうらん）が取り扱われています。私がよく行くのは、水産部です。朝散歩では、最後に立ち寄り、新鮮な魚をゲットします！





２．横浜ハンマーヘッド

横浜ハンマーヘッド（Yokohama Hammerhead）は、みなとみらいの新名所として開業した商業施設や客船ターミナル、ホテルが一体となった複合施設です。

朝散歩の時には開店していませんが、私はQUAYS（キーズ）のクラフトビールが大好きです！





３．赤煉瓦（れんが）倉庫

明治末期から大正初期に国の模範倉庫として建設されたという赤煉瓦（れんが）倉庫。今は、文化・商業施設として活用されています。広場では、様々なイベントも開催されています。夜明け前のシルエットは最高です！





４．よこはまコスモワールド

大観覧車（だいかんらんしゃ）「コスモクロック 21」が目印の遊園地。入園無料なので、アトラクションに乗らなくても楽しむことができます。園内の一部は 24 時間開いているので、朝散歩でも楽しめます！





５．大桟橋（おおさんばし）

横浜港大桟橋（おおさんばし）国際客船ターミナル。飛鳥Ⅱなどの大型客船も寄港します。デッキは、木製で、横浜の街並みやベイブリッジも美しく見えるビュースポットがあります。冬は寒々しいですが、夏の早朝は最高です！







作者について

　ピンクのワイシャツにランドルト環のネクタイにメガネのネクタイピンをするのがトレードマークですが、真面目な格好をすることもあります。この写真は、ラジオに出演した際に、ある芸能人と一緒に撮影したものです。嬉しそうな顔をしているのは、お隣に立っておられる芸能人がとても素敵な方だったからです。